

# 地域での支えあい活動の実践 ～つながりと支えあい～



シルバーパワーを活用した地域力再生事業の実践から

社会福祉法人 名古屋市社会福祉協議会

# 目次

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| はじめに                           | p1  |
| 本書の目的・活用方法                     | p2  |
| 用語説明                           | p3  |
| I 『地域での支えあい活動』を实践するために         |     |
| 1. 生活の困りごと解決、地域力を高める           | p4  |
| (1) 生活の困りごとや不安がある地域住民          |     |
| (2) 地域での支えあい活動のめざすものと効果        |     |
| 2. 地域での支えあい活動のポイント             | p6  |
| (1) 活動を進めるためのポイント              |     |
| (2) 活動にあたっての留意点                |     |
| 3. 地域での支えあい活動①：地域支えあい活動        | p9  |
| (1) 地域支えあい活動（個別支援活動）とは…        |     |
| (2) 地域支えあい活動の流れとポイント           |     |
| (3) 広がる地域支えあい活動                |     |
| 4. 地域での支えあい活動②：ふれあいネットワーク活動    | p11 |
| (1) ふれあいネットワーク活動とは…            |     |
| (2) 日常的な見守り（さりげない見守り）を進める      |     |
| (3) 見守りのネットワーク                 |     |
| 5. 地域での支えあい活動を進める：地域支えあいマップづくり | p13 |
| (1) 地域支えあいマップとは…               |     |
| (2) 地域支えあいマップづくり               |     |
| II 活動紹介と実践ポイント                 |     |
| 事例紹介                           | p15 |
| まとめ                            | p43 |

## はじめに

名古屋市社会福祉協議会と各区社会福祉協議会は、「誰もが安心して笑顔で暮らす福祉のまち名古屋の実現」を使命として、地域住民の皆さんと一緒に、地域力を高める取り組みや様々な地域福祉活動を進めています。

近年、家族環境の変化などにもない社会的な孤立・孤独の問題をはじめ、地域で暮らす方々の生活課題は多様化し、深刻化している状況にあります。

そこで、公的な福祉サービスが拡充され、それを十分に活用していくこととともに、それぞれの地域では、“つながり”（地域社会とのつながりや支援が必要な住民一人ひとりが身近な地域や社協との“つながり”をもつこと）と“支えあい”（地域社会とのつながりや支援が必要な住民一人ひとりの生活の困りごとを地域や関係機関・団体との協働による“支えあい”で解決していくこと）が一層必要とされています。

このような中、名古屋市社会福祉協議会では、「名古屋市シルバーパワーを活用した地域力再生事業」（略称：シルバーパワー事業）を平成20年度に名古屋市から受託し、地域住民の皆さんと話しあいながら、『地域での支えあい活動』（地域支えあい活動（個別支援活動）とふれあいネットワーク活動）に取り組んでいます。

本書は、シルバーパワー事業における実践の蓄積をもとに、『地域での支えあい活動』を進めるためのポイントや、各地域で取り組まれている具体的な活動を紹介するものです。

今後、各学区・地域において、地域住民の皆さんと社会福祉協議会が力をあわせて、“つながり”と“支えあい”の仕組みづくりに取り組んでいくことができると考えています。

社会福祉法人 名古屋市社会福祉協議会



## 本書の目的・活用方法

本書は、各学区・地域で“つながり”と“支えあい”づくりのため、『地域での支えあい活動』＝「地域支えあい活動（個別支援活動）」と「ふれあいネットワーク活動」を進めること目的としています。

このため、シルバーパワー事業における取り組みをもとにしながら、活動の内容やポイント、シルバーパワー事業を実施する学区における活動事例を紹介するものです。

シルバーパワー事業を実施する学区では、この事業を一つのきっかけとしながら、地域での支えあい活動が積極的に進められています。このなかで見えてきた活動の活性化や継続のポイントは、シルバーパワー事業実施の有無に関わらず、各学区・地域で活動を進めるために参考となる内容が多くあります。

本書を各学区の地域福祉推進協議会をはじめ、地域での会議・研修会や活動者の皆さんの話しあい、また、日々の活動の中でご活用いただき、皆様の学区・地域での今後の活動のヒントにさせていただければと思います。

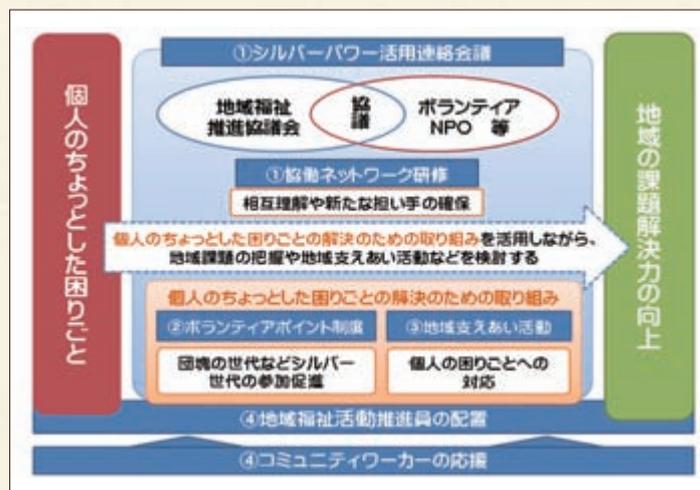


## 用語説明

### ●シルバーパワーを活用した地域力再生事業（シルバーパワー事業）

団塊の世代をはじめとするシルバー世代の方が、地域でボランティア活動などに参加することで、地域が抱える様々な課題を解決し、地域力を活性化する事業です。平成20年度から名古屋市内の4区8学区で事業を開始し、平成24年度現在、8区24学区で本格的に取り組みが進められています。

主な内容は、①協議の場、研修の場づくり〔シルバーパワー活用連絡会議（略称：活用連絡会議）と協働ネットワーク研修〕、②ボランティアポイント制度、③地域支えあい活動等の実施、④地域福祉活動推進員の配置（地域での窓口的役割）、そして、事業の実施や活動全体をサポートする区社会福祉協議会職員（コミュニティワーカーの応援）による支援、等です。



### ●地域福祉活動推進員

略称は「推進員」。シルバーパワー事業における地域での支えあい活動等を円滑に進めるため、事業実施学区の地域住民が担っています。困りごと解決の調整や活動実績のとりまとめなどを行っており、事業を進める上での窓口的役割、相談役を果たしています。

※本会が独自に実施する「地域福祉推進協議会活動活性化支援試行事業」によりシルバーパワー事業の実施学区で任命・配置されています。

### ●地域福祉推進協議会

略称は「推進協」。推進協は、小学校区単位を基本とした地域の各種団体が中心となり、学区住民の皆さんが力をあわせて「誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくり」を目指して活動しています。

# I 『地域での支えあい活動』 を実践するために

## 1. 生活の困りごとを解決、地域力を高める

### (1) 生活の困りごとや不安がある地域住民

ご近所にこのような方は、いませんか？

生活の困りごとや不安を抱えていて、地域での支えあい活動を必要としている可能性があります。

ひとり暮らしの高齢者  
障害のある人…

高齢者夫婦  
昼間、ひとり暮らしの  
高齢者

認知症で徘徊する  
高齢者

認知症や寝たきりの  
高齢者を介護している  
家族

子どもだけで  
留守番している家庭

など

このような方々は、  
地域にあまりいないと思うけど

どこにいるか  
よく分からないけれど…

“生活の困りごとや不安”を抱えている方

= “人に相談することの困難”を抱えている場合が多くあります。

☆生活の困りごとを抱えている方々は、相談相手がいない、または、相談することに遠慮されるなど、困りごとや不安を抱えながらも、相談すること自体に困っている場合があります。

このため…

地域課題、生活の困りごとが発見しにくくなっている  
(潜在化している) 場合があります

そこで…

地域での支えあい活動を進める中で、生活の困りごとや不安を抱えている方々を知る（把握する）ことや気軽に相談できる窓口の周知をあわせて進めることが必要です。

## (2) 地域での支えあい活動のめざすものと効果

地域での支えあい活動は、生活の困りごとを解決したり、不安を和らげたりすることで、住み慣れた地域で暮らし続けることをお互いに支えあうための活動です。また、この活動を通じて、地域での支えあいの意識を高め、地域力を高めることも目的の一つです。

### 地域での支えあい活動の効果…

#### ☆支援を必要とする人にとって…

ちょっとした困りごとを解決できる、生活の困りごとや不安を緩和する

孤独や孤立、孤独死を防ぐ 生活課題の深刻化を防ぐ

地域（ご近所）とのつながりができる、支援を必要とする人も支える側になることもできる（おたがいさまの支えあい）

など

#### ☆地域にとって…

災害時等のいざという時に備え、避難支援につながる

地域関係団体の諸活動が一層活性化する

担い手を広げることで、活動者の負担が軽減される

など



そして…

住み慣れた地域で暮らし続けることができるという安心感が高まる

地域住民同士のつながりが強まる  
お互いさまの気持ちが高まる

地域力が高まる



## 2. 地域での支えあい活動のポイント

### (1) 活動を進めるためのポイント

シルバーパワー事業に取り組む各地域の活動をみると、地域での支えあい活動を始める、あるいは、活動を広げ、活性化するためには、いくつかのポイントがあります。

#### ☆①話しあいの場

地域の課題や活動の進め方について話しあう場がある

- ・活動を進めるためには、地域の特徴や課題を再確認し、生活の困りごとをはじめとする地域課題を共有することが必要です。また、地域課題を踏まえ、課題解決のための活動や方法について話しあいます。

#### ☆②交流・学びの場

活動者同士が交流し、情報交換したり学んだりする場がある

- ・活動を進める中で、活動者同士が交流し、情報交換することは、活動における悩みを共有し、活動の負担感を軽減することにもつながります。
- ・活動を通じて把握した困りごとや、活動を進める上での課題について話しあう場にもなります。
- ・活動を進める上で必要となる、知りたいと考えるようになった知識等についての学びの場（研修）を設けることは、活動の充実にもつながります。

#### ☆③活動者を広げる

多くの地域住民の参画、協力を得る工夫をしている

- ・活動を進める、あるいは、充実するためには、担い手＝活動者の確保が不可欠です。
- ・既に活動している方々には、すでに多くの役割があり負担が増している傾向にあります。そこで、既に活動している方々の負担を軽減する観点からも活動者を広げていきます。



#### ☆④活動を徐々に広げる

まずはできること、できる場所（地域）から

- ・地域での支えあい活動は、「まずはやってみる！」との発想で、できることから順に解決していくことが大切です。
- ・活動を必要とする、または、活動を進めやすい町内会や団地で活動をはじめ、学区内に広げていくことも有効です。

#### ☆⑤今ある活動を発展させる

既存の活動を発展させながら、地域での支えあい活動を進めている

##### ☆地域での支えあい活動への展開例（イメージ）

- ・広報誌の各戸配布や配食ボランティア活動による顔の見える関係づくりから
- ・サロン活動や給食活動などの居場所づくりの参加者の困りごと把握や欠席時の安否確認、訪問活動から
- ・民生委員の訪問活動を進めるなかで、協力員を募り活動を広げる
- ・地域のパトロール活動から個別の困りごとに着目した見守り活動へつなげる
- ・災害時要援護者マップをつくり、日常的な困りごと解決や見守り活動につなげる

#### ☆⑥困りごとをキャッチする、困りごと解決（活動）を調整する：相談窓口の必要性

困りごとを抱える方や、見守りが必要な方を把握する工夫がある

困りごと解決のための活動を調整する窓口がある、または、調整役がいる

##### ☆具体的な方法の例

- ・話しあいの場などで、地域課題や困りごとについて話しあう
- ・地域での支えあいマップづくり（更新）をしている
- ・ふれあいネットワーク活動者の情報を集約する人や場がある  
⇒地域の相談窓口を設ける、相談役を決める 等
- ・支援を必要とする方やふれあいネットワーク活動者から、生活の困りごと相談があった場合に、解決のための活動を調整する窓口がある（役割を担う人がいる）

## (2) 活動にあたっての留意点

### ☆活動のポイント①～無理なく、できる活動を～

活動者は、無理なく、自分のできる範囲での活動を基本としながら、楽しく、やりがいをもって活動することがポイントです。

できないことは無理せず、難しい課題が生じた場合には、社会福祉協議会をはじめ、他の活動者、区政協力委員（町内会長）、民生委員・児童委員などに相談するようにします。

### ☆活動のポイント②～支援を必要とする人に寄り添う～

活動者は、支援を必要とする人の気持ちを尊重し、「手助けしてあげている」という考えを持たず、お互いさまの気持ちでちょっとお手伝いさせてもらおうという考え方が必要です。また、例えば、見守りが「見張りや監視」に感じられないよう配慮することも必要です。

### ☆活動のポイント③～約束や秘密は守る～

活動の中で約束したことは守ることが必要です。また、地域支えあい活動（個別支援活動）やふれあいネットワーク活動のために得た個人情報やプライバシーにかかわる事項は、口外しないようにします。

支援のために必要な情報は、活動者の中で取り決めをし、支援に必要な範囲内で活用するようにします。



### 3. 地域での支えあい活動①：地域支えあい活動

#### (1) 地域支えあい活動（個別支援活動）とは…

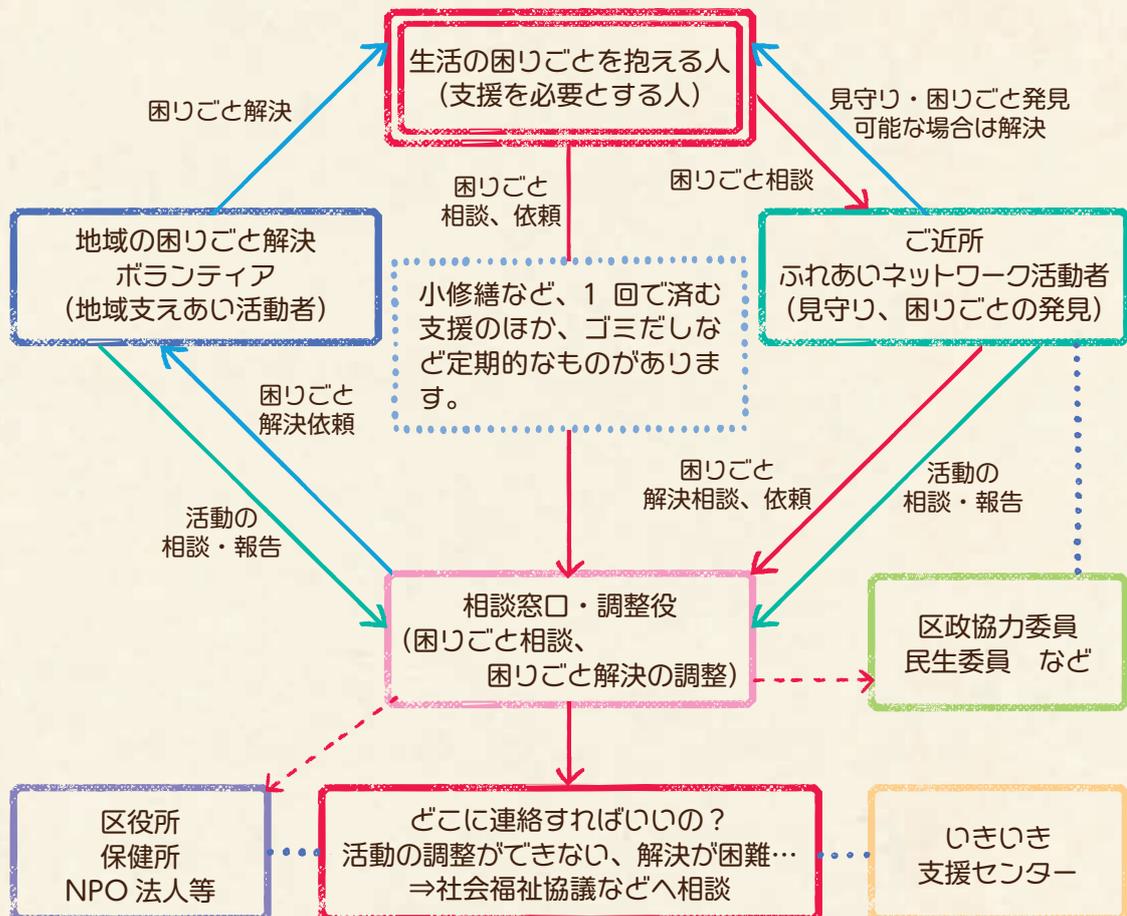
個人のちょっとした困りごとなど地域住民の抱える生活課題を解決するための住民相互の支えあい活動です。困りごとの解決を通じて、顔の見える関係、つながりづくりに結びつけていくことも目指しています。

具体的には、ゴミだしや清掃、小修繕、買い物の付添や代行、地域行事への参加のための支援などの困りごとを解決するものです。

| 主な活動の例                   |
|--------------------------|
| ゴミだし、清掃など日常生活上の支援        |
| 小修繕、資源回収、犬の散歩など困りごと支援    |
| 訪問、傾聴、声かけなど見守り支援、問題の早期発見 |
| 通院や買い物のための外出支援           |
| サロンへの誘いなど交流や仲間づくりを進める支援  |

#### (2) 地域支えあい活動の流れとポイント

##### ① 困りごとの相談・発見と解決の流れ・イメージ



## ②地域支えあい活動による困りごとの解決

☆活動をはじめるにあたり活動者で話しあって、活動の範囲や方法等について、一定のルールを決めます。

例) とにかく依頼はできるだけ受けて、やってみながら活動範囲を決めていく。  
例) 地域住民にアンケート調査を実施し、必要とされている困りごとを把握した上で、活動範囲を検討、決定する。 など

☆住民による支えあい活動であるため、長時間にわたるものや専門的な技術を必要とするものは、専門機関や有料サービスを紹介・活用します。

☆実費負担が必要など、金銭が関わる場合には、ご本人と事前にしっかり確認します。ボランティア活動ですので、費用負担は、材料費等（電球や必要機材等）の実費負担が適当です。また、買い物の代行等の場合は、金銭の預かりに配慮し、レシートでしっかりと精算・確認するなどトラブルとまらないような工夫が必要です。

☆活動者の特技や技術を確認しながら、困りごと解決の種類や範囲を広げていくことも検討します。

☆解決が困難な困りごとの場合には、専門機関や有料サービスの紹介をするなど、地域相談窓口（相談役）、必要に応じては社会福祉協議会等に相談し対応します。

## (3) 広がる地域支えあい活動

シルバーパワー事業を実施する各学区では、地域支えあい活動（個別支援事業）により、生活のしづらさを抱える高齢者、障害のある人等の生活に寄り添った困りごとの解決が進められています。

活動内容を見ると、「ゴミだし、清掃などの日常生活上の支援」がもっとも多くなっています。

また、社会的にも大きな課題となっている「買い物支援（買い物の代行、付き添い）」や「訪問活動により消費者被害を防いだ事例」をはじめ、昨今では、「自宅の大量なゴミの片付け」、「介護中の家族の支援」、「子ども宿題の指導（学習支援）」などの活動事例もあり、活動の対象や範囲も広がりがつつあります。

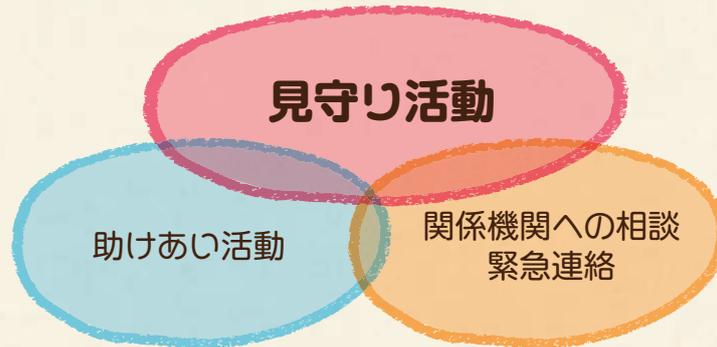


## 4. 地域での支えあい活動②：ふれあいネットワーク活動

### (1) ふれあいネットワーク活動とは…

地域で暮らすなかで支援を必要とする方々のために、近隣の住民が協力して、さりげなく、または、訪問・声かけによって見守りを行う活動です。

また、見守り活動を進めるなかで、困りごとの相談や解決、福祉サービスを必要とする場合や緊急時の関係機関への連絡（橋渡し）を必要に応じて行います。



ふれあいネットワーク活動は、同じ地域で暮らす住民が、お互いに見守り、助けあい、安心して地域で暮らし続けられるようにするためのつながりづくり、支えあいのための活動です。

|                              |  |
|------------------------------|--|
| 見守る・みつめる！<br>「見守り活動」         | <b>日常的な見守り＝さりげない見守り</b><br>支援を必要とする方々を日頃から気にかけて、「暗くなったのに、いつも点灯する家の照明がつかない」など、いつもと違うことに気づく（発見する）もの。 |
|                              | <b>定期的な見守り＝訪問・声かけ</b><br>引きこもりがちの方、近隣の住民と関わりが少ない方など、気になる方を定期的に（概ね月1回以上）訪問し、声かけや安否の確認を行うもの。         |
| 手助けする！<br>「助けあい活動」           | 「見守り活動」を進める中で、話し相手や困りごとの相談相手になるほか、相談されたちょっとした困りごとの解決を図るもの。   |
| 伝える・つなげる！<br>「関係機関への相談・緊急連絡」 | 「見守り活動」を進める中で、福祉サービスの利用を含めた困りごとの解決が必要な場合や、異変に気づき早急な対応が必要な場合には、関係機関への相談や緊急連絡するもの。                   |

## (2) 日常的な見守り（さりげない見守り）を進める

日常的な見守りは、路上やゴミ集積所等でのあいさつをはじめ、散歩の途中に気になるお宅の様子を確認するなど、日常生活の様々な場面で、さりげなく支援を必要とする方々を気にかけて、いつもの違い（異変）を発見するものです。普段の様子を知っておくことで、変化があったときに気づきやすい関係づくりにもつながります。

### 日常的な見守り（安否確認）のポイント

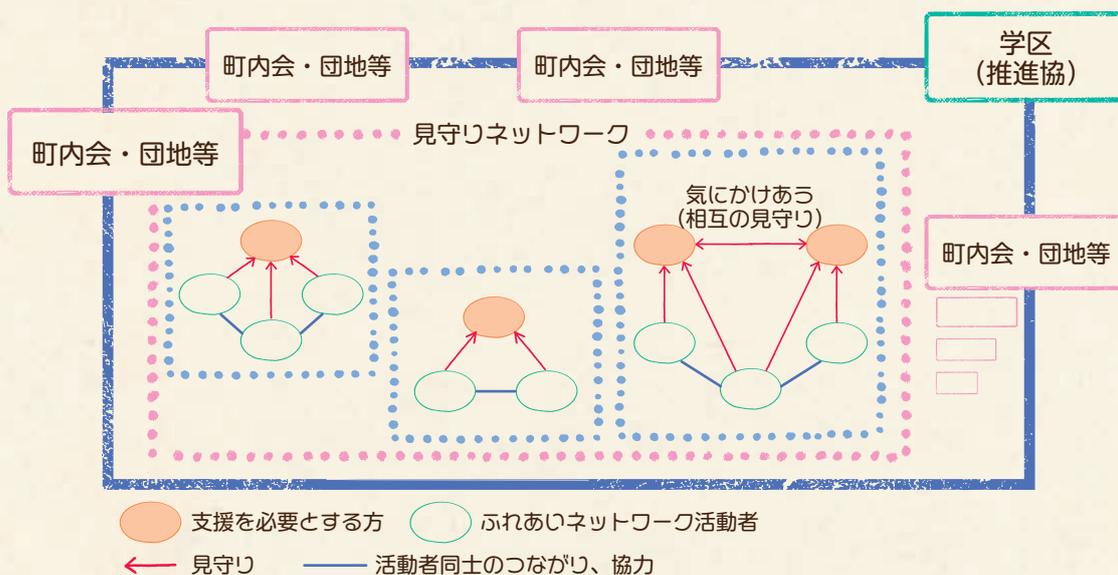
- ・ 暗く（夜に）なったのに、いつも点灯する家の照明がつかない
- ・ 洗濯物が数日間干したままになっている
- ・ 新聞、郵便物が数日分たまっている
- ・ いつものゴミだしがされていない、集積所に来ない
- ・ いつも参加する地域の行事、給食会やサロンに来ない など

## (3) 見守りのネットワーク

地域生活において支援を必要とする方の中には、ひとり暮らしや認知症、寝たきりや障害などから、健康・医療、家庭、住宅などの問題を抱える場合もあり、活動者一人だけでは限界もあります。何より、見守り活動を進める方々の過度な負担となることは避けなければなりません。

また、複合的な生活課題を抱える人の支援については、行政や専門家などの関係機関に相談し結びつけることが必要な場合もあり、複数の活動者がチームを組んで、そして、地域でネットワークをつくりながら活動を進めることがポイントとなります。

### 見守りのネットワーク・イメージ（例）



## 5. 地域での支えあい活動を進める：地域支えあいマップづくり

### (1) 地域支えあいマップとは…

町内会を範囲として、支援を必要とする方々をはじめとする地域住民のつながりや支えあいの状況を地図に落とし込み、関係性や支えあいの状況を見えるようにするものです。

なお、災害時要援護者マップづくりの進んでいる地域においては、災害時要援護者＝日常的な支援も必要とする人であることが多いため、防災や発災時の避難支援等に活用するだけでなく、日常的な困りごとの解決や見守り活動に活用することもできます。

|                        |   |
|------------------------|---|
| これから地域での支えあい活動を始めてみよう… | 地域支えあい活動（個別支援活動）やふれあいネットワーク活動の開始にあたって地域の生活課題等を明らかにし、今後の活動を考えていく材料として活用できます。 |
| 地域での支えあい活動を進めているけど…    | 地域での支えあい活動を実施している場合には、つながりや支えあいの関係性や支援のもれがないか等の点検と今後の活動の進め方を考えるため等に活用できます。  |

### 地域支えあいマップの有用性とポイント

#### 有用性

- ☆地域住民の方々が既に知っていることをもとにして、住民相互のつながり、支えあいを可視化することで、活動の点検や検討に役立ちます。
- ☆活動を進めるための情報を共有することができます。
- ☆支援を必要としている方々（ひとり暮らしで困っている人など）を探すだけでなく、見守りや手助けしてくれそうな人、仲良のよい人、困りごとを解決するために使えるようなサービスなどを探すことができます。
- ☆マップづくりを通じて住民同士の交流を図ることができます。

#### ポイント

#### プライバシー、個人情報の問題は…？

- ☆重要なのは、支援を必要とする方々などが、知らないところで自分のことが話されていることを知り、不快に感じないように十分に配慮すること！

#### このため…

- ・マップづくりや、支援のために限定し口外しないように参加者で約束をつくります。
- ・本人の同意を得る、必要最低限のメンバー（活動者）だけが保管するなどの工夫を町内会で取り決めます。
- ・地図に載せるかどうかは、その場で判断し記入します。

## (2) 地域支えあいマップづくりの進め方

### ① 町内の区政協力委員（町内会長）、民生委員・児童委員や地域住民が集まる

※準備するものは…

町内会の地図（住宅地図を拡大したもの等）と色マジックやシール（色）等

### ② 知っている情報を地図に書き込む

※書き込むポイント…

☆まずは、地域に日頃から気になる方々はいないか話しあう。

☆話しあいを進める中で、以下のような、支援を必要とする可能性の高い方々について話しあいを深めていきます。

- ・ひとり暮らしの高齢者、認知症の高齢者、障害のある人、共働きの子育て家庭などの支援を必要とする人は？
- ・支援を必要とする人とご近所との関係は？
- ・地域とのつながりがない（孤立している、孤独である）と思われたり、困りごとがありそうだけれど、「お付きあい下手」、「助けられ下手」な人は？

☆支援を必要とする人の困りごとは？

☆困りごとを解決してくれる家族、ご近所の人はいるか？

☆買い物ができる場所など、日常生活に不可欠な場所はあるか？

☆困りごとを解決するために使える場所やサービス、サロンや給食会などの活動は？  
など

### ③ 地図を見ながら、気づいたことや必要な支援、支援を進めるために必要なことなどを話しあう

### ④ 話しあった内容を活動に活かす、新たな活動をはじめてみる

### ⑤ 活動しながら分かったことなどを含め、ときどき（年1回以上）地図に落とし込んだ情報を更新する



## Ⅱ 活動紹介と 実践ポイント

### 事例紹介

ここでは、シルバーパワー事業をきっかけにして取り組まれている、地域での支えあい活動の事例を紹介します。

活動のきっかけになった出来事や地域課題、活動事例や実際にあった困りごと解決のケースをはじめ、活動のポイントや活動を進める地域住民の皆さんの所感もご紹介します。

### 13の事例

#### 地域支えあい活動

- ① 『みんなの力で葵学区をより住みやすいまちに！  
～葵おたすけボランティア～』 (東区・葵学区)
- ② 『身近な地域で支えあう関係づくり「猫の手貸し隊」』 (西区・城西学区)
- ③ 『高齢者が突然入院。取り残された愛猫は！～そのとき、ご近所としょん隊が動いた～』  
(中村区・八社学区)
- ④ 『「お困りごとは、何なりと！」～生活を支える相談窓口づくり～』 (昭和区・白金学区)
- ⑤ 『“みつるぎ支援隊”で広げる支えあい活動～御劔学区における個別支援活動の展開～』  
(瑞穂区・御劔学区)
- ⑥ 『ふれあい、支えあい“個人支援サポート”』 (瑞穂区・穂波学区)
- ⑦ 『「大手銀杏(ぎんなん)の会」によるリクエスト事業』 (港区・大手学区)
- ⑧ 『「おたがいさま」と言いあえるまちづくり』 (南区・伝馬学区)
- ⑨ 『一人じゃちょっと大変…そんなお困りごと、お助けマンがお手伝いします！』  
(天白区・表山学区)

#### ふれあいネットワーク

- ⑩ 『ふれあいネットから個別の生活支援に展開』  
(南区・明治学区)
- ⑪ 『町内の困りごとは町内みんなて。』 (南区・道徳学区)
- ⑫ 『防災ずきんからはじまった日常的な見守り活動』 (天白区・高坂学区)

#### 地域支えあいマップ

- ⑬ 『“地域支えあいマップづくり”からはじまる  
「広がる、広がれ、地域の支えあいの輪!!!」』 (瑞穂区・高田学区)

## みんなの力で葵学区をより住みやすいまちに！ ～葵おたすけボランティア～

高齢者や障がい者には、行政や業者に頼むほどではない「ちょっとした困りごと」があります。そんな困りごとのなかから「ゴミ出し」と「電球の取替」に焦点を絞り、隣近所の支えあいで解決をめざしています。

### 活動のきっかけ・地域課題

葵学区は、一世帯あたりの人口が少なく、高齢化率の割にひとり暮らしの高齢者が多い地域です。シルバーパワー事業において地域支えあい活動（個別支援活動）を検討する際、ひとり暮らし高齢者などは、生活のなかで、高所にある電球や蛍光灯の取り替え、また、重い新聞の束を資源回収のステーションまで持っていくことができないという課題が活用連絡会議において提起されました。



### 活動事例…

「葵おたすけボランティア」の利用案内チラシを見て、ひとり暮らしの高齢女性からゴミ出しの依頼がありました。この女性は、最近足が悪くなり、杖をついてゆっくりとしか歩行できず、重いものを持って歩くと転倒の恐れがあるため、新聞等を資源回収のステーションまで持っていくことができず困っていました。近隣のボランティアに、ついでに出してもらおうことができるようになり、たいへん喜んでいました。



## 活動のポイント！

### ☆「ムリはしない！～わかりやすく身の丈にあった活動～」

初めての取り組みで、どんな困りごとが入ってくるか不安があったため、まずは「ゴミ出し」と「電球の取替」に焦点を絞り活動しています。

### ☆「みんなで話しあう～活用連絡会議～」

活用連絡会議には、必要に応じてナンバー以外の町内会長や民生委員などにも積極的に参加していただき、率直な意見を交わしあうことで学区全体の取り組みとなっています。

### ☆「直接働きかける～会議やイベントでPR～」

チラシを組回覧するだけでは、なかなか見てもらえないため、地域における各種会合やもちつき大会などのイベントにおいて、直接地域住民に説明する機会をつくり、繰り返し参加・協力を働きかけました。



## 地域住民、活動者の声

「葵おたすけボランティア」でゴミ出しを利用することになった高齢女性宅へは、ボランティアが定期的に声かけをするようになりました。依頼者は、「こんなことでお願いしては申し訳ない」とおっしゃっていましたが、地域住民は助ける側と助けられる側ではなく、『持ちつ持たれつの支えあいの関係をともし楽しむ』という姿勢が大切であると感じています。

## 今後の活動に向けて…

☆葵学区には、近隣関係の助けあいの絆が保たれている地域もまだまだ残っている一方で、新しいマンションや町内会長が頻繁に交代する町内などでは、助けあい活動が減っているところもあります。そういった地域にもこの取り組みを活用することで地域の活性化ができるようすすめていきたいと思えます。

☆現在は「ゴミ出し」と「電球の取替」に活動を絞っていますが、今後、現場の意見を聞きながら、活動内容の見直し・拡大を行う予定です。

## 身近な地域で支えあう関係づくり「猫の手貸し隊」

名古屋城の西側に広がる閑静な住宅地、西区役所や西図書館などの施設が並び城西学区で、平成23年12月地域の助けあい活動「猫の手貸し隊」が始まりました。民生委員、区政協力委員等の各種団体といきいき支援センター等の公的機関が連携し、高齢者の生活支援を行っています。

### 活動のきっかけ・地域課題

高齢化率が区の平均値を超え、ひとり暮らしや高齢者のみ世帯が多い地域で、ご近所同士のつながりや助けあいを復活させようと、「猫の手貸し隊」の結成に至りました。当初は37町内中9町内をモデル実施として開始しましたが、平成24年4月から全町内での活動とし、ボランティアを増員して実施しています。



### 活動事例…

民生委員のもとに、地域の高齢者から「病院から退院してきたけれど、ひとり暮らしで家事に困っている」と相談が入りました。民生委員から相談を受けたいきいき支援センター職員が、高齢者宅を訪問し介護保険サービス等の利用相談を行う傍ら、同じく民生委員から相談を受けた「猫の手貸し隊」が緊急一時的に洗濯、掃除、洗濯物の取り込み等の家事支援を行いました。



## 活動のポイント！

### ☆「協議の場の活性化は活動の活性化！～活用連絡会議で課題解決～」

隔月開催の会議は委員の活発な意見交換の場となっています。また社協のいきいき支援センター職員、はつらつ長寿推進事業担当職員も毎回参加し、地域課題の意見交換を行っています。会議の議論の中から、相談受付窓口の拡大（週2日→週6日）、広報用マグネットの作成が決定されました。

### ☆「お助け活動のニーズキャッチ～猫の手貸し隊マグネットの配布～」

救急救命情報「命のバトン」を70歳以上の高齢者宅に配布するときに、民生委員と町内会長が同行し、「猫の手貸し隊」マグネットも同時に配布し、ニーズ募集を行いました。その結果、月1件程度だった相談が月3～4件になりました。



### ☆「より多くのニーズに応えるために～ボランティアの追加募集～」

活動場所の拡大に伴い、「猫の手貸し隊」ボランティアの追加募集を行いました。昨年度末42人だったボランティアが82人に増加しました。

## 地域住民、活動者の声

「猫の手貸し隊」の活動では、町内会長も同行してお困りごとの現状把握をしています。活動を続ける中で地域の絆が強くなったと感じています。活動にお礼の言葉をもらうと担い手と受け手、お互いにとって良かったなあと思います。



## 今後の活動に向けて…

☆学区内で住民が集い、おしゃべりしあえる場「サロン」の立ち上げを検討しています。

☆今後更に高齢者が増えると思われるため、地域の中で見守り支援活動を進めます。



## 高齢者が突然入院。取り残された愛猫は！ ～そのとき、ご近所としえん隊が動いた～

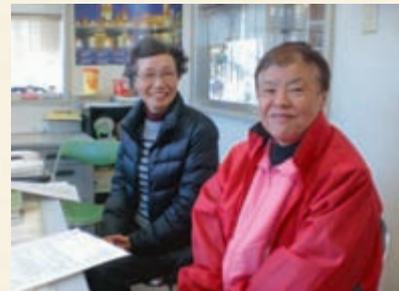
ひとり暮らしの高齢者が突然入院！愛猫の運命はご近所としえん隊に委ねられた。ほっとけないご近所さんと、(基本的に)断らないしえん隊との愛のコラボレーション。考え、集まり、話しあい、やってみた。1ヶ月ちょっとのストーリー。

### 活動のきっかけ・地域課題

活用連絡会議での話題は、専ら個別支援。支えあいの仕組みを作りたい、というメンバーの思い。

何をどうするかというより、人を集めてやり始める。方針とかは、やってみる中で考えていけばいい。…というざっくりとした、しかし強固な方針が決定されました。

はっきりとした地域課題等の把握をしないまま、人を集めることに特化した広報戦略を開始。チラシは各戸配布していただき、純粹にチラシの呼びかけだけで隊員を募集。なんと！7人の応募がありました。



### 活動事例…

ひとり暮らしで、猫と暮らしていた高齢女性が、突然入院。普段からお付き合いのあったご近所の方が、残った猫をかわいそうに思い、餌をやるなど世話をしてくださっていました。

入院期間がはっきりせず、先の見えない活動に困ったご近所の方が、組長さんに、組長さんから相談を受けた民生委員(兼隊員)さんが、しえん隊活動として取り組めないかと隊長と社協に相談。

やってみましょう、と合意に至り、ご近所の方・民生委員(兼隊員)さん・もうお一人隊員さん・隊長にて打ち合わせを行いました。

その結果、ご近所の方、民生委員(兼隊員)さん、もう一人の隊員にてローテーションを組んで、猫のえさやりを行うことになりました。



## 活動のポイント！

### ☆「困っていそうだったら、手伝ってみる」

依頼があったら、やる方向で進めます。相談しながらやってみて、だめだったらやめればいい。猫の餌やりなんてどーなの!?!と決めつけなくて、いろいろ相談しながらやってみました。

### ☆「自分たちだけではないことを、知っている」

しえん隊だけではできないから、ご近所の方や民生委員さんと一緒にやりました。全てはできないから、関わる人は多い方がいい。一緒にやればお互い助かります。謙虚にボラしてます。



## 地域住民、活動者の声

ご近所：しえん隊のことは知らなかったけど、自分たちだけだと続けられなかったから、手伝ってくれる人がいてとてもよかったです。私たちは隊員にはなれ(ら)ないけど、本当にいい制度ね。

隊員：改めて、自分がこういう立場になったときに、助けてくれる人がいたらありがたいと思った。こんなことは想定してないもんね。やっぱりご近所はありがたい、と実感しました。



## 今後の活動に向けて…

☆「やらなけりゃ できないことも わからない」あれこれ言っても始まりません。うまくいかなきゃ、やらねばいいのです。〈とにかく一度やってみるべし。〉

☆こうなりたい、こうしたい、こうしてあげたい。ボランティアするとき、主語が「私が」だったら要注意。

☆「無理すると 義務感芽生え 辛くなる」自分たちのできる範囲を知り、その範囲で、無理なくゆるやかにやっていきたい。そうすれば続けられると思います。〈継続は(最大の)力なり。〉

## 「お困りごとは、何なりと！」 ～生活を支える相談窓口づくり～

地域では、困った時どこに相談すればよいかわからず問題を抱えたままの人や、公的な機関を訪ねることができずにいる人がいることが問題になりました。そこで、困りごとが起こった時に、まず、気軽に相談できるところを小学校区の中に作り、地域の個別の困りごとを区社協や専門機関、学区福祉推進協議会などにつなげられるようにすることを目指しています。

### 活動のきっかけ・地域課題

地域での相談窓口づくりについて議論した昭和区社協の第2次地域福祉活動計画の策定、実行に関わっているメンバーが居住されていました。

また、地域での困りごとキャッチの仕組みづくりについて、区政協力委員長さんからも好意的に迎えられました。

さらに相談窓口の開設にあたっては、第2次地域福祉活動計画の実行メンバーがバックアップする体制づくりができました。



### 活動事例…

☆使用しなくなったタンスの粗大ゴミ集積所までの運搬が、初めてのボランティア対応ケースとなりました。謝礼にこだわられて、ボランティアには不要だということを受得してもらったのに、時間がかかったのを覚えています。やってもらったことの負担感を減らすことも考えたほうがよいのかとも考えます。

☆父親の法事を執り行うことについての母子間の見解の相違を調整し、老母の願いをかなえることで調整しました。これは、相談員が地元の人であるからこそできたことであると思います。



## 活動のポイント！

### ☆「窓口をたまり場に！」

学区の中心にある相談窓口を、人と情報の集積所にする。  
住民の抱える困りごとを拾い上げ、解決につなげていく。

### ☆「つながりを大切に！」

相談窓口のボランティアの座談会を定期的に行う。  
つながりを強め、相談内容や解決方法についてみんなで話しあう。



## 地域住民、活動者の声

通り側がガラス張りの相談窓口（コミュニティセンター）にいと、いろいろな人が立ち寄るようになりました。学区の役員などの連絡もしやすくなり、スムーズに意思疎通ができるようになりました。

窓口があることで、各専門機関への紹介につながることがあり、役所の敷居の高さの克服につながっています。

## 今後の活動に向けて…

☆困りごとを相談しやすい環境づくり、相談窓口を周知するための幅広い広報活動を進めていきます。

☆困りごとのキャッチを一層進め、問題解決にあたる、ボランティアの達成感を増やしていきたいと考えています。

☆新たな拠点の模索（協力店などの募集も）も進めていきたいと思ひます。

## “みつるぎ支援隊”で広げる支えあい活動 ～御劔学区における個別支援活動の展開～

御劔学区の住民による支えあい、助けあい活動を進めるため「みつるぎ支援隊」を立ち上げ、学区に居住するひとり暮らしの高齢者や障がい者世帯など、家族などの支援を受けることができない世帯の困りごとに対応しています。

原則として1時間程度で終了する軽易なもので、専門技術や知識を必要としない困りごとを引き受けています。相談は、推進員がコミュニティセンターに常駐している週2日、電話または直接来所していただきます。本人及び代理人からの申込みを受け、推進員が内容を確認し、ボランティア調整を行っています。

内容としては、買い物代行、ゴミの分別、小修繕、庭木の枝切り、室内の大掃除などがあります。

### 活動のきっかけ・地域課題

個別支援活動の推進については、活用連絡会議で検討していましたが、協働ネットワーク研修で、天白区表山学区のお助けマン活動について学んだことで、活用連絡会議の個々のメンバーのイメージが広がり、御劔学区版の活動ガイドラインを作成することができました。

活動会員については、どんなことができるか（得意か）「ボランティア希望票」を記入していただき、登録する形をとりました。

学区の区政協力委員会議で町内会長に事業の周知とボランティアの登録を呼びかけるとともに、チラシを配布したり、給食会で呼びかけたりするなど周知を行いました。平成24年9月の敬老事業にあわせて、「お困りごとはみつるぎ支援隊へ」と記載されたPR用のマグネットを対象世帯に配布し、PRに力を入れています。推進員に直接相談されるケースが少ないことが課題です。

### 活動事例…

92歳のひとり暮らしの男性から、敷地内の柿の木の枝が伸びてしまい道路に出ているので切ってほしいとの相談がありました。推進員が、コミュニティセンターからの帰りに下見に行くと、かなり枝が伸びており、日を改めて何人かで行うことを伝えました。同じ町内のボランティアも手伝い、3人が約1時間活動しました。依頼者から、切り落とした柿の実をぜひ持って行ってほしいと言われ、いただいたボランティアが、後日パウンドケーキを作りサロンで振る舞いました。



## 活動のポイント！

### ☆「困ったことはとにかく相談」

周りの高齢者などから“困っている”声をきいたら、とりあえずシルバーパワー事業に相談してもらおうようにする。そのため、町内会長や民生委員へも周知を繰り返し行う。

### ☆「素早く対応」

下見に行って、その場でできそうなことは対応してしまう。身近な協力者に声をかけ、なるべく早く解決できるよう推進員が調整する。

### ☆「口コミが第一」

協力者も、依頼者もこの活動を知ってもらうには知人、友人からの口コミが最も有効。活動を通して、どんどん知ってもらうように広めていきたい。



## 地域住民、活動者の声

◎みつるぎ支援隊でお手伝いさせてもらった方は、みなさん大変感謝されて、やってよかったと思うし、今後も続けていきたいと思います。

◎他の地域活動でも、ボランティアの皆さんは前向きにやってもらっている。これからも、特に町内会長さんたちに理解を深めていただき、広めていってほしいと思います。



## 今後の活動に向けて…

☆高齢者などが「困っているから手助けしてほしい」と、自分から声を上げることはなかなかできません。そのため、シルバーパワー事業そのものを多くの住民に知ってもらい、声を掛けあいながら困りごとの解決につなげていく取り組みを学区全体に広めていきたいです。



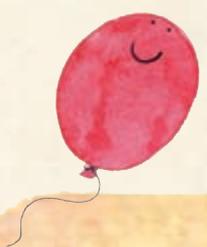
## ふれあい、支えあい “個人支援サポート”

マンションが多く、学区の高齢化率は低いものの、一戸建て住宅の多い町内においては、ひとり暮らし高齢者や高齢者のみ世帯も多い学区です。戸建町内においては、マップづくりを行いふれあいネットワーク活動も始まってきました。

住民による支えあい、助けあい活動を進めるため、ボランティア登録者に個人支援ボランティア調査票を配布し、ボランティア可能な活動を調査。原則として1時間程度で終了する軽易なもので、専門技術や知識を必要としない困りごとを引き受けています。

学区に居住するひとり暮らしの高齢者や障がい者世帯など、家族などの支援を受けることができない世帯の困りごとに対応しています。相談は、推進員がコミュニティセンターに常駐している週2日、電話または直接来所していただきます。本人及び代理人からの申込みを受け、推進員が内容を確認し、ボランティア調整を行います。

内容としては、買い物代行、ゴミの分別、小修繕、庭木の枝切りなどです。



### 活動のきっかけ・地域課題

個別支援活動の推進については、活用連絡会議で検討してきましたが、協働ネットワーク研修で、天白区表山学区のお助けマン活動について学んだことで、活用連絡会議の個々のメンバーのイメージが広がりました。御劔学区が先行して実施したボランティア希望票を元に穂波学区版に修正し、ボランティア登録者全員に調査を行いました。

受け手を確保しつつ、ニーズを拾うためシルバーパワー事業のチラシを全戸配布し、給食会や笑話会（サロン）で周知を行いました。また、年度末には「困りごとご相談ください」と大きく書かれたマグネットを作成し、学区連絡協議会でシルバーパワー事業の再周知を行い、各町内会長に対象者へマグネットの配布と活動のPRをしていただきました。



## 活動事例…

全戸配布をした活動のチラシを見たという80代の女性から、買い物代行の依頼。(虚弱体質のため特に冷えた場所に行くことが困難な方)

近所に弟が住んでおり、日々面倒を見てもらっているとのことであったのでいったんは断りました。3カ月後いきいき支援センターからも依頼が入り、推進員と民生会長で相談をし、隣の町内からボランティアをしていただける方を見つけ、女性とボランティアが相談をして毎週木曜日買い物に行くことになりました。

ボランティアに対してとても感謝の意を表しており、「本当にありがとう」と毎回お礼を言われるとのこと。ボランティアも週1回顔を合わせることで、対象者の何気ない変化に気付くことができ、言葉を交わす見守り活動ができています。

## 活動のポイント！

### ☆「まずは相談」

困っていることがあれば、まずは何でもいいので相談してみる体制作りをする。対象者のニーズを落とさないためにも町内会長や民生委員にもシルバーパワー事業のPRを繰り返し行う。

### ☆「できない」じゃなくて「やってみる」

相談が入ったら、まずは詳細を確認し実際に足を運んでみる。訪問は必ず2人で。現場の状況を判断し、同じ町内の人で協力できないか調整する。

### ☆「やっぱり口コミ」

何をするにも、知人や友人からの口コミが一番の近道となる。人から人へ伝わるよう、活動を増やしていく。



## 地域住民、活動者の声

すごく感謝されて、やりがいがある。感謝されると自分もいい気持ちになりますね。



## 今後の活動に向けて…

☆活動のPRが十分ではなく、まだまだニーズがあがってきません。住民から積極的に声掛けしてもらえるように、推進員はじめ連絡会議のメンバーからも各団体委員への声掛け、周知を徹底していきます。「困った時はお互いさま」が学区全体に広がるよう、支援していきたいと思います。

## 「大手銀杏（ぎんなん）の会」によるリクエスト事業

大手学区ではボランティアグループ『銀杏の会』が、地域の方のちょっとした困り事を解決するお手伝いをしています。ご本人からの依頼はもちろん、地域役員からの情報提供や相談の仲介を受け、メンバーの得意な活動、出来ることに取り組んでいます。

### 活動のきっかけ・地域課題

ひとり暮らし高齢者の身近に相談相手がおらず、その相談相手を地域役員が担っていたこともあり、地域全体で助けあいや支えあいの出来る“つながり”が大切だと感じていました。身近な隣近所から助けあいの関係が出来、学区全体に広まることで住みよい街づくりにつながっていくことを目指し、また、個人の困りごとをどのように手助けしていくかと考えて行く中で、『銀杏の会』を設立しました。



### 活動事例…

地域役員より、「ひとり暮らし高齢者の方で襖が破れて困っている。『銀杏の会』で対応してもらえないか。」と推進員に相談があり銀杏の会で対応しました。依頼者宅への訪問や活動当日も、ボランティアだけではなく地域役員にも同行いただき、作業には依頼者ご本人にも加わってもらうなど、『銀杏の会』だけで全てを解決するのではなく、ご本人だけで取り組むには“ちょっと大変なこと”をお手伝いしています。



## 活動のポイント！



### ☆「活動をよりスムーズに！」

よりスムーズに活動していくために、銀杏の会設立当初に作成した活動ガイドラインを見直し、活動内容を整理しました。

### ☆「活性化に向けて」

徐々にリクエスト（依頼）件数も増えてくる中で、今後も地域の方たちのリクエストに幅広くお応え出来るようにとの思いから、メンバーを増やすことで会の活性化を図りました。

### ☆「リクエストは身近な方からも！～地域役員との連携～」

リクエストの相談はご本人からだけではありません。地域で活躍している役員さんがキャッチした情報・困りごとを推進員に連絡いただく体制が出来ています。地域役員の協力・連携があることで、銀杏の会の活動も広がっています。

## 地域住民、活動者の声

『銀杏の会』を地域が知ってくれ、少しずつ活動が認められてきたこと、地域のために尽力することで活動している人たちが認められることが活動のやりがいだと感じています。

また、現在の活動に満足することなく、更にレベルを高められるような努力をすることが生きがいとなっている。今後も地域・仲間と一緒に取り組むことでつながり、輪を広げて取り組んでいきたいです。



## 今後の活動に向けて…

☆取り組みに対する熱意・前向きさが大切。問題意識をもつことがポイントです。

☆与えられるだけでは事業は活性化しない。どのように事業に取り組むか提案する→周囲の賛同・協力を得る→実施→活動を地域に周知する→新たな提案→賛同・協力…というサイクルを定着させたいと思います。

## 「おたがいさま」と言いあえるまちづくり

ボランティアグループ「伝馬おたがいさま」が中心となって、地域支えあい活動に取り組んでいます。生活の困りごとの解決＝生活支援、そして、見守り活動＝『伝馬・おたがいさまネット』を「ちょっとした応援で、ちょっと助かる！」をモットーに進めています。

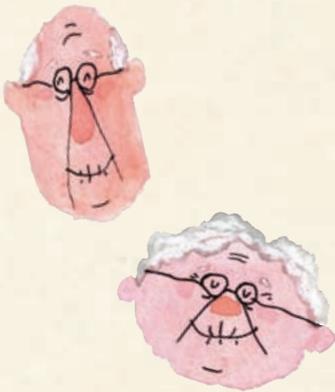
生活支援では、家具の移動や資源ゴミ運び出し、網戸の張り替え（季節限定）など生活の中のちょっと自分ではやれないことをお手伝いしています。

また、伝馬・おたがいさまネットは、ひとり暮らし高齢者がお互いを気にかけてあう関係づくりをめざして広がっています。

### 活動のきっかけ・地域課題

『伝馬・おたがいさまネット』は、会員のAさんの近所に住む伯母さん宅の戸が3日間開いてないと向いに住むおばあさんが教えてくれたこと、会員Aさんの近所はほとんどの方が女性のひとり暮らし高齢者だったこと、また、何年も前から会代表が見守り活動を行っていたことがきっかけでスタートしました。

まずは、会員Tさん近所の高齢者一人ひとりに説明し、お互いで気にかけてあう仕組みをつくることからスタートしました。



### 活動事例…

会員のBさんは、田舎から送ってきたと言ってよく野菜や果物をくださるご近所の方が車イス生活に不便そうに生活していたのを見て、玄関から道路までの間に段差解消の鉄板を敷き、手すりを設置。「困ったときはおたがいさま」と、いつも親身に相談にのっているBさんです。

## 活動のポイント！

☆「会員 100 人で 100 通りの活動事例をめざして！」

～会員が増えればやれる活動もおのずと増える！

町のなかに眠っている資源（人材）を掘り起こす～

☆「会を知ってもらって信頼を得る」

～「伝馬・おたがいさま通信」の毎月発行と

学区定例会への出席～



## 地域住民、活動者の声

◎この活動を行うようになり、知り合いが多くなった。同時に「こんなところにこんな特技・技術を持った人がいたんだ」と知るきっかけになりました。

◎遠慮はまだまだあるが、多少は頼みやすくなった面もあります。

◎活動をするのに、「社協」といっしょにやっていると、名前を出せる利点があります。

## 今後の活動に向けて…

☆せっかくのボランティアグループを、学区の中でどう浸透させ、また、相談しやすい環境をつくるかが課題です。

☆高齢者だけでなく、問題を抱える子育て家庭や障がいのある方に対してもニーズにあった活動を展開していきます。

（専門機関へ会の周知と連携）



## 一人じゃちょっと大変… そんなお困りごと、お助けマンがお手伝いします！

表山学区では、生活の困りごと解決＝「お助けマン」の活動を進めています。

お助けマンの仕組みで、ひとり暮らしの高齢の方、高齢の夫婦のみの世帯の方、障がいのある方が、「自分だけじゃちょっと難しい…誰かに助けてほしいなあ」とお困りのときに、地域住民のボランティア「お助けマン」ができる限りお手伝いします。

お助けマンへの依頼としては、電球の取替え・小規模な枝切り・庭の草取り・ゴミを集積所まで運ぶなどが多く、家具耐震留具の取り付けや病院への付き添い、傾聴などの依頼もあります。

### 活動のきっかけ・地域課題

区政協力委員長が、以前から他の地域のお助け活動に関心を持っていたことがきっかけで、高齢化率が上昇傾向にある表山学区でも、高齢者や障がいのある方を地域の力で助けあい・支えあう仕組みを作っていこうという思いから始まりました。



### 活動事例…

「パソコンの使い方を教えて欲しい」という依頼があり、パソコンが得意なお助けマンとともに訪問しました。インターネットで買物がしたいという依頼者、実は足が不自由なため一人で買い物に行くことが困難とのこと。直接話を伺うことによって、依頼者の困りごとの本質が見えてきた事例です。文字を打つところからの指導で、少し時間はかかりそうですが、依頼主の「やってみたい」という思いを尊重し、依頼者のペースに合わせて継続的にお助け活動に入っていく予定です。

## 活動のポイント！



### ☆「困りごとにはすぐ対応」

～家の近いお助けマンや作業の得意なお助けマンを  
派遣するなど、お助けマンの個性を活かし迅速に対応～

### ☆「お助けマンから積極的に声を拾おう」

～過去の依頼者宅訪問やお助けマン名刺の作成などで、  
お助けマンによる積極的なPR活動を推進し、地域住民の声をキャッチ～

## 地域住民、活動者の声

### 推進員にインタビュー…

「推進員になったことで、今まで以上に地域とのつながりを持つことができました。またお助けマンとして困りごとのお手伝いをしていく中で、こちらが元気をもらっています。活動を心待ちにしている方もいらっしゃり、大変やりがいを感じています。」



## 地域住民、活動者の声

### 推進員にインタビュー…

「ボランティアを『してあげる』、という意識ではなく、相手に喜んでもらえることが自分にとっても喜び・幸せだと思って活動しています。同じ思いを持つ人をどんどん発掘していき、お助けマン活動を充実させていきたいと思えます。」



## 今後の活動に向けて…

☆過去に依頼をいただいた方で、ここ最近依頼のない方のお宅をお助けマンが訪問し、様子伺いをするとともに見守り活動への展開を図ります。

☆学区住民の関心が高い「防災」を取り上げ、お助けマンの地域住民への関わり方を検討していきます。



## ふれあいネットから個別の生活支援に展開

明治学区では、ふれあいネットワーク活動を進めるなかで、生活の困りごとを受け止め、解決する仕組みづくりを進めてきました。

ふれあいネットワーク活動は、孤立死防止のため、現在、190人の協力員で見守り活動をしています。困りごと解決で多いのは、買い物支援・代行・付き添いです。買い物に対するニーズが高く、毎日の生活に関わるため依頼も多くなっています。また、資源ゴミ結束、粗大ゴミ搬出…ゴミの出し方含め、相談されることが多く、1件受けるとその近所の高齢者からもお願いされます。

### 活動のきっかけ・地域課題

南区でも最も高い高齢化率であり、半数以上が高齢者の大規模団地を抱える明治学区では、ふれあいネットワーク活動の中から「話を聞いてほしいお年寄りが多い」という課題が見えてきました。そこで、話し相手や散歩・外出の付き添い、お茶飲み相手になることに意識し、また、高齢者同士が話せる場としてサロンを大規模団地内に開設、毎週開催することになりました。



### 活動事例…

訪問や声かけに無反応だったひとり暮らしの男性高齢者でしたが、晩のおかずを持っていったり亡くなられた奥さんの思い出話をしたりするうちに、塞いでいた気持ちを話され、受け入れてもらえるようになりました。

## 活動のポイント！

- ☆「個人のニーズは全体のニーズかもしれないと思うこと」  
～ふれあいネット、個別支援の課題を共有化することで、  
新たな取り組みへの発展～
- ☆「高齢者にも子どもの見守り、おたがいの声かけをお願いします」  
～“支援される側＝お客様”になってしまわないよう、  
役割を与えることで本人・学区に活気を～



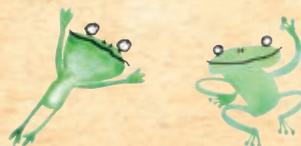
## 地域住民、活動者の声

地域での支えあい活動に取り組んで、民生委員、ふれあいネットワークの協力員を中心に、活動に対する意識が変わったと思います。

活動の必要性や、どうやって報告するかなど推進員（学区民児協会長）の考えが浸透するにしたい、意思疎通や情報共有が円満に進むようになりました。

## 今後の活動に向けて…

- ☆町内会長の一層の協力を得るため、民生委員が作成・更新している福祉マップをツールに情報・課題の共有を図ります。
- ☆活動者一人あたりの負担を軽減させるため、協力してくれるボランティアを増やす働きかけをしていきます。



## 町内の困りごとは町内みんなです。

道徳学区では、町内の困りごとは、町内みんなて解決できるように、町内会単位でボランティアグループをつくり、地域での支えあい活動を進めています。

町内会のみで解決できない課題については、学区みんなて助けあい解決しています。

地域支えあい活動（個別支援活動）の主な内容は、廃品回収・資源回収日にあわせてひとり暮らし高齢者宅のゴミ分別と搬出する（月数名のメンバーが高齢者宅のゴミ出しを手伝う）ほか、病院送迎、入退院時の手伝いを行っています。

また、「そっと見守りたい・声かけ隊」を結成し、見守り活動を進めています。支援を必要とされるご本人に申告する / しないは各町内に任せ、ウォーキング、犬の散歩など普段の生活の中でのさりげない見守り活動から進めています。

### 活動のきっかけ・地域課題

隣近所、組内、町内会内と【おたがいに支え・支えられ】の関係が残っており、日頃の助けあいやつながりが町内会単位で保たれています。しかし、孤立死の発生や、子どものいない町内もあるため、普段の生活の中で無理なく行える体制で家の外側から「そっと」見守る活動が始まりました。



### 活動事例…

町内の高齢者から「お金を貸してほしい」と相談され、よく話を聞くと通帳と印鑑を無くして貯金を下ろせず生活費が無いとのが分かりました。そのため、本人といっしょに郵便局へ相談、通帳を新しく作る必要になったため、本人に付き添って手続きをすすめ、無事に生活ができるようになりました。

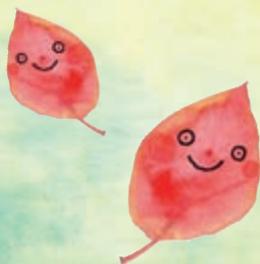
## 活動のポイント！

### ☆「ご近所のつながりを見守りへ」

～意識なく行っていたご近所付き合いに、  
ちょっと視点を加えて無理なく見守り活動へ展開～

### ☆「“やっている” を見える化」

～町内ごとの活動を一覧表にして配付、  
活動の動機付けに利用する～



## 地域住民、活動者の声

シルバーパワー事業をきっかけとして地域での支えあい活動を始めたときに、要援護者を地図に落とし、他のメンバーに見せたところ、活動の必要性を感じてくれました。自分自身も町内のことがよく分かりました。

何もしなければそのまま毎年過ぎていくだけでですが、今は何か町内で活動するときも〈地域での支えあい活動（シルバーパワー事業）〉という意識ができ、活動の裏づけになっていると思います。



## 今後の活動に向けて…

☆まだ、活動報告のない町内会へ報告することを促し、各町内の事例報告、課題の共有を図っていきます。

☆「そっと見守りたい」の全町内実施に向けて説明していく。また、今の町内会ごとの助けあいのしくみやつながりが、何年先も持続するよう、若い世代の巻き込みが課題です。



## 防災ずきんからはじまった日常的な見守り活動

自治会（高坂荘）においては、高齢者や障がい者等の訪問活動や声かけ活動を行い、町内会（高坂荘以外）においては、町内会ごとに適した方法で認知症高齢者等を気にかける活動を展開しました。

その活動をバックアップするために、高坂コミュニティセンターを相談窓口として位置づけました。

### 活動のきっかけ・地域課題

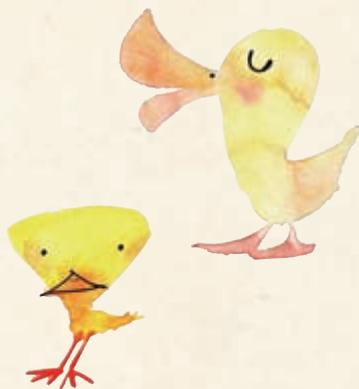
防災ずきんを作成、配付（70歳以上の高齢者に）時に高齢者の「困りごと」の声を拾いました。困っている人の声に触れ、何とかできないかと考えた結果、その困りごとを助ける活動を考案しました。

新たな転入者や高齢者、障がい者の多い「自治会」と、長く住み、子どもとの同居が比較的多い「町内会」とでは、困りごとの種類や直面する課題などが異なると考え、自治会と町内会とで分けて取り組むこととしました。取り組みを話しあう中で、「『困りごと』は、知らない人には話しづらい」として、まずは、住民同士のつながりをつくるための見守り活動を始めました。



### 活動事例…

住宅地図をつかって見守り対象者の整理をしている時に、最近ひとり暮らしになった高齢者（男性）Aさんの話題になりました。後日、様子が気になったAさんのご近所の活動者Bさんが様子を見に行くと、同じ話しを繰り返すなど言動に違和感がありました。いきいき支援センターと調整すると、認知症であることがわかる。BさんはAさんのご近所で昔から付き合いのある、CさんとDさんに見守りを依頼。Cさんは自宅でサロンを開催しており、最近では、サロンにも顔を出すようになり、笑顔が戻ってきました。



## 活動のポイント！

### ☆「見守り活動者に状況確認を」

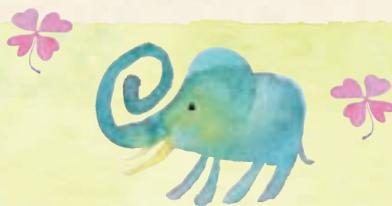
～活動者の活動意欲 UP には  
エリアリーダーの活動者宅訪問(状況確認)と活動者懇談会開催～

### ☆「バックアップ体制の重要性」

～見守り活動者の相談場所(相談者)や  
専門機関との連携を図る調整役を設定～

### ☆「地味で地道な活動」

～派手な活動とはいえません。  
地道に根気よくやって、形になるまで4年かかっています(汗)～



## 地域住民、活動者の声

「防災ずきん」の配付は住民同士のつながりづくりのきっかけです。いきなり訪問して、「困ったことはありませんか？」とは聞きにくいですが、防災ずきんを持参することで話しのきっかけとすることと、「防災ずきん」は、災害時のことを考えて、自分の情報を誰かに伝えておかなければ…という気持ちにつながります。

外からばかりではなく、本人もその気になってもらわないといけません。きっかけ活動から見守り活動への展開はうまくいったと思います。見守り活動で表面化した、実際に困りごとを抱えている人の地域支えあい活動(個別支援活動)が今後の課題です。



## 今後の活動に向けて…

☆見守り活動の中から出てきた困りごとを住民同士で解決する仕組みづくり(個別支援活動)を進めていきたいです。

☆認知症高齢者の早期発見ができ、関係機関(いきいき支援センター、居宅事業所など)とのつながりができてきているが、障がい者関連機関や行政機関等との協力体制を築くことも必要です。



## “地域支えあいマップづくり”からはじまる 「広がる、広がれ、地域の支えあいの輪!!」

高田学区では、豊岡・弥富、両モデル学区に続き、いち早く（平成17年度～）『地域支えあいマップづくり』に取り組んできました。

現在の瑞穂区全体でのマップづくりへの機運の高まりのひとつのきっかけともなりましたが、課題も多くありました。民生・児童委員を中心に一部の町内役員の協力しか得ることが出来なかったため、学区全体の取り組みとしては広がらず、収束しつつありました。しかし、平成23年10月、シルバーパワー事業への取り組みをきっかけに、防災の視点も取り入れたマップづくりに学区全体で取り組むことになり、それを土台に『ふれあいネットワーク活動』の推進にもつながっています。

個々の学区民の困りごとの発見し、相互の助けあいによる解決にもつながる『ふれあいネットワーク活動の充実』、当学区ではそんな安心できる助けあいのまちづくりを目指しています。

### 活動のきっかけ・地域課題

高齢化率が著しく高い学区ではありませんが、孤立死や老々介護、高齢者のみ世帯問題など、地域で支える必要がある方が増えてきています。そこで、シルバーパワー事業の実施準備段階での話しあいの中で、「学区全体の取り組みとして“目玉的な活動”に取り組みたい、以前取り組んでいた“地域支えあいマップづくり”を各町内会一丸の取り組みとして進めてみては、そうすれば見守り活動にもつながり、シルバーパワー事業の趣旨である“個別支援活動の推進”にもつながるのでは」という意見でまとまりました。そして、シルバーパワー事業の開始時期にあわせ、一部町内を除く全町内で『地域支えあいマップづくり』に取り組みました。





## 活動事例…



区政協力委員や民生・児童委員、女性会会員などから、日頃の推進協活動をはじめとした地域活動に協力されている中心メンバー、1町内5～6名に集ってもらい、一齐にマップづくりに取り組みました。その結果、『こんなに困っている方や弱ってらっしゃる方がいるんやね』『犬の散歩のついてていいなら、〇〇さんの家様子見に行くよ』など、マップづくりを体験することによる気づきや“やらないかん！”という思いの共有につながり、それが『ふれあいネットワーク』活動の充実にもつながっています。

マップの情報は古くては意味がないということで、6月の年一回のマップ更新作業、加えて「見守り協力者意見交換会」も定例化する方向でまとまっております。地域の支えあいの輪は徐々にではありますが、確実に広まっています。

【(h24.12 未現在)】

対象者：認知症やひとり暮らし等 35 名 (ネット)、協力者：60 名】

※また、マップづくりで見守りが必要と確認できた世帯に対して、日頃の見守り活動を通して信頼関係が高まったことにより、例えば、足が不自由なためゴミ出しに協力して欲しいという申し出を受けました。個人の日常生活上での困りごとと支援にもつながっています。【支援登録：7名】



## 活動のポイント！

### ☆「マップづくりには活きた情報を!!」

地域支えあいマップは見守り・助けあい活動のきっかけとなる重要な情報源であり、せっかく苦勞して作成しても何年も活用しなくては意味がありません。少なくとも年に1回は情報更新作業に継続して取り組む必要があります。



### ☆「まずは体験、それが協力へのきっかけに!!」

地域支えあいマップづくりは多くの町内の方の参加と理解が必要で、まずは体験してもらうことで新しい気づきにつながります。町内会長ひとりだけで作成しても意味がありません。そして新しい気づきから、見守り活動等への協力への理解と実践につながっていくのです。

### ☆「区社協をもっと知ろう、活用しよう!!」

区社協はこうした支えあい活動(地域福祉活動)のプロであり、様々な情報や実践ノウハウ・ツールを持っています。これを有効活用しない手はありません。地域に暮らす住民の目線と専門職の目線、これをバランスよくとっていくことが皆の幸せにつながると思います。



### 地域住民、活動者の声

〈推進員1〉 元民生・児童委員として現役の頃から、学区全体の取り組みとしての見守り活動の必要性を訴えてきましたが、シルバーパワー事業を通してその活動の広がり  
に手応えを感じています。また、推進員という役割には少々不安でしたが、元民生としての知識や経験が十分に活かされていると思います。



### 地域住民、活動者の声

〈推進員2〉 最初は正直、役割を押しつけられた感じがしましたが、まわりの関係者や社協職員のご助力により、この活動に積極的に関わることが出来ましたし、責任感も強く感じるようになりました、何より自分自身のスキルアップにつながったと思います。やって本当に良かったです。



### 地域住民、活動者の声

〈活用連絡会議メンバー（会長）〉 最初はいろいろと準備に忙しく大変でしたが、学区として本活動実施に手を挙げて本当に良かったと思います。関係者の地域活動への協力姿勢が以前よりも積極的になり、協力者の人数も徐々に増えてきています。皆がこうした支えあい活動に理解を持ち、それが安心できるまち高田につながれば、そう願っています。



### 今後の活動に向けて…

- ☆一に広報、二に広報、実績を重ね口コミで本活動への理解者・協力者を増やしたい！  
(まだまだマップづくり活動への理解が不十分であり、見守り活動にもつながりにくい)
- ☆大規模集合住宅地への支援方法の検討と工夫！  
(町費問題や異世代問題など、活動のきっかけの困難さやキーパーソン不在の現状)
- ☆市社協からの助成金等の活動推進への効果的活用！
- ☆市社協等関係者からの支援の継続性の担保が必要！

## ● まとめ

シルバーパワー事業の目的の一つは、その地域で“困りごとを抱えながら生活している方々、そして、その困りごとを何とかし、安心して生活できる地域をつくりたいと活動している方々の思いに拠りながら、地域での支えあい活動を進めることにあります。

本書は、これまでの取り組みをもとに、地域での支えあい活動を活性化したり、充実したりするためのポイントをご紹介します。

地域で生活の困りごとや不安を抱えながら暮らしている方々に、“つながり”と“支えあい”の輪を広げ、その人の生きがいや地域での生活する上での拠り所をともに見つけていくことは、シルバーパワー事業を実施する学区や地域のみならず、名古屋市内のすべての学区や地域にとっても重要な取り組みであるといえます。

そのため、本会では、各地域の課題や実情に応じた、地域での支えあい活動の仕組みづくりのお手伝いの一層力を入れて、取り組んでいきたいと考えています。

地域住民の皆さんと社会福祉協議会の職員が一緒になって、地域での支えあい活動に取り組むことは、「誰もが安心して笑顔で暮らす福祉のまちづくり」につながるものと確信しております。



## 地域での支えあい活動の実践 ～つながりと支えあい～

◆発行年月 平成 25 年 3 月

◆発行 社会福祉法人 名古屋市社会福祉協議会

〒 462-8558 名古屋市北区清水四丁目 17 の 1

名古屋市総合社会福祉会館 5 階

電話 052-911-3193 FAX 052-913-8553

e-mail nagoyaVC@nagoya-shakyo.or.jp

URL <http://www.nagoya-shakyo.jp/>

