

## 【活動報告】

誰でも どこでも **気軽** にはじまる  
『**介護予防・生活支援**』を 目指して

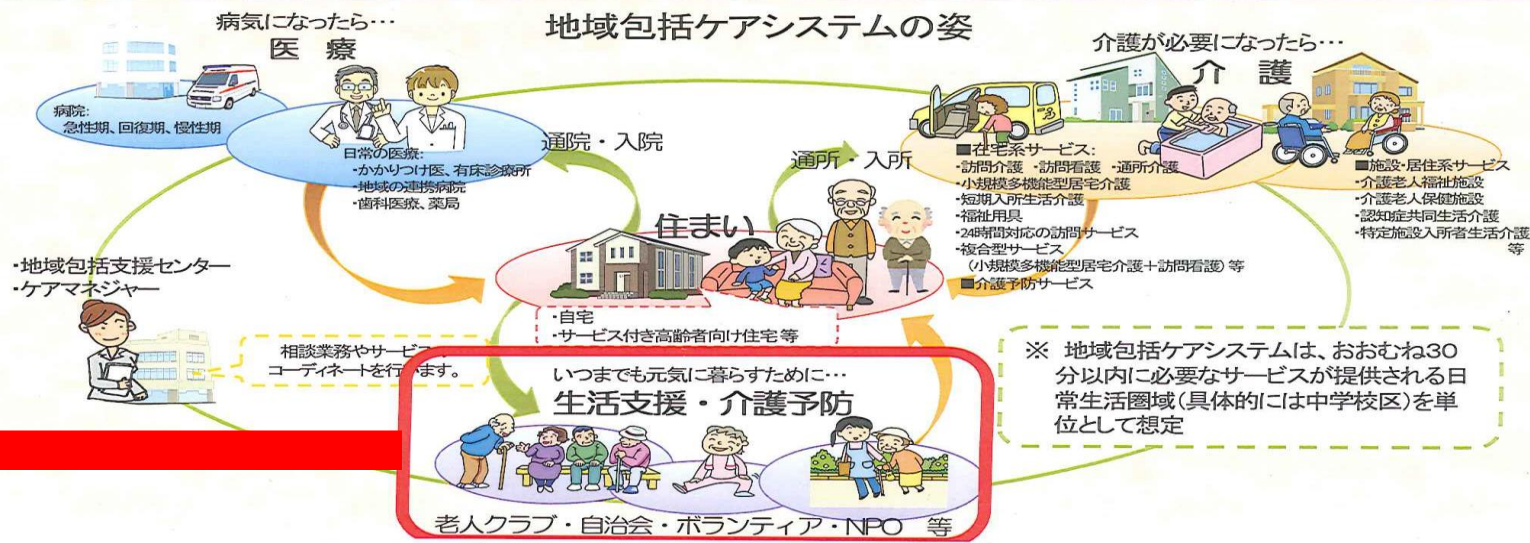
～理論に基づく **住民主体活動** への挑戦～

国東市生活支援コーディネーター(第1層) 【大分県】

宮田太一郎

## 地域包括ケアシステムの構築について

- 団塊の世代が75歳以上となる2025年を目途に、重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、**医療・介護・予防・住まい・生活支援が包括的に確保される体制(地域包括ケアシステム)の構築を実現。**
- 今後、認知症高齢者の増加が見込まれることから、認知症高齢者の地域での生活を支えるためにも、地域包括ケアシステムの構築が重要。
- 人口が横ばいで75歳以上人口が急増する大都市部、75歳以上人口の増加は緩やかだが人口は減少する町村部等、**高齢化の進展状況には大きな地域差。**
- 地域包括ケアシステムは、**保険者である市町村や都道府県が、地域の自主性や主体性に基づき、地域の特性に応じて作り上げていくことが必要。**

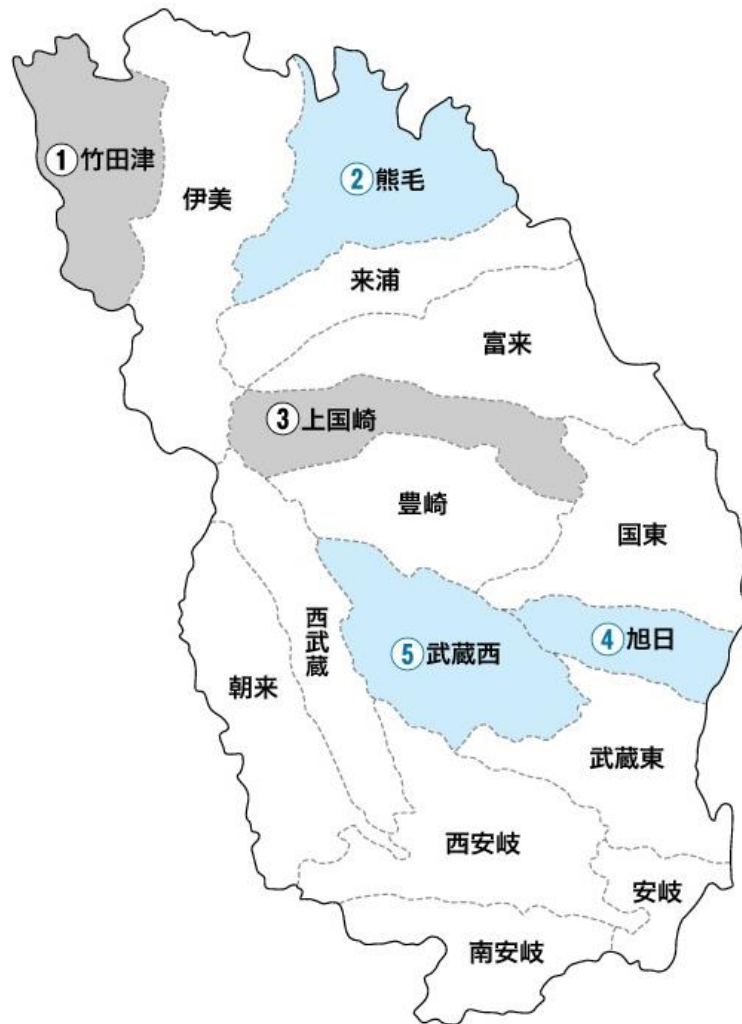


**【ポイント】** いかに地域において、  
**意識の高いボランティアを育て、活躍してもらい、そして仲間を増やしていく。**

**そこが総合事業の最大の難しさであり、自治体の悩み**

# 【国東市】 エリアが大切

■位置



第1層	国東全域(1ヶ所)	約30,000人
第2層	旧町 (4ヶ所)	約5,000~10,000人
第3層	地区公民館区(16ヶ所)	約500~2,000人
第4層	行政区(130カ所)	約50~200人

## 第3層

地区公民館区 人口1,000人規模

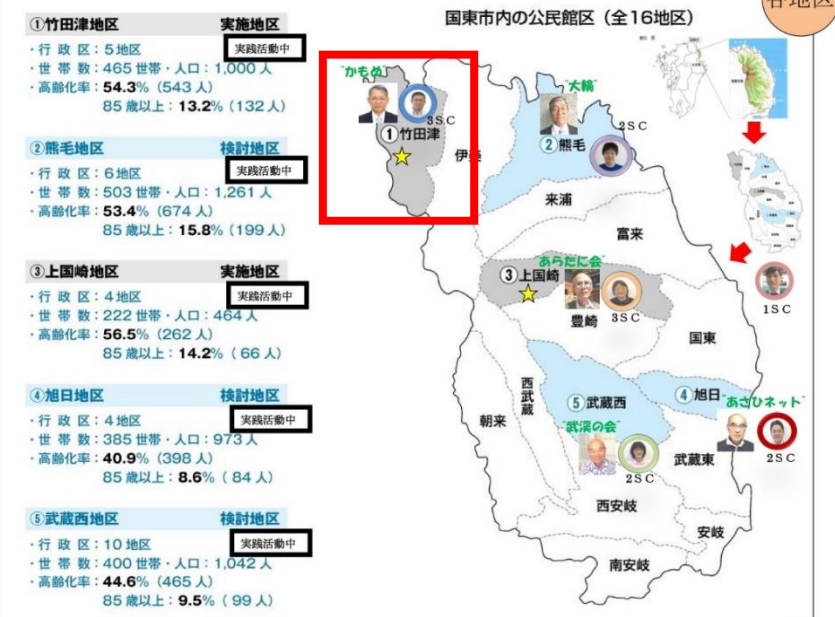
# 全体像(表)

## 国東市内における『支え合い活動』の取組みについて 平成30年6月26日

くにさき地域応援協議会  
寄ろう会

(平成29年3月31日 現在)  
国東市は人口29,098人、65歳以上人口11,723人(40.2%)“超高齢社会”です。85歳以上人口も2,694人(9.2%)で、約10人に1人が85歳以上、85歳以上になると“介護”や“医療”等支援を必要とする方の割合が増え、85歳以上の44%の方がならんかの介護保険サービスを利用しています。その一方で財政不足による社会保険の見直しが進んでおり、医療では病院の病床数削減、介護保険では軽度者の利用制限など、支援が必要な方は増える一方で、公的な支援は減少していくことが予想されます。  
国東市では専門機関の支援だけでなく、住民同士の支え合い活動(自分たちができる生活支援)についても平成29年度より本格的にはじまっております。この取り組みは少しずつ広がりを見せ、現在具体的に図①の地区(公民館区域)が実践及び検討も含め活動が進んでいます。  
くにさき地域応援協議会“寄ろう会(え)”(図②)は、実践・検討地区(図①)やすでに長年地域づくりを実践されている地区や団体、行政機関等も含め、情報共有や後方支援など国東市全域で地域の支え合い活動を『応援する会』です。

図① 実践 又は 検討が進む地区 (第3層:公民館単位)



図② くにさき地域応援協議会“寄ろう会(え)” 情報共有や後方支援など国東市全域で支え合い活動を『応援する会』



# 過程(裏)

★社協専属職員(生活支援コーディネーター)が、みなさんと話しながら“その地域にあわせて”丁寧な支援を行っています。



① (みんなの居場所!!) 場所: 竹田津地区公民館  
 「かもめカフェ」 **おいらせ** コーナー

**【カフェ 紹介】**



堀さん、藤原さん、津崎さん

**スタッフ紹介☆**

月に1回! 地域の仲良し3人組でカフェ当番してみませんか?

**【食事会 紹介】**



6/28 食事会・レク時間帯(10時)に  
 竹田津保育所 園児との交流会★  
 園児から 沢山の元気を頂きました!

**【ちよい加勢 紹介】** 生活での ちょっとした困りごと(屋内の事も) ご相談ください◇



**第7弾!**

小野源二さん(左)、山口さん(右)

小野さん ちよい加勢スタッフ 新加入!

自宅庭 のちょっとした剪定



**第8弾!**

井上正雄さん(左)、坂口さん(右)

井上さん ちよい加勢スタッフ 新加入!

自宅畑 のちょっとした草刈り

くらしのサポートセンター「かもめ」

TEL: 070-

SoftBank 4G くらサポ「かもめ」カフェ&食事会 8月号 95%

場所: 竹田津地区公民館 【かもめ専用電話】 ☎070-

**カフェ: 誰でも自由に利用できます**  
 ホットコーヒー: 100円 アイスコーヒー: 200円  
 開所: 第1~4 火・水・木曜日 13:00~15:00

**竹田津地区限定! 食事会: 事前予約で利用できます**  
 昼食代: 400円 ※希望者は送迎あり!  
 開所: 第2,4 木曜日 10:00~13:00

月	火	水	木	金
		1	2	3
休み		カフェ (榑海スタッフ) 「編物教室」材料代100円 13:15~14:00 講師: 鬼籠地区の矢野さん 出張販売: 小川豆腐屋さん 13:00~14:00	<b>送迎カフェ</b> (岡スタッフ) (デザートとコーヒーのセット) 「スマホお悩み相談会」 13:15~14:00 講師: 地域おこし協力隊 長尾さん 出張販売: 400円day! ※事前予約が必要ですよ	休み
6	7	8	9	10
休み	カフェ (鬼籠スタッフ) 「みんなで歌おう」 13:15~14:00 講師: 岡地区の坂口さん ※懐かしい歌 一緒に☆	カフェ (浦手スタッフ) 「認知症についてのお話」 13:15~14:00 講師: 包括支援センター 出張販売: 浦手塩貝さん 13:00~14:00	食事会 (浦手・鬼籠・榑海スタッフ) カフェ (西方寺スタッフ) 出張販売: 江藤商店さん 13:00~14:00	休み
13	14	15	16	17
休み	休み	休み	休み	休み
20	21	22	23	24
休み	カフェ (榑海スタッフ) 「尿に含まれる塩分検査」 13:15~14:00 講師: 国東市保健師 出張販売: 小川豆腐屋さん 13:00~14:00	カフェ (岡スタッフ) ※コーヒーでごゆっくり★	食事会 (西方寺・岡スタッフ) カフェ (鬼籠スタッフ) 出張販売: 江藤商店さん 13:00~14:00	休み
27	28	29	30	31
休み	カフェ (浦手スタッフ) 「ヨガとウクレレ」 13:15~14:00 講師: 地域おこし協力隊 今田さん 出張販売: 浦手塩貝さん 13:00~14:00	カフェ (西方寺スタッフ) 「折紙教室・バラのリース」 13:15~14:00 講師: 浦手地区の藤原さん ※指先の運動に☆	<b>送迎カフェ</b> (榑海スタッフ) (デザートとコーヒーのセット) 「整体についてのお話」 13:15~14:00 講師: 西方寺地区の古川さん 400円day! ※事前予約が必要ですよ	休み

平成28年 1月23日

## 地区説明 2地区 (上国崎・竹田津)



地域支え合い推進員  
(第3層コーディネーター)

# 実現にむけた実証方法検討

## 大分県国東市[竹田津・上国崎]

旧小学校区 人口1,000人規模

### 国東市の概要 (H28.8.1現在)

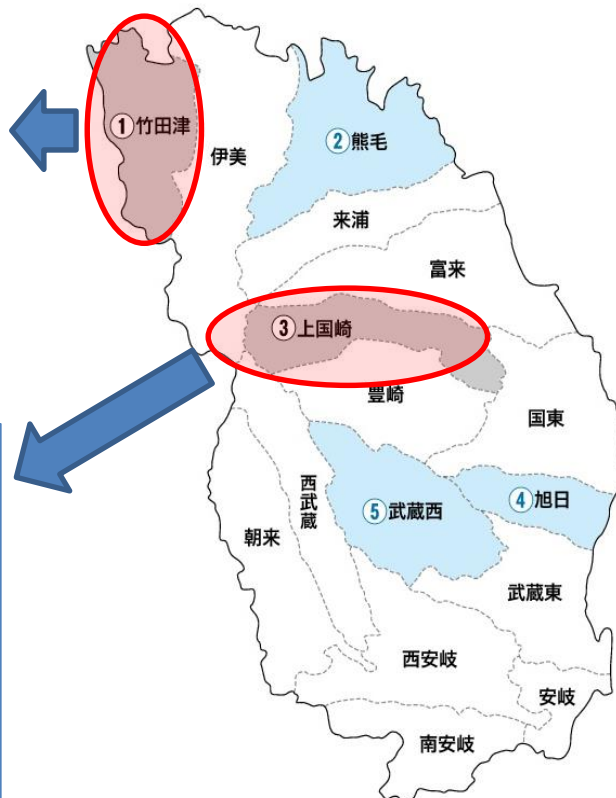
- ・行政区: 130地区
- ・世帯数: 13, 201世帯
- ・人口: 29, 475人
- ・高齢者数: 11, 773人
- ・高齢化率: 39. 9%  
(85歳以上: 8. 9%)

### 竹田津地区の概要 (H28.4.1現在)

- ・行政区: 5地区  
西方寺・岡・国見浦手・鬼籠・櫛海
- ・世帯数: 407世帯
- ・人口: 1, 024人
- ・高齢者数: 543人
- ・高齢化率: 53. 1%  
(85歳以上: 11. 7%)

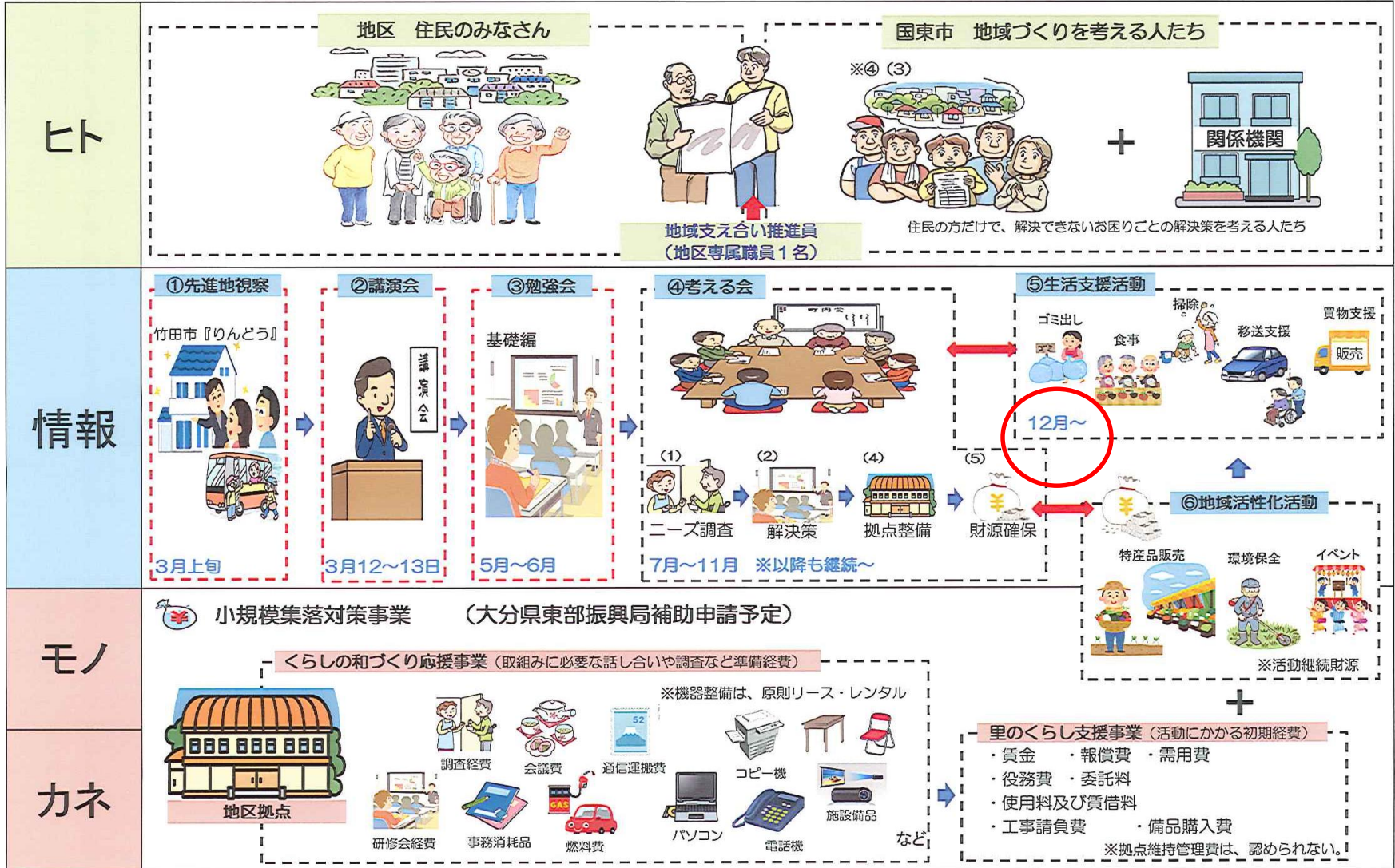
### 上国崎地区の概要 (H28.4.1現在)

- ・行政区: 4地区  
成仏・下成仏・見地・中田
- ・世帯数: 204世帯
- ・人口: 491人
- ・高齢者数: 268人
- ・高齢化率: 54. 7%  
(85歳以上: 12. 8%)



# 期限設定：12月活動スタートにむけて

## ※当時の資料





# 3月10日

## 事前学習と先行地視察（大分県竹田市暮らしのサポートセンターりんどう）



### 【視察のまとめ】

実際に活動している支える方と支えられている方の双方より **直接お話** を聞くことができました。支える方の中には、80歳以上の方もいましたが、80歳にはとても見えなくらい『いきいき』とされていました。「**昔は支援を受ける側であったが、今は支える側になっている**」など活動が地域の中で広がりをみせ、地域住民の方の『**生きがいと安心**』になっていることをつよく感じました。

# 3月12日 生活支援講演会

キーワード 【居場所】 【移動支援】 【食事】



講師  
田中尚輝先生

講師は、NPO法人市民福祉団体全国協議会の専務理事で、介護保険制度などに大きく関わられ、厚生労働省とも強いつながりのある方です。講演では、介護・医療・福祉制度の国の動向等を中心に、これから住民同士のお互いの支え合いがいかにか切になってくるのかわかりやすく厳しく伝えていただきました。

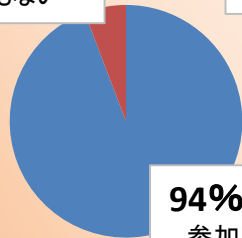
竹田津地区 人口の10%  
3月12日(土)13:30~ **101名**

会場：竹田津地区農村環境改善センター



6% (4名)  
どちらでもない

0% (0名)  
参加したくない



94% (65名)  
参加してみたい

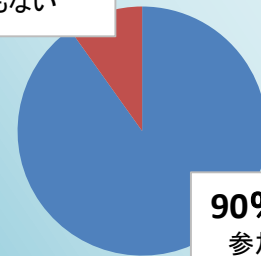
上国崎地区 人口の20%  
3月13日(日)13:30~ **97名**

会場：上国崎地区公民館



10% (7名)  
どちらでもない

0% (0名)  
参加したくない



90% (64名)  
参加してみたい

# 4月14日 考える会発足

## 竹田津地区



活力ある竹田津地区の暮らしを考える会

## 上国崎地区



あらたに会

# 5月12日～6月23日 地域勉強会(15H)

## 活力ある竹田津地区の暮らしを考える会



## あらたに会



# ※当時の資料

くらしを考える勉強会 全体イメージ 共有資料

番号	日時	内容	講師
①	5月18日 (水) 1H	【題名】 上国崎の今を知ろう！ 少子高齢化を迎える現代社会において、私たちが暮らす国東市、上国崎の現状を学びます。 <b>現状</b>	国東市役所 高齢者支援課 国東市社会福祉協議会 福祉支援課
②	5月25日 (水) 1H	【題名】 これからはあなたが主役！ これからの地域づくりは、地域住民が主役です。私たちの手で住みやすい地域をつくっていきましょう。必ずできます。 <b>支え合い</b>	大分大学 元副学長 椋野氏
③	5月29日 (日) 4H	【題名】 私たちの生活が広がる！ (1) これからも上国崎地区で暮らして行く上で、『移動』の問題は誰もが心配なことです。どうしたら困らないうまく『移動支援』を学習します。移動支援についてしっかりと考えましょう。 <b>移動支援</b>	(岡山県) NPO法人 かめかめ福祉移送 理事長 横山氏
	6月5日 (日) 5H	(2) [1]基礎知識を学ぼう。 [2]楽しく意見交換しよう。 [3]全国の活動場所を探そう。 [4]私たちが何を学べるか。 <b>活動場所</b> ※お昼をはさみますので、軽食を準備しています。	(佐賀県) 認定NPO法人 市民生活支援センター ふくの家 理事長 江口氏 認定NPO法人 中原たすけあいの会 代表 平野氏
④	6月8日 (水) 2H	【題名】 生きることは食べること！ みなさんしっかりと食事をとられていますか？簡単な食事で済ませていませんか？一人暮らし高齢者の方の大半が軽い栄養失調ともなっています。食べ物の大切さと必要性をあらためて勉強しましょう。当日は軽食をみんなで作りまので、夕食についてご参加ください。 ※ 材料費 100円必要です。(当日集金) <b>食卓</b>	(国東市役所) 栄養士
⑤	6月15日 (水) 1H	【題名】 認知症を正しく知ろう！ 超高齢社会を迎える中、これまで以上に認知症の方が増加します。認知症を正しく理解し、もし自分自身が認知症になったら生活できることを学びましょう。 <b>認知症</b>	(国東市役所) 地域包括支援センター
⑥	6月22日 (水) 1H	【題名】 相手を知れば優しくなる！ 隣近所の方や地域の方との交流はありますか？近年人と人の関係が希薄化していると言われます。今回の学習では、人間関係をつづけていく上で、大切な心構えや方法について学びます。 <b>コミュニケーション</b>	社会福祉士 主任介護支援専門員 谷口氏

※内容について一部変更になる場合があります。

講座	内容	講師	目的 (講義終了後の参加者コメント)
①	【題名】 上国崎/竹田津の今を知ろう！ 少子高齢化を迎える現代社会において、私たちが暮らす国東市、上国崎地区の現状をみんなで学習します。 ①あいつ(この勉強会の目的) ②市、上国崎、竹田津地区現状(人口推移、介護・医療現状、対応策) ③平成28年熊本地震 災害支援報告(被災地の支え合い) ④竹田津で取り組みは始めている事 上国崎訪問アンケート調査集計結果報告 ⑤まとめ(次回のご案内、アンケート記入)	地域の方 市役所 高齢者支援課 市社会福祉協議会 福祉支援課	・これからは、今までと少し変わってみたいだな。まだよくわからないが、少しは考えないといけない。でも実際に何をしたらいいかわからない。次回の勉強会にまたわらわらかな。次も参加してみようかな。 ↓
②	【題名】 これからはあなたが主役！ これからの地域づくりは、地域住民が主役です。私たちの手で住みやすい上国崎地区にしていきましょう。必ずできます。(地域住民が主役となる活動の必要性や期待、実際の事例等)	大分大学 元副学長 椋野氏	・今日は、大分大学の先生のお話がきけてよかったなあ。いろんな活動があるんだなあ。みんなすごいなあ。上国崎や竹田津でもこのような活動は必要なのかな。自分たちではできないだろうな。 ↓
③	【題名】 私たちの生活が広がる！ 【※別紙参照】 (1) これからも上国崎地区で暮らして行く上で、『移動』の問題は誰もが心配なことです。どうしたら困らないうまく『移動支援』についてしっかりと考えましょう。 (2) [1]基礎知識を学ぼう。 [2]楽しく意見交換しよう。 [3]全国の活動状況を知ろう。 [4]私たちが何を学べるか。 <b>活動場所</b>	(岡山県) NPO法人 かめかめ福祉移送 理事長 横山氏 (佐賀県) 認定NPO法人 市民生活支援センター ふくしの家 理事長 江口氏 認定NPO法人 中原たすけあいの会 代表 平野氏	・移動手段は、生活の中でとても大切だけど、田舎だから不便で仕方ないと思ってた。地域住民の支え合いで、移動支援なんてできるんだ。知らなかった。でも誰がするの？誰かしてくれたら助かるけど。 ↓
④	【題名】 生きることは食べること！ みなさんしっかりと食事をとられていますか？簡単な食事で済ませていませんか？一人暮らし高齢者の方の大半が軽い栄養失調ともなっています。食べ物の大切さと必要性をあらためて勉強しましょう。当日は軽食をみんなで作りまので、夕食についてご参加ください。 ※ 材料費 100円(当日集金) エプロン、マスク、三角巾準備 【30分】食卓の大切さ、について講義(紙ベース説明) 【60分】実習 そうめんと具材(栄養バランス) + 具材チャック 【30分】片づけ等	(国東市役所) 栄養士	・食事って大切なんだなあ〜いつも家にあるものだけで済ませていたけど、肉や魚などたくさん種類の栄養をとらないと命にかかわるんやなあ。今日は、簡単な調理方法わかったし。これから少し気にかけてみようかな。でも、やっぱり買い物で不便でうしろめたくて、気がいって食事ができたらなあ。 ↓
⑤	【題名】 認知症を正しく知ろう！ 超高齢社会を迎える中、これまで以上に認知症の方が増加します。認知症について正しく理解し、もし自分自身が認知症になったら生活できることを学びましょう。受講者には、認知症サポーター認定を行う。	(国東市役所) 地域包括支援センター	・これからは、地域にどんどん認知症の方が増えるんだ。近所のおじちゃんも最近認知症みたい。私もそうなるのかな。心配だなあ。ただ、認知症になったらにもできないと思ってたけど違うかも。認知症の方の接し方や認知症について少し気にかけてみようかな。 ↓
⑥	【題名】 相手を知れば優しくなる！ 隣近所の方や地域の方との交流はありますか？近年人と人の関係が希薄化していると言われます。今回の学習では、人間関係をつづけていく上で、大切な心構えや方法について学びます。	社会福祉士 主任介護支援専門員 谷口氏	・最近、近所の方と会うのも面倒になってきたなあ。耳も遠くなったし足も悪いから私がいと迷惑になるだろうな。でも人と話したいし、聞いてもらいたいなあ。そう思っているのは私だけじゃないかも。。。私も迷惑にならないなら。。。みんなが気軽に集まれる楽しい居場所があれば行ってみたいかも。。。でもそこまでいけない。 ↓
(講義①~⑥ が全て完了時 参加者コメント) 自分たちのこれからの生活について勉強会受講者で集まって考えてみようかな。自分のことやかな。。。たしか居場所とか移動支援とか食事と話をきいたなあ。まずはそこから考えてみようかな。。。大変やけど。。。			

講座③-2

# 上国崎地区の暮らしを考える勉強会

日時：平成28年6月5日(日) 10:00~16:00  
場所：上国崎地区公民館

今日の勉強会【講座③-2】では、遠方佐賀県より『認定NPO法人市民生活支援センター ふくしの家 江口代表』と『認定NPO法人中瀬たすけあいの会 平野代表』にお越しいただき、講師の方の実践活動等について学びました。午前中は介護保険改正に伴う『総合事業の理解』について、午後からは『地域づくりを中心とした移動支援の実践』を学び、実際に自分たちでどの様なものを作り上げるかを考える勉強会となりました。



上国崎参加住民

暮らしを考える勉強会

勉強会内容 ①講師(佐賀県)認定NPO法人市民生活支援センター ふくしの家 代表 江口 昭介 氏  
講義『住民主体の制度の誕生と活用』(120分)  
《内容：介護保険改正に伴う『総合事業』を整理することで住民主体の移動支援の財源確保につなげる》  
②講師(佐賀県)認定NPO法人中瀬たすけあいの会 代表 平野 征幸 氏  
講義『地域社会を支える 外出支援活動』(90分)  
《内容：地域づくりと外出支援の実践活動を学ぶ》  
意見交換会：グループワーク(90分)  
《内容：参加者同士で、自分たちでどの様なものを作り上げるかを考える。互初におかれ意見交換》

60名

- ★参加者に昼食を準備してくれました。
- ★上国崎へついでに食店による『焼きそばご飯』
- ★成体協会 による 『焼きそばピザ』

## 講義①『住民主体の制度の誕生と活用』

ポイント 総合事業は「地域をつくる」こと。基本は「地域づくり」、『理想』の転換、「サービス」から「支援」

- 介護保険改正に伴う『総合事業』について説明
- ・地域づくりに伴う「介護予防の転換」
  - ・介護予防、生活支援、社会参加の総合
  - ・住民主体の介護予防のある地域づくりの方法
  - ・地域づくりの準備、進め方
  - ・地域の中にあるものを全部見つけ出す  
時間がかかるから早めに行えることから取組む。
  - ・大切な話合いの場「協議体」  
今日の勉強会のように実施することからはじまる。



認定NPO法人(佐賀県) 市民生活支援センター ふくしの家 代表：江口 昭介 氏

【講師紹介】 昭和45年12月21日生 佐賀県藤原生まれ 西九州大学社会福祉学卒業後、特養・デイサービスに勤務。佐賀県加賀福祉の市民創価会を立ち上げ、平成6年5月に任意団体「ふくしの家」を設立。11年にNPOを取得し「市民生活支援センターふくしの家」と改名。現在佐賀市を中心に、小規模多機能型居宅介護、デイサービスやホームヘルプなどの介護保険事業を主として、佐賀市小規模介護施設、放課後等デイサービス、介護施設事業、福祉有償運送、障がい児学童保育(委託事業)、佐賀県障がい者スポーツセンター(委託事業)、有料老人ホーム、サービス付高齢者住宅、佐賀県一歩予防事業等を実施。

## 講義②『地域社会を支える 外出支援活動』

ポイント 実践的な勉強会...『外出支援・居場所』自分たちでどの様なものを作り上げるか、一緒に考えよう。

講師のこれまで19年間実践されてきた『外出支援・居場所づくり』を学び、具体的な実践に向けての課題等を振り返り、上国崎地区では、どの様なものを作り上げるかを考える時間になった。



認定NPO法人(佐賀県) 中瀬たすけあいの会 代表：平野 征幸 氏

【講師紹介】 昭和46年12月24日生 佐賀県三養基郡在住 昭和36年~平成9年佐賀県職員 平成7年佐賀県老人定への配食サービスのボランティア活動開始 平成9年12月任意団体「中瀬たすけあいの会」を設立。11年3月にNPOを取得し「移動サービスセンター」を設立。平成12年9月佐賀県市町村協会の認定を受け、平成18年3月福祉有償運送(許可) 平成21年3月自家用有償運送(登録) 現在に至る 平成21年10月県民運動「もやし等」運行開始 平成24年10月認定NPO取得

主催：あらたに会(上国崎地区社会福祉協議会) 電話：070-2406-6167

- |              |            |             |              |
|--------------|------------|-------------|--------------|
| 会長：野田 敏 広    | 理事：猪 上 正 徳 | 理事：橋 本 洋 子  | 協力員：宮 永 英 次  |
| 副会長：秋 西 秀 徳  | 理事：茅 崎 義 徳 | 理事：夢 野 弥 生  | 協力員：岡 部 東 洋一 |
| 事務局長：猪 野 敏 彦 | 理事：松 浦 清 博 | 協力員：猪 部 よしの | 協力員：郷 野 和 子  |
| 会計：富 田 敏 子   | 理事：小 泉 守 守 | 協力員：松 丸 アキ子 | 協力員：辻 安 浩 人  |
| 監事：小 田 順 新   | 理事：安 部 義 典 | 協力員：小 田 順 美 | 協力員：西 本 一 雄  |
| 監事：小 坪 敏 和   | 理事：小 泉 ミヨ子 | 協力員：鬼 門 はるみ | 協力員：影 山 純 子  |

支援機関：国東市役所高齢者支援課、国東市社会福祉協議会福祉支援課

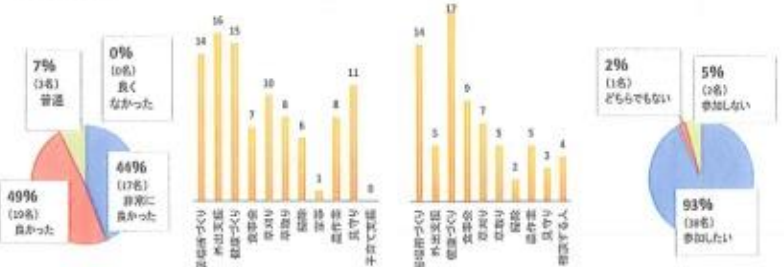
# 裏 講座③-1 上国崎地区の暮らしを考える勉強会 (28.5.29)

アンケート集計【回収率 84%】



## Q. 質問

- ①本日の勉強会の内容はどうでしたか?
- ②今後、あなたの地域で自身の経験とノウハウを地域のためにできることはありますか?
- ③今後、あなたの地域でもらいたい支援は何かありますか?
- ④次回勉強会に参加したいと思いますか?



②特に印象に残ったところがあればご自由にお書き下さい。(～の部分が良い等) ※原文どおり記載

1. 全部おもしろく聞いた。
2. 運送法など、難しいことが分かったような気がしました。自分たち(みんな)で行動を記さねば何も進まない。グループディスカッションも楽しかった。問題は運営費。
3. 移動支援について説明があったが、突如問題は大変だと思う。
4. タクシー代の半分程度の料金を必要とする考えです。
5. 自分で思ったよりかんたんに外出支援ができるので良いと思う。
6. 移動支援の大切さがわかったような気がする。
7. 無償・有償運送の内容がわかった。
8. 支援活動を通して自分も元気になれる事。移動支援が実現?
9. 現在の参加者は高齢の方が多く、50~60代の若い方の参加があれば運転支援など良いのではないかと思います。
10. 弁護士保障とドライバーコーダー
11. モンモン、カマヨ、カマヤン
12. 実際にやられている方の話なので良かったのではないのでしょうか。
13. 移動、外出支援すべてについて参考になりました。
14. 住民主体の移動手段の必要性を痛感。事故発生時の賠償、保険などの説明不十分。
15. 移動サービス講座、ワークショップが勉強になった。
16. 非常判の話。
17. 地域の実態に合わせた活動が重要であり、細部についての検討が重要。故意ある人が必要。
18. 移送支援のことが必要なことが良く理解できました。
19. もしもしかめかめ
20. 突如不可能と思っていたことに、可能性を感じました。

### 上国崎参加住民 66名

**【勉強会内容】**  
 ①開会あいさつ (5分)  
 ②演題：上国崎地区の現状 (15分)  
 (司会：人口調査、福祉・産業支援センター)  
 ③東市26年報本誌編 防災支援報告 (15分)  
 (司会：防災の文化をい)  
 (副司会：防災文化をい)  
 ④防災文化をいによる防災と防災計画書 (20分)  
 読み合わせ (5分)  
 (司会：防災文化をい)  
 (副司会：防災文化をい)  
 ⑤アンケート結果発表 (5分)

### 勉強会の様子

**①開会あいさつ**

会長 野村 昭彦 司会 秋吉 秀徳

・少子高齢化が進む上国崎地区において、12月までで定年退職し、ひとりで生活する方が増えています。また、高齢者の増加に伴って、介護や医療のニーズも高まっています。このため、地域で支えあえる仕組みづくりが求められています。

### ②東市・上国崎地区の現状

上国崎地区の現状 (15分)  
 ①人口調査 (15分)  
 ②東市26年報本誌編 防災支援報告 (15分)  
 ③防災文化をいによる防災と防災計画書 (20分)  
 ④防災文化をいによる防災と防災計画書 (20分)

### 上国崎参加住民 66名

**【勉強会内容】**  
 ①開会あいさつ・挨拶 (5分)  
 ②演題：これからはあなたが主役！ (50分)  
 (司会：交流文化の推進員、秋吉 秀徳)  
 講師 大分大学経済学 野村 昭彦 氏  
 まよめ (10分)  
 (司会：防災文化をい)  
 (副司会：防災文化をい)  
 ④アンケート結果発表 (5分)

### 勉強会の内容

#### 講義『これからはあなたが主役！』

**ポイント①** 開会挨拶で早くから参加と発言しました。 → 地域の支え合いが重要

- 1) 上国崎人、初めての人でも、勉強会の上場者は発言する
- 2) 発言は1人にならずに、少人数を必要とする
- 3) 多くの人は途中で寝てしまうことを希望
- 4) 発表者のために、途中で寝てしまわない
- 5) 途中で寝てしまっても、途中で寝てしまわない

**ポイント②** どうして自分から発言したのですか？ → 自分から上場したくなる！

- ・できることをつづける
- ・「できる」としていかないと、やる気がなくなる
- ・「やる」としていかないと、やる気がなくなる
- ・「やる」としていかないと、やる気がなくなる

**ポイント③** 外は、その人の人生を尊重する、外で発言を尊重する！

・発言は、その人の人生を尊重する、外で発言を尊重する！

・発言は、その人の人生を尊重する、外で発言を尊重する！

### 上国崎参加住民 52名

**【勉強会内容】**  
 ①開会あいさつ・挨拶 (5分)  
 ②演題：私たちの生活が広がる！ (45分)  
 (司会：防災文化の推進員、秋吉 秀徳)  
 講師 大分大学経済学 野村 昭彦 氏  
 まよめ (10分)  
 (司会：防災文化をい)  
 (副司会：防災文化をい)  
 ④アンケート結果発表 (5分)

### 勉強会の内容

#### 講義『私たちの生活が広がる！』

**ポイント①** 自分から発言するだけでなく、聞かされたら発言したい

・自分から発言するだけでなく、聞かされたら発言したい

・自分から発言するだけでなく、聞かされたら発言したい

・自分から発言するだけでなく、聞かされたら発言したい

### 上国崎参加住民 60名

**【勉強会内容】**  
 ①開会あいさつ・挨拶 (5分)  
 ②演題：住民主体の制度の誕生と活用 (45分)  
 (司会：防災文化の推進員、秋吉 秀徳)  
 講師 大分大学経済学 野村 昭彦 氏  
 まよめ (10分)  
 (司会：防災文化をい)  
 (副司会：防災文化をい)  
 ④アンケート結果発表 (5分)

### 勉強会の内容

#### 講義『住民主体の制度の誕生と活用』

**ポイント①** 勉強会を通して「知る」と「知る」の大切さ

・勉強会を通して「知る」と「知る」の大切さ

・勉強会を通して「知る」と「知る」の大切さ

・勉強会を通して「知る」と「知る」の大切さ

# 全住民へフィードバック。ポイント：新鮮さと丁寧さ

### 上国崎参加住民 42名

**【勉強会内容】**  
 ①開会あいさつ・挨拶 (5分)  
 ②演題：食生活の現状 (15分)  
 (司会：人口調査、福祉・産業支援センター)  
 講師 大分大学経済学 野村 昭彦 氏  
 まよめ (10分)  
 (司会：防災文化をい)  
 (副司会：防災文化をい)  
 ④アンケート結果発表 (5分)

### 勉強会の内容

#### 講義『生きることは食べる事！』

**ポイント①** 食生活の現状 (15分)

・食生活の現状 (15分)

・食生活の現状 (15分)

・食生活の現状 (15分)

### 上国崎参加住民 51名

**【勉強会内容】**  
 ①開会あいさつ・挨拶 (5分)  
 ②演題：認知症を正しく知ろう！ (45分)  
 (司会：人口調査、福祉・産業支援センター)  
 講師 大分大学経済学 野村 昭彦 氏  
 まよめ (10分)  
 (司会：防災文化をい)  
 (副司会：防災文化をい)  
 ④アンケート結果発表 (5分)

### 勉強会の内容

#### 講義『認知症を正しく知ろう！』

**ポイント①** 認知症を正しく知ろう！

・認知症を正しく知ろう！

・認知症を正しく知ろう！

・認知症を正しく知ろう！

### 上国崎参加住民 46名

**【勉強会内容】**  
 ①開会あいさつ・挨拶 (5分)  
 ②演題：相手を知れば優しくなる！ (45分)  
 (司会：人口調査、福祉・産業支援センター)  
 講師 大分大学経済学 野村 昭彦 氏  
 まよめ (10分)  
 (司会：防災文化をい)  
 (副司会：防災文化をい)  
 ④アンケート結果発表 (5分)

### 勉強会の内容

#### 講義『相手を知れば優しくなる！』

**ポイント①** 相手を知れば優しくなる！

・相手を知れば優しくなる！

・相手を知れば優しくなる！

・相手を知れば優しくなる！

### 講座① 上国崎地区の暮らしを考える勉強会 (28.5.29)

アンケート集計 (回収率 94%)

Q. 質問

① 参加者、参加者の割合

② 参加者の性別

③ 参加者の年齢

④ 参加者の職業

⑤ 参加者の収入

⑥ 参加者の住居

⑦ 参加者の家族構成

⑧ 参加者の健康状態

⑨ 参加者の生活満足度

⑩ 参加者の地域への関心

⑪ 参加者の地域への参加

⑫ 参加者の地域への貢献

⑬ 参加者の地域への活動

⑭ 参加者の地域への役割

⑮ 参加者の地域への責任

⑯ 参加者の地域への誇り

⑰ 参加者の地域への愛

⑱ 参加者の地域への誇り

⑲ 参加者の地域への愛

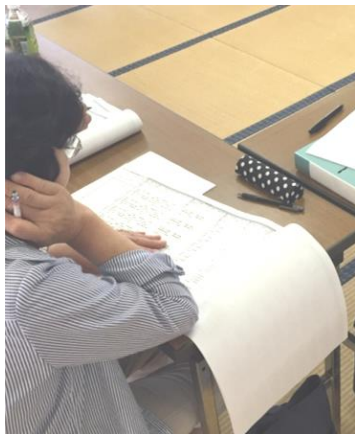
⑳ 参加者の地域への誇り

㉑ 参加者の地域への愛

# 7月20日～9月20日

# 住民による訪問ニーズ調査

# 地域調査準備



2016年7月20日(水)～8月17日(水)

暮らしを考えるニーズ調査

安心して暮らしたい。そんな願いを叶えたい。あなたに会の皆さんが、下記の期間中にお宅を戸別訪問させて頂き聞き取り調査を行います

7月20日(水)～8月17日(水)

あなたに会の皆さんは裏面でご連絡頂けます

聞き取り調査する内容を添付しています。後日、あなたに会の皆さんが伺います。

『地域課題の発見』

あなたに会が中心となって、解決策を検討します。出来ることから、一つずつ解決に取り組みで行きます

主催 あなたに会 (上国崎地区社会福祉協議会)

【問い合わせ先】 TEL: 070-2406-6167

場所: あなたに会(あいち) 地域交流合い推進員: 金澤 里美

上国崎地区の暮らしを考えるニーズ調査

安心して暮らしたい。そんな願いを叶えたい。あなたに会の皆さんが、下記の期間中にお宅を戸別訪問させて頂き聞き取り調査を行います

7月20日(水)～8月17日(水)

あなたに会の皆さんは裏面でご連絡頂けます

聞き取り調査する内容を添付しています。後日、あなたに会の皆さんが伺います。

『地域課題の発見』

あなたに会が中心となって、解決策を検討します。出来ることから、一つずつ解決に取り組みで行きます

主催 あなたに会 (上国崎地区社会福祉協議会)

【問い合わせ先】 TEL: 070-2406-6167

場所: あなたに会(あいち) 地域交流合い推進員: 金澤 里美



# 1世帯 1~2時間

# 訪問ニーズ調査



## 二一ズ調査項目一覧表 [参考]

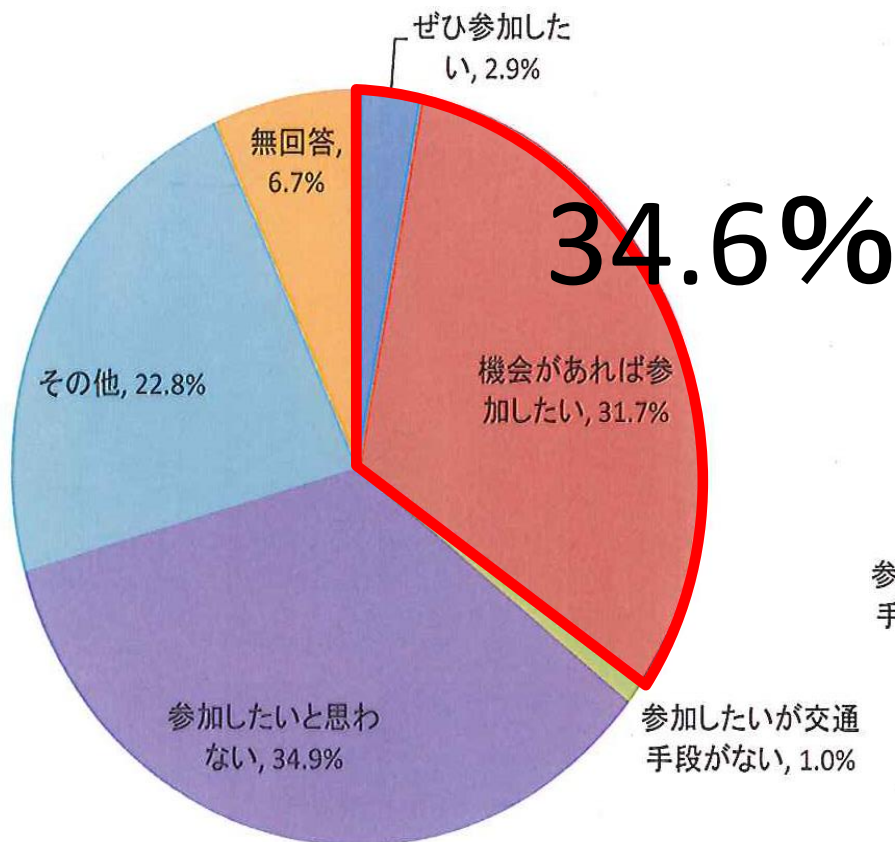
問	対象	質問内容
1	20歳以上の方	あなたは、車・バイクの運転をしていますか？
2		あなたが外出する際のおもな移動手段は何ですか？
3		あなたは、週に何回ほど外出しますか？
4		あなたのご近所付き合いはどうしていますか？
5		あなたが日常生活で困ったときに相談するのはどなたですか？
6		あなたがもし生活に困った時に、相談できる機関をご存じですか？
7		住み慣れた上国崎で生活し続ける中で、不安に感じることはありますか？
8	65歳以上の方	子どもさんや親戚の方と連絡を取り合っていますか？
9		連絡手段はどのようにしていますか？
10		あなたは要介護認定を受けていますか？
11		介護保険の改正で、介護保険が地域づくりや介護予防に力を入れるようになったことを知っていますか？
12		食事はどのようにしていますか？
13		買物はどのようにしていますか？
14		通院はどのようにしていますか？
15		掃除や洗濯はどのようにしていますか？
16		あなたが普段から健康のために気をつけていることはありますか？
17		あなたの現在の楽しみややりがいを感じていることはどんなことですか？
18		有償での生活支援サービスを提供する仕組みを検討しています。あなたが希望する生活支援サービスは何ですか？
19		生活支援サービスを受ける場合に、希望する依頼方法は何ですか？
20		生活支援サービスを受ける場合、どのくらいの頻度で利用したいですか？
21		有償でサービスを受ける場合、たとえば30分の外出支援(支援者が車に乗せて連れて行く場合)に対して400円の利用料は妥当だと思いますか？また、妥当と思わない理由を教えてください。
22		気軽に立ち寄れる場があったら利用してみたいと思いますか？
23		<b>※利用したいと思わない方のみ</b> 利用したいと思わない理由はどうしてですか？
24		<b>※利用したい方のみ</b> 気軽に立ち寄れる場は、どのような場所であれば良いと思いますか？
25		<b>※利用したい方のみ</b> 気軽に立ち寄れる場で、食事会をする場合に1食あたりどのくらいが妥当だと思いますか？
26		あなたは、困っている方の支援や手助けなどのボランティア活動(有償サービス含む)へ参加してみたいと思いますか？
27	あなたは、すでになにかボランティア活動(有償サービス含む)をしていますか？	
28	20歳以上の方	有償での生活支援サービスを提供する仕組みを検討しています。あなたができる生活支援サービスは何ですか？
29		何か野菜を作られていますか？
30		野菜をつくりすぎて、食べきれない時はありますか？その場合、市場に出すしくみがあれば利用しますか？
31		手芸や手作り石鹸、漬物や味噌などご家庭で何か作られていますか？
32		上国崎地区で 5月～6月中旬に暮らしを考える勉強会が開催されたことはご存じですか？
33		暮らしを考える勉強会は参加しましたか？
34		今後勉強会を開催した場合、参加しますか？
35		バスの利用をどう思いますか？
36		タクシーの利用をどう思いますか？



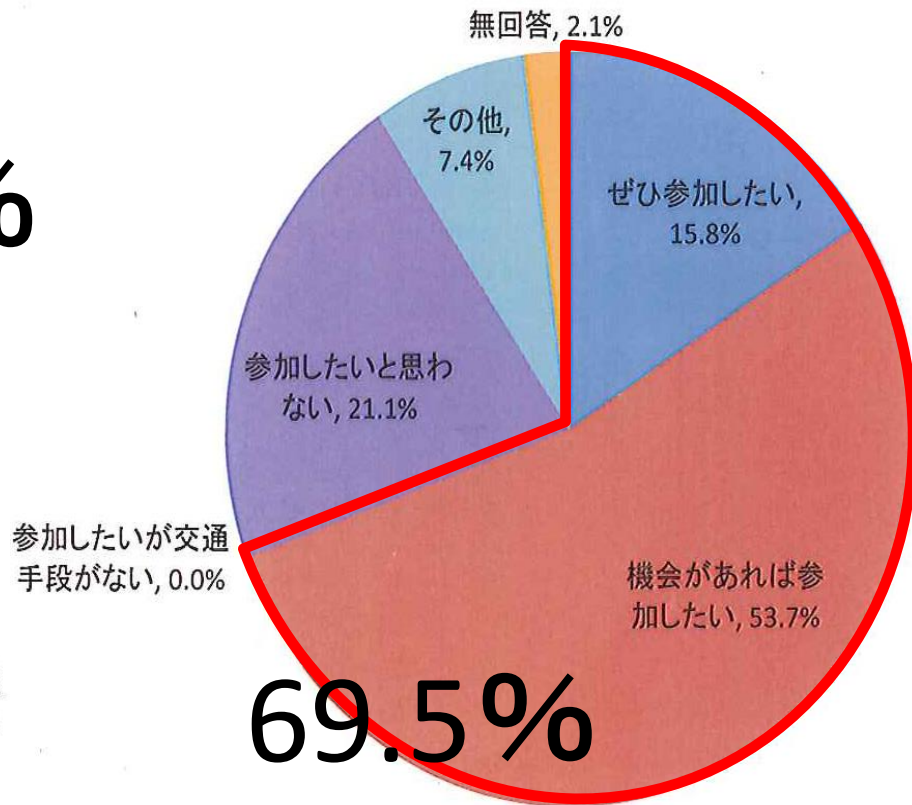
問26

あなたは、困っている方の支援や手助けなどのボランティア活動(有償サービス含む)へ参加してみたいと思いますか？

### 勉強会 参加していない方







### 勉強会 参加した方



# 10月5～6日 NPO居場所視察



# 10月27日・11月24日 住民による模擬実施

 食事準備担当		 送迎担当		 体操・レク担当		 居場所づくり担当	
(成 仏) 小原ミヨ子 (下成仏) 橋本洋子 松丸アキ子 郷和子 影山純子 (見 地) 富重敬子 小田原美知子 森嶋真子 (中 田) 参弥生 奥門はるみ		(成 仏) 岡部東洋一 (下成仏) 小田原新 (見 地) 秋吉秀徳 (中 田) 小坪敏和		(成 仏) 猪部よしの 麻生淑子 安部暁昇 (下成仏) 宮永美次 (見 地) 法安典人 (中 田) 吉本一雄		(成 仏) 小原守 猪部敬彦 (下成仏) 松浦成澄 (見 地) 茅嶋義彦 野田敏広 (中 田) 猪上正徳	
昼食を食べる方一律300円徴収する。		利用料なし		利用料なし		利用料なし	
成仏区		下成仏区		見地区		中田区	
小原フミ子(送迎) 増田キミ子(送迎) 森重 静江(送迎)		清部ハル子(送迎) 栗田 真子(送迎) 徳司 ヒラ(送迎)		堀池 和子(送迎) 池永利基子(送迎) 秋吉ハツ子(送迎)		岡田 愛子(自車) 宣部 敏子(自車) 中野ヨ子(送迎)	
主食:ごはん 汁物:すまし汁 主菜:サハの煮つけ・野菜の煮物 副菜:酢の物 漬物:味噌漬け・ピーマン塩コンブ和え		対象者自宅・居場所 ※4区をそれぞれの担当し、 今回は自家用車で対応する。 自車で来れる方は送迎 なしで対応。		週一やサロンなどで行っている体操 やレク体操の実施 ※介護予防の観点から、体操やレ ク・ゲームなどを計画する。 始まりのあいさつをお願いします。		居場所における総括・見守り・話し相 手等総合プロデューサー ※今回は男性目録で、余暇時間の使い 方を念頭に置いた見守り 機能との会場設置 (テーブル・椅子)配置	

ふれ合いタイム  
 一 挨拶  
 二 歌「ボケない小唄」  
 三 体操  
 ・めじろんリズム体操  
 ・ちよるちよる体操  
 四 紙芝居「まふたの母」  
 五 お手玉遊び  
 六 ボール送りゲーム  
 七 なんだっけゲーム  
 お食事タイム



11月30日

# 安全運転者講習



# 12月17日 ★ 設立総会

くらしのサポートセンター“かもめ”[竹田津]



サポートセンター “あらたにカフェ”[上国崎]





# 12月～3月

## 活動試験期間[PDCA] ⇒4月本格実施

# ※予算調整

### かもめカフェ

月	火	水	木	金	土	日	
27	休み	28	休み	29	水	30	水
31	休み	1	水	2	木	3	金
4	火	5	水	6	木	7	金
8	土	9	日	10	月	11	火
12	水	13	木	14	金	15	土
16	日	17	月	18	火	19	水
20	木	21	金	22	土	23	日
24	月	25	火	26	水	27	木
28	金	29	土	30	日	31	月

**くらサボ「かもめ」カフェ&食事会 4月号**  
場 所:竹田津地区公民館【かもめ専用電話】☎070-2406-6141

**カフェ 誰でも 自由 に利用できます**  
☕ コーヒー・お茶(菓子付) 100円  
📍 開所: 第1,2,3,4週 火・水・木曜日 13:00～15:00

**食事会 事前予約 で利用できます**  
🍽️ 昼食代 400円 ※希望者は選定あり!  
📍 開所: 第2,4週 水曜日 10:00～13:00

月	火	水	木	金	土	日
3	火	4	水	5	木	5
6	金	7	土	8	日	9
10	月	11	火	12	水	13
14	木	15	金	16	土	17
18	日	19	月	20	火	21
24	月	25	火	26	水	27
28	金	29	土	30	日	31

**※4月からカフェ営業日が増えます!**  
これからも多くの方のご利用が待ちっています。

### あらたにカフェ

月	火	水	木	金	土	日	
27	火	28	水	29	木	30	金
31	土	1	日	2	月	3	火
4	水	5	木	6	金	7	土
8	日	9	月	10	火	11	水
13	金	14	土	15	日	16	月
17	金	18	土	19	日	20	月
20	木	21	金	22	土	23	日
24	月	25	火	26	水	27	木
28	金	29	土	30	日	31	月

**2017年 4月 4月あらたにカフェ開所カレンダー**

2017年	4月	4月	4月	4月	4月	4月
火	水	木	金	土	日	月
27	28	29	30	31	1	2
休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み
3	4	5	6	7	8	9
休み	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00
10	11	12	13	14	15	16
休み	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00
17	18	19	20	21	22	23
休み	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00
24	25	26	27	28	29	30
休み	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00

**食事会のメニューを紹介いたします!!**

- 4月6日(木)
  - 油揚げの揚げたて煮
  - ポテトサラダ
  - ヤーコンのキンピラ
  - みそ汁
  - 白飯
- 4月20日(木)
  - 豚のしょうが焼き
  - 中華魚肝物
  - 素物(たけのこなど)
  - 中華スープ
  - 白飯

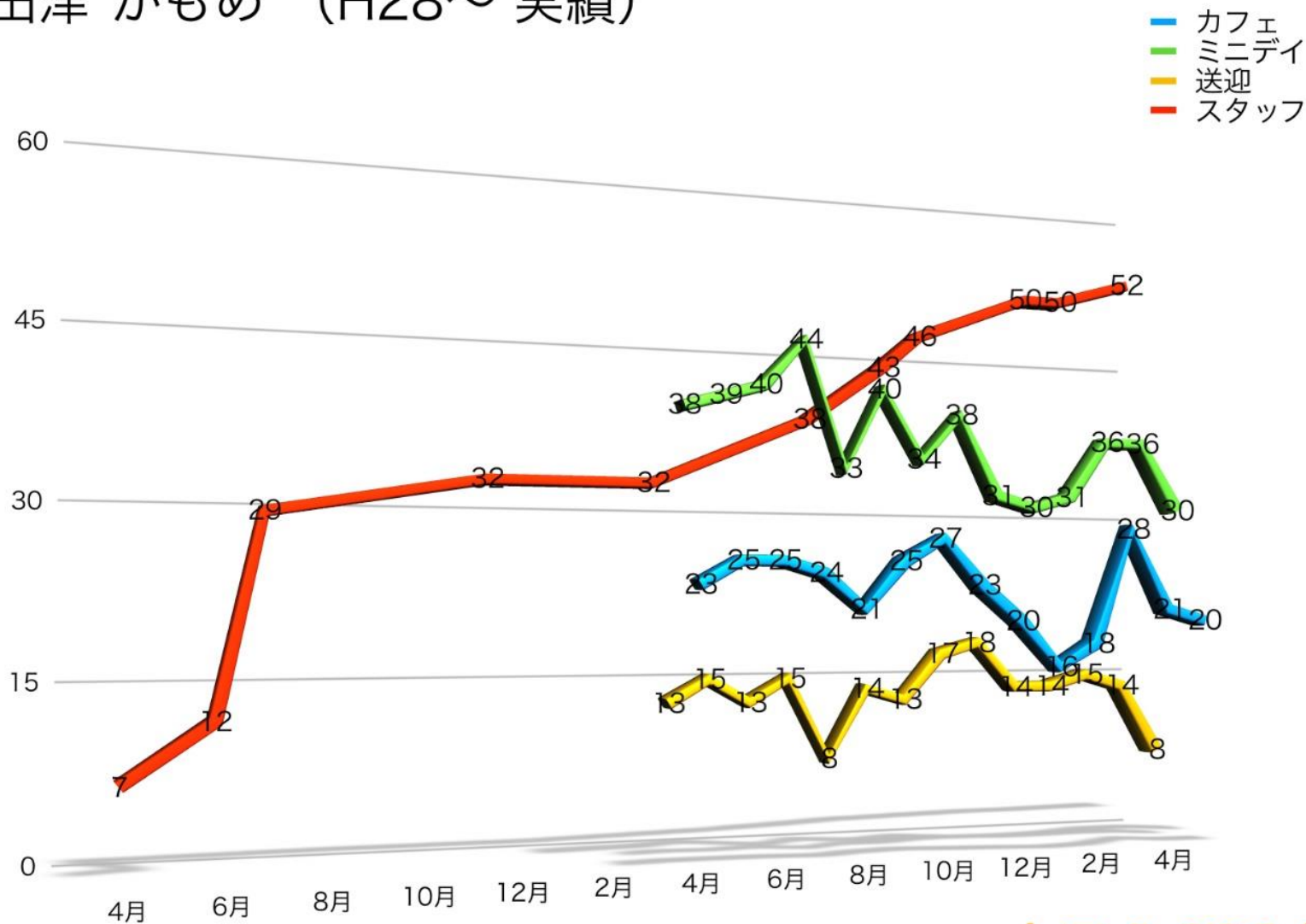
**食事は予約が必要です。**

あらたにカフェ専用電話 ☎070-2406-6167  
受付時間: 9時～12時 (休～金曜日)

3月2日の食事会の様子です。



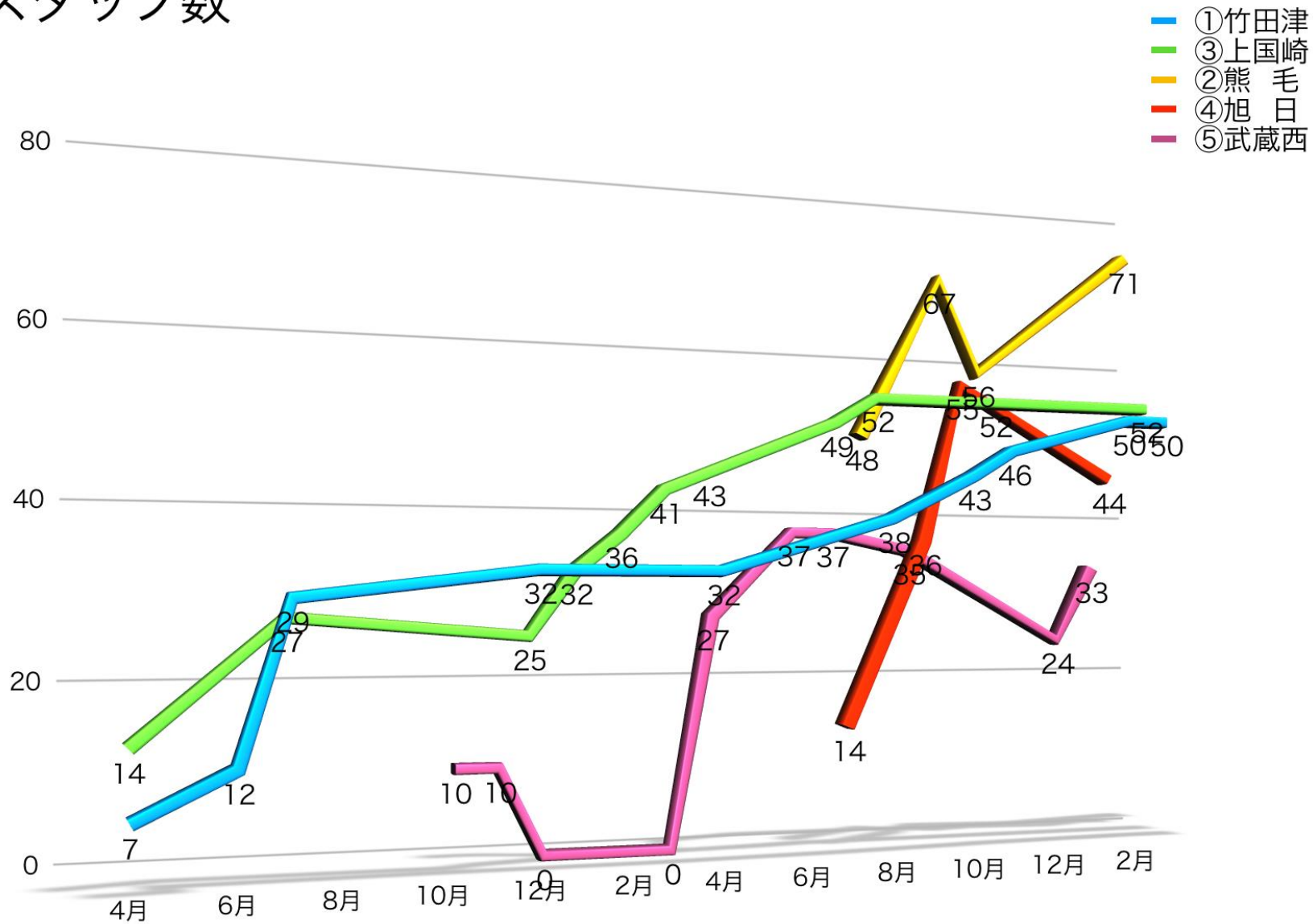
# 竹田津“かもめ” (H28～ 実績)



人口:1,000人



# スタッフ数



平成30年5月21日 現在

実践・検討地区		スタッフ 総数	男	女	内訳 ※重複あり			
					カフェ	調理	レク体操	移動支援
① 竹田津くらしのサポートセンター“かもめ”	50	18	32	30	17	9	22	
	1,000	5%						
② くまげ支えあいの会“大輪”	71	29	42	37	26	4	28	
	1,261	6%						
③ 上国崎地区社会福祉協議会“あらたに会”	52	25	27	37	16	3	18	
	464	11%						
④ 里づくり旭日ネットワーク協議会“あさひネット”	45	22	23	25	17	16	17	
	973	5%						
⑤ 武溪の会	33	8	25	28	20	4	3	
	1,042	3%						
計		251	102	149	157	96	36	88
		4,740	5%					



私たちの活動はまだまだ現在進行中です。これからも地域のみなさんと一緒に挑戦していきます。

誰でもどこでも**気軽**にはじまる『介護予防・生活支援』を目指して、理論に基づいた**手法**で作りあげていきます。ぜひ一緒に頑張りましょう。

ご静聴ありがとうございました。