生活支援体制整備通信
杉並ぐるる
つなぐ ささえる ひろがる
2017年5月発行 vol.4

今号の主な内容

○地域にある自助、互助を活かそう
—講演会&ネットワーク連絡会を開催 …… 1～2面
○平成28年度第2回生活支援体制整備連絡協議会を開催 …… 3面
○生活支援サービス活動団体の紹介
—つながり、安らぎの場づくりへ奮闘する「まちカフェ」 …… 4面

地域にある自助、互助を活かそう
講演会&ネットワーク連絡会を開催

杉並区生活支援体制整備「講演会&ネットワーク連絡会」が平成29年2月22日、高齢者活動支援センター（高井戸東3丁目）で開催されました。生活支援体制整備の必要性の共有、生活支援活動をしている個人・団体同士の交流・連携を図ることを目的に、関係団体をはじめ独り暮らし高齢者らの見守り活動をしているあんしん協力員、民生児童委員、町会などの地域活動者、地域包括支援センター（ケア24）職員ら130人を超える関係者が参加しました。

『高齢者が地域で安心して暮らせる杉並を』というテーマのもと、第1部は講演会とパネルトーク、第2部はネットワーク連絡会として参加者がグループに分かれて意見交換を行いました。

「魚の目」で見る
生活支援体制整備って何?

第1部では公益財団法人さわやか福祉財団の清水肇子理事長が「生活支援体制整備って何?—今地域で何が求められている?」を演題に基調講演を行いました。清水さんは、高齢・成熟社会における新しい支え合いの形、誰もがいきいきと輝ける社会システムづくりで長年活動されてきています。

講演で清水さんは、ビジネス界などでよく言われる成功の秘訣「鳥の目、虫の目、魚の目」を取り上げました。生活支援体制整備を考えるうえで、高い所から大きく俯瞰して全体像を把握する「鳥の目」、目の前（現場）で起きていることを見極める「虫の目」に加え、「魚の目」が重要であることを指摘しました。川や海を泳ぐ魚は潮流を体で感じ取っていますが、それと同じように社会がどのような方向へ向かっているのか、時流を読むことが必要だと言います。

講師の清水肇子さん（公益財団法人さわやか福祉財団・理事長）

高齢社会では単に高齢者数が増えるだけでなく、独り暮らしや認知症高齢者の増加、現役世代の減少、高齢者の生きがい対策など地域や個人によってその状況はさまざま。そうした時流を踏まえると、今回の生活支援体制整備の取組みは「単に行政の指示に基づく制度ではなく、これまで地域にあった自助と互助を活かすために必要な枠組みと捉えることができる」と清水さんは訴えます。「これから5年10年かけて育てていく制度です。これまでのつながりをなくさずに、それをどのような仕組みにしていけるのか、自分にできることから考えていきましょう」と締めくくりました。参加者からは「講演で気付かされ、再認識させられました」「もっと聞きたかった」という声が多数上がりました。

活動団体と利用者の声を聞く
パネルトークから

基調講演に続いては、地域で生活支援サービスを提供している3団体と、その利用者1名によるパネルトーク。講師の清水さんがファシリテーターを務め、各団体の活動やこれまでの経緯、大切にしている思いなどが語られました。その一部をご紹介します。

左から、橋詰さん、藤田さん、樋口さん、小暮さん

「ちょこっと支え合い」サービス
NPO法人竹箒の会　橋詰信子さん

橋詰　「誰でも何か役に立つ」を合言葉に、地域でちょっとしたサポートをするボランティアの派遣をしています。

清水　大きな地域活動も大事ですが、小さくても身近な近隣の活動は非常に大事です。支えてもらった側が次は支え手になる…ということはありますか?

橋詰　まだ事例はありませんが、サービスの依頼者には「あなたにも何かできることがあるから、ぜひボランティアに登録してみてください」という声掛けをしています。

清水　とても重要ですね。「お互い様」（支え合い）にするには、出番と役割が必要ですね。

「移動サービス（福祉有償運送）」
「ちょこっとサポートNEKO（ネコ）の手」
サービス利用者　藤田和江さん
NPO法人おでかけサービス杉並　樋口蓉子さん

藤田　足が不自由なので、衣替えの手伝いをしてくれるサービスがないか、ケア24に問い合わせたところ、NEKOの手サポートを紹介してくれました。

清水　サービスを受けるうえで、抵抗はありませんでしたか?

藤田　信頼しているケアマネジャーさんから説明があったので、素直に受けられました。

清水　地域活動とどこでつながるかがポイントですね。

樋口　今日も藤田さんの外出支援で、いつものボランティアと一緒に会場まで来ました。わたしたちは、誰でもいつでもどこへでも出かけられるよう、地域に住む者でできることをやっていきたいと思っています。

清水　退職後の男性が運転協力員になられているとのことですが、募集はどうされていますか?

樋口　杉並区は移動サービスに古い歴史があり、行政の理解もあります。運転協力員の研修は「すぎなみ地域大学」の講座で行っており、その修了生が活動に参加してくれる流れができています。

「SOSふれあいサロン」
一般社団法人困ったときのSOS　小暮久美子さん

小暮　サロン活動を中心に行っています。参加者の要望から少し遠出を企画することがあるのですが、「自分では絶対に行けないところに行けた」と喜んでもらえると、とても勇気づけられます。

清水　サロンには若いお母さんたちも子ども連れで来るようですが、高齢者の方の反応はいかがですか?

小暮　お母さんたちに子どもの偏食へのアドバイスをしたり、子どもにとっては遠くに住む祖父母の代わりになったりと、いい交流が生まれています。

パネルトークの後、清水さんは「各団体に共通しているところは、地域の困りごとへの気づきが活動につながっているところ。その活動がケア24や民生委員など必要な関係者とつながっているところです」とコメントしました。

「支えられ上手に」

第2部は、参加者が10名前後のグループに分かれた意見交換会。「高齢者が地域で安心して暮らせるために、私たちにできることは何?」をテーマに、生活者と活動者それぞれの視点から意見が出されました。ケア24から誘われて参加したという新聞販売店の方は「今日のイベントに参加し、新聞販売店として地域のために何ができるのか、皆さんとどう連携するか、考えを広げることができました」と感想を披露。参加者には新たなつながりや気づきがあったようです。最後に生活支援コーディネーターが「支えるばかりでなく、支えられ上手になるきっかけになれば」と語り、会を締めくくりました。

意見交換会の様子

（脚注）

※「ちょこっと支え合い」：NPO法人竹箒の会が母体となり高井戸地域のボランティアが実施する家事援助・生活支援サービス。通院・買い物同行・代行、散歩同行、お話相手、家庭内軽作業、清掃補助など、日常のちょっとした困りごとを支援。

※「移動サービス（福祉有償運送）」事業：NPO法人おでかけサービス杉並が実施する車での外出支援サービス。通院や買い物、楽しみのための外出にサービスを提供。

※「ちょこっとサポートNEKO（ネコ）の手」事業：NPO法人おでかけサービス杉並が実施する家事援助・生活支援サポート。外出や病院内の付き添い、お話相手、買い物などを支援。

※「SOSふれあいサロン」：一般社団法人困ったときのSOSが実施する地域の集いの場（サロン）活動。茶話会、趣味活動、会食の他、年に数回のお出かけ行事などの活動を実施。

平成28年度
第2回生活支援体制整備連絡協議会を開催

杉並区内で家事援助、移動サービス、見守り、交流サロンなどさまざまな活動を行っている団体をつなぎ、生活支援サービスの充実や地域における支え合いの体制づくりを推進する杉並区の「生活支援体制整備」の活動は、平成29年度で3年目に入りました。生活支援の体制整備を全区的に協議する場である生活支援体制整備連絡協議会（以下「協議会」）が3月16日、NPO法人の代表や地域活動者ら委員12人が参加して区役所で開かれ、平成28年度の活動報告や平成29年度の取り組みなどについて話し合いました。

居場所・空き家・車いす…
地域課題の共有とこれから…

協議会では、生活支援コーディネーターとケア24の地域包括ケア推進員との懇談会、ワークショップ等の取組みから見えてきた地域課題、「活動の場の不足」「空き家の活用」「車いすの配置」「ベンチの設置」などをめぐって活発な意見交換が行われました。

「活動の場の不足」「空き家活用」では、活動団体の委員からは「会場を借りると費用がかかって活動が赤字になる」。中間支援組織の委員からは「空き家の情報は入ってくるが、丸ごと空き家だったり、空き室を貸したいだけだったり事情が様々。また賃料、改装、相続が絡んだり、現状では対応できないことが多い。情報が入ってきたときに協議やマッチングができる仕組みづくりが必要では」など空き家の実情がうかがえる意見が。一方、「町会を活用し、連合会や各町会に情報が流れる仕組みができれば、場所も見つかる可能性はある」といった地域の委員からの意見もありました。

「車いすの配置」では、「社会福祉協議会でケア24や町会・商店会など250カ所に車いすを預け、手軽に借りられるようにしているが、さらにコンビニにも置いてほしいという要望がある」という地域の声が紹介されました。意見を受け、地域住民とコンビニなど身近な民間事業者との連携のあり方など意見交換が行われました。

「ベンチの設置」については、「座った人同士がおしゃべりしたり触れ合ったりできるちょっとした居場所としてとても大事。もっと増設を」という意見の一方、「特定の高齢者が占拠し、気軽に一休みできる場になってない」といった意見も。「話し合うことが大切。ベンチの設置にしてもどうやったらできるか、皆で一緒に考えることで、地域づくりはこういうことなんだとわかってくるのでは」と、地域の合意形成の重要さを訴える意見もありました。

意見交換により、地域の課題解決に向けた取組みのきっかけが得られた内容の協議でした。

身近な地域の生活支援体制整備へ

29年度からは、身近な地域での情報共有・連携強化の場として、ケア24の地域ごとの協議会の設置を目指し、地域のさまざまな生活支援の団体などとのネットワーク作りが進んでいきます。地域包括ケア推進員には、支え合いの地域づくりの推進役の役割が期待されます。

つながり、安らぎの場づくりへ奮闘する「まちカフェ」5団体がセミナーに参加

ここ数年で各地域にでき始めているもの、それは「コミュニティカフェ」です。高齢者だけでなく誰もが使える集いの場。昼食を一緒に食べたり、ゲームをしたり、歌を歌ったりと活動は様々。気軽に交流できる、ふらっと立ち寄れる、その場にいるだけでホッとできる、そんなご近所の居場所です。そんなカフェ5つが一堂に会した「集まれ　まちのカフェ」という交流セミナーが3月17日（金）の午後、新高円寺駅近くのスタジオホールで開かれました。それぞれの特長を活かしながら活動を続けている奮闘ぶりが紹介されました。

このイベントはNPO法人「介護サポートネットワークセンター：アラジン」が主催。同法人は希望する団体にカフェなどの立ち上げ支援をしています。

“出前家庭料理”や介護支援も

セミナーではそれぞれのカフェ運営者が20分ほどずつ活動紹介をし、終了後は交流会を開いて情報交換を行いました。カフェはそれぞれが特長を持っていますが、活動紹介からその特長を拾ってみました。

定年退職したヘルパーの女性が立ち上げた「杉並・ワーカーズまちの縁側　なかまの家」は料理が得意。縁あって借りた2階建ての一軒家を拠点に、毎週月、水、金の3回、500円ランチを提供しているほか、2階の空き部屋を活用してスケッチ、コーラス、書道などの教室も開いています。個人宅から町会の建物に移して活動を再開した「ららカフェ」は毎週木曜の開店。ノルディックウォーキングと麻雀、それに歌声を行います。「参加者が知り合いになって支え合う友達の輪を作りたい」とおしゃべりタイムを重視しています。町会や民生児童委員などを中心に見守り・付添いの介助などの活動を始めた「すぎなみささえあい倶楽部」。将来的には、ひとり暮らしの高齢者宅に訪問し料理を作り、一緒に食事を楽しむ“家庭料理とだんらんお届けサービス”を計画しています。「地域（まち）カフェれおん」は介護事業所を退職した女性がご自宅をリフォームし、毎週月、火、水、金の4日開店しています。毎月1回、木曜か土曜には多様なセミナーを開くほか、ケアマネジャーの経験を活かした相談も行います。「ケアラーズカフェ in都会（まち）の実家」は個人宅のリビングを地域へ開放していただき、主に介護家族（ケアラー）を支援するため毎週月、木曜日に500円ランチを提供しています。毎月1回、土曜の夜には「若者ひろば」を開き、平日は参加できない40～50代の介護者らが夕飯を食べながら日常的な悩み事などを話せる場を作っています。

カフェを応援する仕組みを

カフェ運営の苦労は絶えないようですが、「『来て良かった。楽しかった。また来ます』という言葉を聞くのが楽しい。働いているスタッフも楽しめる、心安らぐ居場所であり続けたい」（なかまの家）という想いは共通しているようです。

この交流セミナーを企画したNPO法人アラジンの牧野史子さんは「今回は高円寺、松ノ木、成田など限られた地域の集まりでしたが、これだけの数の人と人の繋がりの場ができています。志のある方々が小さな場を懸命に運営している。このような活動をさらに応援する仕組みができることを期待しています。」と訴えました。

〈編集・発行〉杉並区保健福祉部高齢者在宅支援課　〒166-8570杉並区阿佐谷南1-15-1　電話03-3312-2111（代表）内線3223
リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。