Active ふくしま

●発　行●
社会福祉法人 福島県社会福祉協議会
地域包括・在宅介護支援センター協議会 企画広報委員会
〒960-8141 福島県福島市渡利字七社宮 111
TEL：024（523）1256
E-mail：shisetsu@fukushimakenshakyo.or.jp

Vol.5
2017年●月●日発刊

住民主体の活動と地域包括支援センターの支援

平成28年11月17日・18日の両日にかけて、福島市のザ・セレクトン福島を会場に東北ブロック地域包括・在宅介護支援センター職員研修会が開催されました。

研修会では、厚生労働省東北厚生局による介護保険制度の現状や総合事業の説明に始まり、基調講演では人口減少時代の地域再生シナリオに向けた助言、文化講演では東日本大震災で被災した浪江町において農業を通じた地域づくりへの取組みについてご講演いただきました。

2日目には、パネルディスカッションにおいて各県における先駆的取組みの実践事例を発表いただき、今後の地域包括ケアの推進に向けて見識を深めました。

また、平成28年7月、厚生労働省は「我が事・丸ごと」地域共生社会実現本部を立ち上げ、「地域包括ケアの深化と地域共生社会の実現」の指針を示しました。その中では、福祉サービスの「受け手側」「支え手側」の在り方や対象者ごとの福祉サービスを「縦割り」から「丸ごと」への転換など、住民主体による地域課題の解決力強化・体制づくりが謳われており、地域包括支援センターにも包括的・総合的な相談支援体制の確立が求められております。

今号では、各支部やセンターにおける住民主体の活動や住民主体へ移行するまでの地域包括支援センターの関わりなどを紹介いたします。今後の事業展開の参考になれば幸いです。是非ご覧ください。

福祉まつりから考えるコミュニティプラットホームづくりとコーディネート

福島市南地域包括支援センター
社会福祉士　武井　龍治

平成28年6月5日に「第7回ほうらい地区福祉まつり」を開催しました。テーマは「すすめよう！福祉の街　蓬莱～新たな助け合い～」と称して、地域内の多くの企業、事業所、団体から構成される実行委員会をはじめ、地域の皆様方のご協力をいただき、来場者数は約４００名を数え、「福祉まつり」も地域に認知されてきました。

福島市では介護予防教室に力を入れており、特別講演に、福島県立医科大学の大平哲也教授をお招きし、「地域づくり　～笑いと健康プロジェクト～」という内容で講演をいただき、「笑い」による免疫力の向上や認知症予防、「笑い」の場づくりの大切さを学びながら、多くの参加者は「大笑い」に包まれた時間でした。

今回の福祉まつりを通じては、実行委員会をはじめ、多くの地域住民の方々や地域の専門職との「顔の見えるつながりと地域の活力となる仲間作り」を築くことが出来たと感じています。具体的には、地域の落語家の方々と接点が生まれ、「芸を披露する場」、「笑いを楽しむ場」が出来たことや、実行委員会と地域住民、地域の専門職の方とともに「みんなのほうらい体操」を作り、会場に集った全員で体操を行ったことです。今後は、この体操を地域の方々に広めていければと考えております。また、7月より蓬莱学習センター分館にて「笑いと健康プロジェクト健康教室」を始めました。「笑い」のある「健康づくり教室」に多くの方に参加していただき、「集いの場」の大切さや「健康寿命」を延ばすお手伝いが出来ればと考えております。

プロジェクトチームによるみんなのほうらい体操①

会場参加者によるみんなのほうらい体操②

それ以外にも、福祉まつり実行委員会名義による「医療・介護・福祉つながりマップ」の作成を始め、地域のつながりの中で、知恵を生み出し、行動に移せたことはとても大きいことだったと思います。「福祉の街　蓬莱」という目標に参加者みんなで向かうことは、現在求められている地域包括ケアシステムの「生活支援コーディネートや協議体の設立」に繋がっていく可能性を感じた今回の福祉まつりでした。

ほうらい地区　つながり MAP

今後の課題として、7回目を数え、地域のイベントとして定着してきたかと思われる福祉まつりですが、継続していくためには学生などの若い力を含め、より多くの地域の方と共に作りあげていくイベントとなることが大切だと感じています。新たな力を巻き込み、関わる方を増やし、先につながるような関係性を築く。住み慣れた地域で生活し続けていけるように、福祉を学ぶことを通じて地域の皆様方との「顔の見えるつながりづくり」を続けていきたいと思います。

須賀川長沼・岩瀬地区における介護予防の取り組み

須賀川長沼・岩瀬地域包括支援センター
主任介護支援専門員　池下　秀子

須賀川市長沼・岩瀬地区は市の西部に位置し、人口約11，000人で65歳以上の高齢者は約3，300人、高齢化率は約30％の地域です。

地域包括ケアシステムの構築が着々と進められる中で改めて地域づくりの大切さを痛感し、昨年から介護予防教室の立ち上げに向けて各地域の区長やリーダーに教室の必要性や在り方について提言してきました。1ヶ所だけは区長、班長はじめ社会福祉協議会の職員、市の保健師、地域包括支援センター職員など関係機関が参加し説明会を開くことができましたが、その他の地区ではなかなか理解が得られず進展しませんでした。

そのような状況の中、地域包括支援センターも長く関わり、継続している事業がありますのでご紹介します。

長沼地区の「にこにこ会」は5月から12月まで月1回実施する介護予防事業で、地区の65歳以上の介護認定を受けていない高齢者に参加を募り、理学療法士や歯科衛生士などの講師を招いて、リハビリ体操や口腔ケア、歯磨きの指導、食生活改善委員による料理教室、日帰り旅行などを展開し、好評をいただいております。

また、長沼地区にあるスーパーに市の保健師（看護師）や地域包括支援センター職員が特設コーナーを設け、健康相談を月1回開催し地域の方の身近な保健室を開設しています。

岩瀬地区の「元気アップ教室」では、各地区の集会所に市の保健師や地域包括支援センター職員、健康づくり推進員、食生活改善委員が出向いて、筋力低下予防体操、栄養指導や料理教室を実施し、地域包括支援センター職員もセンターの紹介や高齢者支援関連の講話をしています。

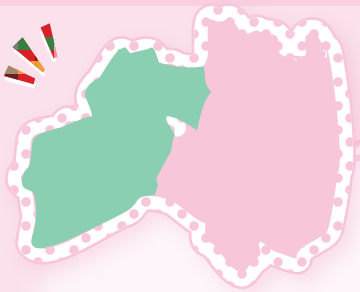
須賀川市では今年から敬老会を各地域の集会所単位で開催するようになったため、大久保地区から健康講座の講師依頼があり、地域包括支援センターの看護師が体操などの実演を交えて講演を行いました。地域的にまとまりがよく、参加しやすい雰囲気で80名の参加をいただき、とても和やかなひと時を過ごすことができました。集会所単位で敬老会に参加できるとのことで皆さん楽しみにされていたようで、他の地区でも同様に周知され、今後の介護予防事業につながればと思っています。

住み慣れた地域で自分らしい生活を継続できるよう体を動かす習慣や会話など交流を通して介護予防を推進するため、住民主体による「通いの場」を創出できるよう地域の皆様と一緒に前進してまいりたいと思います。

敬老会での健康講話

健康相談の様子

地域包括支援センターの紹介と講話の様子



会津支部

私たちにできること ～集いの場立ち上げ支援～

三島町地域包括支援センター
看護師　片山　由紀

三島町は、会津地方西部の山間部に位置する人口約1，７００人、高齢者が半数を占める小さな町です。

三島町では、平成26年より地域住民が主体となり『体操を行う集いの場』を作り上げるための支援を、行政と地域包括支援センターが協働で行っています。現在、４つのグループが集会所等に集まり活動をされていますが、全てのグループが順調にスタートを切ることができたわけではありませんでした。

以前よりあった町の高齢者住宅。その建物に隣接するように、平成26年新たに一棟が建設されました。双方の住民が交流する場に…そして、いつまでも元気に高齢者住宅での生活を続けていただきたい…そんな思いから集いの場づくりのお話をさせていただきました。二棟の高齢者住宅で生活されている９名の方々。平均年齢78歳。介護保険サービスを利用されている方、精神障害をお持ちの方…様々な方が生活されています。

「みんなで集まって体操をしませんか。」とお声がけしたものの、会場準備や体操のＤＶＤを流すこと、体操後のお茶会準備…これらのことができる人がいませんでした。本来であれば、住民主体で活動をしていただきたい、しかし、お手伝いがなければ活動することが出来ない…。そこでしばらくの間、行政と包括職員が交代で毎週集いの場に伺い、お手伝いをさせていただくことにしました。

しかし、私たちは忙しいことを言い訳に足が遠のくようになってしまいました。参加者からは「お前たちひとっつも来なくなったな。」とお叱りを受けることもありました。久しぶりにお邪魔し、いつものように体操をした後、ある女性から声をかけられました。「これ（ＤＶＤ）の動かし方、教えてくろ。おめぇだち（お前たち）が来ねぇ時でもおれが覚えていれば動かせんべ。」と…。そして、周りではお茶会のテーブルを運ぶ人、お茶菓子を準備する人、ポットに水を入れお湯を沸かす人…それぞれ役割分担がされていたのです。

「あ、さすけねぇんだな…。」

何もできないと思い込み、余計な心配をしているのは職員の方で、実際は皆さんで考え相談し、行動されていました。

最初から住民主体での活動が困難と予測されたとしても、住民の『できないこと』ではなく『できること』に目を向け、活躍できる場へ導くという僅かなお手伝いをすることが、私たち職員のできる支援なのかと改めて感じました。

高齢者住宅にお住まいの皆さんは、今も毎週元気に活動中です。

集いの場の体操風景

体操グループのメンバーで畑づくり

住民主体の活動と地域包括支援センターの関わり

浪江町地域包括支援センター
主任介護支援専門員　青木　尚子

震災後、浪江町地域包括支援センターは拠点を2ヶ所に分けました。浪江町役場二本松事務所では中通りに避難している住民を中心に支援を行い、役場南相馬出張所には職員2名が常駐し相馬方部を支援しています。震災から5年が経過し、少しずつ浪江町に近い浜通りに生活拠点を移していく住民が多くなり、南相馬市での住民支援の方法、介護サービス等の利用に関して課題が出てきています。

1つ目が、住民同士の関わりです。震災後、それぞれ避難先の仮設住宅・借り上げ住宅等で住民同士の絆を築いてきていました。それが今、家庭の事情や復興公営住宅への入居、避難先の変更等に伴い、新たな地域で関わりの再構築が必要となっており、今までご近所付き合いで出来ていたゴミ出しや、戸締りの声かけ、お茶飲みなどもできないような状況になり孤独・孤立が懸念されてきています。

2つ目が介護サービス等の不足です。全国的に介護人材不足が問題になっている中、相双地区はより深刻な状況です。南相馬市に転居する住民の多くが高齢者で介護サービスの利用を希望していますが、細部まで心のゆきとどくサービス提供には至っていないのが現状です。

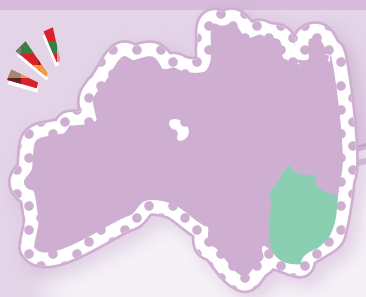
このような状況を踏まえ、住民の交流や健康維持を目的として、浪江町社会福祉協議会を中心に月に1回のサロンを開催してきました。また、平成28年度に県の「地域包括ケアシステム構築推進事業」を活用し、南相馬市北原の復興公営住宅での住民交流や住民主体の活動を支援し、元気な高齢者を増やし、介護サービス利用の軽減につなげていく取り組みを開始しました。復興公営住宅の集会所へ入居者を集め、住民同士の交流の場を提供していく予定でしたが、住民の復興公営住宅への入居時期が異なり、入居状況を把握することが難しいこと、入居時期に集会所が未完成であったこと、住民への周知など様々な課題が出てきています。

現在、包括職員は二本松市での業務が主となり、南相馬市での支援に迅速に対応することが困難なことも、住民活動を支援する上での障害の1つとなっています。

今後、避難先自治体・地域包括支援センター、支援団体等の協力を得て体制整備し、浪江町社会福祉協議会とも連携しながら住民活動をサポートし、住民主体の交流を支援していきたいと思います。

南相馬市サロンの様子。参加者同士でサロンの内容を決めていきます。

二本松市安達仮設住宅自主活動
（カラオケ体操）の様子
福島大学災害ボランティアセンター
学生が一緒に参加しています



いわき支部

いわき市好間地区におけるネットワーク構築に向けた取り組みについて

内郷・好間・三和地域包括支援センター
社会福祉士　根元　知香

いわき市には市内7ヶ所に地域包括支援センターが設置されており、その中の一つに内郷・好間・三和地域包括支援センターがあります。

好間地区は市街地や山間部があり、豊かな自然と好間中核工業団地整備による産業基地や本市の玄関口としての常磐自動車道いわき中央IC設置等、特色が溢れた地区で高齢化率は28・4％です。

好間地区では平成22年から定期的に地域ケア会議を開催し、高齢者の見守りや支えあいについて、住民や関係機関と意見交換を行ってきました。その結果、多機関が参画するネットワークが構築され、災害時における高齢者の安否確認方法など情報の共有が図れるようになりました。

震災をきっかけに地域の高齢者の見守り意識も高まり、地域ケア会議の中で消費者被害や高齢者虐待、孤独死等といった問題についてどのように取り組んでいくか議論が交わされ、高齢者の見守り事業の一環として「えがおさかせ隊」が2ヶ所結成され、活動支援に取り組んできました。

平成24年度には、好間地区内の区長、民生児童委員等の地域関係者や警察、企業、商店など193団体が参加し、地域の自主的な高齢者の見守りネットワークとして「ほほえみネットワーク好間」が発足しました。

平成24年度から26年度まで年4回の定例会を開催し、参加団体の日頃の取り組みについて情報共有・交換を行うほか、事例を通しての対応方法と地域課題についての勉強会を開催しました。

また、住民に権利擁護をわかりやすく伝えるため社会福祉協議会の協力を得て、講談師の神田織音氏を講師に招き「高齢者虐待・消費者被害についての講談」を開催するなど様々な取り組みを行っております。

ほほえみネットワーク協力団体に登録している商店の方が、買い物中の高齢男性から家族介護が大変という話を聞いたことをきっかけに、男性介護者が集まる場の必要性が提案され、それを受けて母親の介護を経験した食堂の方から「自分だけでは限界だったが周囲の人の声掛けで助かった。地域に恩返ししたい。」と開催場所を提供する申し出があり、ほほえみネットワーク好間主催で平成25年に「男性介護者の集い」が創設されました。

メンズカフェとして現在も月1回開催していますが、施設入所や介護者の就労再開により参加者の減少が見られます。男性介護者の現状を把握し、幅広く参加いただけるよう広報等について検討しています。

今後も地域包括支援センターは「ほほえみネットワーク好間」と連携し、地域特性の把握や分析を重ね、地域ケア会議を通じて課題の発見と解決に向け、住民の方々と連携し、地域包括支援ネットワークの構築を目指した取り組みを展開していきたいと思います。

ほほえみネットワーク好間定例会の様子

任意後見制度説明会の様子