

地域での

# 『支え合い・助け合い活動について』

---

まちづくり大学 ボランティアへの道 ステップⅣ

令和元年12月14日(土)  
大阪狭山市社会福祉協議会

どんな地域(まち)  
に住みたいです？

あなたにとって、  
5年後、10年後を見据え  
て考えて見て下さい。

交通が  
便利

まちなみ  
がきれい

家賃が  
安い

育児施設  
の充実

医療が  
充実

治安が  
良い

地域住民の  
繋がりがあ  
る

活気  
がある

教育面

子育てが  
しやすい

人間関係  
が豊か

買い物す  
るところが  
多い

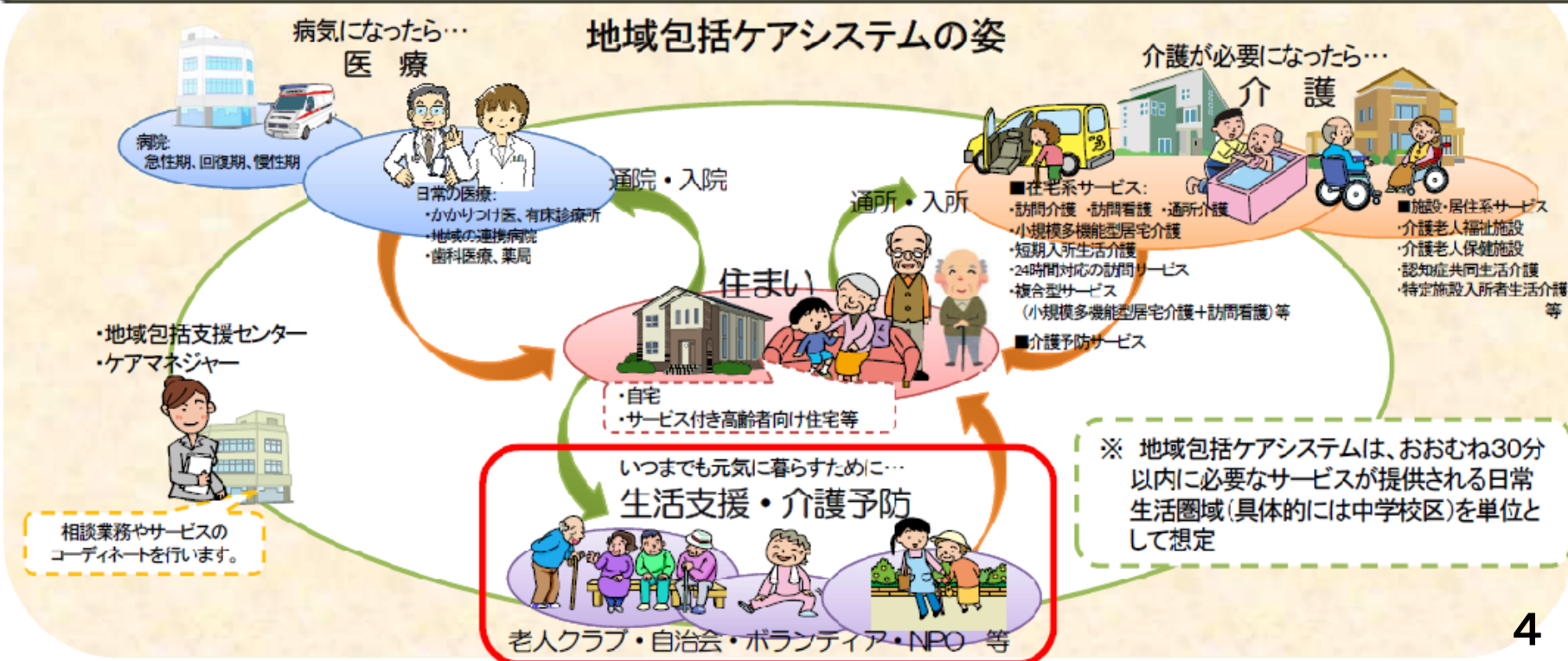
公園や広場  
が多い

年代や性別等、人によってそれぞれ



# 地域包括ケアシステムの構築について

- 団塊の世代が75歳以上となる2025年を目途に、重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、**医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を実現。**
- 今後、認知症高齢者の増加が見込まれることから、認知症高齢者の地域での生活を支えるためにも、地域包括ケアシステムの構築が重要。
- 人口が横ばいで75歳以上人口が急増する大都市部、75歳以上人口の増加は緩やかだが人口は減少する町村部等、**高齢化の進展状況には大きな地域差。**
- 地域包括ケアシステムは、**保険者である市町村や都道府県が、地域の自主性や主体性に基づき、地域の特性に応じて作り上げていくことが必要。**



支え合い

助け合い

どんなことを  
イメージされますか？

話し相手

清掃活動  
(そうじ)

重い荷  
物を運ぶ

冠婚葬祭

農作業

ペット  
の散歩

おつかい

家事

地域行事

ゴミ捨て

子守り

他にもたくさんある！！

## 支え合い・助け合い活動

認知症の高齢者、障がいがある人、生活困窮の状態にある人などを地域から排除するのではなく、ともに生きる住民として、地域で支え合い(地域共生社会)、また受け止めていくこと。

支援を必要とする人と地域社会の繋がりをつくり出し、誰かのためではなく「自分のためでもある」「私たちの問題である」という意識が重要。

「助け上手」「助けられ上手」を地域に増やし、さまざまな生き方や暮らしのあり方を認めあうこと。



## 支え合い・助け合い活動

制度によるサービスだけで生活が支えられたとしても地域で暮らし続けるには十分??

例えば!!

認知症の方が、専門職(ケアマネジャー・ホームヘルパー等)による介護や家事援助を利用しているにもかかわらず、近隣の人達が認知症高齢者に対する偏見や先入観を持たれていたとしたら…、



出歩くことさえ気軽に出来ず困難…。暮らしやすいでしょうか？

日常生活に少々不安があっても、認知症があっても、それを受容してくれる地域。また、助けを気軽に求められる人が周りにいる。

「お互いさまの気持ち」

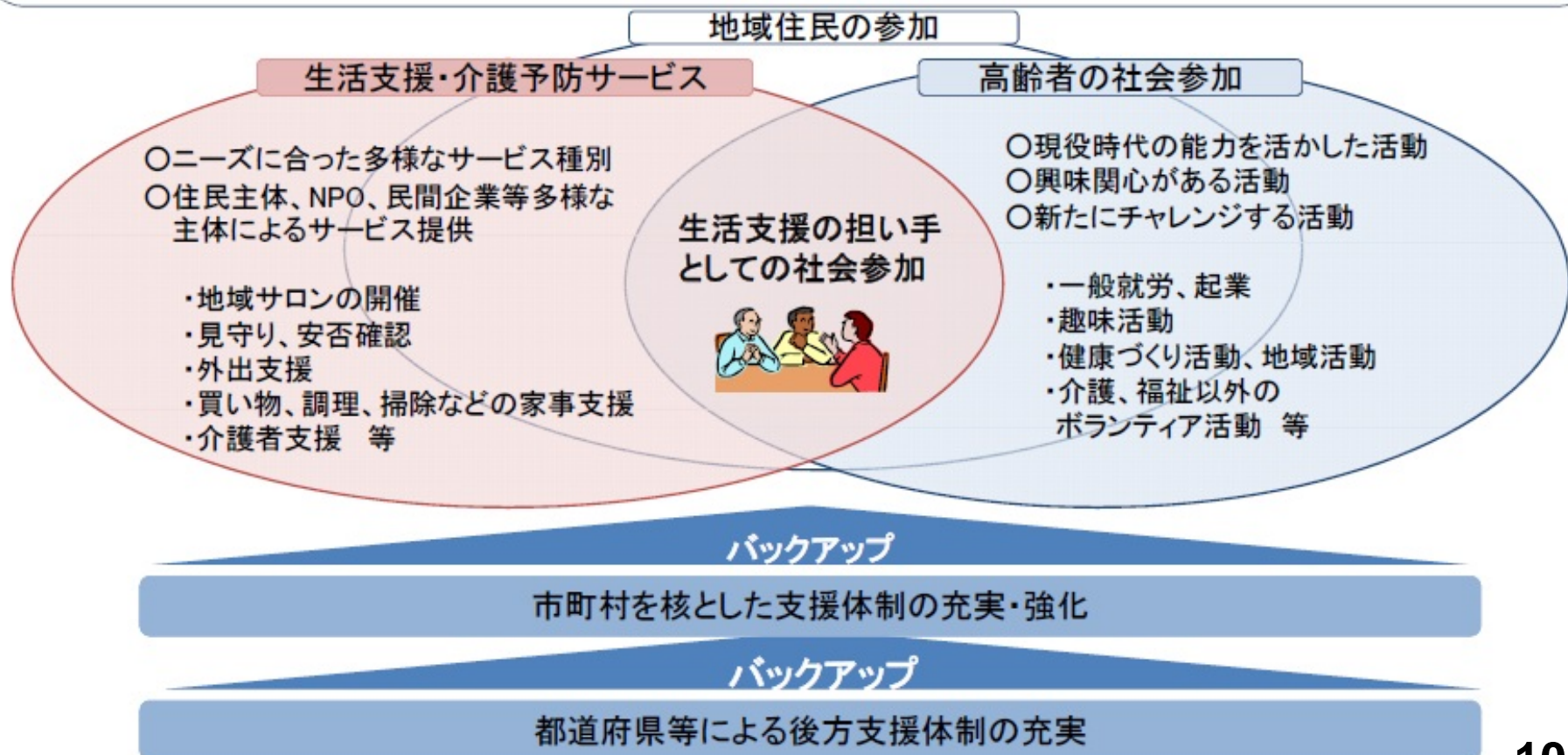
## 支え合い・助け合い活動

住み慣れたところで、誰もが安心して、その人らしく暮らし続けられるような地域をつくっていくこと。

『地域づくり』という大きな目的。

## 生活支援・介護予防サービスの充実と高齢者の社会参加

- 単身世帯等が増加し、支援を必要とする軽度の高齢者が増加する中、生活支援の必要性が増加。ボランティア、NPO、民間企業、協同組合等の多様な主体が生活支援・介護予防サービスを提供することが必要。
- 高齢者の介護予防が求められているが、社会参加・社会的役割を持つことが生きがいや介護予防につながる。
- 多様な生活支援・介護予防サービスが利用できるような地域づくりを市町村が支援することについて、制度的な位置づけの強化を図る。具体的には、生活支援・介護予防サービスの充実に向けて、ボランティア等の生活支援の担い手の養成・発掘等の地域資源の開発やそのネットワーク化などを行う「生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）」の配置などについて、介護保険法の地域支援事業に位置づける。



# 大阪狭山市で行われる 支え合い・助け合い活動

---

# 地区福祉委員会

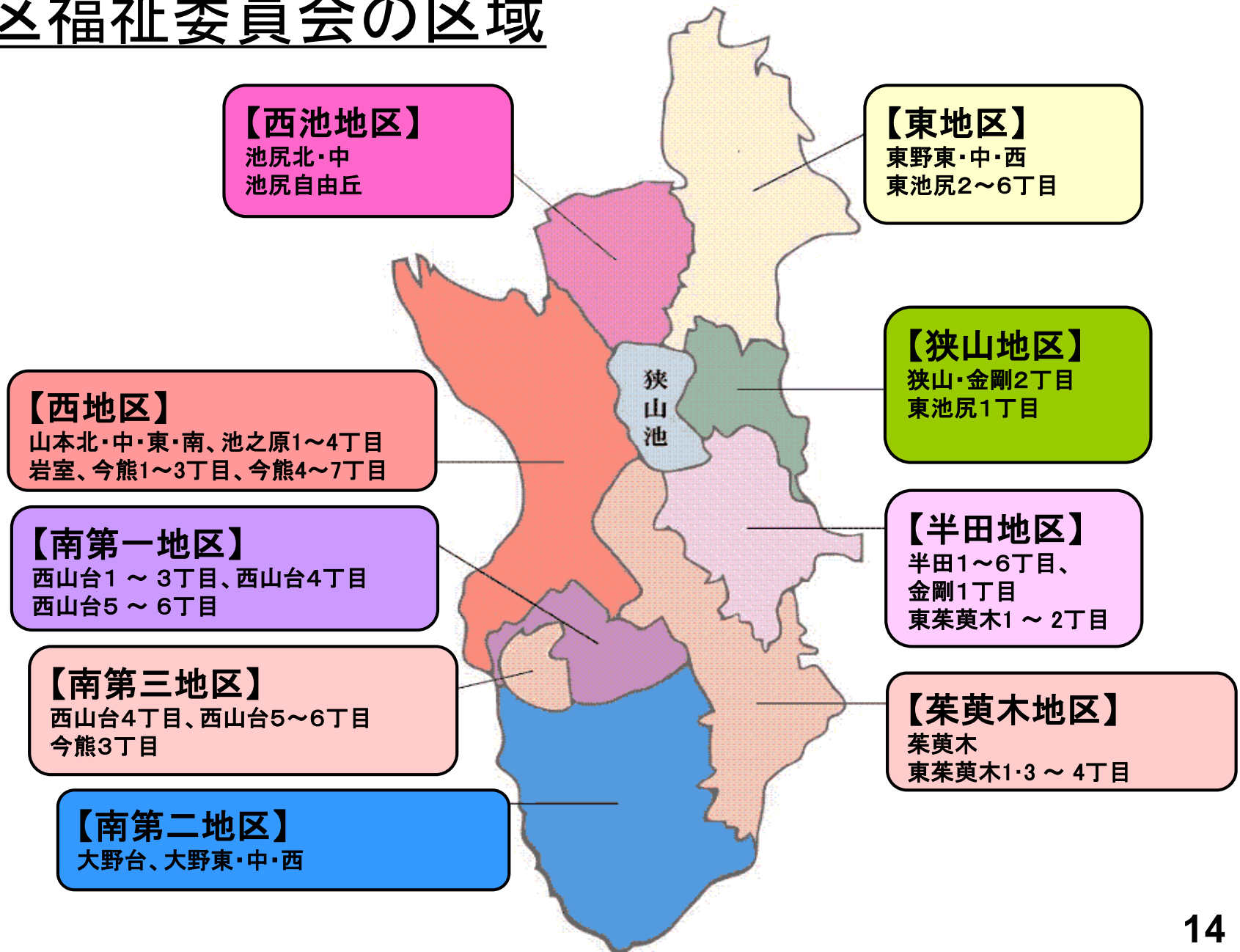
---

# 地区福祉委員会

住みよい福祉のまちづくりを進めることを目的にした住民参加の自主的な組織として、概ね小学校区をその範囲とし、大阪狭山市では7小学校区に9つの地区福祉委員会が設置されています。活動をとおして「ご近所付き合い」「向こう3軒両隣」の大切さを広めています。

自治会や老人クラブなどの各種団体や関係機関の代表、民生委員・児童委員など、**福祉委員**（令和元年度は市全体で450名）となりボランティア活動を実践、地域福祉の推進に向けた活動に取り組まれています。

# 地区福祉委員会の区域





# 地区福祉委員会の主な活動

【認知症声かけ訓練】



【地域交流ふれあいバスツアー】



【地域清掃】



【福祉委員研修会／  
住民向け講演会】



【健康体操】



【ふれあい広場】



それぞれの地域の特性に合わせて事業を実施、上記は代表的なもの。



# 小地域ネットワーク 活動推進事業

---

# 小地域ネットワーク活動

「見守り活動や日常生活の支援を行う活動」です。地域の寝たきりやひとり暮らし、高齢者、障がい(児)者、子育て中の親子等支援を必要とするすべての人が安心して生活できるよう、地域住民の参加と協力によって「支え合い・助け合う活動」となります。

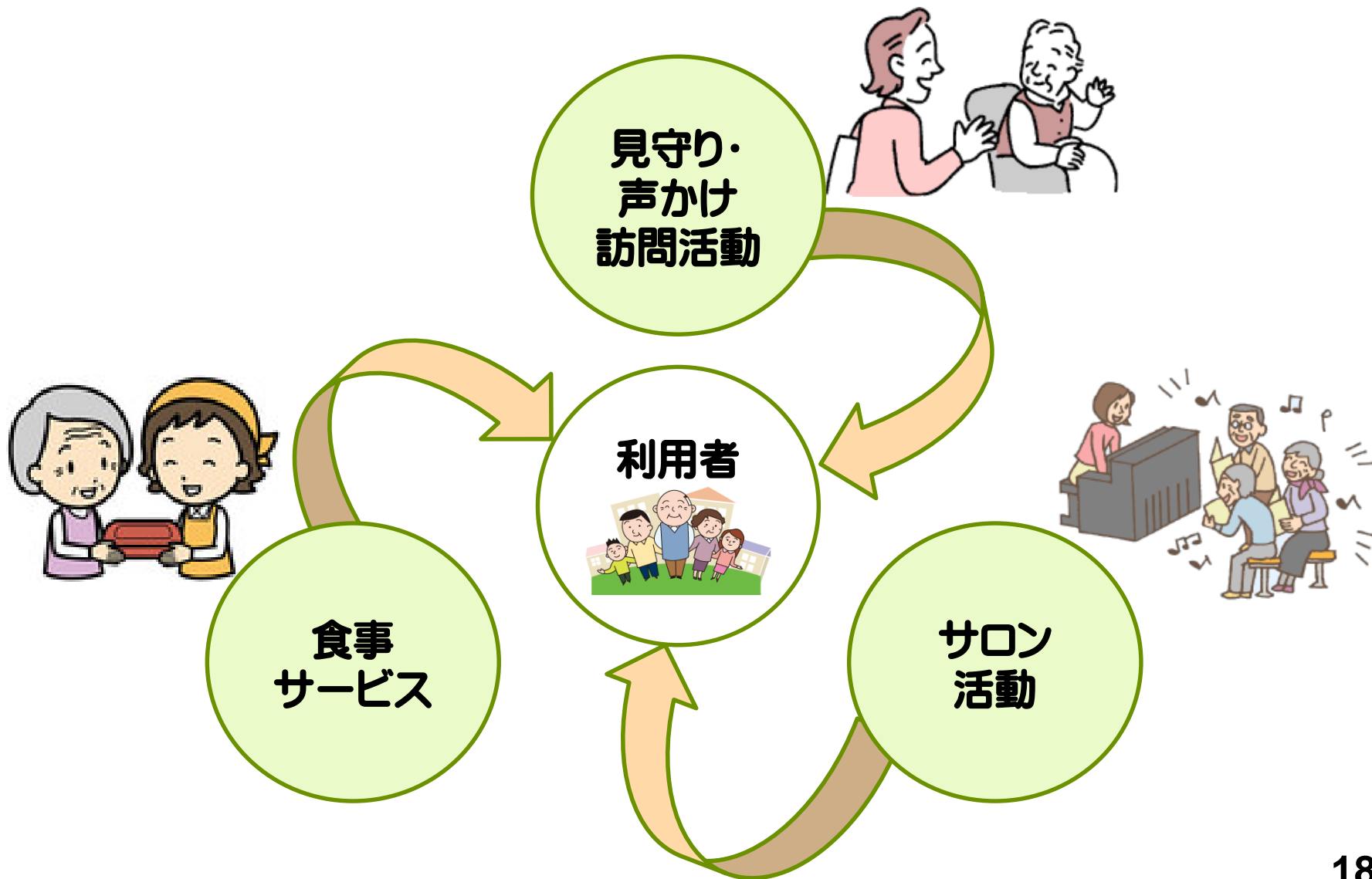
## 【個別援助活動】

見守り・声かけ(安否確認)、軽作業の援助(電球交換等や簡単な作業等)、家事援助(買い物や掃除などの簡単な身の回りの世話)、散歩や病院などの付添など。

## 【集団援助活動】

ふれあい食事サービス活動、いきいきサロン、世代間交流活動、ミニデイサービス活動、地域リハビリ活動、子育て支援活動など

# 大阪狭山市では次の3つで展開



# 見守り声かけ訪問活動



地域の高齢者等が、安心して生活できるよう、地域住民の参加と協力による支え合い、助け合い活動。

## 〈活動内容〉

- ◇ 見守り・声かけ活動
- ◇ 話し相手
- ◇ 家事援助活動
- ◇ ガイドヘルプ活動
- ◇ 簡単な用事の手伝い  
など

## 〈事業対象〉

- ① おおむね65歳以上の  
ひとり暮らし及び寝たきりの人
- ② その他社協会長が認めた者

# 活動の様子「見守り声かけ訪問活動」



# 食事サービス(配食・会食型)



在宅の高齢者や障がい者等の食生活の維持向上を支援するとともに、地域住民との安否確認を兼ねたふれあい交流を図る。

## 〈活動内容〉

### ◇配食サービス

調理された弁当を地域の方が配達し、安否確認を行う。

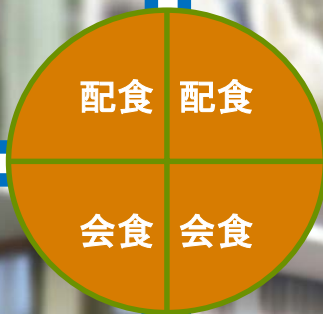
### ◇会食サービス

自治(地区)会館等で、対象者と地域方がみんなでする。

## 〈事業対象〉

- ①概ね65歳以上のひとり暮らし及び寝たきりの人  
※但し、会食は寝たきりの人を除く
- ②概ね70歳以上の高齢者のみの世帯
- ③重度の心身障がい者の世帯
- ④その他社協会長が認めた者

# 活動の様子「食事サービス」



# サロン活動



地域を拠点に、当事者とボランティアが協働で、交流ができる場。



## 〈活動内容〉

- ◇ いきいきサロン活動
- ◇ ミニデイサービス活動
- ◇ 地域リハビリ活動
- ◇ 子どもとの  
ふれあい交流活動 など

## 〈事業対象〉

- ① 高齢者
- ② 障がい者
- ③ 子育て中の親子
- ④ その他社協会長が  
認めた者



# 活動の様子「サロン」

鑑賞



子育て



喫茶



歌声喫茶



# 市内の活動の様子<サロン>



# コミュニティカフェ

---

# コミュニティカフェ

高齢者や認知症のかたに限らず、地域の誰もが気軽に立ち寄り、お茶とお菓子を囲んで楽しく交流する場、居場所として開催されています。

番号	名称	開催場所	開催日時
1	円卓カフェ 「みらい」	NPO南中学校区まちづくり円卓会議 (大野台2-1-58 ハーティ地階)	毎週月曜～金曜 13時半～16時半
2	地域交流サロン フレスコカフェ	ファボーレケアプランセンター (大野西742-11 ケアハウスフレスコ)	毎週火曜 11時半～14時半
3	Café花ごよみ 整体カフェ	結いまーる (東茱萸木2-1868-1)	第1・3・5木曜 10時～正午
4	Café花ごよみ オープンルームカフェ	〃	第2・4水曜 10時～正午
5	café Heart mori	ハート守 (池尻中1-18-27)	毎週金・土曜 ※第2・4土曜は歌声喫茶 13時～17時 毎週土・日曜 8時～11時

さやりんおれんじカフェ

---



# さやりん おれんじカフェ(認知症カフェ)

認知症の人や家族、地域の人や関係職員など、誰でも気軽に集まり、楽しく過ごしながら仲間作りや情報交換をする場です。



番号	名称	開催場所	開催日時	内容等
1	げんき カフェ	げんき館 (茱萸木3-254-2)	第2(水)、第4(土) 14時～17時	みんなで楽しくおしゃべりをしています。また脳トレや合唱などで楽しみながら頭を使います。
2	さくらあつ たかカフェ	さくらの杜半田 (半田3-471-1)	第2(日) 14時～16時30分	老後の生き方・暮らし方懇談会として、「老い」について話し合っています。
3	カフェ おもちゃ館	おもちゃ館 (西山台6-16-5)	毎週(土)、第3(水) 13時～16時	型染めや元気維持体操などを行っています。
4	くみのき カフェ	くみのき苑 (東茱萸木4-1977)	毎週(月～金) 14時～17時	月1回程度でアロマオイルを使ったハンドマッサージやパン教室を行います。
5	カフェ 笑	笑 (大野台7-11-10)	第1・3(日) 13時～16時	来れば笑いがある。来れば笑顔になるカフェです。「笑歌」を一緒に歌いましょう。
6	里カフェ	さやまの里 (岩室2-185-11)	第2・4(木) 13時～16時	介護老人保健施設ならではの多彩な専門職が、コミュニケーションの場を提供します。

# 活動の様子「さやりんおれんじカフェ」



# ボランティア活動

---



池田市  
にじの会

箕面市  
ふれあい  
ホームサー  
ビス事業

守口市  
すまいる  
サービス  
センター

東大阪市  
ワンコイン  
生活サ  
ポート事業

河南町  
ラクチンラ  
イフサポー  
ト事業

泉佐野市  
おたがい  
さまの会

八尾市  
ワンコイン  
生活サ  
ポート事業

大阪  
狭山市  
ヒューマン・  
ケア事業



有償

ボランティア

## ヒューマン・ケア事業(有償ボランティア活動)

日常生活上で家事及び介護等で困っている方々(利用会員)の負担・困りごとを少しでも和らげるために、地域の人々(協力会員)の参加によって行う、有償での会員方式の支え合い活動です。

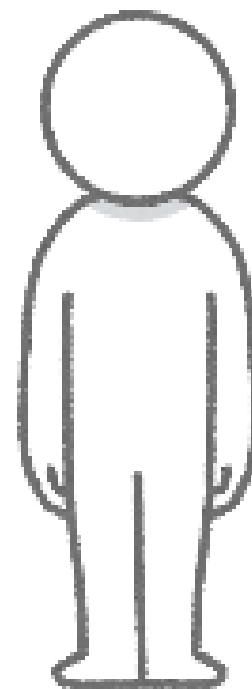
協力会員が利用会員を訪問し、会費・時間制で援助をします。



協力者(会員)

地域住民

有償の支援



利用者(会員)

地域で困っている人

# ヒューマン・ケア事業(有償ボランティア活動)

## 協力会員

自分ができるちょっと  
したお手伝いなら  
やってみてもいいか

今は、自分で何でも  
出来るけど  
何年か後の生活・・・  
助けてくれる人が  
いたら嬉しいなあ！

少しずつ  
元気になっている姿を  
みて私も  
うれしくなってきた！！

役に立っている  
実感！！

## 活動報酬

1時間 700円  
(年会費：1050円)  
※30分単位～報酬です。  
※ボランティア保険加入します



## 利用会員

遠いゴミステーションに、  
ゴミを捨てに行けない

骨折をしてしまって、  
買い物の時に、重たい  
ものを持ってくれると  
助かる

耳が遠くて病院受診が  
不安

膝が痛くて植木の  
水やりができない

## ケア利用料金

1時間 840円  
(年会費：2100円)  
※チケット制です。  
※30分単位で利用できます。



# ヒューマン・ケア事業(有償ボランティア活動)

## 活動事例①

### 階段の上り下りが大変な80代女性へのゴミ出し支援



利用会員

集合住宅に住んでるが、階段の上り下りが大変  
...、週2回のゴミ出しが出来ない...

ゴミ出しであれば、家の中に入るわけじゃないので、男性の私でも気軽に出来た。70代だが元気で出来ることは頑張りたい。とても喜んで頂いている姿を見ると、週2回行くのが楽しみになっています。何より自分自身の介護予防にも繋がるので、これからも出来ることを出来る範囲で続けていきたい。



協力会員

# ヒューマン・ケア事業(有償ボランティア活動)

## 活動事例②

### 障がいにより歩行が困難な50代女性の家事支援

進行性の病気のため、日々の生活や将来について不安…。



利用会員



協力会員

ご本人とは年齢も近く、訪問時いろいろなお話しで盛り上がります。家事支援として、洗濯物を畳んだり、食器の片付け等をしてはいますが、それより、何でも気軽に話せる人と思ってもらえれば嬉しいです。ご本人宅への訪問が私にとっても気晴らしになり、リフレッシュの機会となっています。

# ヒューマン・ケア事業(有償ボランティア活動)

利用者にとって

- ①有償ボランティアは、利用者にとって、気兼ねしすぎず、必要な支援を受けられる。
- ②制度の狭間や既存の形にとらわれない
- ③地域住民ならでは視点、支え合いの構築が図れる。  
(地域住民じゃないと出来ないことがある)



# ヒューマン・ケア事業(有償ボランティア活動)

活動者にとって

- ①活動は、地域や社会をよりよくしていくことに役立つとともに、活動する自分自身も豊かにする
- ②有償であることで、活動の持続に繋がりがやすい。

# 他市の取り組み

---

# 不動ヶ丘高齢者等 生活支援プロジェクト「ほっとらいふ」



不動ヶ丘町は約40年前に山を切り開いて造成されたニュータウン、最寄り駅が徒歩圏内にある反面、町内はもとより、駅周辺にも商業施設や病院がなく、車がないと生活に不便な場所、高齢化が進み、独居世帯も増え、病院への通院や買い物に不便を感じる高齢者が多くなった。平成26年6月、自治会内のボランティアグループとして設立、有償による生活支援・移動支援を実施されている。

1. 日常生活困りごと支援	・病院に行きたい、買い物がしたい、銀行や市役所に行きたい、粗大ごみが重くて出せない など
2. 憩いの場支援	・買い物ツアー、・朝市、フリーマーケット、認知症予防講習会など
3. IT支援	携帯電話購入の手伝い、携帯電話使い方講習、タブレット勉強など

# コープのお買い物便



大阪いずみ市民生活協同組合(生協)は、過疎化が進む地域や、団地、ニュータウンにおける「買物困難者」への支援を目的に、平成24年6月から「コープお買い物便」を開始。事業者の強みを活かした「食を通じた社会貢献の一環」として、府内14市町村を4台の移動販売車が巡回している。

## 大阪狭山市の運行先

- ①大鳥池自治会館前
- ②サニータウン集会所
- ③東野地区公民館前
- ④池尻第2公園南側
- ⑤自由丘中池北
- ⑥自由丘2丁目北
- ⑦池尻コミュニティホール

# 介護予防・日常生活支援総合事業 (略して、総合事業)

# 大阪狭山市 介護予防・日常生活支援総合事業 に係る地域づくり協議体



## 地域づくり協議体

介護予防・生活支援サービスの体制整備に向けて、定期的な情報の共有と連携や協働を行います。大阪狭山市にお住まいの高齢者の「社会参加」「生きがいづくり」をすすめながら、「住み慣れた地域で自分らしい生活を続けて頂くため」の地域づくりの推進を目的に設置しています。併せて生活支援コーディネーターの補完機能も有します。

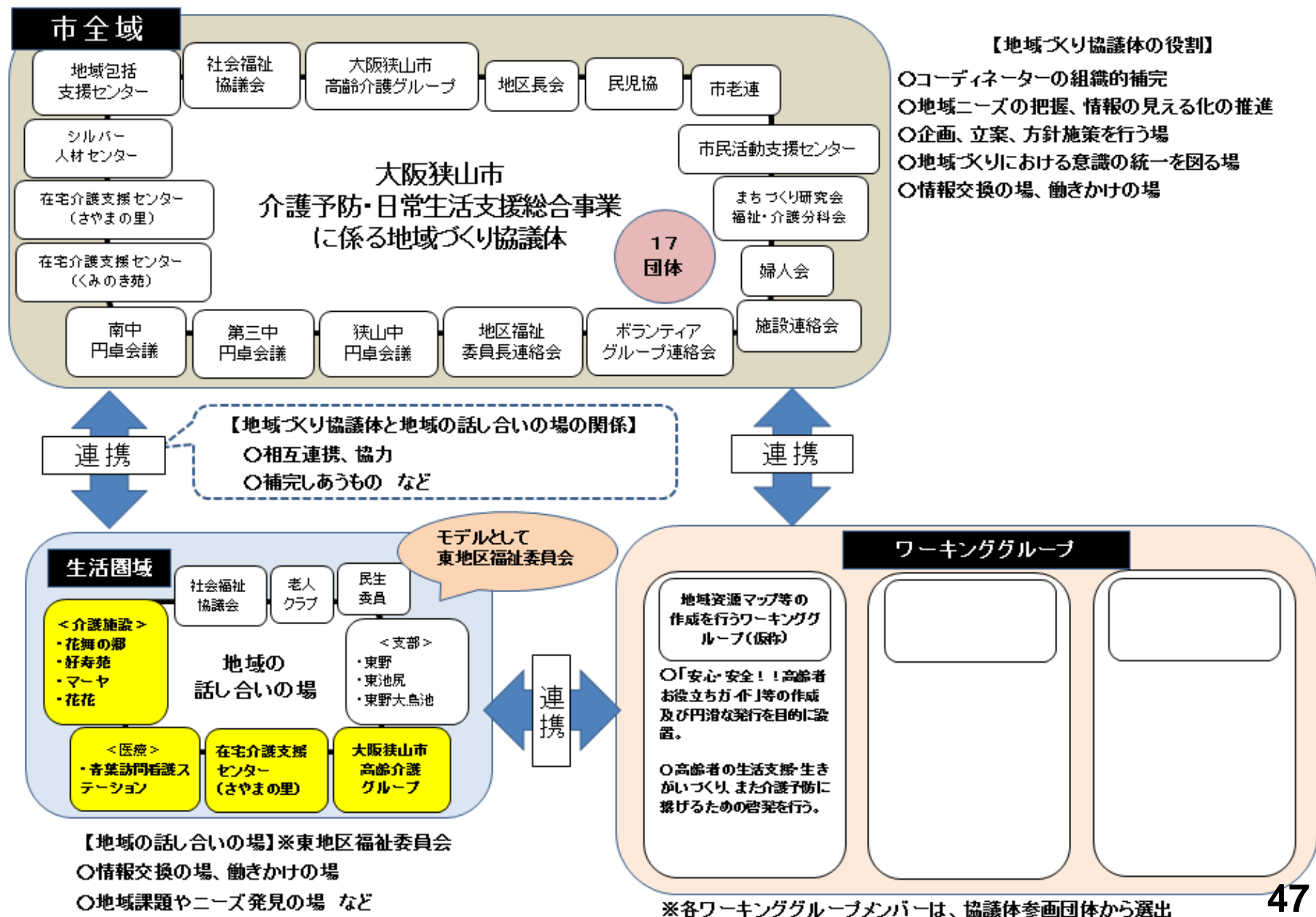


# 地域づくり協議体





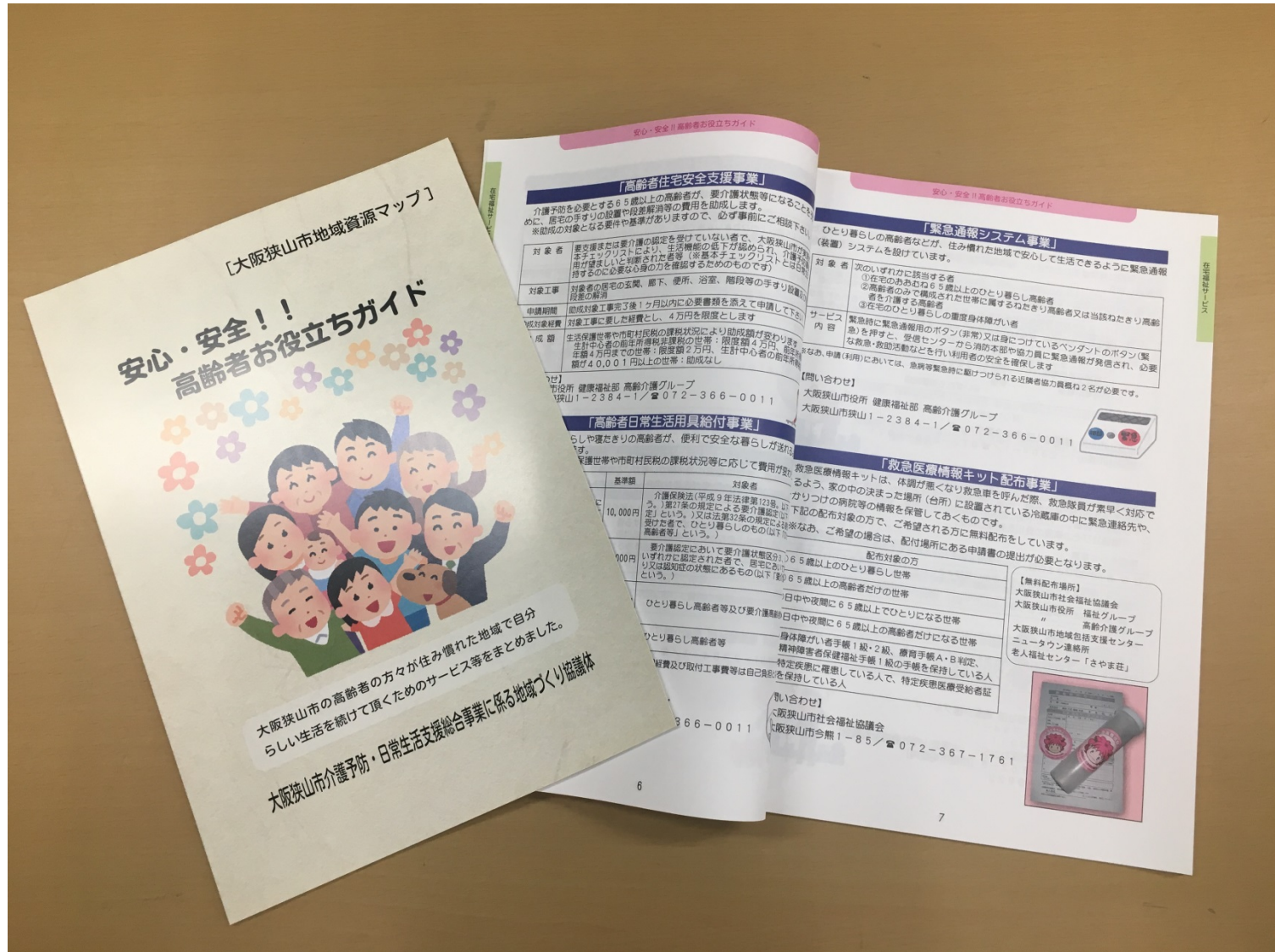
## 地域づくり協議体と地域の話し合いの場等のイメージ図



### 【地域づくり協議体の役割】

- コーディネーターの組織的補完
- 地域ニーズの把握、情報の見える化の推進
- 企画、立案、方針施策を行う場
- 地域づくりにおける意識の統一を図る場
- 情報交換の場、働きかけの場

# 安心・安全！！高齢者お役立ちガイドの発行



【大阪狭山市地域資源マップ】

## 安心・安全！！ 高齢者お役立ちガイド

大阪狭山市の高齢者の方々が住み慣れた地域で自分らしい生活を続けて頂くためのサービス等をまとめました。

大阪狭山市介護予防・日常生活支援総合事業に係る地域づくり協議体

安心・安全！高齢者お役立ちガイド

### 「高齢者住宅安全支援事業」

介護予防を必要とする65歳以上の高齢者が、要介護状態等になることにより、居宅の手すりの設置や段差解消等の費用を助成します。  
※助成の対象となる要件や基準がありますので、必ず事前にご相談下さい。

対象者	要介護または要介護の認定を受けていない方で、大阪狭山市が「まちづくり」により、生活機能の低下が認められ、介護サービスが不足していると判断された者等（※基本チェックリスト）と認定された方に必要な身の力を発揮するためのものです。
対象工事	対象者の自宅の玄関、廊下、便所、浴室、階段等の手すり設置、段差の解消
申請期間	認定対象工事完了後1ヶ月以内に必要書類を添えて申請して下さい。
認定対象費	認定対象工事要した経費とし、4万円を限度とします。
申請成否	生活保護受給者や市町村民税の課税状況により助成額が異なります。申請から承認までの期間が約4週間です。申請額4万円、認定額4万円までの世帯：限度額2万円、生計中心者の前年所得額が40,000円以下の世帯：助成なし。

市役所 健康福祉部 高齢介護グループ  
大阪狭山市1-2384-1/☎072-366-0011

### 「高齢者日常生活用具給付事業」

高齢者が安心して生活するための必要となる生活用具を、高齢者が負担しやすくなるよう、助成金を活用して給付いたします。

給付額	対象者
10,000円	介護保険法(平成9年法律第123号、以下「介護保険法」という。)、又は法第32条の規定に基づき認定された方で、ひとり暮らしの世帯(高齢者等)という。
20,000円	要介護認定において要介護状態区分が65歳以上のひとり暮らし世帯、又は認知症の状態にあるもの(以下「認知症高齢者」という。)

給付対象となる生活用具の種類や取付工事費等は自己負担を保持している人で、特定疾患医療受給者証を有する方が対象となります。

【問い合わせ】  
大阪狭山市社会福祉協議会  
大阪狭山市今熊1-85/☎072-367-1761

### 「緊急通報システム事業」

ひとり暮らしの高齢者などが、住み慣れた地域で安心して生活できるように緊急通報(救急)システムを設けています。

対象者	次のいずれかに該当する者 ①在宅のあまね65歳以上のひとり暮らし高齢者 ②高齢者のみで構成された世帯に属するひとり暮らし高齢者又は当該ひとり暮らし高齢者のひとり暮らしの重度身体障がい者
サービス内容	緊急時に緊急通報用のボタン(非常)又は身につけているペンダントのボタン(緊急)を押すと、受信センターから消防本部や協力員に緊急通報が発信され、必要な救急・救助活動などを行い利用者の安全を確保します。

※なお、申請(利用)においては、急病等緊急時に駆けつけられる近隣者協力員が2名が必要です。

【問い合わせ】  
大阪狭山市役所 健康福祉部 高齢介護グループ  
大阪狭山市狭山1-2384-1/☎072-366-0011

### 「救急医療情報キット配布事業」

救急医療情報キットは、体調が悪くなり救急車を呼んだ際、救急隊員が素早く対応できるよう、家の中の決まった場所(台所)に設置されている冷蔵庫の中に緊急連絡先や、かかりつけの病院等の情報を保管しておくものです。

下配の配布対象の方で、ご希望の場合は、配布場所の方に無料配布をしています。

【無料配布場所】  
大阪狭山市社会福祉協議会  
大阪狭山市役所 福祉グループ  
「高齢介護グループ」  
大阪狭山市地域包括支援センター  
ニュータウン連絡所  
老人福祉センター「さやま荘」

【問い合わせ】  
大阪狭山市社会福祉協議会  
大阪狭山市今熊1-85/☎072-367-1761

# 地域の話し合いの場

(※モデル／東地区福祉委員会)

## ★地域での話し合い



## ★コープの移動販売車の運行



## ★買い物ツアーの検討

