

# 住民主体の支え合いの地域づくりを目指して

## ～生活支援体制整備事業～



▲利用会員に買い出しの確認をするゆいのわ八千代のサポーター会員

### さらに進展する 高齢化社会に対応するため

高齢になると、電球の取り替えやごみ出し、買い物など、日常生活でのちょっとした困りごとが増えてきます。今後、さらに進展する高齢化社会に対応するためには、自らの介護予防に取り組むことはもちろんですが、生活上のちょっとした困りごとをご近所など、地域で助け合うことが大切です。

市では、こうした高齢者の人たちが住み慣れた地域で暮らし続けられるように、地域の人や住民主体の団体による助け合い・支え合い活動を広げるための体制を整備する事業（生活支援体制整備事業）を実施しています。

**■生活支援コーディネーターの活動** 地域の助け合い・支え合いを推進するため、市では、地域包括支援センターに各地域を担当する生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）を配置しています。

地域住民や自治会などの地域の団体と話し合い、生活の困りごとなどのニーズを把握し、地域ごとに支え合いの仕組みづくりを推進しています。支え合い活動の担い手を養成する“担い手養成講座”も開催しています。

### こんなことをしています 地域の支え合いの取り組み

地域の支え合いの取り組みには具体的に次のようなものがあります。

**■介護予防サロンの開催（市内全域・34団体）**

介護予防サロンは、高齢者が住み慣れたまちで生きがいを持ち、健康で楽しい生活を送ることを目的とした地域の通いの場です。地域住民とボランティアと一緒に仲間づくりや交流の場づくりをすすめ、高齢者の孤独感の解消や閉じこもり防止など介護予防の推進を図っています。サロンは地域のみなさんが自

4月1日現在、本市の65歳以上の人の割合は25.0%、75歳以上の人の割合は13.2%ですが、団塊の世代が75歳以上となる2025年にはそれぞれ26.5%、16.7%になると予測されます。75歳を過ぎると、日常生活の様々な場面で支援が必要になります。いつまでも住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるには、住民同士の助け合い・支え合いが大切です。

発的・自主的に運営しています。

**■NPO法人ユアアイやちよの小さなお手伝い**  
ごみ出し、電球の取り替え、買い物の付き添い、病院の診察券出しや薬の受け取りなど、「できる人が、できる時に、できること」を行う30分ワンコイン(500円)の支え合い活動です。高齢者や障害のある人たちの困りごとを解決し、住み慣れた場所での在宅生活の維持を可能にすることを目的にしています。

**■支え合いのネットワーク“ゆいのわ八千代”**  
市社会福祉協議会、NPO、企業からなる地域の支え合いネットワーク“ゆいのわ八千代”。暮らしのちょっとした困りごとをサポートしてほしい利用会員に、事務局がサービスを提供するサポーター会員を紹介（30分500円）。サポーター会員は協力店舗で利用したり、子ども支援などに寄付したりできるチケ



▶粗大ごみのごみ出しのお手伝い

ットを受け取る仕組みになっています。「ちょっと困った」人と、「ちょっと助けられる」人をつなぎ、地域共生社会の実現を目指しています。

### 活動に参加したい人は

生活支援や介護予防の担い手になることは、自らの介護予防にもつながります。ごみ出し支援や買い物支援など生活上のちょっとした困りごとの支え合いに興味がある人、介護予防サロンなどの運営や支援に興味がある人は、地域包括支援センターへ連絡をください。担い手養成講座や、支え合い活動団体をご案内します。



▲勝田台地域で活動するグループさくらのみなさん

### 担い手養成講座から生まれた ボランティア団体“グループさくら”

市内で支え合い活動をしているグループさくらです。庭の草むしりを中心にごみ出しなどの家の外でできるお手伝いをしています。大変なこともあります。利用者の笑顔を見たときやお礼の言葉をかけてもらったときにやってよかったと思います。

会員は現在11人です。会員のほとんどが担い手養成講座修了生です。受講した理由は、民生委員に声をかけられた人や自分の力を地域に役立てたいと思って参加した人が多いです。受講後、自分たちで何かできないかと、平成29年9月に活動を始めました。

有償（30分/500円程度・一人）で活動しています。ボランティアは無償というイメージがありましたが、時間や人手が限られている中で活動を続けていくためにも、今の形がいいのではと思っています。

今は支える側ですが、支えられる側になったとき、支え合い活動やこういった団体の存在は心強いなと思います。

やりがいや達成感のほかに、ここでできた仲間とお話をしたり、情報交換をしたりと地域の輪が広がることも魅力の一つです。

ボランティアとして固く考えないで、多くの人に気軽に活動に参加してほしいです。

お問い合わせは  
長寿支援課地域包括支援センター  
☎421-6738へ

広告

広告