

令和5年度 札幌市生活支援体制整備事業 生活支援コーディネーター活動事例集



生活支援コーディネーターキャラクター
さぼっちー



令和6年3月

はじめに

○生活支援コーディネーターは、高齢者をはじめ地域にお住まいのみなさんが、いつまでもいきいきと安心して生活できるよう、地域組織や関係団体、社会福祉法人、民間企業などと連携しながら、日常生活の支援体制の充実を図り、支え合いの仕組みづくりを推進する役割を担っています。

○札幌市内においては、10区に第1層生活支援コーディネーター、27の地域包括支援センターエリアごとに第2層生活支援コーディネーター（生活支援推進員）が各1名配置され、各担当地域で様々な取組みを展開しています。

○本冊子では、第2層生活支援コーディネーターのエリアごとに、活動事例を紹介しています。生活支援コーディネーターの活動について、理解を深めていただき、さらなる生活支援の充実、支え合いの仕組みづくりに向けて、一層のご協力をいただければ幸いです。

目次

1. 札幌市における生活支援体制整備事業	1
2. 令和5年度「支え合いを広げる地域づくりフォーラム」	2～5
3. 生活支援コーディネーター活動事例	
中央区	6
北区	7
東区	8
白石区	9
厚別区	10
豊平区	11
清田区	12
南区	13
西区	14
手稲区	15
4. 第2層協議体会議の開催状況	16～17

札幌市における生活支援体制整備事業

ひとり暮らし世帯や支援を必要とする高齢者が増加する中、地域組織やボランティア、老人クラブ、社会福祉法人、NPO、民間企業など地域の多様な主体が連携を図り、ちょっとした生活の困りごとを解決する高齢者の生活支援「支え合いの仕組みづくり」を支援します。

① 社会資源の把握・資源開発

地域にある様々な情報を把握・整備します

生活支援に関する有償サービスやサロンなどの地域の居場所など、高齢者の生活にとって必要なサービスや場所などを把握し、「見える化」を行います。不足するサービスについては、新たに開発します。

② 生活支援ニーズの把握・共有

高齢者の生活に関する困りごとを調べます

地域にどんな困りごとが多く、どのような理由があるのかをアンケート調査や関係機関の会議への出席などにより把握・分析し、地域の方と共有したうえで、市民に発信・周知します。

③ 担い手の育成・発掘

元気な高齢者の社会参加を応援します

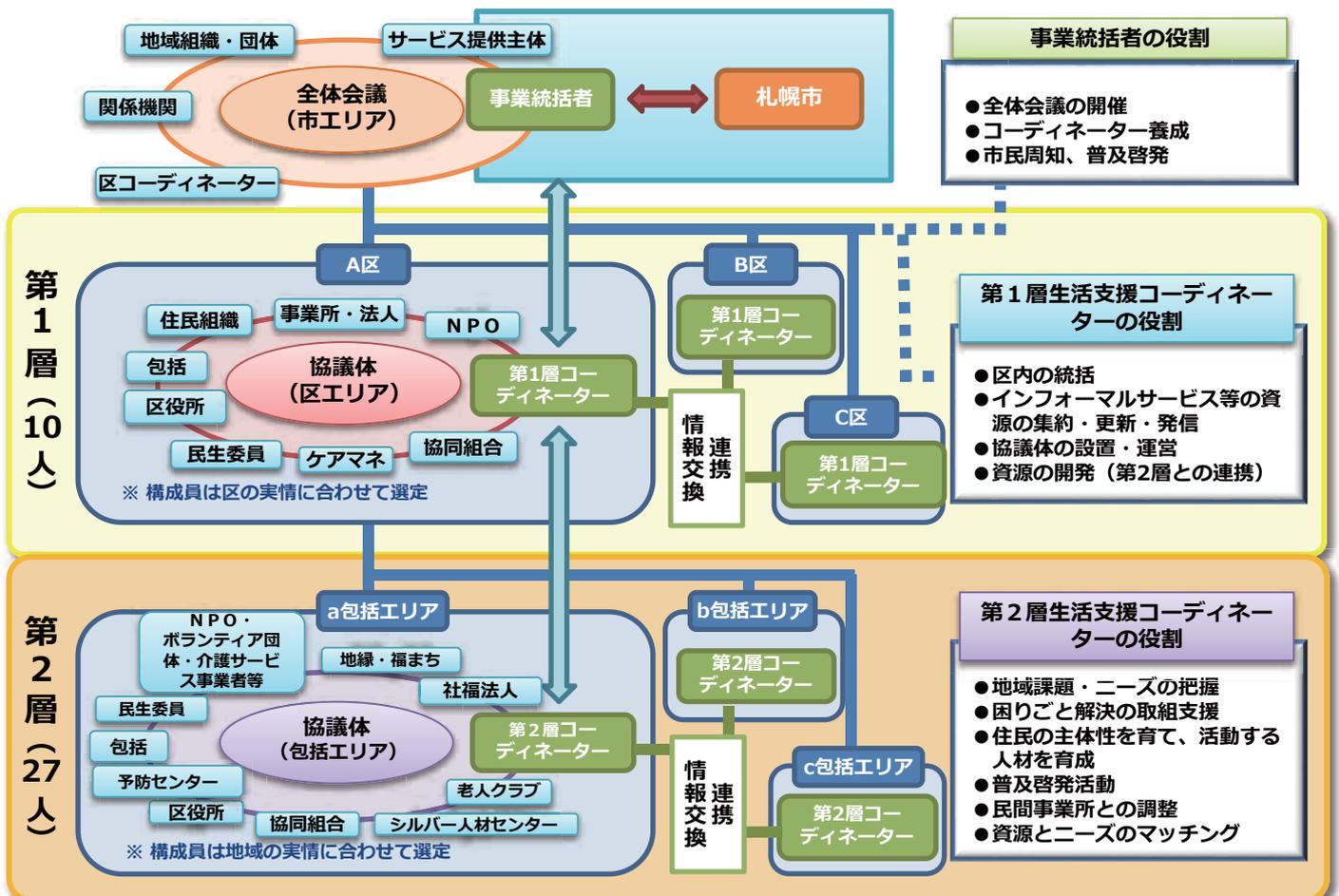
住民への説明会、ボランティア講座や住民ワークショップの開催などを通じ、「住民主体による支え合いの大切さ」を伝えるとともに、支え合いに参画する担い手を養成します。

④ 協議体の設置と運営

地域の困りごとやその解決方法を考えます

地域住民や関係機関などが集まり、地域における生活課題や情報共有、連携を強化し、地域の支え合い活動（ごみ出し、掃除、外出支援等）の仕組みづくりにつなげます。

札幌市生活支援体制整備事業（イメージ）



令和5年度「支え合いをひろげる地域づくりフォーラム」(令和6年1月29日 かでの2・7ホール) ～みんなで創る支え合いの社会～

生活支援コーディネーターの役割と住民主体で活動している多様な取り組みを学び、地域で支え合う大切さを共に考える機会とし、支え合い意識の醸成と活動の推進を目的に、フォーラムを開催しました。

一般社団法人コミュニティーネットハピネスの代表理事の土屋幸己氏を講師にお招きし、基調講演をいただきました。また、中央区・西区の生活支援推進員と町内会活動者から活動実践報告を行いました。

基調講演 地域での支え合い活動を広げるために～みんなで創る支え合いの社会～

一般社団法人コミュニティーネットハピネス 代表理事 土屋 幸己 氏

◆ プロフィール ◆

特別養護老人ホーム、療育等支援事業コーディネーター、富士宮市社会福祉協議会事務局長等を経て、2006年に静岡県富士宮市福祉総合相談課長(兼)地域包括支援センター長。

2015～2018年まで公益社団法人さわやか福祉財団戦略アドバイザー。

2017年に一般社団法人コミュニティーネットハピネスを立ち上げ代表理事に就任。厚生労働省「地域における住民主体の課題解決力強化・相談支援体制の在り方に関する検討会(地域力強化検討会2016)」、日本社会福祉士会地域包括ケア推進委員会委員、生活困窮者支援委員会委員ほかを歴任。

全国の市町の福祉アドバイザーをはじめ、ソーシャルワークの基本であるアセスメント研修をはじめとする各種研修や、全国各地で共生社会の実現に向け温かい地域づくりを推進している。



■2040年問題と地域包括ケアシステム

我が国は2008年をピークに人口減少が始まっており、介護を含めた高齢者を支える担い手の減少も顕著になっています。2040年問題と盛んに言われていますが、社会保障費は2018年と2040年を比べると1.6倍になると言われています。介護認定者数や介護保険料は増加していきます。

そこで国は、2040年までの目標として健康寿命を3年延ばそうとしています。健康寿命は心身ともに健康で自立して活動できる期間、いわゆる要支援や要介護にならない状況です。この目標を達成するため、地域課題として介護予防になるような地域をつくってこうとしています。

その一環として国は2000年頃から「地域包括ケアシステム」を構築しようと取り組んでおり、住み慣れた地域で、尊厳ある地域生活を続けられるような仕組みを作ろうということです。

ひとり暮らしの方が介護認定を受けていなくても、話し相手が欲しいなと思ったときに、地域にいつでも通える場所があって、話ができて、介護予防体操ができるような場所があったらいいですね。それから、生ごみぐらいいは捨てられるけれども、粗大ごみは捨てられないというときに、ちょっと助けてくれる活動があったらいいですね。

地域に通える場所や支え合い活動が存在していれば、安心して地域生活を送ることができます。介護予防と生活支援が充実した地域づくりを行うことが生活支援体制整備事業です。

■協議体の役割

生活支援コーディネーターや協議体の役割は、まず、地域に不足するサービスを作り出すことです。そのためには誰が何に困っているのか、ニーズや困り事を把握して、それに対応できる助け合いを作っていくことです。

私が住んでいる富士宮市では、4月になりますと、その年は何に取り組むか地区の協議体ごとに取り組みの課題を決め、高齢者世帯の困り事の聞き取り調査などを行い、具体的な事業計画を立てます。10月になると、中間会議を開き、前期の取り組みの共有と、問題と感じたことや新たな課題を議論して、後期の取り組みを決めます。そして、1年間どう取り組んだかを年度末会議で共有し、次の年の計画を立てます。これを繰り返していくと、年々、事業や取り組みが拡大していくことになります。

協議体の活動は、支援が必要な高齢者等の生活課題を地域のインフォーマルな支援によって解決することが重要なポイントです。

インフォーマルな支援で対応可能なことは、第2層生活支援コーディネーターや協議体が対応し、直面している課題が支え合い活動で対応可能なのか、それとも無理なのかをしっかりと考える必要があります。支え合い活動等で解決できそうな個別課題や生活課題は地域の皆さんが対応し、そうでないものは包括や行政などの専門機関につないでもらいます。地域で解決できない課題は、第1層の協議体が受け取り、行政に対して政策提言を行っていくことになります。

■多様な主体と協議体とのつながり

社会福祉法人や企業を協議体の活動にうまく巻き込んだ事例をいくつか紹介します。

地域で通いの場を開設した際に、そこまで歩いてこれない方がいたため、協議体の皆さんから、休憩場所となるように、道中にベンチを配置したいと意見があり検討しました。その地域の中にベンチを作っているアルミの会社があったことから、その業者も協議体に入ってもらい、議論をした結果、ベンチを寄贈していただけることになりました。商店の協力を得て店の前に設置したそのベンチは、休憩の場だけではなく、おしゃべりができる新たな居場所になりました。

個別のゴミ出しの課題から市を巻き込んだゴミ出しの対応事例につながった取り組みもあります。

独居の80代のAさんは、物忘れが始まり、自分でゴミ出しが出来なくなり、遠方の息子が介護申請を行いました。ケアマネジャーが選任されAさん宅を訪問したところ、この地域は朝の8時半前にゴミ回収に来ることから、ヘルパーで対応することができないことがわかりました。ケアマネジャーが包括に相談し、包括から生活支援コーディネーターに協議体でAさんの支援方法について検討をしてほしいと依頼があり、Aさんの同意を得て、協議体で検討することになりました。同じ地域に同様の困りごとを抱えている方がいないか調査したところ、そのような方は複数おり、地域としても対応に困っているということがわかりました。

そのため、地域の高齢者、地区の役員、介護事業者、ヘルパー事業者、シルバー人材センター、社会福祉協議会、地域包括支援センター、市生活環境課、市福祉企画課等が集まり、協議体でワークショップを開催し、ゴミ出しの課題を抱えている高齢者や、市生活環境課の担当者から話を聞き、話を聞いて思ったことや課題解決に向けたアイデアを協議体参加者で共有しました。

何度か協議体で意見交換を行い、地域で出来ることを考えた結果、この地域でゴミ出しに困っている10人を対象に、ゴミの戸別収集の実証実験を行うことになりました。毎週水曜日の午前中に、自宅前にゴミを出してもらい、その地域のボランティア活動団体にゴミの個別回収をお願いし、地域のごみ集積場に運んでもらいました。また、実証実験期間中は、市が通常8時半の回収時間を午後の時間帯に変更し、清掃会社が個別回収したゴミを市の清掃センターへ搬入するよう調整しました。

この実証実験を3か月続け、第1層協議体でまとめた実証実験結果を基に、市へ互助・共助がスムーズに進むための仕組みづくりや、行政としてゴミの個別回収の必要性を検討することについて提言書を提出しました。

■自治会圏域の第3層協議体

私が支援に関わっている山梨県の南アルプス市では、平成27年度から生活支援体制整備事業に着手し、生活支援コーディネーターを配置し、8回もの勉強会を行い、「支え合いのまち南アルプス市」を目指し、住民の力を信じつつも、住民の丸投げにはしないということをすりあわせしました。

当初南アルプス市では、合併前の6つの旧市町村を第2層エリアにしようと考えていましたが、エリアによって特徴が違いすぎるという話があり、結果的に15カ所に2層協議体を立ち上げることになりました。

協議体の取り組みを理解していただくために、最初に行った取り組みがフォーラムの開催でした。参加した市民の方に2層協議体への参加協力をを行い、手を挙げてくれた59名の方と勉強会を始めました。勉強会では、自身が将来この地域でどう暮らしたいか、そのために今何が課題なのか、何が出来るのかを一緒に考えていきましょうというメッセージを発信し、現在でも9割ぐらいの方が活動を続けてくれています。

勉強会に参加した住民が中心となって、各エリアに第2層協議体がどんどん立ち上がっていきました。協議体のメンバーも手上げ方式で募集しました。小学校区15カ所で第2層協議体を設置しスタートしたところ、エリア範囲が広く、住民の皆さんから自治会圏域に第3層の協議体を作りたいと意見が出され、第3層協議体の設置が進みました。

第3層協議体がかきかけで、各自治会圏域で介護予防の取組みや、多世代交流サロン、買い物ツアー、移動販売と居場所の連携、認知症カフェ、制服のリユース活動など幅広い取り組みが行われています。

行政は、自治会長の理解と協力を得るために、毎年協議体の説明会を開催して第3層協議体の活動支援を行っています。また、交付金を自治会に支払い、自治会は第3層協議体に交付します。このような仕組みにすることで、自治会と第3層協議体の連携や理解促進につながっています。

また、第3層協議体の取り組みを紹介したチラシの全戸配布などの広報活動やフォーラムを毎年開催し、他の第3層エリアの発表を聞いていただき、来年は自分たちも頑張ろうという意識啓発を行っています。

南アルプス市のある1層コーディネーターは、「道りは遠いけど、みんなで目指そうと決めた安心して暮らせる地域づくりを、次の世代につなげていけるように、息の長い活動にしていきたい」という思いを語ってくれました。

この言葉に協議体の本質のすべてが表れているのではないかと思います。これからの厳しい時代を自分事として捉え、行動していこうという住民が1人から2人、2人から3人へと広がっていけばと思います。

発表者：中央区第1エリア 生活支援推進員 下町 百恵
中央区中央地区第8町内会 会長代行 堀川 淳子氏



下町) 第8町内会では、『お手伝いサロン』という生活の中でちょっとした困り事を住民同士の助け合い活動で行うサロンが行われています。具体的には、病院の付き添いや電球交換、重たい荷物の買い出しなど、誰かが手伝ってくれたら助かるような困り事のお手伝いをしています。コロナ禍の期間は、活動の依頼が少なくなり、メンバー同士で話し合いを行い、困り事の声は顔なじみの関係性でないとはいえないのではないかという考えに至りました。

そのため、令和5年度から開催を中止していたランチ会を『お食事サロン』として実施したところ、参加者同士の会話も増え、困り事の声も拾えるようになりました。ある時、『お手伝いサロン』に、スマートフォンとスマートウォッチを連携してほしいという依頼がありました。自分達では対応が難しいため、スマートフォンの操作に長けている学生との連携が必要ではないかという声があがりました。また介護予防センターから、歩行能力が低下してきている方が多く、何らかのアプローチが必要という声を拾いました。

そのため、コーディネーターが調整を行い、学生とのつながりを構築するため、第8町内会の近くにある札幌ベルエポック専門学校に協力を打診したところ、学校側からも「地域と関わりたい、1階にあるカフェスペースにもっと地域の方が来てほしい」という声をいただきました。

これらの声から、『お手伝いサロン』で、地域の魅力を知る・学生との交流・介護予防を目的に、中央地区の様々なスポットの散策と併せて札幌ベルエポック専門学校の学生とのお食事会を企画しました。この企画は大変好評で、顔を合わせる機会が大切であり、顔なじみの関係性になることで困り事が相談しやすくなるということを再確認しました。

また、困り事のニーズ調査を目的に、高齢者向けの生活支援アンケートを行いました。顔を合わせる機会を増やすために、参加したくなるような交流はどういうものかという設問や、ちょっとした困り事を抱えている人を掘り起こすため、生活支援の困り事に関する設問も設けました。アンケートから地域住民の声を拾い、令和6年度の『お手伝いサロン』の取組に活かしていきます。

堀川氏) 独居高齢者の部屋が、なかなか明かりがつかない日が続いていることがあって、その方を訪ねたところ、電球が切れてどうしたらいいかわからないということでした。そのことをきっかけに、マンションの高齢者にアンケートを行ったところ、困り事を抱えている人がいることがわかり、『お手伝いサロン』を開始しました。7年目を迎えましたが、病院の付添いや重い荷物を持ってほしいというような依頼がありました。最近は、スマートフォンの使い方を教えてほしいというような依頼もあります。今後も色々な機関と連携して活動を続けていきたいと考えています。

コーディネーターの土屋 幸己氏からのコメント

○マンションは、自治会の加入率が低く、個別性が強く情報共有ができなくて課題を多く抱えていることが多い中で、様々な活動を展開されており非常に興味深く感じました。コロナ禍の3年間で、コロナを理由に何もやらなかった地域と、コロナでもやれることをやろうとやった地域では大きな差が出てきています。そういった姿勢を持って取り組まれていたことはすごいことだと思います。

○アンケートは非常に重要ですが、アンケートで把握できない人たちもたくさんいらっしゃいますから、そういった方々のニーズをどう把握していくのかということも意識をしていただきたいと思います。

発表者：西区第2エリア 生活支援推進員 北村 久美子
西区平和第一町内会 副会長 渡邊 芳夫氏



北村) 生活支援コーディネーターとして、地域の資源調査を進めていた中で、札幌西陵高校（以下、「西陵高校」）にボランティア局があるという情報を得ました。西区でも一番高齢化率の高い西野地区にある高校なので、活動を通して地域の高齢者の課題解決に一役買ってもらえることができると考え、学校を訪問し顧問の先生と懇談したところ、学校も地域とつながりたいと思っていることが分かりました。

その後協議体を開催し、ニーズの顕在化や支援希望者の掘り起こしが必要だということになり、西陵高校の地元の平和第一町内会で進めることになりました。まずは住民のニーズを知るために、高校生に手伝ってもらいたいちょっとした困り事を町内会の会報で調査をしました。また、生徒の意向も尊重したほうが良いという意見もあったため、実際に生徒から聞き取りを行い、電球交換や草取りやスマートフォンの操作方法の指導など、高校生が取り組める生活支援活動の取り組みを出してもらいました。

ところが、町内の住民からは1件も支援の希望がありませんでした。高校生たちの地域の役に立ちたいなという思いをどのように繋げればよいか悩みましたが、以前介護予防センターと行ったアンケートで、地域の高齢者がスマホ教室があれば参加したいという声があったことから、高校生の得意なところを生かして、スマホ相談会を開催することを提案しました。開催に向けて、協議体を実施し、相談会の広報活動は町内会が、当日の運営は高校生が行うことになりました。

令和5年6月1日に第1回目のスマホ相談会を開催し、高校生たちは主体的に進行やスマートフォンの操作指導を行ってくれました。帰りには、手作りの石けんのお土産もあり、参加者の皆さんに大変満足いただいたスマホ相談会となりました。アンケートでも参加者からの評判がよく、生徒たちも楽しく活動できたようでした。また開催して欲しいとの希望の声があり、令和5年11月9日に2回目のスマホ相談会を開催しました。

今後は高校生の生活支援の活動にも繋げていきたいと考えています。

渡邊氏) スマートフォンの使い方は高齢者の悩みの1つでもあり、西陵高校の生徒さんとの交流もできるので、町内会として積極的にスマホ相談会の開催に協力しました。スマホ相談会の開催を通じて生徒さんと高齢者との交流の実績ができたことは、今後のさらなる世代間交流に繋がっていくのではないかと期待しております。今後は町内会の一大イベントである夏祭りへの協力など色々な形で交流を図っていききたいと考えております。

コーディネーターの土屋 幸己氏からのコメント

○アンケートに答えられる人はしっかりしている人が多く、スマートフォンの使い方のような困り事をお持ちですが、アンケートを書けない方は、電球交換などの生活支援の困りごとを抱える人が多いです。だから、その両方の支援が必要だと思います。スマートフォンはこれからの高齢者の生活を支える重要なツールになってきます。今は、何でもスマートフォンでの手続きとなっていますが、それができなくて困っている人はたくさんいます。そのような課題に対して、高校生の力を借りる、これは素晴らしい結びつけだと思いました。

○高校生が対応可能な生活支援の項目がいっぱい出ていましたが、困っている人たちが見つかってくると、高校生にとっても、もっと自分たちのスキルをどんどん使えるようになるのではないのかと思います。そういう意味では、渡邊さんもおっしゃられていましたが、スマートフォンを取っ掛かりに高校生との接点を持てたことは大きな成果だったと思います。

事例概要 (第1エリア)

地域にひろがる『おちゃのま』

北海寺を拠点に活動をしている、小中学生対象の交流の場『おちゃのま』。地域みんなの困りごとを解決できる場づくりを目指して、協議体を重ねながら取り組みを進めています。

今年度は、『おちゃのま』に来ている子どもたちと地域高齢者が繋がれるよう、関係づくりに力を入れて取り組みました。

繋がりづくりのために、『おちゃのま』で行っている地域食堂のお手伝いを地域高齢者をお願いしたところ、協力いただけました。

当日は、お餅を丸める作業を行い、地域高齢者が、子どもたちにお餅の丸め方のコツを教えてあげるなどの、「小さな支えあい」が生まれた光景をみて、世代間の繋がりの一歩になったと感じました。



《ここがポイント!》

子どもたちと地域高齢者の関係性が出来た後には、地域みんなの身近な困りごとを引き出し、『おちゃのま』で解決できる方法を、『おちゃのま』・地域住民の皆さんと一緒に考えていきます。

事例概要 (第2エリア)

荒井山町内会の交流広場

令和4年11月から近くにスーパーがない山坂の多い地区に移動販売車「とくし丸」に来てもらっています。令和5年度は買い物の日に合わせて、地域の交流促進のため、月に一回の交流広場をスタートしました。場所は移動販売車の駐車場所にも協力頂いている「有料老人ホームらくら宮の森のレストラン」です。第1回目は健康測定・相談会、第2回目は音楽療法、第3回目は冬休み中なので多世代交流でコマ・けん玉・折り紙を行いました。

いずれは町内会中心で買い物支援、見守り、支え合いの場となることを目指しています。



《ここがポイント!》

- ・生活の困り事である買い物支援の移動販売車を、広く認知してもらうようにしました。
- ・集まる場所がない町内会の中で、有料老人ホームから場所の提供がありました。
- ・生活の困り事から、支え合いや交流、入居者さんと地域の方との出会いの場へとつながりを広めることができました!

事例概要 (第3エリア)

学生による除雪ボランティア

冬の間、雪でグラウンドが使えない静修高校の運動部の生徒の皆さんに、地域の困りごとを支え合う活動として除雪ボランティアを依頼しました。通学路や高齢者の家の除雪を手伝うことで、地域の人たちから感謝され、高齢者との関わりを持つ機会も増え、地域と学校の関係が深まりました。また、排雪場所も確保することができ、地域の方からも助かったと喜びの声をいただきました。

地域のニーズに応えることで、地域住民との信頼関係を築き、地域の活性化に貢献したうえで、生徒自身も、人間性や社会性を高める機会を得ることができた様子でした。



《ここがポイント!》

- ・地域に元々いる高校生たちにおいしい、地域のニーズに応えることで、地域住民と高校生たちの信頼関係を築くことができました。
- ・高齢者とのコミュニケーションを大切にすることで、多世代交流を促進しました。

北区 生活支援コーディネーター活動事例

事例概要（第1エリア）

他機関との連携を図った生活支援の普及活動

北区北24条商店街において令和3年度から生活支援コーディネーター、介護予防センター、北24条商店街振興組合の共催でスタンプラリーを行っています。今年度は新たな取り組みとして協賛イベント「地域リハねっと札幌」による正しい歩き方について講話を受け、その後は、そのまま歩いてスタンプラリーを行いました。イベントの中では生活支援コーディネーターの活動を周知するチラシを配布し、事業の普及啓発を行いました。

参加者である地域住民同士との交流、お店の人と地域住民との繋がる機会となりました。

後日、このイベントに関わった共催者や参加者を交えて地区の中の困りごとの把握を目的とした協議体を開催し、今後の生活支援について意見交換を行いました。



《ここがポイント!》

参加したみなさんが繋がり、これを機に助け合いに繋がるきっかけとなるよう考えました。普段、生活支援について聞きなじみのない方に向けて、事業を知ってもらうきっかけともなりました。

事例概要（第2エリア）

支え合いで広がる元気な地域づくり

太平百合が原地区の民生委員さんから、草刈りで困っている方がいるとのこと相談を受け、地域の生活支援ボランティア組織「サポートたいゆり」さんをご紹介しました。サポートたいゆりさんは、区内全エリアを対象に生活支援活動を行っている組織です。園芸が得意なボランティアさんが手際よく草を刈っていき、庭はすっかりきれいになりました。困っていた相談者さんは困りごとが解決し、協力してくださったボランティアさんも「自分の得意なことで人の役に立つことができた」と喜んでいました。



《ここがポイント!》

生活支援活動を行っていくうえで、困っている人の困りごとが解決できるという点も重要ですが、支えてくれる活動者自身も人の役に立てるやりがいの場と感じられることが、皆が元気で暮らしていくためにも重要なことだと考えます。このような活動が広がっていくように、今後も支援体制づくりに努めます。

事例概要（第3エリア）

「スマホ操作」や「生活の中のちょっとした困りごと」を支援

新川地区社会福祉協議会・福祉のまち推進センターでは、「福まち相談室」にスマホ操作についてのご相談が多く入ることから、支え合いの一つとして、『スマホ教室』を令和5年4月、5月及び8月に開催しました。

加えて、生活の中のちょっとした困りごとをお手伝いする“ちょこっとボランティア”を、町内会回覧チラシなどで広く募集する取組みも8月から始めました。新川まちづくりセンターとの協働で、活動依頼の受付からマッチングまで、すべての手続きを地区の皆さんで行っています。



《ここがポイント!》

新川地区社協・福まちは、住民の声にしっかりと耳を傾け、アイデアや工夫を凝らし、活動を広げています。コーディネーターも、地区の方々の熱い想いを具体化できるよう、情報提供や企画・実施のサポートを行っています。

事例概要 (第1エリア)

1人ひとりの想いをつなげる

道営住宅光星第2団地(約320世帯)で、令和5年12月4日から3回コースで「くらしのサポーター養成講座」*を開催しました。初日は「助け合いゲーム」を実施し、カードを使って生活の中での困りごとを参加者が発表しました。このゲームの中では、「体力が落ちてきて近郊の小さいスーパーしか行けないけど、そこで買えるものだったら、ついでに買ってこれるよ」という積極的な声や、「換気扇が高い位置にあり、自分では掃除ができなく諦めている」との声に「私が手伝うよ」「ありがとう」「対応方法を一緒に考えよう」など、支え合いについて考える時間になりました。



《ここがポイント!》

「困っている人(自分も含む)が多そうだな〜と感じながら、どうして良いか、どんな方法があるかわからずにいました。」と参加のきっかけを話してくれました。どんな取組みであればできそうか、今後、団地のみなさんと話し合いを進めていきます。

事例概要 (第2エリア)

～思いをかたちに～

元町地区にて7月4日より全5回の日程で、「元町くらしのサポーター養成講座」*を開催しました。今回は講義の他にボランティアを行う際に使用する機会が多い、「車いす」の安全な介助方法について理学療法士を講師に招き、坂道での介助方法、段差の越え方など実技を中心に学びました。

実際に車いすに乗り「介助される側」を体験した感想は「思っていた以上に揺れや振動が体に伝わるし、押してもらおうと速くて少し怖く感じた」といった声がありました。ボランティアも車いすの介助も、ちょっとした気遣いが重要なポイントとなる事を学びました。



《ここがポイント!》

講座終了後に受講生の皆さんから、「何かしたい!」「やってみたい!」の声があがり、お試して「徘徊模擬訓練」や「友愛訪問」の準備などに参加いただきました。次は「やってみたい!」をかたちにするための話し合いを予定しています。

事例概要 (第3エリア)

出来る人が、出来ることを!

「自分の出来ることなら手伝うよ」という気持ちの講座修了生(令和4年度)と協議を重ね、お互い様の気持ちで支え合う「栄西ちょボラ隊」という新しい取り組みが令和5年6月に立ち上がりました。

最初に隊員募集のチラシを作成し配布。チラシを見た小・中学生も仲間に加わり、活動そのものが異世代交流会になりました。

参加者の声として「人と触れ合えとても楽しい時間を過ごせた」「顔見知りが増え交流が深まった」「一緒に活動するという安心感があって負担がない」など前向きな意見が多く聞こえてきています。出来ることだけ出来る時にというのが好評なようです。



《ここがポイント!》

何度も顔を合わせて気軽に話しあえる機会を意図的に計画しました。同じ志を持つメンバーが顔なじみになったことで想いは急加速。「やってみたい!」が挑戦につながり、仕組み作りに展開していきました。「栄西ちょボラ隊」の可能性は無限大です!!

*「くらしのサポーター養成講座」:担い手(活動者)育成を目的に実施している講座です。身近な支え合い、介護保険の仕組み・制度では対応できないこと、健康や集うことのメリット、地域包括ケアシステム等について学び、助け合いの仕組みについて考えます。

事例概要 (第1エリア)

困りごとの早期解決に向けて

北東白石地区の北都町内会と共に、適切な支援体制の構築につなげていく為、高齢者の困りごとや社会参加についてアンケート調査を行いました。町内会がアンケート用紙の配付・回収、コーディネーターがアンケートの集計・分析を行いました。

令和6年2月に町内会役員の皆さんとアンケート集計結果を共有し、生活課題を整理し、自分たちで対応できること、地域では対応が難しく地域包括支援センターや介護予防センターなどの専門機関に相談しなくては解決が難しいもの等の整理を行いました。

今後は専門機関、民生委員とも集計結果を共有し、コーディネーターや専門機関がサポートできることなど地域への支援について話し合いを行います。



《ここがポイント!》

拾い上げた課題に対し、各団体・機関がどのように支援していけば良いのか整理ができれば、相談を受けた側も、支援をしやすくなります!

事例概要 (第2エリア)

みんなの想い、繋げています!

東札幌地区にあるUR東札幌六条の居住者より「日常の困りごと」について自治会に寄せられる相談が増えてきている現状を踏まえ、団地内で困りごとに対応する仕組みの構築を目指して話し合いを行いました。その中で、自治会長より「有償ボランティアに依頼しようにも担い手がない。住民の中には困っている人がいるはずで、どのようにケアしたらよいか心配している」と話しができました。団地管理者からは住民が民生委員の関わりを拒否している事例があり、孤独死につながるのではと心配されていました。今後も引き続き、自治会・団地管理者・民生委員、区役所保健支援係・地域包括支援センター・介護予防センターなどと連携してネットワーク構築を進めていくことになりました。



《ここがポイント!》

困りごとの相談があったとき自治会長だけではなく様々な担い手が協力し合える環境を目指し、地域や関係機関と連携しながら取り組みを進めることになりました。住民同士の支え合い仕組みづくりに向けて一歩ずつ協議を重ねていきます。

事例概要 (第3エリア)

支え合い活動の強化へ向けて

令和5年度は、「暮らし応援隊 (町内会のボランティア組織)」が生活支援の取り組みを行っている本郷町内会を対象に、認知症サポーターが生活支援活動の担い手となり活躍することを目指した取り組みを行いました。

令和5年7月に認知症カフェ「あるカフェ」で、同年11月には本郷町内会役員を対象に、認知症サポーター養成講座と併せて生活支援に関する情報交換会を開催しました。話の中で、「困っている人に気づけない」「知っている人なら困っている時に声をかけられる」との話がありました。町内のつながりを大切に、見守り活動と合わせた「暮らし応援隊」の周知方法などを検討していきます。



《ここがポイント!》

町内会役職者の中で、町内の生活支援ニーズを共有し、改めて地域での支え合いが必要との認識を深めました。今後も地域の思いをつないでいけるように支援していきます。

事例概要 (第1エリア)

町内会で抱え込まずに地域で連携～高齢者を支える体制づくり～

豊平地区豊平第1分区町内会は、戸建ての減少で住民同士の繋がりが希薄になっていることや、古くからあるマンションでは高齢者の困りごとが増える傾向がある一方で、町内会は担い手不足に頭を悩ませていました。令和5年5月、高齢者の生活の困りごとの実態を把握するため、住民アンケートを実施し、協議体の場で回答内容を共有しました。町内会館が無いことで「気軽に足を運べる場所」を求める声や「高所の電球交換や大型ゴミの処理に困っている」などの高齢者の声を受け、町内会役員からは「出来ることから一歩ずつ体制づくりを進めたい」との思いを確認しました。今後は、町内会だけで解決できないものは地域全体で協力しながら、高齢者を支える体制の構築に取り組みを進めていきます。



《ここがポイント!》

担い手不足の町内会における高齢者支援の取り組みの推進に向け、役員だけで抱え込まないように、社会資源一覧を活用することが支え合いの一助となることを提案し、また、地区福祉のまち推進センターが協力体制に入ることによって地域全体で連携した仕組みの実現を目指しています。

事例概要 (第2エリア)

スマホの困ったを楽しく解決!～高齢者同士の交流の場～

東月寒地区において、生活支援推進員が日頃の活動の中でスマホ操作についての困りごとを聞く機会があったこと、また、介護予防センター東月寒・福住へもスマホに関する困りごとの相談があったことから、高齢者の交流とスマホの困りごとの解決を目的に、地域のスペースを借りて、「スマホ座談会」を同センターと連携して開催しました。参加された方からは「スマホの困りごとが聴けて良かった」と安堵する様子も見受けられました。今後は参加者同士のつながりを深めると同時に、いずれは地域住民同士でのスマホの困りごとの解決につながるよう、同地区での継続的な開催や他地区での開催の検討を進めています。



《ここがポイント!》

参加者同士がつながりやすくするために座談会形式を採用し、地域住民にサポートして頂くことで新たなやりがいにもつながることを意識し、当会の開催をしました。困りごとを解決するだけでなく、地域についての情報交換と住民同士のつながりを増やす場にもなっています。

事例概要 (第3エリア)

高齢者を支える担い手に活躍の場を!～地域のボランティア育成～

月寒地区では、令和3年度から介護予防センター月寒と生活支援体制整備事業が連携し、月寒地区の介護予防活動の自主化グループを対象に助け合い体験ゲームや困りごとアンケートを実施し、高齢者の生活の困りごととボランティア(担い手)の必要性を共有し、身近な支え合いの輪を広げる取り組みを進めてきました。令和5年度は「月寒地区ボランティア養成講座」を全4回で開講し、参加者の知識をより深めて頂く機会を設けました。また、これまでの報告を兼ねた協議体の場では、困っていても声を上げない方等見守り活動だけでは支援の手が届かない高齢者がいる状況を把握しました。今後は、ボランティア養成講座の参加者を中心とした担い手が、地域で活躍できる支え合いの体制づくりを進めます。



《ここがポイント!》

介護予防センターと連携し、介護予防活動の自主グループを中心とする活動的な高齢者に対してアプローチしたところ、支え合いの必要性を感じている方が多いことを把握できました。こうした意欲のある高齢者が担い手として活躍できる機会・場づくりを支援していきます。

事例概要 (第1エリア)

その「バトン」受け継ぎます!

北野地区では、毎年、地域の担い手と中学生のボランティアが協力して福祉除雪に取り組んでいます。

今回、初めて福祉除雪事業に携わる地域関係者と中学生ボランティアが共に参加する研修交流会を実施しました。

前半では、講師から専門的な知識に基づく「体を痛めない除雪方法」等、わかりやすいお話がありました。

後半のグループ交流では「助け合いゲーム」を通じて、参加者各々の体験も含めながら困り事を共有しました。

その困り事の解決方法も考える中で、中学生の参加者からは、除雪以外の困り事(家の片づけや草取りの方法)、昔遊びなどについて、地域関係者にアドバイスを求める場面もあり、なごやかな雰囲気の中で、世代を超えた地域住民が、力を併せ地域課題解決を図るためのきっかけづくりとして有意義な機会となりました。



理学療法士の先生から、体にやさしい雪かきの方法を伝授いただきました!

《ここがポイント!》

「福祉除雪」を一つの切り口に、世代を超えた地域関係者が協力関係を築くためのきっかけづくりを行うこと。そのことにより、活動や経験の伝承と将来の担い手育成を視野に入れること。ひいては「除雪」を含めた多くの地域の困りごとについての把握や共有を促し、その解決のための取り組みの活性化を図っていきます。

事例概要 (第2エリア)

集い×見守り×交流



▲おしゃべり、体操、相談と色々な目的を持って参加してくれます。

「最近は〇〇に困っているという、住民の声を聞く機会が減っている気がするなあ」町内の見守り活動実践者の方などからこのような意見を多く聞きます。実際に区内でも皆で集まる機会や集まることができる場所が減ってきています。

今年度開催した協議体の中でも、「今だからこそ集う場を作り、そこを起点として見守り活動や困りごとを相談したり解決したりしよう」という意見が出されました。

そのような動きの結果、今年度は、サロンやすこやか倶楽部などの集いの場が新たに開催されています。会えば元気な姿も確認できるし、自然と最近の困っていることの話もできま。このように人が集まれる場所を作り、関わる方皆で協力し、支え合える仕組みを作っていきます。



やっぱり集まって話すのはいいね〜! と、とても盛り上がっていました。

《ここがポイント!》

集いの場を「楽しむだけ」など1つの効果だけにならず、プラスの効果も得られるような機会にすること。また、「会って見守り」「誘って見守り」などの集いの場ならではの見守り方法の構築、人が集まるからこそできる交流や関係づくりを意識することをポイントとしています。

協議体等、定期的に話し合いを行う場を設け、皆で支え合うまちづくりを支援していきます。

南区 生活支援コーディネーター活動事例

事例概要 (第1エリア)

協議体を経て 老人クラブ同士の情報交換

澄川地区では、前年度の協議体を経て活動している老人クラブ七陽会の役員の方々が、今年度から澄川地区にある別の老人クラブに足を運び、意見交換やイベントを通して交流する等の活動を開始しました。右の写真は健和会と意見交換を行う様子です。楽しく活動することはもちろん、会員同士ではどのように助け合えるか、どのような活動を行えば高齢者が外に出るようになるのか等、たくさんの意見が飛び交う時間となりました。



《ここがポイント!》

前年度の協議体を経て活動している七陽会の様子を伺うと、人と人が新たに繋がっていくことと、そこで生まれる「気軽に相談し合える仲」が自然と形になっていることがわかります。これからも七陽会と一緒に澄川地区の輪を広げていきます。

事例概要 (第2エリア)

藻岩地区【川治市住団地】屋外で笑いヨガ

川治市営住宅団地自治会では「サロン会」がコロナ禍で中断を余儀なくされ、自治会役員の見守り活動が困難な状況となっていました。感染対策を万全にして屋外で「サロン会」を実施しました。そこで寄せられたアンケートで「楽しかった」「また参加したい」との声が寄せられ、役員の方々の今後の開催への自信につながりました。インフルエンザ蔓延のため「サロン会」の継続開催は保留となりましたが、10月6日の協議体では、日常生活での困りごとがあり、手助けの要望も散見されたことから、住民相互の見守り・助け合いの重要性が確認され、今後の生活支援体制を考えるきっかけづくりとなりました。



《ここがポイント!》

「サロン会」に民生委員も参加し、住民同士の見守りの重要性を共有することができました。団地集会室等を活用し、交流する場の確保をしながら、住民同士のつかず離れずの見守り・助け合い活動を充実させるため、自治会役員の方々の主体性に寄り添った支援を強化します。

事例概要 (第3エリア)

『～キレイのプロ 花王の講師と学ぶ～くらしのキレイ ラク家事講座』

8月にUR真駒内あけぼの団地集会所で、真駒内地区生活支援ボランティア養成講座を開催しました。高齢化に伴い、家の掃除や片付けが大変になってくるといった困りごとが増えてくる中、花王の講師から掃除等のコツを学び、後半、区内のボランティア活動の状況も紹介し、担い手の発掘・養成の働き掛けとしました。

意識醸成につながるとともに、講座終了後、実際にボランティア登録カードを提出いただいた方が2名いたほか、あけぼの団地集会所で開催している南区介護予防センターまこまないのすこやか倶楽部でのボランティアに関心を示してくれた方もいました。



《ここがポイント!》

ちょっとした助け合いに結びつくような、身近で話題性のある企業の講話を取り入れた講座として企画。今年度は、地区全体という大きなものではなく、先ずはお互いの顔が見える、町内会などの小さな単位での支え合いづくりを意識しました。

西区 生活支援コーディネーター活動事例

事例概要 (第1エリア)

「地域のカフェとやまベエ体操を繋いだサロン」

西区のご当地体操「やまベエ体操」のリーダー普及員さんとNPO法人ライフが運営する「カフェつどい」をコーディネーターがつなぎ、月1回サロン「やまベエのつどい」を開催しています。やまベエ体操をみんなで行った後はカフェつどいの美味しいスイーツと飲み物をいただきます。サロンでどんなことがしたいのか、みんなで話し合っており、参加者が作成したハロウィンのポストカードに色付けしたり、YouTubeを見ながら歌を歌ったり。ゆるーく行るのが継続の秘訣です。

誰でも気軽に参加しやすく、また、参加者同士が生活の中のちょっと困りごとを解決できるようなつながりを持てる場所を目指して活動を支援していきます。



《ここがポイント!》

国道沿いで立地もよくドリンクとスイーツを楽しむことができます。地域活動に理解のあるNPO法人で障がいのある方もない方もともに働く場所だからこそ実現できました。シニア世代だけではなく障がいのある方も参加し共生の場となっています。

事例概要 (第2エリア)

「高校生の得意なことを活かして」

「そのお悩み、高校生が解決します! スマホちょこっと相談in西陵高校ボランティア局」と題してスマホ教室を開催しました。西野まちづくりセンターや福祉のまち推進センターとも連携を取りながら、西陵高校のある平和第一町内会の協力で実施しました。広報活動は町内会が、当日は高校生が中心となり運営しました。参加者はお悩みを解決できて大満足。高校生たちからは人の役に立てたことと普段はあまり接することのない地域の高齢者と交流できたことがうれしかったし楽しかったという感想がありました。今後も継続して活動を支援していく予定です。



《ここがポイント!》

これからの時代、地域の支え合いには様々な年齢層が関わっていくことが大切だと考えています。そして高齢者もICT活用でより便利で豊かな生活が送れるよう支援していく必要性を感じています。今回はそこをうまくコーディネートできました。

事例概要 (第3エリア)

「地域イベントからの支え合い活動体制づくり」

地域の居場所づくりに力を入れている老人ホーム「ほしの里」さんでは、年間をとおして地域の方を対象としたイベントを行っています。夏の「かき氷まつり」では、コーディネーターが近隣にある琴似工業高校の学生ボランティアの調整を行い、地域と学生と一緒にイベントを盛り上げました。

冬は「餅つき」が開催され、地元の方々が小さなお子様連れで次々に来場。つきたてのお餅は、入居者の方や地域の方々が用意したおしるこやきな粉と共に、お餅本来のおいしさを堪能。子どもから年配の方までが同じひと時を愉しむ場所に、改めて人と人の繋がり的重要性を実感しました。



《ここがポイント!》

社会福祉に取り組む若い世代と共に、地域の人たちとの繋がりを持ちながら運営されている点に魅力を感じました。ボランティアの依頼を通じてできた琴似工業高校とのつながりを、今後の地域の支え合い活動の体制づくりに活かしていきたいと思えます。

事例概要 (第1エリア)

老人クラブ内で行われたアンケート調査

令和5年度は、新発寒地区の老人クラブ「新発寒寿会」の役員の方々と生活支援連絡会（協議体）を3回開催しました。

1回目の協議体では、会員へ配付する『生活の中での困りごとに関するアンケート調査票』を一緒に作成しました。2回目の協議体では、アンケート結果の分析と今後の支え合いの仕組みづくりについて話し合いました。アンケートの結果、「買い物について」困っている会員がいることや「手助けできる」と回答した会員が複数名いることがわかりました。3回目の協議体では、役員に向けてアンケート結果を報告し、出された生活支援ニーズに対して、会員同士で解決していこうという声が聞かれました。

今後も、新発寒寿会メンバーと協力しながら、支え合いの地域づくりを一緒に考えていく機会や場を持ち続け、つながりの輪を広げていきたいと考えています。



《ここがポイント!》

老人クラブ内での「支え合いの仕組みづくり」に向けて、老人クラブの役員の方々とコーディネーターで協議体を複数回重ねました。困りごとの声をうかがえたので、会員同士に無理なく困りごと解決ができる方法を探りながら、お互いに助け合う仕組みの構築に向け関わり続けていきます。

事例概要 (第2エリア)

包丁研ぎは地域を繋ぐ

令和3年4月より、コロナ禍における住民同士の情報ツールとして「みんなの声を伝える伝言板」を鉄北コミュニティプラザに春と秋の年2回設置し、実施しています。

初年度の取り組み後、「住民アンケートになるのでは」とアイデアをいただき、令和4年の伝言板には住民アンケートを交え「ちょっと手伝ってほしいこと」「一緒にできること」を聞きました。寄せられた声の中に、「包丁研ぎ」があり地域の方々と検討を重ねた結果「包丁研ぎできる人、うちの町内にいるよ」「ニーズがあるならマッチングしていこう」というご意見をいただき、地域住民と協力し、令和5年6月にサロンいなやま、11月に山口団地会館にて「包丁研ぎ」を実施しました。

参加者からは「以前より切れ味が良いので、調理をするのが楽しくなった」「切れが良く、料理が美味しかった」との感想をいただきました。

また、当日の参加者から新たな困りごとについての相談も寄せられるようになりました。



《ここがポイント!》

コロナ禍により対面でのコミュニケーションが制限されていましたが、昔ながらの掲示板方式を用いたコーディネートが実を結びました。「包丁研ぎ」当日は、町内会の役員さんが研ぎ手として飛び入り参加したり、研ぎ手と参加者が包丁にまつわる思い出話で盛り上がるなど、地域のつながりを再確認できたイベントになりました。今後は、包丁研ぎ以外の生活課題の解決に向けて検討していきます。

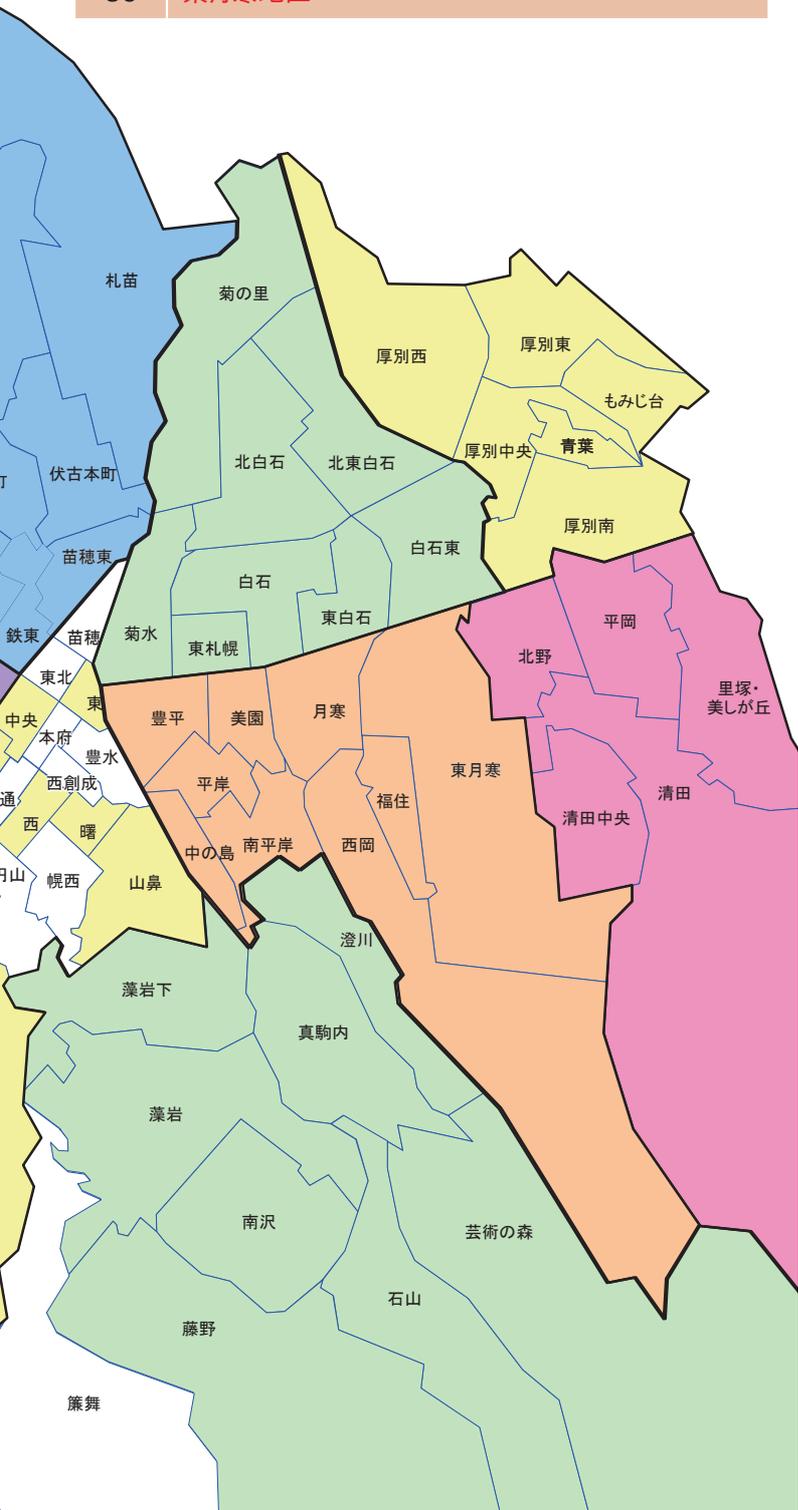
No.	豊平区 第2層協議体
42	中の島地区
43	月寒地区(西月寒団地)
44	西岡地区(西岡北団地、西岡南団地)
45	福住地区(福寿会、福住さつき町内会)
46	豊平地区(旭水町内会、 豊平第一分区町内会)
47	美園地区
48	平岸地区(南平岸地区合同、新木の花団地)
49	南平岸地区(平岸地区合同、高台周辺エリア8町内会、グランドハイツ平岸台、東急ドエル平岸台)
50	東月寒地区

No.	清田区 第2層協議体
51	北野地区(北野641自治会・ 北野グリーンタウン自治会)
52	清田中央地区(清田南若葉会、清田自治会、清田西町・町内会、清田団地元町町内会)
53	平岡地区(平岡三条団地自治会、平岡春風台町内会、平岡小学校前町内会、ロピア平岡Ⅱ)
54	里塚・美しが丘地区(里塚団地自治会、美里町内会、 美しが丘団地自治会)
55	清田地区(真栄団地町内会)

No.	南区 第2層協議体
56	石山地区(石山五区第一町内会、石山ヒルタウン町内会)
57	藤野地区
58	藻岩下地区(藻岩下第10町内会、藻岩下第3町内会)
59	南沢地区(南ヶ丘町内会 、 藻南台町内会)
60	真駒内区(URあけぼの団地、真駒内緑町第一住宅団地)
61	定山溪地区
62	藻岩地区(中ノ沢地区、 市宮川沿団地自治会)
63	芸術の森地区
64	澄川地区(新陽町内会)

No.	西区 第2層協議体
65	琴似二十四軒地区(ラポール二十四軒)
66	山の手地区(やまべエのつどい運営委員会)
67	発寒地区(発寒団地自治会)
68	西野地区(平和第一町内会)
69	西町地区(宮の沢町内会)
70	発寒北地区(発寒団地町内会)
71	八軒地区(NPO法人あかはなスマイルキッズ)

No.	手稲区 第2層協議体
72	富丘西宮の沢地区
73	手稲中央地区
74	前田地区(ひまわり町内会)
75	手稲鉄北地区(稲山連合町内会、手稲鉄北地区福まち)
76	稲穂金山地区
77	新発寒地区(新発寒寿会)



〈令和6年3月現在〉

お問い合わせ先

生活支援体制整備事業についてのお問い合わせは、札幌市社会福祉協議会もしくは第1層生活支援コーディネーターが配置されている区社会福祉協議会へご連絡ください。

名称	所在地	電話番号
中央区社会福祉協議会	札幌市中央区大通西2丁目9 中央区役所仮庁舎5階 ※令和7年2月末に札幌市中央区南3条西1丁目へ移転予定	281-6113
北区社会福祉協議会	札幌市北区北24条西6丁目 北区役所1階	757-2482
東区社会福祉協議会	札幌市東区北11条東7丁目 東区民センター1階	741-6440
白石区社会福祉協議会	札幌市白石区南郷通1丁目南8 白石区複合庁舎1階	861-3700
厚別区社会福祉協議会	札幌市厚別区厚別中央1条5丁目 厚別区民センター1階	895-2483
豊平区社会福祉協議会	札幌市豊平区平岸6条10丁目 豊平区民センター1階	815-2940
清田区社会福祉協議会	札幌市清田区平岡1条1丁目 清田区総合庁舎3階	889-2491
南区社会福祉協議会	札幌市南区真駒内幸町2丁目 南区役所3階	582-2415
西区社会福祉協議会	札幌市西区琴似2条7丁目 西区役所1階	641-6996
手稲区社会福祉協議会	札幌市手稲区前田1条11丁目 手稲区民センター1階	681-2644
札幌市社会福祉協議会	札幌市中央区大通西19丁目1-1 札幌市社会福祉総合センター3階	614-3344

●作成 社会福祉法人 札幌市社会福祉協議会、各区社会福祉協議会 / 労働者協同組合ワーカーズコープセンター事業団 / 社会医療法人 豊生会 / 医療法人 重仁会 / 社会医療法人 恵和会 / 医療法人 愛全会

●問合せ 社会福祉法人 札幌市社会福祉協議会
札幌市中央区大通西19丁目1-1 札幌市社会福祉総合センター3階
TEL: 011-614-3344 FAX: 011-614-1109

●発行日 令和6年3月