

生活支援コーディネーターに期待されている役割

令和4年12月7日

医療経済研究機構 主席研究員
さわやか福祉財団 エグゼクティブアドバイザー
服部 真治

自己紹介

■ 学位

千葉大学大学院医学薬学府博士課程修了 博士（医学）

■ 研究分野

介護保険制度、地域包括ケアシステム

■ 職歴

1996年4月 東京都八王子市入庁

2005年4月 同健康福祉部介護サービス課

その後、介護保険課主査、財政課主査、高齢者いきいき課課長補佐等

2014年4月 厚生労働省老健局総務課・介護保険計画課・振興課併任課長補佐

2016年4月 医療経済研究機構入職

■ 現職

放送大学客員教授、東京家政大学人文学部非常勤講師

さわやか福祉財団エグゼクティブアドバイザー、全国移動ネット政策アドバイザー

東京都健康長寿医療センター非常勤研究員、千葉大学予防医学センター客員研究員

立命館大学OIC総合研究機構客員協力研究員

日本老年学的評価研究機構（JAGES）理事、東京都介護支援専門員研究協議会理事

地域共生開発機構ともつく理事

■ 著書(書籍)

1. 私たちが描く新地域支援事業の姿～地域で助け合いを広める鍵と方策～，堀田力・服部真治，中央法規，2016年（共編著）
2. 入門 介護予防ケアマネジメント～新しい総合事業対応版，監修 結城康博・服部真治、総合事業・介護予防ケアマネジメント研究会編，ぎょうせい，2016年（共編著）
3. 地域でつくる！介護予防ケアマネジメントと通所型サービスC－生駒市の実践から学ぶ総合事業の組み立て方－，著 田中明美・北原理宣 編著 服部真治，社会保険研究所，2017年（共編著）
4. 地域で取り組む 高齢者のフレイル予防，【監修】一般財団法人 医療経済研究・社会保険福祉協会【編著】辻哲夫、飯島勝矢、服部真治，中央法規出版，2021年（共著） など

生活支援コーディネーター = 地域づくりをする人？

生活支援コーディネーターと協議体の目的と役割

生活支援体制整備事業の目的

(国) 地域支援事業実施要綱 別記3「包括的支援事業（社会保障充実分）」より

(1) 目的

単身や夫婦のみの高齢者世帯、認知症の高齢者が増加する中、医療、介護のサービス提供のみならず、地域住民に身近な存在である**市町村が中心**となって、

NPO法人、民間企業、協同組合、ボランティア、社会福祉法人、社会福祉協議会、地縁組織、介護サービス事業所、シルバー人材センター、老人クラブ、家政婦紹介所、商工会、民生委員等の**生活支援サービスを担う事業主体と連携しながら**、

多様な日常生活上の支援体制の充実・強化

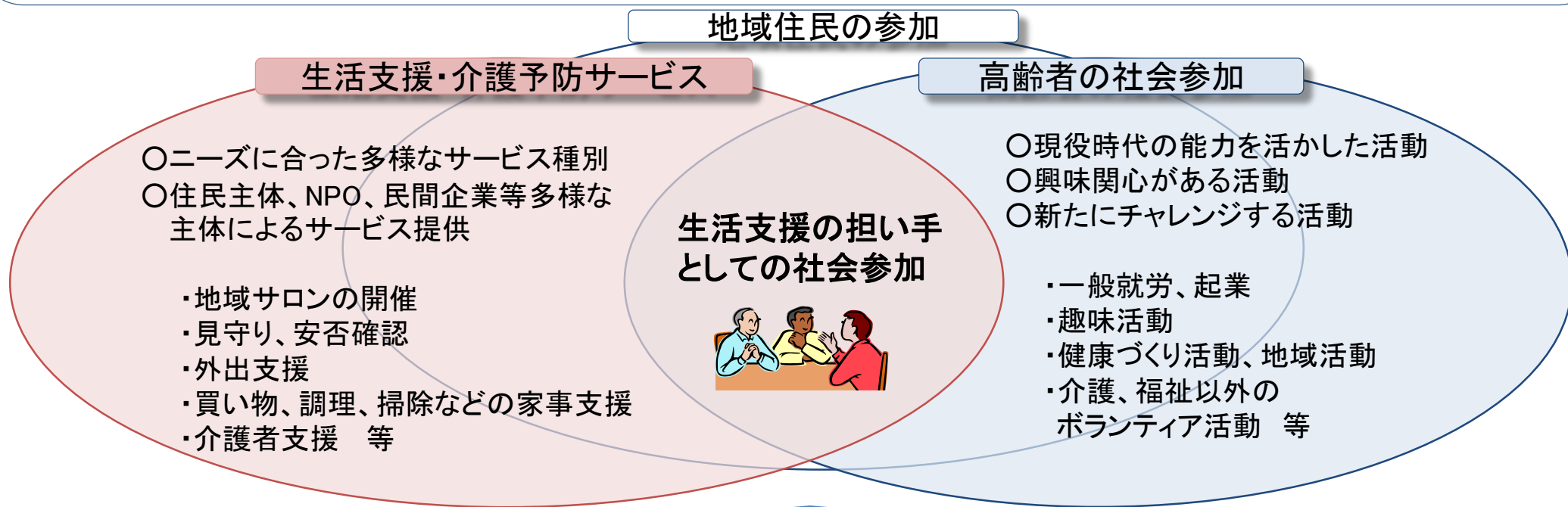
及び

高齢者の社会参加の推進

を一体的に図って行くことを**目的**とする。

生活支援・介護予防サービスの充実と高齢者の社会参加

- 単身世帯等が増加し、支援を必要とする軽度の高齢者が増加する中、生活支援の必要性が増加。ボランティア、NPO、民間企業、協同組合等の多様な主体が生活支援・介護予防サービスを提供することが必要。
- 高齢者の介護予防が求められているが、社会参加・社会的役割を持つことが生きがいや介護予防につながる。
- 多様な生活支援・介護予防サービスが利用できるような地域づくりを市町村が支援することについて、制度的な位置づけの強化を図る。具体的には、生活支援・介護予防サービスの充実に向けて、ボランティア等の生活支援の担い手の養成・発掘等の地域資源の開発やそのネットワーク化などを行う「生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）」の配置などについて、介護保険法の地域支援事業に位置づける。



バックアップ

市町村を核とした支援体制の充実・強化

バックアップ

都道府県等による後方支援体制の充実

生活支援・介護予防の体制整備におけるコーディネーター・協議体の役割

生活支援・介護予防の基盤整備に向けた取組

(1) 生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）の配置 ⇒ 多様な主体による多様な取組のコーディネート機能を担い、一体的な活動を推進。コーディネート機能は、以下のA～Cの機能があるが、当面AとBの機能を中心に充実。

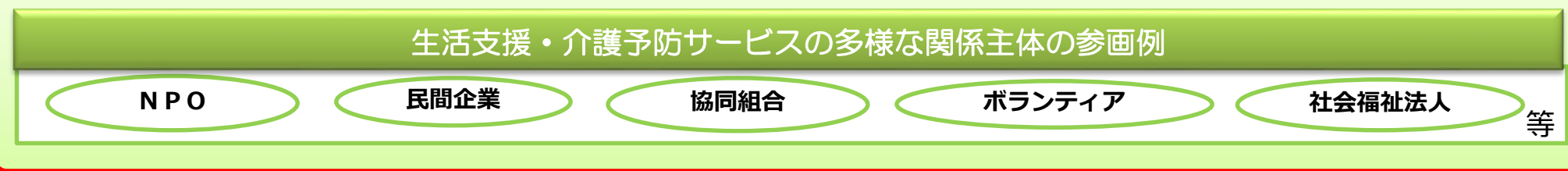
| (A) 資源開発 | (B) ネットワーク構築 | (C) ニーズと取組のマッチング |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ○ 地域に不足するサービスの創出 ○ サービスの担い手の養成 ○ 元気な高齢者などが担い手として活動する場の確保 など | <ul style="list-style-type: none"> ○ 関係者間の情報共有 ○ サービス提供主体間の連携の体制づくりなど | <ul style="list-style-type: none"> ○ 地域の支援ニーズとサービス提供主体の活動をマッチングなど |

エリアとしては、第1層の市町村区域、第2層の中学校区域があり、平成26年度は第1層、平成29年度までの間に第2層の充実を目指す。

- ① 第1層 市町村区域で、主に資源開発（不足するサービスや担い手の創出・養成、活動する場の確保）中心
 - ② 第2層 中学校区域で、第1層の機能の下で具体的な活動を展開
- ※ コーディネート機能には、第3層として、個々の生活支援・介護予防サービスの事業主体で、利用者と提供者をマッチングする機能があるが、これは本事業の対象外



(2) 協議体の設置 ⇒ 多様な関係主体間の定期的な情報共有及び連携・協働による取組を推進



※1 これらの取組については、平成26年度予算においても先行的に取り組めるよう5億円を計上。
 ※2 コーディネーターの職種や配置場所については、一律には限定せず、地域の実情に応じて多様な主体が活用できる仕組みとする予定であるが、市町村や地域包括支援センターと連携しながら活動することが重要

協議体の目的と役割

(国) 地域支援事業実施要綱 別記3「包括的支援事業（社会保障充実分）」より

(ア) 目的

生活支援等サービスの体制整備に向けて、多様な主体の参画が効果的な取組につながることから、**市町村が主体となって**、生活支援コーディネーターと生活支援等サービスの多様な提供主体等が参画する定期的な情報の共有・連携強化の場を設置することにより、**生活支援コーディネーターを補完し、多様な主体間の情報共有及び連携・協働**による体制整備を推進することを目的とする。

(イ) 役割

- ・ **生活支援コーディネーターの組織的な補完**
- ・ 地域ニーズ、既存の地域資源の把握、情報の見える化の推進（実態調査の実施や地域資源マップの作成等）
- ・ 企画、立案、方針策定を行う場（生活支援等サービスの担い手養成に係る企画等を含む。）
- ・ 地域づくりにおける意識の統一を図る場
- ・ 情報交換の場、働きかけの場等

協議体の構成団体

(国) 地域支援事業実施要綱 別記3「包括的支援事業（社会保障充実分）」より

(工) 構成団体

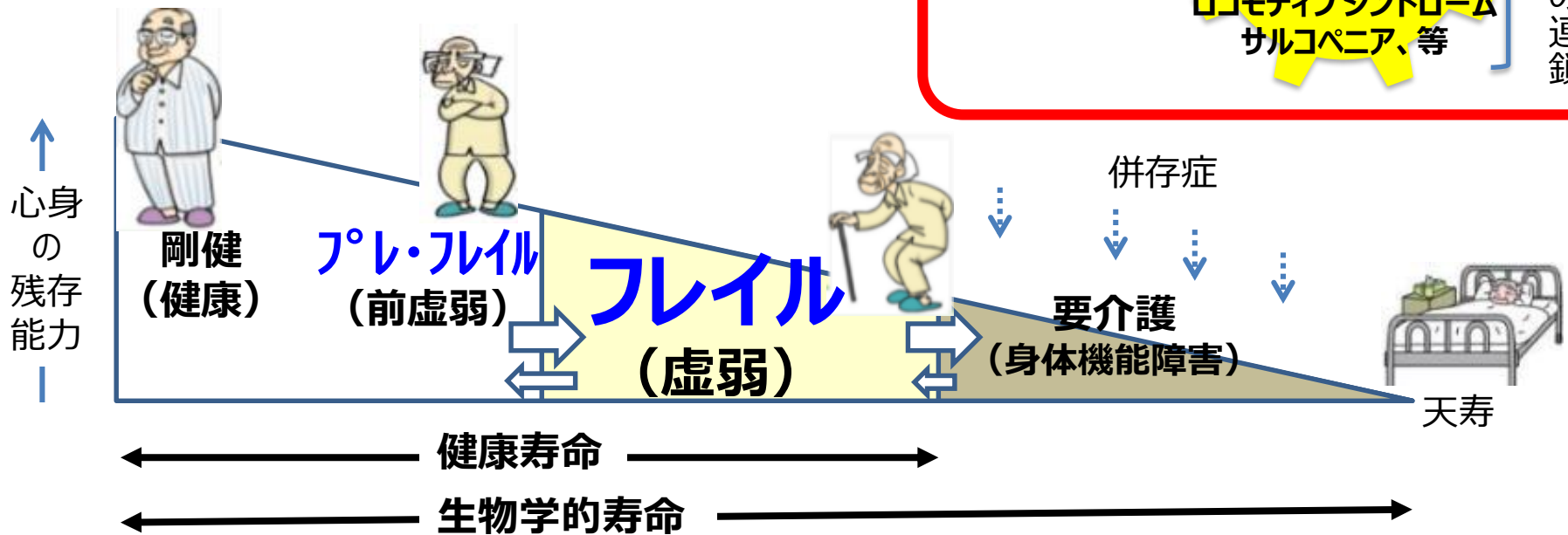
協議体は、**市町村、地域包括支援センター等の行政機関、生活支援コーディネーターのほか**、NPO法人、社会福祉法人、社会福祉協議会、地縁組織、協同組合、民間企業、ボランティア団体、介護サービス事業者、シルバー人材センター等の**地域の関係者で構成**され、この他にも地域の実情に応じて適宜参画者を募ることが望ましい。

また、本事業は、市町村の生活支援等サービスの体制整備を目的としており、介護保険制度でのサービスのみならず、**市町村実施事業や民間市場**、あるいは**地域の支え合い**で行われているサービスを含めて市町村内の資源を把握し、保険外のサービスの活用を促進しつつ、互助を基本とした生活支援等サービスが創出されるような取組を積極的に進める必要があることから、地域の実情、ニーズに応じて**配食事業者、移動販売事業者、移動支援団体等、地域の高齢者の生活を支える上で必要不可欠な民間企業等も参画することが望ましい**。(以下、略)

なぜ、「多様な日常生活上の支援体制の充実・強化」が
必要なのか

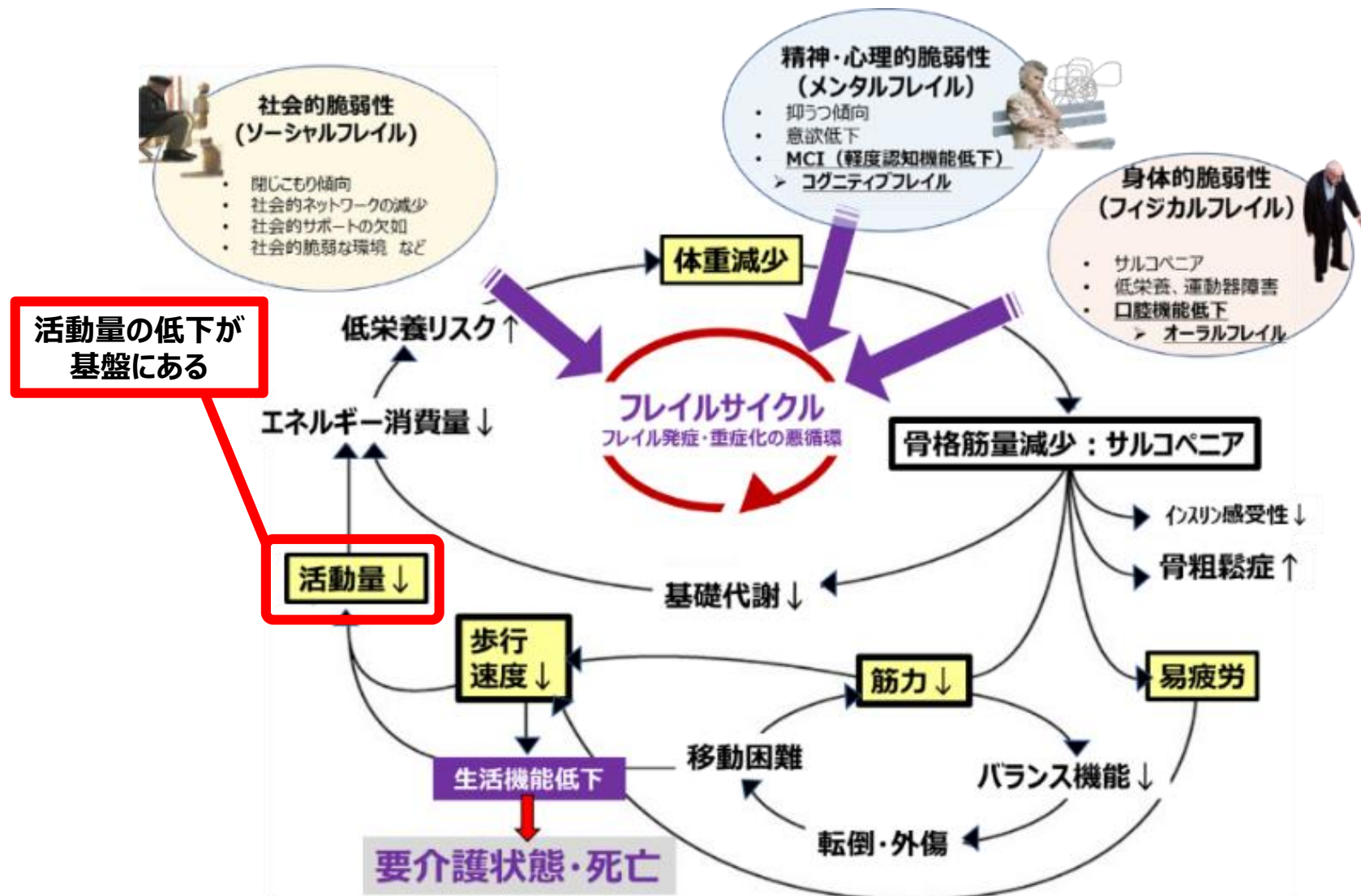
フレイルの特性

- ① **中間の時期** (⇒健康と要介護の中間)
- ② **多面的** (⇒色々な要素による負の連鎖)
- ③ **可逆性** (⇒様々な機能をまだ戻せる)



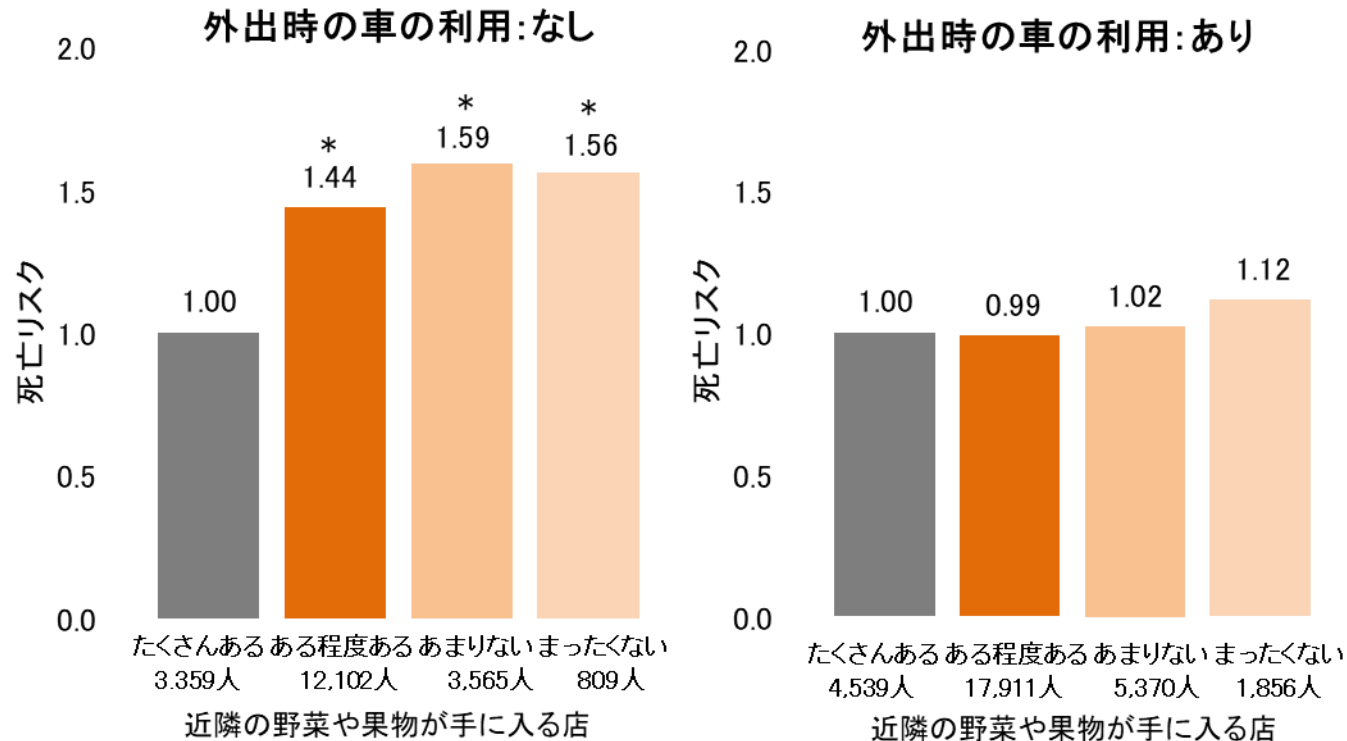
(東京大学高齢社会総合研究機構・飯島勝矢 作成 葛谷雅文. 日老医誌 46:279-285, 2009より引用改変)

フレイル発症・重症化の悪循環（フレイルサイクル）



2019年 Medical Science Digest「フレイル・サルコペニアの危険因子とその階層構造」 田中友規、飯島勝矢

近隣に食料品店が少ないと死亡リスク1.6倍



年齢、性別、教育歴、経済状況、同居の有無、婚姻状況、就労状態の影響を調整しています。

*は統計的に有意な関連があったことを示しています。

Tani Y, Suzuki N, Fujiwara T, Hanazato M, Kondo N, Miyaguni Y, Kondo K. Neighborhood food environment and mortality among older Japanese adults: results from the JAGES cohort study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2018 Oct 19;15(1):101. doi: 10.1186/s12966-018-0732-y.

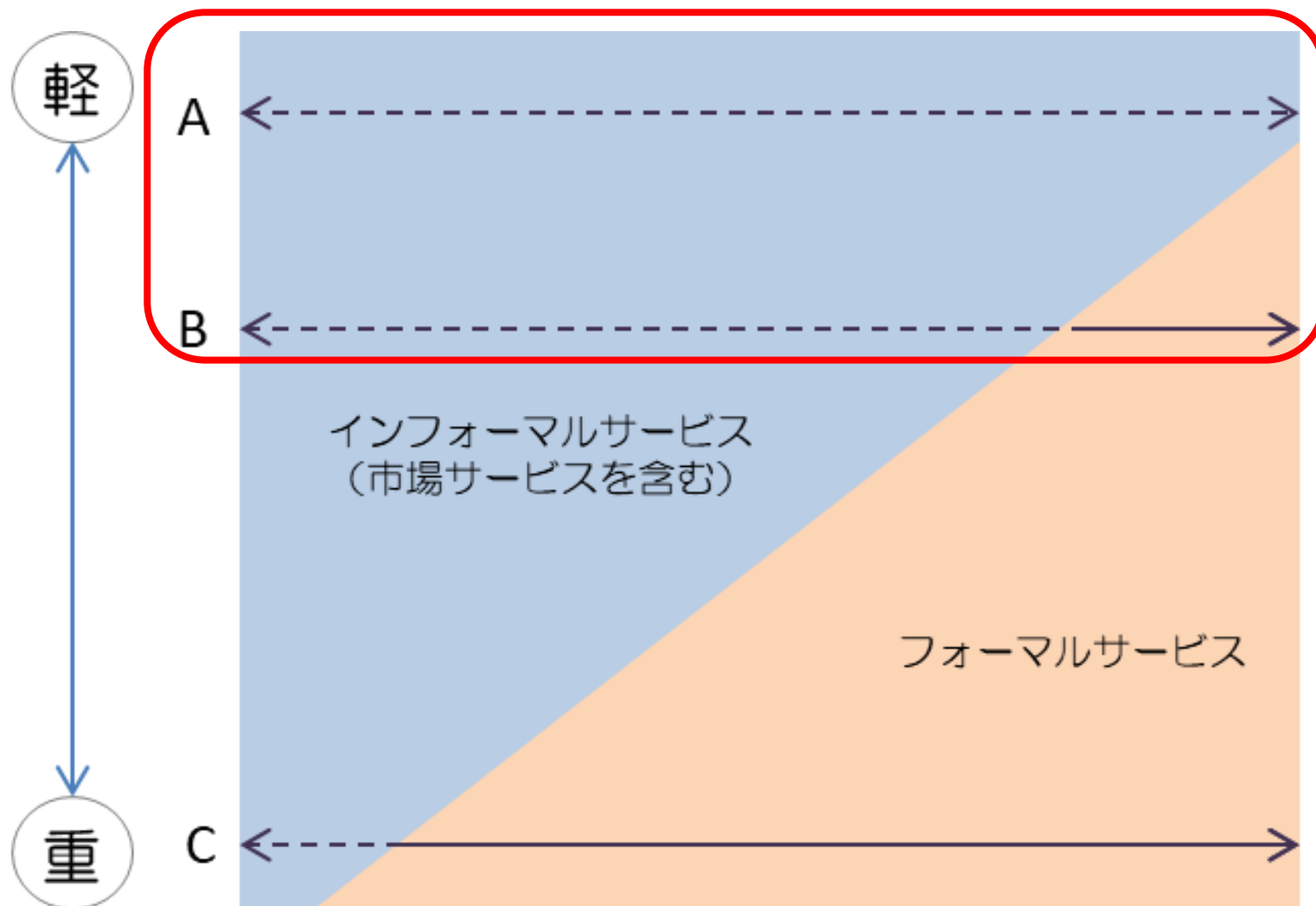
フレイルドミノ

ドミノ倒しにならないように!



～社会とのつながりを失うことがフレイルの最初の入口です～

本人の生活を支えるインフォーマルサービス（市場サービスを含む）の活用



出典：日本社会事業大学専門職大学院客員教授（元・厚生労働事務次官、老健局長）蒲原基道氏 作成資料

「訪問介護」とは、訪問介護員等（※）が、利用者（要介護者等）の居宅を訪問し、入浴・排せつ・食事等の介護、調理・洗濯・掃除等の家事等を提供するものをいう。

※「訪問介護員等」

介護福祉士、実務者研修修了者、介護職員初任者研修修了者、旧介護職員基礎研修修了者、旧訪問介護員1級又は旧2級課程修了者をいう。

※「訪問介護におけるサービス行為ごとの区分等について」（平成12年3月17日厚生労働省老健局老人福祉計画課長通知）（いわゆる「老計10号」）

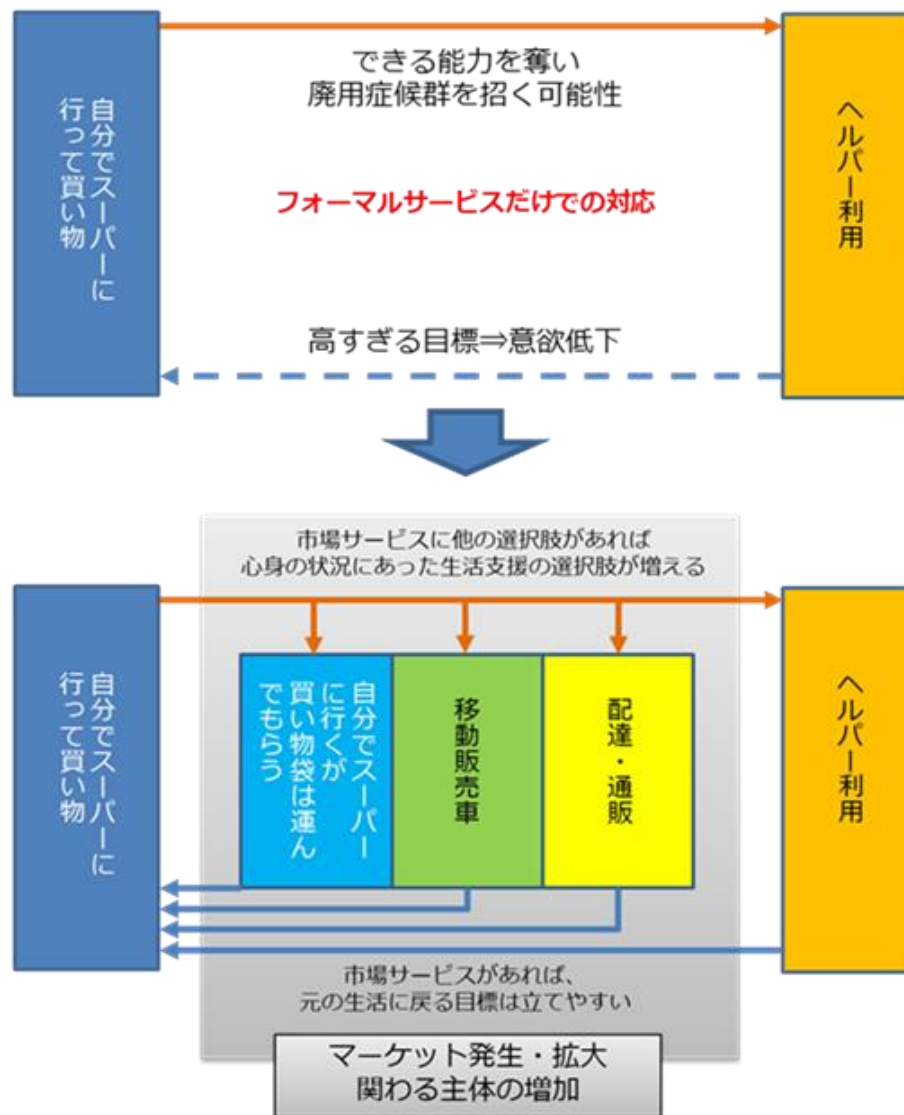
身体介護（抜粋）

- 1-0 サービス準備・記録等：サービス準備は、身体介護サービスを提供する際の事前準備等として行う行為であり、状況に応じて以下のようなサービスを行うものである。：健康チェック／利用者の安否確認、顔色・発汗・体温等の健康状態のチェック／環境整備／換気、室温・日あたりの調整、ベッドまわりの簡単な整頓等／相談援助、情報収集・提供／サービス提供後の記録等
- 1-1 排泄・食事介助：排泄介助（トイレ利用・ポータブルトイレ利用・おむつ交換）／食事介助／特段の専門的配慮をもって行う調理
- 1-2 清拭・入浴、身体整容：清拭（全身清拭）／部分浴（手浴及び足浴・洗髪）／全身浴／洗面等／身体整容（日常的な行為としての身体整容）／更衣介助
- 1-3 体位変換、移動・移乗介助、外出介助
- 1-4 起床及び就寝介助
- 1-5 服薬介助
- 1-6 自立生活支援のための見守りの援助（自立支援、A D L向上の観点から安全を確保しつつ常時介助できる状態で行う見守り等）

生活援助（抜粋）

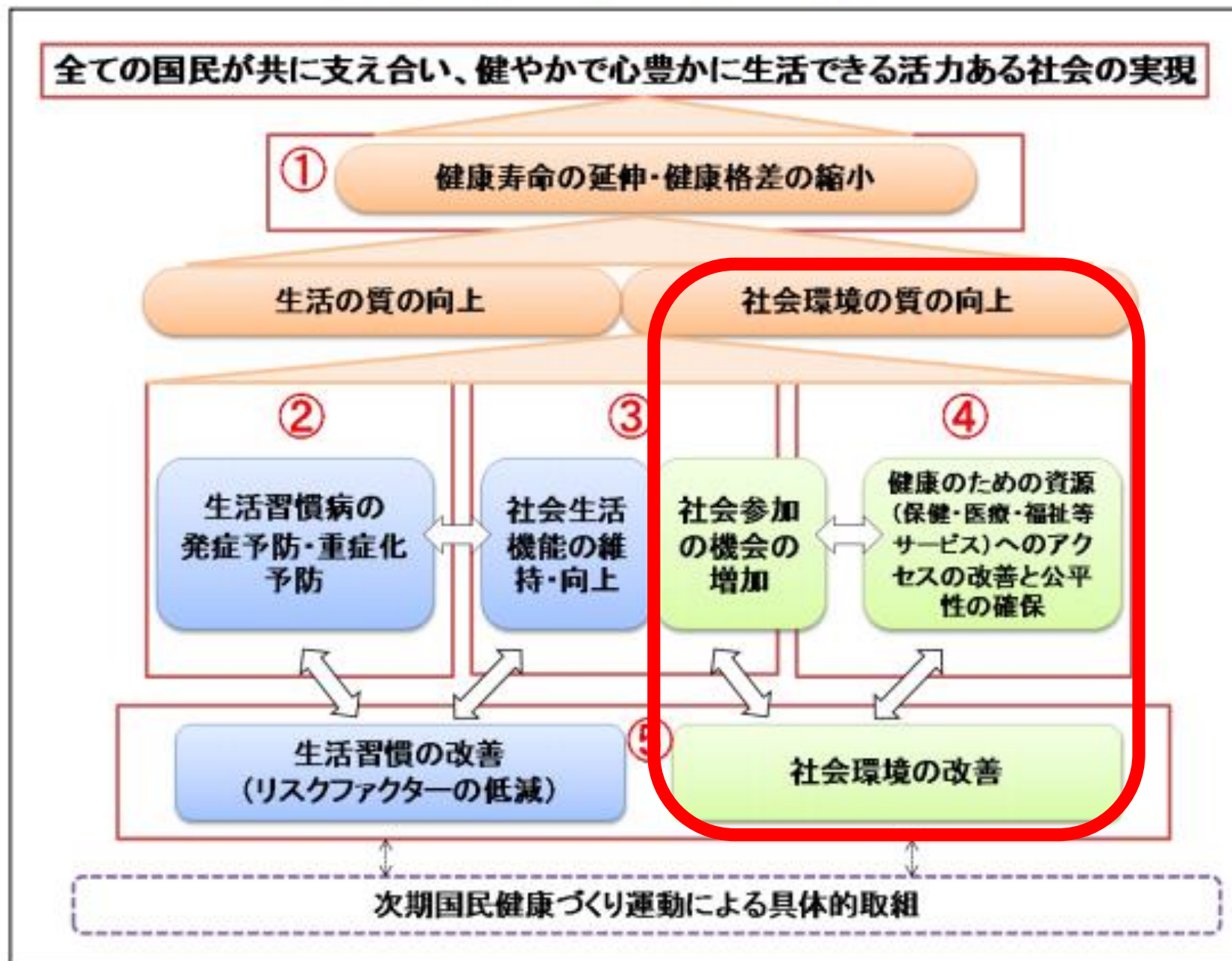
- 2-0 サービス準備等：サービス準備は、家事援助サービスを提供する際の事前準備等として行う行為であり、状況に応じて以下のようなサービスを行うものである。：健康チェック／利用者の安否確認、顔色等のチェック／環境整備／換気、室温・日あたりの調整等／相談援助、情報収集・提供／サービスの提供後の記録等
- 2-1 掃除：居室内やトイレ、卓上等の清掃／ゴミ出し／準備・後片づけ
- 2-2 洗濯：洗濯機または手洗いによる洗濯／洗濯物の乾燥（物干し）／洗濯物の取り入れと収納／アイロンがけ
- 2-3 ベッドメイク：利用者不在のベッドでのシーツ交換、布団カバーの交換等
- 2-4 衣類の整理・被服の補修：衣類の整理（夏・冬物等の入れ替え等）／被服の補修（ボタン付け、破れの補修等）
- 2-5 一般的な調理、配下膳：配膳、後片づけのみ／一般的な調理
- 2-6 買い物・薬の受け取り：日用品等の買い物（内容の確認、品物・釣銭の確認を含む）／薬の受け取り

生活支援・介護予防と市場サービス等の役割



出典：令和2年度老人保健健康増進等事業「自治体と民間企業の協働による都市部における地域づくりの展開に向けた調査研究事業」国際長寿センター

なぜ、「高齢者の社会参加の推進」が必要なのか



自治会（神奈川県横浜市旭区若葉台団地の例）

外出しやすく、スポーツ施設などが充実した環境

団地造成の当初計画において、里山の一部が公園として緑が多く残されており、歩行者専用道路がきめ細かく整備され、ジョギングやウォーキングなどがしやすい環境が整っている。



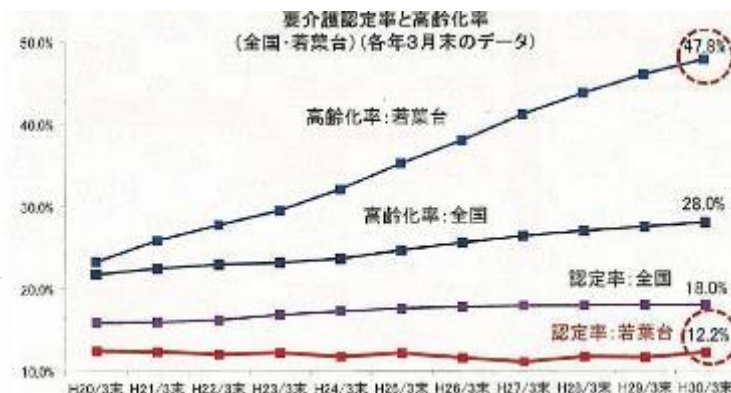
自治会活動を通じた、世代を超える絆の形成

- 10の自治会が桜まつり、夏まつり、大運動会などの行事をするなど、活発な自治会活動が行われている。
- 少子化が進み廃校となった中学校の教室を利用し、地域住民で構成されたNPO法人が、大運動会をはじめ、テニス、卓球、グラウンドゴルフなどのスポーツ活動、文化祭、合唱団講演、外国語教室、絵画教室などの文化活動を実施し、地域のコミュニケーション・世代間交流の機会となる場を提供している。
- 障害のある人たちが様々な創作・生産活動にチャレンジできる地域活動支援センターを設置し、つながりづくりの場として機能している。
- 団地の空き店舗を活用し、住民主体の支え合いサービス（訪問、通所）を実施している。

夏祭りには団地の真ん中で2,200発の打ち上げ花火が打ち上げられる

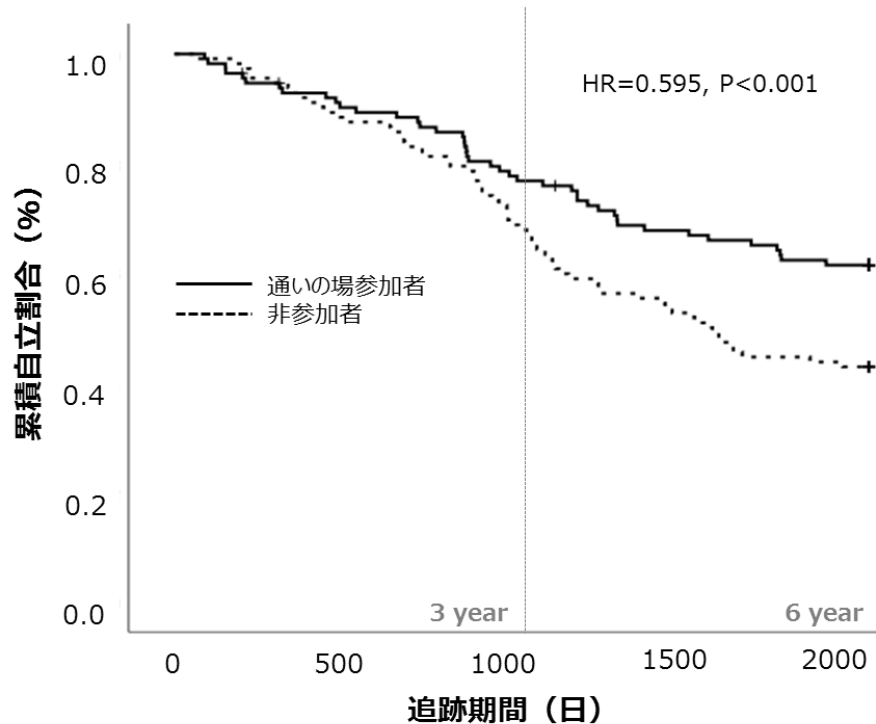


様々な社会活動や地域活動によって地域における人々の結びつきが豊かになり、ソーシャルキャピタルが住民の健康に良い影響をもたらしている。

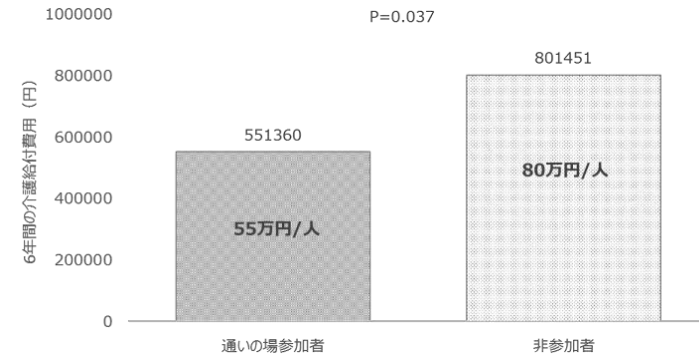


通いの場（会食・喫茶・趣味）の効果

- 京都府伊根町での調査。対象は調査開始時点で要支援・要介護状態にない地域在住高齢者。
- 分析対象者の中で、通いの場（会食・喫茶・趣味）への参加していた高齢者は113名（78.7±5.3歳）であり、傾向スコアを用いて比較対象のコントロール群113名（78.7歳）を抽出。
- 通いの場は週に1回程度の頻度で開催。ベースライン調査年度に1回以上通いの場へ参加された方を参加者と定義。
- アウトカムは追跡期間（6年）に発生した要支援・介護認定および介護給付費用（6年）。



図：要支援・要介護認定の抑制効果

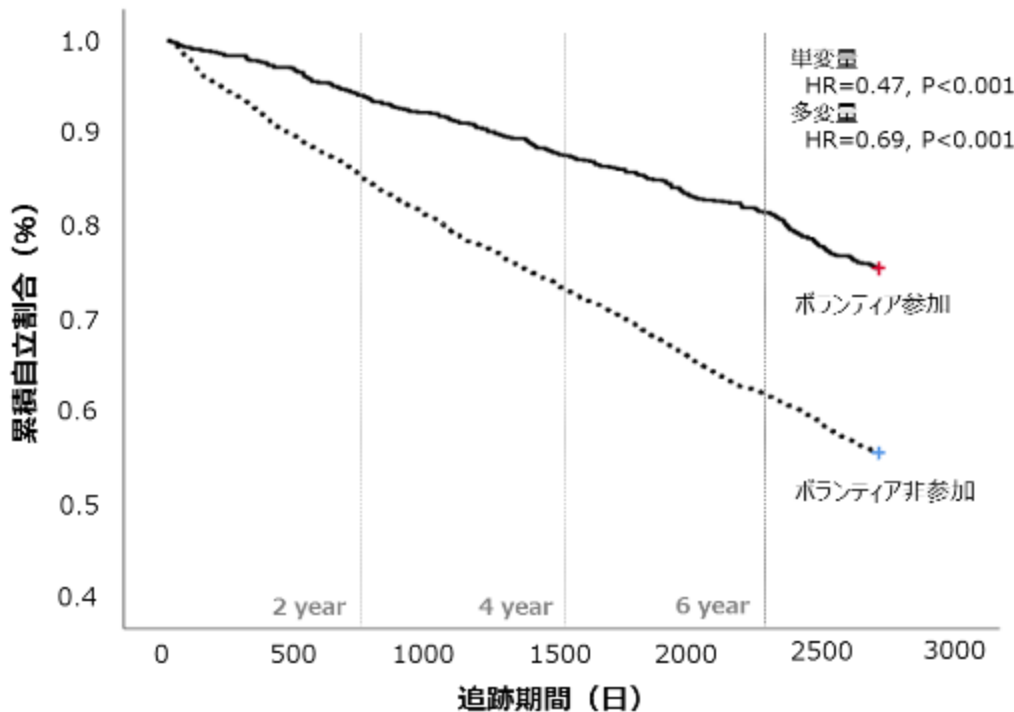


上図：通いの場の風景、下図：介護給付費用の抑制効果

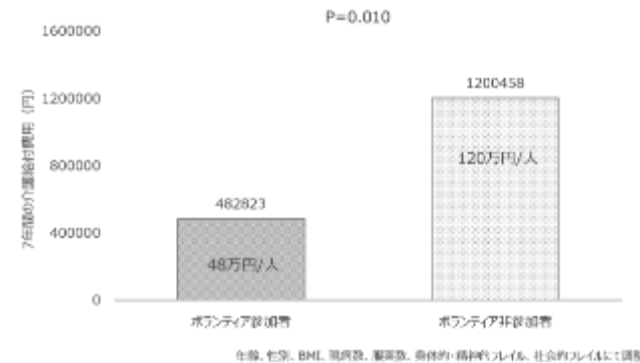
- 3年経過時点では参加者と非参加者の自立割合に差は認められないが、その後緩やかに効果が出現し、6年経過時点では2群間で有意な差が認められた。
- 介護給付費用の比較でも通いの場参加群で有意に抑制されており、介護予防・社会保障抑制効果があったといえる。

ボランティアの効果

- ・滋賀県米原市での調査。対象は調査開始時点で要支援・要介護状態にない地域在住高齢者。
- ・分析対象者の中で、ボランティアへの参加（自己申告）していた高齢者は965名（72.3±5.3歳）であり、非参加者は5623名（75.6±6.7歳）
- ・アウトカムは追跡期間（7.5年）に発生した要支援・介護認定および介護給付費用（7年）。
- ・単変量解析と年齢、性別、BMI、現病数、服薬数、身体的・精神的フレイル、社会的フレイルにて調整した多変量解析にて検討。



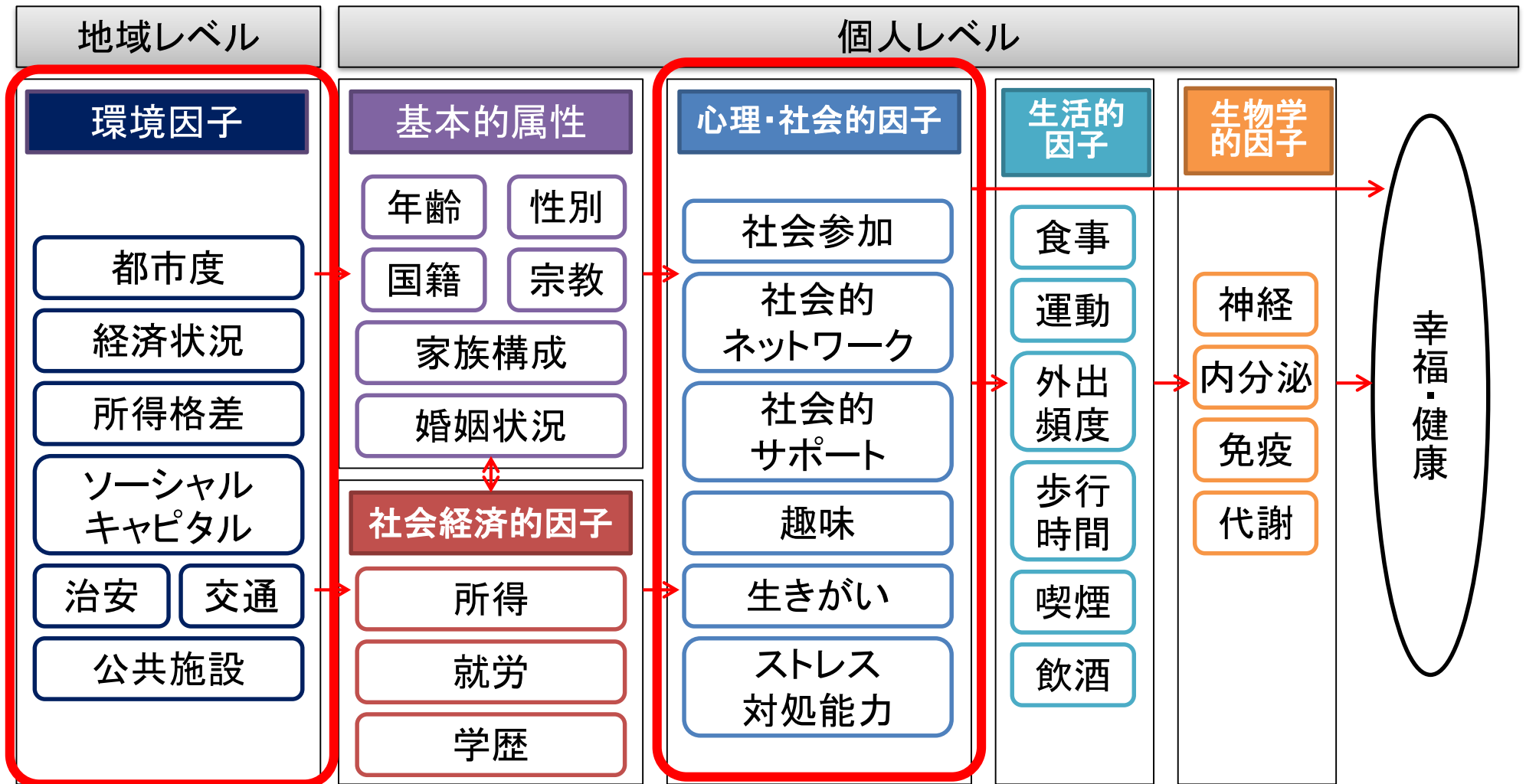
図：要支援・要介護認定の抑制効果



上図：ハイリスク介入の風景、下図：介護給付費用の抑制効果

- ・ボランティア参加者は非参加者と比較して自立割合が高く、介護給付費用も抑制できていた。
- ・ただし、ボランティアは自己申告であり、頻度や種類などについては把握できていない。

社会環境と幸福・健康との関連



地域の互助で行うグリーンスローモビリティ松戸モデル（登録・許可不要）

2019・2021年度 グリーンスローモビリティの実証調査を経て、2022年度 導入

- ・町会・自治会（住民）が無償運送
- ・市が車両に関する経費（自賠責、任意保険、ラッピング、ソーラパネル等）を負担
- ・運営に必要な補助制度創設（電気設備・電気代、導入・運営経費、予約管理等）
- ・2022年度は3台導入、今後増車予定

（ユニークな活用事例）

イベントの送迎

閉じこもっていた高齢者が久しぶりに外出

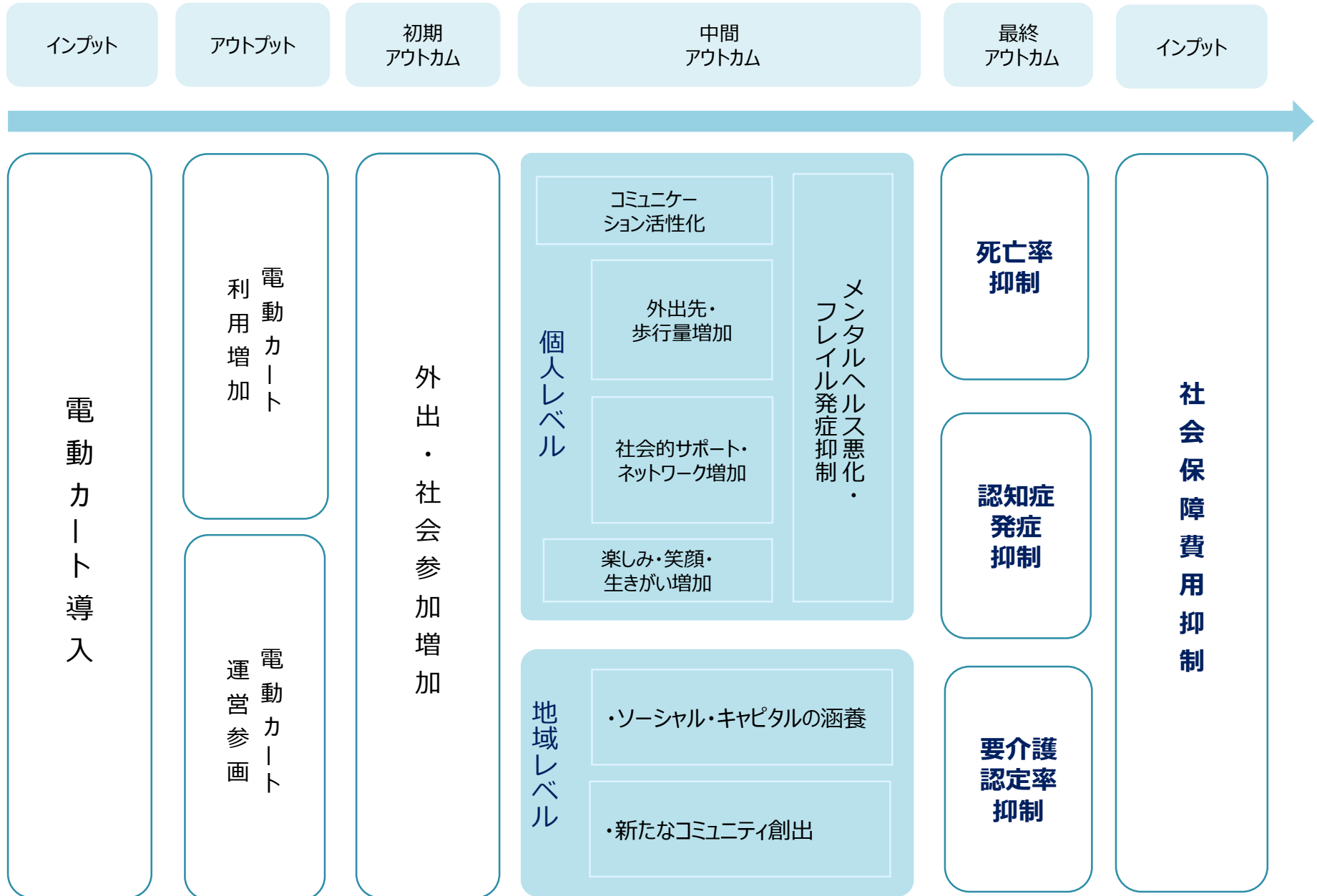
杖を突く高齢者に声掛け、自宅まで送る

途中で待ち合わせして一緒に買い物

地域の夜警に出動

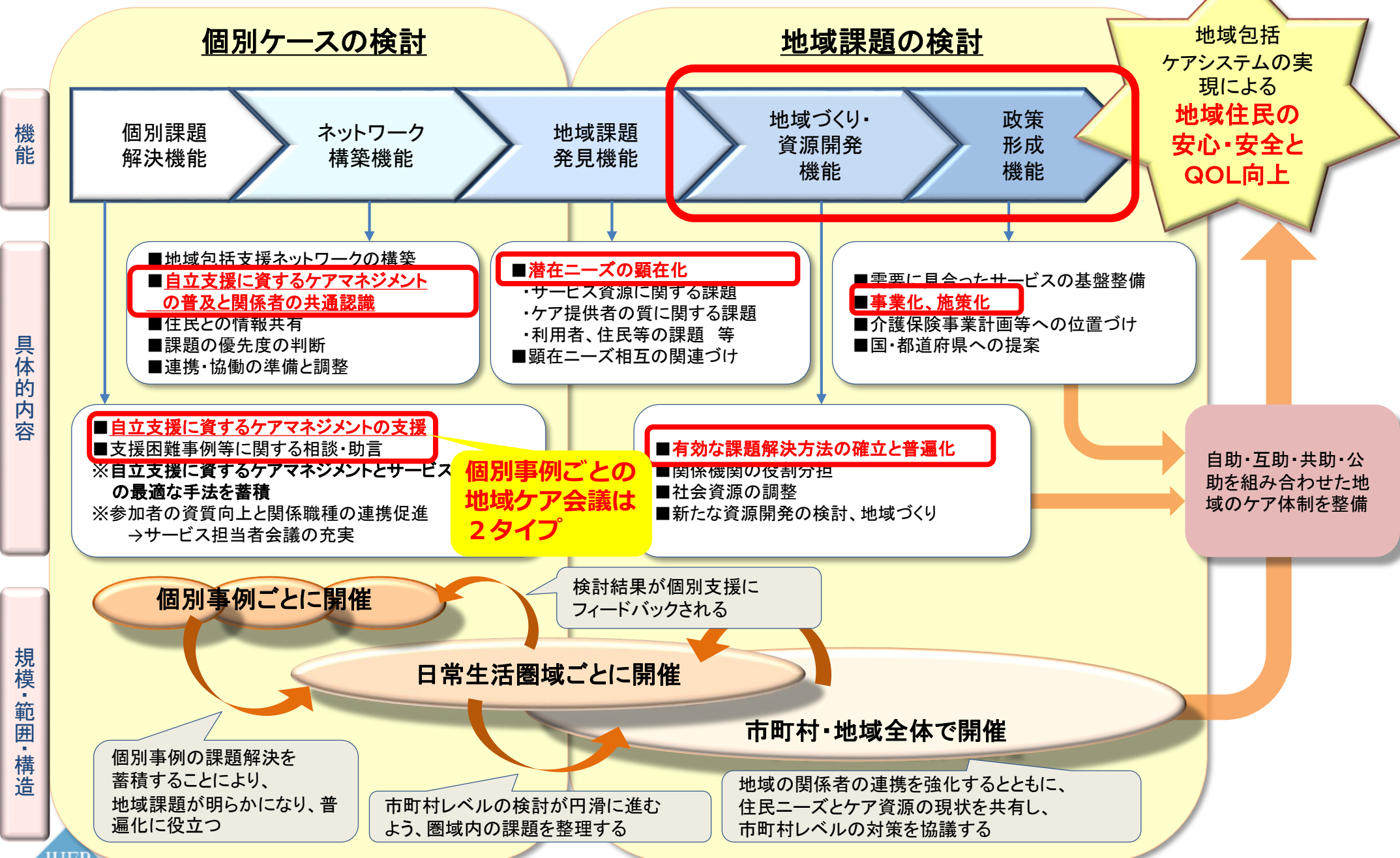


移動と健康の関連性検証評価ロジックモデル（改訂）



「個別ニーズの解決」から「地域づくり」

「地域ケア会議」の5つの機能



個別ケースの検討

地域課題の検討

地域包括
ケアシステムの実
現による
**地域住民の
安心・安全と
QOL向上**

個別課題
解決機能

ネットワーク
構築機能

地域課題
発見機能

地域づくり・
資源開発
機能

政策
形成
機能

- 地域包括支援ネットワークの構築
- **自立支援に資するケアマネジメントの普及と関係者の共通認識**
- 住民との情報共有
- 課題の優先度の判断
- 連携・協働の準備と調整

■ 潜在ニーズの顕在化

- ・ サービス資源に関する課題
- ・ ケア提供者の質に関する課題
- ・ 利用者、住民等の課題 等
- 顕在ニーズ相互の関連づけ

- 需要に目合ったサービスの基盤整備
- **事業化、施策化**
- 介護保険事業計画等への位置づけ
- 国・都道府県への提案

- **自立支援に資するケアマネジメントの支援**
- 支援困難事例等に関する相談・助言
- ※ 自立支援に資するケアマネジメントとサービスの最適な手法を蓄積
- ※ 参加者の資質向上と関係職種の連携促進
→ サービス担当者会議の充実

**個別事例ごとの
地域ケア会議は
2タイプ**

■ 有効な課題解決方法の確立と普遍化

- 関係機関の役割分担
- 社会資源の調整
- 新たな資源開発の検討、地域づくり

自助・互助・共助・公助を組み合わせた地域のケア体制を整備

個別事例ごとに開催

検討結果が個別支援に
フィードバックされる

日常生活圏域ごとに開催

市町村・地域全体で開催

個別事例の課題解決を蓄積することにより、地域課題が明らかになり、普遍化に役立つ

市町村レベルの検討が円滑に進むよう、圏域内の課題を整理する

地域の関係者の連携を強化するとともに、住民ニーズとケア資源の現状を共有し、市町村レベルの対策を協議する

※地域ケア会議の参加者や規模は、検討内容によって異なる。

地域ケア会議 | ①豊明市の例

豊明市の地域ケア会議（多職種合同ケアカンファレンス）の概要

【目的】 自立型ケアマネジメントの強化、多職種の視点によるケアの質の向上

【頻度】 **要支援・事業対象者（月1回・1.5H・4ケース）**、

要介護（月1回・1.5H・ミニ講義+3ケース）

【参加者】 市、地域包括支援センター、ケアマネジャー、介護サービス事業所等、医師、薬剤師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、管理栄養士、保健師、看護師、歯科医、歯科衛生士、**生活支援コーディネーター**、司法書士、社協、民間企業等

人口 68,728人 (30.4)
高齢者人口
17,484人 高
齢化率 25.4%



ポイント1 | 明確かつ簡潔な論点の設定

会議における議論のポイント

① 本当の課題は何ですか？

本人にとっての自立は？自立を阻害する要因は？
(現状とありたい姿のギャップから課題を特定)

② 本当に解決できますか？

サービスは現状とありたい姿のギャップを
本当に解決できるのか

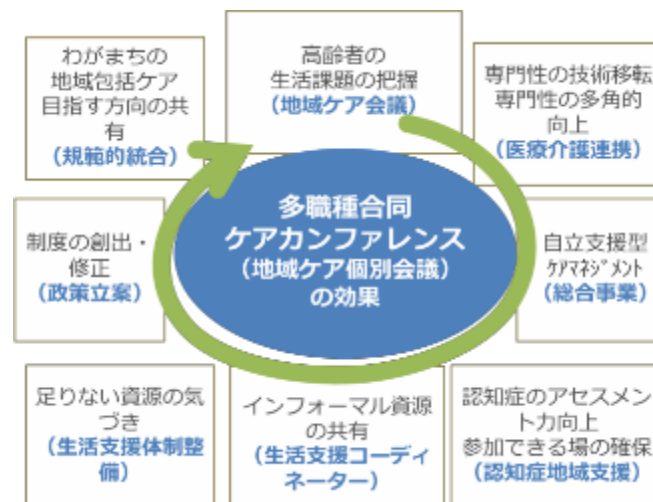
※ 普通の暮らしを取り戻す（自立）支援とは

- ① 現状分析（なぜ今の状態になったのか？）、
- ② 目標設定（どんな暮らしを目指すのか？）、
- ③ 「本当の課題」の抽出（取り組むべき課題は何か？）

を検討することで、本人や家族が課題と向き合い、行動変容を起こすことに繋がる。

ポイント2 | 他の事業との連動

多職種によるカンファレンスを行うことで、医療介護連携、総合事業、認知症地域支援、生活支援体制整備事業等の市町村が実施する事業が繋がる。



目指す姿（ありたい状態）・現状・課題・解決策のイメージ



目指す姿：山頂

現状：今いるところ

課題：山頂と今いるところの差(高さ、距離)

解決策：山頂までたどり着くためのルート(道すじ)、方法(徒歩、山登りの道具、車、ヘリコプター等)

令和 2 年度老人保健事業推進費等補助金 老人保健健康増進等事業「介護予防・日常生活支援総合事業及び生活支援体制整備事業の推進に向けた 研修カリキュラムの開発に関する調査研究事業 報告書・わがまちの総合事業・生活支援体制整備事業を立ち止まって考える 地域づくりの実践に向けた道しるべ」令和 3 年（2021 年）3 月 株式会社エヌ・ティ・ティ・データ経営研究所

要望

~~現状（問題）~~

デイサービスに通いたい

目指す姿（ありたい状態）

いつまでも元気でいたい

課題

日々の活動量を増やす（筋肉を増やす）必要がある
栄養バランスを改善する（たんぱく質の摂取量を増やす）
必要がある

諦めてしまった趣味を再開できる方法を検討する

真因

以前ならできていたことができなくなり、自信を失っている

解決策

~~A事業所のデイサービスに通い続けて、状態を維持する~~

心の声

~~週1回、A事業所に通い続ければ、目指す姿「いつまでも元気でいたい」は達成できるのか？~~

~~→A事業所のデイサービスの効果は、実はよく知らない（リハビリはやってくれるから効果はあるはず）~~

多職種合同ケアカンファレンスから政策へ

見えてきた課題

利用者や家族が自立支援を理解してくれない

ケアマネのアセスメントの技量差が大きい

短期集中訪問したほうが課題解決できそう

訪問による栄養改善指導をしてほしい

送迎つきで負荷が少ない運動の場が必要

送迎つきで一人でも楽しめる外出先がないか
自分で買い物したいが、行き帰りが辛い

男性や知的な活動を好む方が
参加したくなる通いの場がない

解決に向けた政策へ

連携強化

リハ職によるケアマネ同行訪問
(地域リハビリテーション活動支援事業)

他の職種が把握したい項目を網羅した共通アセスメントシート作成

リエイブルメント訪問cの創出
(主体性重視+セルフマネジメント指導)

公的制度化

市町村特別給付の創設

送迎付き一般介護予防事業の創設

資源発掘

民間企業との連携
保険外サービスの創出・活用促進

健康麻雀、プレミアムサロン等

事例：防府市

これらの事業を進めるために
持つべき共通認識があった



自立支援型
地域ケア会議



元の生活を取り戻す
短期集中サービスの実施

幸せとは何か？

活動的な生活への支援とは？

介護保険サービスしかない

最近、膝も腰も痛くて
ほとんど外出はできなくて
買い物も掃除もしんどいし
なかなかできなくて…

だったらヘルパー
しかないですね



お前の身体も弱ったし
私の介護も限界だ。

施設に入ってもらおう
しかないね



「幸せ」 = 選択肢の多さ 「自分らしさの実現」 ⇒ 自らが選択すること



選択肢がないことは不幸なこと



選択肢から選ぶ = 幸せ = 自分らしさ



より多くの選択肢を提供できるかどうか

要支援2？
デイサービスですね

フォーマルサービスだけで支援しないでください



では、デイサービスとサロンですね

- 本人視点がない
- 「できないことをしてあげる」サービス提供だけの支援
- ケアマネとSCの連携体制がない

こんな支援しかない地域に住みたいですか？

心身の虚弱を感じた高齢者にとって、
未来に可能性がたくさんあって、
それを選択できるということほど
幸せなことはないはずです。

たくさんの**可能性を提供すること**、
支援している**高齢者の可能性を信じること**
それこそが**幸せを提供すること**。



「うちの地域には資源がない」という人は……



「できないことをしてあげることが支援」と考えていないか？

「地域の多様な主体を活用」することを
ボランティア活動、サロン、保険外ヘルパー、何でも屋などで支援すること、
「誰かがしてあげるもの」による支援だけと考えてないか？

今の生活だけを見て、**「できないこと」に着目しすぎて、
「してあげること」だけを考えていると、地域に何も無いように
に思える**のではないのでしょうか。

そして何も無いから
作らなきゃ、と思う？

高齢者を支援するもの「してあげる」と「主体的な活用」

誰かが「してあげる」

公助・共助

- ・バスタクシー助成制度
- ・介護保険 など

互助・自助

- ・サロン
- ・介護予防教室
- ・お助け隊
- ・地域食堂
- ・移動支援活動
- ・保険外ヘルパー
- ・スポーツジム
- ・何でも屋
- ・企業のCSR活動

実施主体が支援の仕組みを作って提供する

主語は「誰か」なのですべての人が対象とならない。自立支援の多様性に対応できない。

実施主体がいなければ成立しない。

主語は本人。
地域にある様々なものを本人が主体的に活用。よって「高齢者の周囲にあるものすべてが対象」

アイデアが選択肢を増やす。多様な主体との協働の起点。

本人が「主体的に活用」

場所

フードコート、商店先のベンチ
図書館、公園、移動販売車の周囲
手芸品販売店、美容院、喫茶店

道具

電動アシスト自転車、趣味の道具
便利な園芸用品、デジタル機器

環境・役割

山、ペットや植木、学校、スポ少、
車の通行量、企業活動、困りごと

人・目に見えないもの

家族・友人・隣人・友情・責任・
挑戦心・過去の後悔

本人や支援者が地域にあるものを主体的に活用する

してあげるものだけを意識すると選択肢は少ない

考え次第で地域に活用できるものは無限にある

ジムは体を動かすためのサービスを提供している



〇〇山は体を動かすためにあるわけではない
我々が体を動かすために活用しているだけ



～男の公園サロン～

〇勝間地区

場所：イオンタウン近くの公園

いつ：毎日（雨天中止）

内容：7～8年前から天気の良い日に朝9時頃から釣りが共通の趣味の男性が集まり、おしゃべりをするようになった。少し散歩をしてからなんとなく集まり、11時頃には解散。求れない日は自然に前もって休むことを伝えるようになった。電話番号も知らない間柄だが、逆に気楽に付き合えるし一人暮らしなので顔を見て話をすると一口元氣に返すので良い日際になっている！！



サービスを提供するものだけが資源ではなく
資源として活用できるものが地域にはある
使い方のアイデア次第で資源は無限にある

役割を見つけるという支援が活動的な生活に導く



週1日リハビリに行って
後の6日は閉じこもっている



月1回の着付け講師という役割を
果たすために、日々準備をしている

「誰かにサービスを提供してもらおう」より「役割を見つける支援」の方が
地域には活用できるものがたくさん見出せそうだし、
活動的な生活・自分らしさを支援できるのではないのでしょうか

高齢者を活動的にするものを全てを資源と考える



こういう考え方・発想で支援を行えば
地域に何も無いとは考えない。

家族・近所の飼い犬・今は行っていな
い趣味・過去の後悔さえもアセット

高齢者が今後の人生で望む暮らしを実現するためにSCを中心に
包括・行政職員や専門職が地域での暮らしを考える体制を構築する。

私の一週間

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-------------------|------------------------|---------------------|-------------------------|-----------------------------------|
| AM 公民館サークル取材・SC会議 | AM 小野デイステーション血圧測定・参加 | AM SC会議 | AM 小学校行事(昔遊び)参加 | AM SC会議 |
| PM 健康体操参加 | PM 図書館へ情報収集(サービスやサークル) | PM 商店訪問・メダカのおじさまへ訪問 | PM おしゃべり会参加・自立支援型地域ケア会議 | PM SCで身障者センター訪問・情報収集 お寺で詩吟の会参加 |

活動集に載せて他の方が参加できるように雰囲気を知る

色々な施設サービスを知り、生活に役立つ情報をゲット!

趣味を持っている人と趣味について知る

高齢者の活躍の場の選択肢を増やす!

障害を持った方も参加できる場を知る

「高齢者の介護予防・自立支援に特化した生活支援」の軸に沿って、活動内容を決めています

アセットを知る

一見すると、



元医療従事者

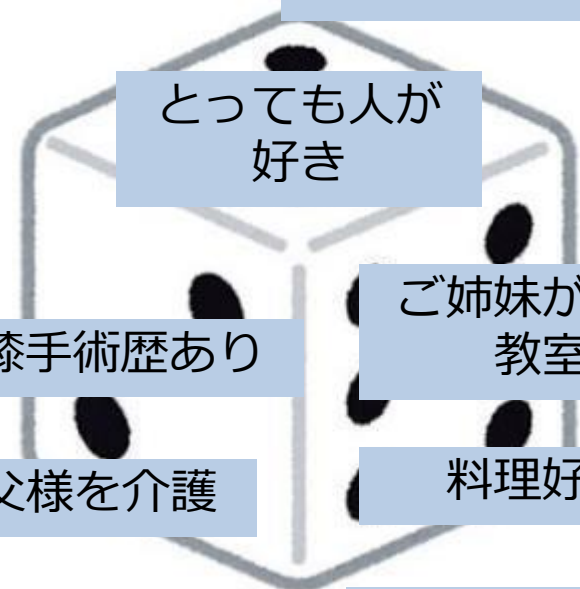
園芸療法士

ハーブ園
ハーブ教室経営



コロコロ

反対側は？



ほぼ毎日畑へ車で
行く（10分先）

とっても人が
好き

ご姉妹がパン
教室

料理好き

膝手術歴あり

お父様を介護

〇〇地区在住

他には・・・

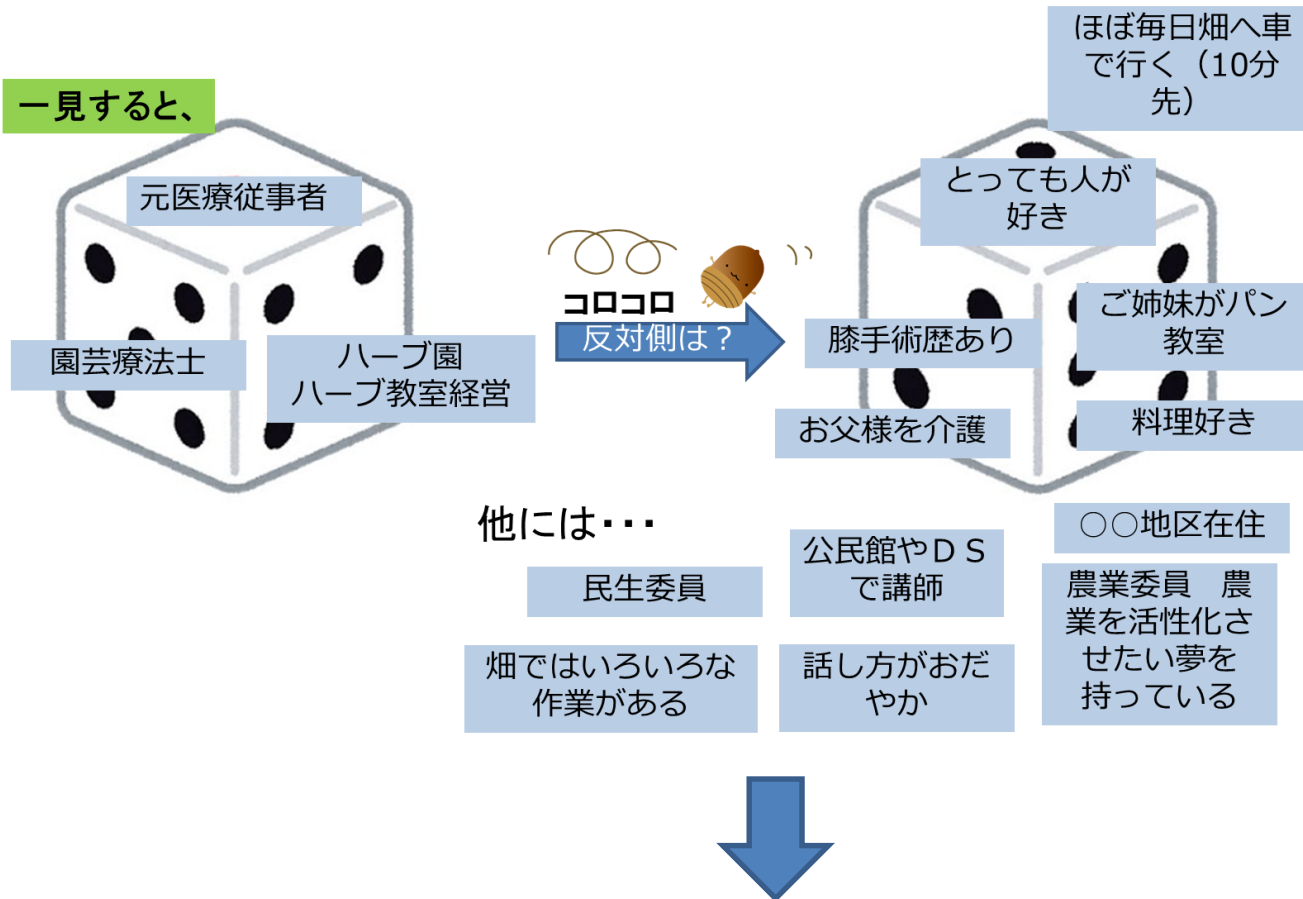
民生委員

公民館やD S
で講師

農業委員 農
業を活性化さ
せたい夢を
持っている

畑ではいろいろな
作業がある

話し方がおだ
やか



畑を使った集いの場（農業の啓発・身体機能維持）、近くの高齢者を一緒に畑へ連れて行ってもらう（自分で行けない方の生活援助）、育てた収穫物を一緒に調理（育てたことへの喜びを感じる）、畑作業することで、同じ疾患の方があきらめずにリハビリが続けられる（身体的共感）、高齢者限定パン教室（屋外での健康体操付き）、ハーブ園で趣味活動の屋外ステージの場（高齢者の活躍の場）などなど・・・

SCは地域や高齢者の生活を知り、ある程度「こうあったらいいな」イメージしておく

日々の活動



ベンチ探し・・・
(足腰の弱い方でも散歩をたのしめるように)



公共交通調べ・・・
(バス会社に訪問し、段差の確認やシニア等の対応)

集いの場・企業のサービス探し・取材



資源ごみ捨て場探し・・・
(自治会に入られていない方のためにも)



SC活動の啓発

(私たちを知ってもらい、地域に入れてもらう材料、地域の情報を発信)



圏域内のバス停の場所・環境
確認



地域の方が大切に花壇を管理
する様子
(地域のためにやる力があるか)



地域力!!

個人レベルで500m範囲
での資源を探す

企業のサービス探し・
(郵便局の無人販売)



手作り(*へへ*)



ゴルフ場見学
(初心者レッスンやシニア
プランがあるか行きやすいか
チェック)



提案の例

| 困りごとやその人らしさ | 提案内容 |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------|
| ゴミ出しに困っている | 近所の支援してくれそうな方を探す→ゆくゆくは仕組みづくり |
| 元クリーニング店の方 | 近くの子供支援センターでの上履き洗い等の活動紹介、シミ取り等の講話 |
| 鉄道がすき | 同じような仲間と一緒に好きな鉄道を見れる時間を作ってみる |
| 調理の仕事をしていた | 施設の料理のイベント時の支援ができないだろうか スマホで「90歳代がつくった簡単料理」でアップしてみたら |
| 自転車に乗りたい | 指導資格を持った自転車店紹介 |
| スマホやSNSに詳しい | 集いの場で教えてあげられないか |
| パソコンが得意 | 事務関係（チラシ作成、資料作成）、集いの場で生かせないか |
| 畑や庭仕事が好き | 施設や小学校の庭や花壇、畑等の管理ができないか、講師として活躍 |
| 見守り希望 | 見守ってもらえるように散歩をして、商店等に決まった時間に寄ってみる 小学校の見守り隊に参加、見守りグッズ紹介 |
| 花が好き | 花が見れる散歩コースの提案、花のイベント情報が集められそうな場所を提供、 花の移動販売の紹介、地域やお店の花壇整備、お店や小学校へお花を飾る役 |