

令和3年度

～地域に支え合いの花を咲かせよう～

岡山市支え合い活動事例集

支え合い活動のヒント集

[発行] 令和3年8月

社会福祉法人 岡山市社会福祉協議会 地域福祉課
〒700-8546 岡山県岡山市北区鹿田町一丁目1番1号
電話：086-222-8619 FAX：086-222-8621

岡山市 保健福祉局 高齢福祉部 地域包括ケア推進課
〒700-8546 岡山県岡山市北区鹿田町一丁目1番1号
電話：086-803-1286 FAX：086-803-1780

岡山市・岡山市社会福祉協議会

はじめに

今、私たちを取り巻く生活環境は、少子高齢化、人口減少を背景に大きく変化しており、単身や夫婦のみの高齢者世帯が増え、地域のつながりも弱まりつつあります。また、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、社会的な孤立がこれまで以上に発生しやすい状況になっています。

そのような中、それぞれが抱える生活の悩みや課題は複雑多様化し、生活支援の必要性が高まっています。地域課題解決のためには、地域の方をはじめとし、社会福祉法人やNPO法人などの多様な主体が一緒になって生活支援・介護予防サービスを提供することが必要となってきています。

この冊子は、市内各地で行われているさまざまな「困ったときはお互いさま」の活動が実践に至るまでの経緯や過程、活動内容、工夫などを紹介しています。

「地域や人の役に立ちたい」「自分にも何かできることがないだろうか」という思いをもちながらも、一歩踏み出すことを躊躇している方、現在おこなっている地域活動をより長く継続したいとの思いをお持ちの方に、他の地域の活動を知ってもらい、ご自身の活動のきっかけや取り組みの参考になればという思いで作成しました。

地域の特色を生かした活動から生まれるつながりや笑顔が、岡山市にたくさん広がっていくことを願っています。

支え合い活動を広げるために…

岡山市では、各福祉区・中学校区ごとに、様々な活動と人をつないだり、支え合い活動の立ち上げなどをお手伝いする「支え合い推進員（生活支援コーディネーター）」を配置しています。

『地域に支え合いの花を咲かせよう』をキーワードに、支え合いの地域づくりについて地域の皆さんと関係機関、さらに社会福祉法人、民間企業等と一緒に話し合い、「住み慣れた地域をより良くするために、こんな活動や居場所があったらいいな！」を形にしていく場「支え合い推進会議（協議体）」づくりをすすめています。

一人ひとりが役割や生きがいを持ち、住み慣れた地域で自分らしく暮らすことのできる「地域共生社会」の実現を目指して、地域の困りごとなどの実情に応じた「見守り活動」「通いの場づくり」「困りごと支援」などの支え合い活動を推進し、支え合いの地域づくりを広めています。

岡山市に、あなたの地域に、支え合いの花を咲かせましょう！

見守り活動

見守り小会議（中区操明学区）	1
西大寺わんわんパトロール隊（東区西大寺学区）	3

通いの場

わかまつサロン（北区大元学区）	5
真金倶楽部（北区鯉山学区）	7
田地子区の取り組み（北区建部学区）	9
珈琲ふじ木（中区旭操学区）	11
いきいきサロンおもいやり（東区古都学区）	13
バンブー水曜会（東区角山学区）	15
カフェこおり銀座（南区甲浦学区）	17

困りごと支援

旭竜助け合い隊（中区旭竜学区）	19
シニアサポート倶楽部 ねこの手妹尾（南区妹尾学区）	21
西紅陽台自治会「お手伝い西紅陽台」（南区七区学区）	23

話し合いの場

御野学区支え合い推進の会（北区御野学区）	25
関つながり隊（中区幡多学区）	27
Fuku ² すまいる Net（南区平福学区）	29

移動支援

千種学区予約型乗合タクシー「モモタク」（東区千種学区）	31
迫川分校学区乗合タクシー「ブンタク」（南区迫川地区）	33

共生

岡輝みんな食堂（北区岡輝学区）	35
ひよこ子ども食堂（北区吉備学区）	37
報恩積善会の公益的な取り組み（北区津島学区）	39
ももその学園の地域貢献活動への取り組み（北区蛭明学区）	41

参考資料

みなさんの支え合い活動を応援します	43
「通いの場」をつくりたい	44
無料出前講師リスト・市民活動支援事業一覧	45
問い合わせ先一覧	46



見守り小会議

インタビュー : 堀本 光久

操明学区情報	世帯数	3,986 世帯	人口	9,167 人	高齢化率	20.1%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

平成 28 年の小地域福祉活動計画の策定をきっかけに、地区社会福祉協議会、民生委員児童委員協議会、自主防災会の横の連携を図るため、操明福祉活動推進委員会を立ち上げました。また、さらに活動を充実させるために、令和元年 4 月から地区社会福祉協議会による「見守りふれあい訪問」を開始しました。

そして、日々の活動などで得た一人暮らし高齢者や要配慮者の情報を持ち寄り、3 団体で共有し福祉マップの更新を行っています。お互いに共通の認識を持ち、日頃の活動や緊急時に備えるためには情報交換会が非常に重要な場となっています。

令和 2 年度は、新型コロナウイルス感染症の影響で従来の方法では実施できなくなりましたが、形式を変更して実施することになりました。



【避難支援個別計画の作成】

民生委員児童委員協議会で支援が必要な方の調査の必要性が明らかになり、そして同じところに自主防災会でも避難支援個別計画を作成するようになったことがきっかけで一緒に取り組むことになりました。

災害時に何らかの支援を必要とする方々を把握するため、民生委員が令和 2 年 3 月から 11 月までの間に 75 歳以上の方がいる全世帯を訪問しました。

そして、避難支援個別計画の説明を行った結果、183 名の方から災害時には支援が必要との回答がありました。現在は、把握した情報からピックアップし、各町内会長に「災害時に誰が誰を支援するのか」について調整してもらっています。

■活動内容

【見守り小会議の実施】

年に 2 回、約 40 名が集まり担当ブロック別にテーブルに分かれて情報交換を実施していましたが、密を避けるために令和 2 年 8 月から少人数での「見守り小会議」に変更しました。

参加者は、地区社会福祉協議会、民生委員児童委員協議会、自主防災会から担当のメンバー 5 人で集まり、ブロック別にそれぞれ日にちを分けて実施しています。

この小会議では、ふれあい給食など日々の活動の中で得た情報をお互いに共有しています。

避難支援個別計画					
私は、下記の内容について、避難支援等関係者が必要に応じて、平常時からの事前対策の検討や災害時の支援に活用することを承諾します。					
令和 年 月 日	氏 名	[本人] [続柄]			
町内会名	町内会	班	担当民生委員		
ふりがな	氏 名	生年 月 日	明・大 昭・平	年 月 日	歳
世帯主	性別	男 ・ 女			
住 所	平 屋 建 ・ 二 階 建 以 上				
電話 番号	FAX	携帯 電話	メー ル		
家族構成 世帯状況	☐ 一人暮らし ☐ 高齢者のみ(65歳以上) 人世帯 ☐ その他 ()				
緊 急 連絡先	氏 名	続 柄	住 所	電 話 番 号	
避 難 支援者	氏名(団体名)	住 所	電 話 番 号		

■活動の効果

少人数での会議に切り替えたことで、これまでよりきめ細かな意見交換ができるようになりました。また、参加したメンバーからは「より新しいことを知れてよかった」という意見がありました。コロナ禍でも活動を継続できたことによって、3団体のつながりがより深くなったと思います。

従来のやり方を変更した活動をしてみて、コロナ禍でも「できること」を「できる形」で途絶えさせないことが大切だと思いました。

また、見守り小会議や避難支援個別計画の作成による訪問を通して、2年前から作成に取り組んでいた、操明独自の「福祉マップ」が令和2年の秋に完成しました。このマップは原則非公開ですが、高齢者宅や避難場所、避難経路、子ども駆け込み110番の建物などが簡単に識別できるように作られています。

マップは、ふれあい給食や敬老会の記念品の配布時にも活用しています。今後は日頃の活動はもちろん、災害時の迅速な対応に活用していきます。

■運営費

地区社会福祉協議会、民生委員児童委員協議会、自主防災会の3団体がそれぞれの会議内容に応じて支出しています。

■ネットワーク

地区社会福祉協議会／民生委員児童委員協議会／自主防災会／連合町内会／高齢者福祉施設／保健センター／地域包括支援センター／介護予防センター／操南公民館／岡山市社会福祉協議会

■苦労した、苦労していること

一番は新型コロナウイルス感染症の対策です。コロナ禍によって、これまでの福祉活動の取り組み方法の変更を余儀なくされ、現在も手探り状態です。

また、避難支援個別計画の作成にあたっては、特に個人情報に関することへの配慮は十分に行いました。

■今後の展望

操明福祉活動推進委員会として取り組んでいることを次の世代に引き継いでいくことが必要です。

操明福祉活動推進委員会の活動を理解してもらい、引き継いでいくためには、幼稚園や小学校の保護者会などの現役世代の方の参加が不可欠です。現役世代の方に対して、地域で生活する一員として期待される役割を理解してもらうことが大切であり、積極的に参加できる体制づくりを進めていくことが急務だと思います。





西大寺わんわんパトロール隊

インタビュー 会長：坂本 虎男

西大寺学区情報	世帯数	4,588 世帯	人口	9,654 人	高齢化率	29.1%
---------	-----	----------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

平成19年1月、車の運転中、ラジオを聞いていると、岡山県警察本部で岡山県わんわんパトロール隊の隊員を募集しており、「犬を飼っている方ならだれでも入れる。」との放送が聞こえ、面白そうだなと思い、応募したのが始まりです。

その年の7月岡山県教育委員会、岡山県警、岡山県共催の「安全・安心まちづくりを勧めるリーダー、コーディネーターを養成する講座」に参加しました。この中で、県下の優秀な安全・安心まちづくり活動をしているリーダーの方々の発表を聞かせていただき、他の地域の方々が、これほどまでにして、安全・安心まちづくりに努力しているのだということを初めて知ることができました。

■強い意志と行動

このとき私は、「今まで社会から受けてきた恩恵を次の世代へ還元する」という強い意志を、行動をもって示すことがこれからの私の人生の在り方だと心に決めました。

それからは、犬を散歩している人に声をかけ仲間を集め、平成20年3月、「西大寺の子どもは西大寺の宝だ。地域の子どもは地域の住民の手で守ろう。」を合言葉に、120名の有志を集め「西大寺わんわんパトロール隊」を結成し、出発式を行うことができました。

■活動内容

【子ども見守り活動】

①全日、登下校時における子どもを不審者、犯罪者から守るため通学路の巡回パトロー

ル、横断歩道や信号設置場所での見守り強化活動を行っています。

②学校から要請があった場合、校外学習や山登り等で同行パトロールをします。



【地域安全マップ教室学習支援活動】

常に大人が子どもに付き添い、子どもの安全確保につとめることが最良だと思いますが、家庭、学校、地域がどんなに巧みに連携して子どもを守るシステムを作り上げたとしても、そこには当然、限界があります。

そのため、子ども自身を犯罪に強い人間に育てることが先決、大切ではないかと考え、立正大学の小宮信夫教授考案の「地域安全マップの作り方」の考え方と手法を小学生に伝えることがきわめて有益であり、有効であると思いました。

地域安全マップの作り方を指導できる指導員を養成し、現在この活動を進めています。

この「地域安全マップの作り方」は小学校4年生を対象に、数日掛け学校の授業の中で行われるもので、まず、マップの作り方の基礎的な考え方をしっかり学習します。



次に犯罪が起こりそうな場所、危険な場所や安全な場所を見つけに、町の中をグループで探検し、発見した場所は、教室へ帰り、地域安全マップとしてまとめます。模造紙に道路や建物を書き込み、色紙等を使い、なぜそこが危険なのか、安全なのかの理由を書き込みます。

そして、完成した地図について発表し、できるだけ大勢の人と情報を共有することで、どのような場所で犯罪が起こりやすいかが、理解できるようになります。

■活動の効果や参加者の声

【子ども見守り活動】

数年前まで小学生が学校帰りに赤信号で横断歩道を渡る事案が何件か起きていましたが、令和元年度、令和2年度と2年続けて0件でした。

また、不審者の学校帰りの子どもへの声掛けが昨年度2件ほどありましたが、不審者に対する子どもの対応が良く、事なきを得ています。日頃の学校の先生の配慮、わんわんパトロール隊の学校支援活動が少しは役に立っていたのではと思っています。

【地域安全マップ教室学習支援活動】

4年生の子どもたちから次のような感想を受けています。

「今まで何も考えずに遊んでいた公園も危険な場所があることを知りました。もし遊ぶときは、友達と一緒に遊び、今までよりも注意して遊びます。」

「ここで学習したことは、自分の人生、自分の命にかかわるものなので、5年になっても大人になっても絶対に忘れません。」

「グループの人みんなと協力して、立派な安全マップができたことが一番うれしかったです。」

■工夫していること

①見守り隊会員には無理なく活動してもらうために、当番は義務にしています。

②年1回発行している新聞「西大寺わんわんパトロールニュース」で防犯や見守り活動の強化の周知を図っています。



■運営費

岡山市の補助金（安全・安心ネットワーク活動支援補助金）／赤い羽根ボランティア・団体NPO活動支援事業／学区からの補助金

■ネットワーク

- ・西大寺学区安全安心ネットワーク
- ・西大寺ふれあいネット

■今後の展望

西大寺の学校へ通う子どもたちに、「この西大寺のまちは安全なんだ」という言葉をプレゼントできるように活動を継続させていきたいです。

また、「できることを、できる人が、できるときにはじめよう」これが活動を継続させる秘訣だと思っています。





わかまつサロン

インタビュー 町内会長：平岩

サロンスタッフ：片山、田邊、貞野

大元学区情報	世帯数	8,030 世帯	人口	16,737 人	高齢化率	16.9%
--------	-----	----------	----	----------	------	-------

■活動のきっかけ

＜わかまつサロン・カフェについて＞

少子高齢化が進む中、高齢者が気軽に集えて皆とつながることができ、生きがいを感じられるサロンの必要性を感じ、老人クラブ「若松クラブ」が母体となって、平成 25 年 2 月 5 日にわかまつサロンが始まりました。「一人暮らしでも通いの場があることで安心できる」、「堅苦しい活動内容ではなく、気軽に皆が参加できることをする」、そんなことを心がけ、今では 30 名ほどの人が笑顔で集う、明るい通いの場となりました。令和元年 6 月から、より気軽に参加できる「わかまつカフェ」も始めました。

＜困りごと支援について＞

平成 30 年に行われた「生活支援サポーター養成講座」にスタッフが参加した際に「助け合いカードゲーム」を体験し、サロンの中でもちょっとした困りごとを解決できないかと考えました。そこで、そのゲームをアレンジし、参加者の「困っていること」や「助けてほしいこと」を具体的に書きだし、参加者も含めて助けてくれる人を募ったのが発端で、今では年間 150 件以上の困りごとを解決。サロン内だけでなく「町内全体に支え合いの輪を広げよう！」と取り組んでいます。

「笑顔力」の芽を育て、これからの地域を支え合える「人間力」へとつながるサロンを目指し、活動しています。



■活動内容

＜わかまつサロンについて（特別な催し）＞

春…（お花見会）大元中央公園に出かけ、歌を歌ったりゲームをしたり、桜の木の下、皆で食べるお弁当は格別です。

夏…（町内夏祭り）毎年開かれる町内の夏祭りに参加。バザーや子ども達と楽しむゲームを行っています。世代間交流にもなります。

冬…（クリスマス会）クリスマスやお正月飾りを作ります。ボランティアで寸劇も上演しました。

＜わかまつカフェについて＞

開催場所が公会堂の 2 階なので、階段を上がれないため参加できないという声がありました。そのため、町内の災害時避難場所でもある元柳本外科医院内のスペースを借りて、お茶を飲みながらお喋りを楽しむ「わかまつカフェ」を始めました。



＜昨年度から…＞

突然現れた「新型コロナウイルス感染症」には今も悩まされています。しかし、コロナ禍であることを理由につながりを途切れさせるわけにはいけないと思い、6 月から計 5 回「わかまつサロン・夕涼み会」を西古松東公園にて実施しました。

令和 3 年度から、サロンは西古松西本町公会堂で 2 日に分散し、様子を見ながら再開。カフェは会場が狭いため休止しています。

＜困りごと支援＞

助け合いの仕組みを考える中で、わかまつサロン独自の「助け合いチケット」を作成しました。まず困りごとがある人は 5 枚綴のチケット（1,000 円分）をサロンから購入します。困りごとが解決すれば、チケットにサインし、助けてくれた人に手渡します。サイン入りのチケットを受け取ったボランティアは、困りごとを解消しましたと伝える意味

で、チケットをサロンに提出します。

内容や時間に縛りは無く、活動者に渡すチケットの枚数も明確には決めていません。依頼者の感謝の気持ちで決めることが出来ます。チケットの代金は全て、サロンの運営費として使われています。

⇒「無料で助けてもらうのは気が引ける」「お金はいくら払えばいいかわからない」という、助けてもらう側の不安と、「こんなことでお礼をもらうとかえって申し訳ない」といった助ける側のジレンマを解消しています。



■活動の効果

<困りごと支援>

【依頼した人の声】助け合いチケットを4枚利用して、照明器具の修理や庭木の枝を切る作業を頼みました。チケットを使うことで気軽に安心して頼めました。(94歳女性)

【依頼を受けた人の声】

4月から5回(2時間/1回)ほど、近所の高齢の方の見守りを行い、依頼された方から感謝されました。チケット購入の代金は、サロンの運営に還元されるので、今後のサロン活動を充実させるためのお金になると思うと嬉しくなります。(67歳女性)



助け合い活動をすることで、今まであまり話をしたことが無い人と、身近になることが出来ます。自分では難しいことがあり、誰に頼んだら良いかわからない時は、気軽に利用して欲しいです。(69歳男性)

また、困りごと支援をしていたボランティアが、体調をくずした時に助けてもらう側になったこともあります。いつもと逆の立場になり、改めて助け合うことの大切さを感じました。

■工夫していること

- ・名札を作成しています。名前が分かることで互いの顔と名前がつながり、より親しくなっています。
- ・直接お金のやり取りをするのではなく、チケット制にしています。

■参加者

町内及び近隣の65歳以上の方ならどなたでも参加できます。参加者としてだけでなく通いの場・困りごと支援のボランティアとしても活動しています。

■場所・開催時間・利用料金

開催場所：西古松西本町公会堂

開催時間：毎月第1火曜日・水曜日 10:00～11:30
(1月、8月はお休み)

参加費：1回100円

(コロナ禍のため、しばらく参加費無料)

※当日参加可で、予約や申し込みは不要です。

■運営費

- ・助け合いチケットの収益
- ・町内会や地区社会福祉協議会、岡山市社会福祉協議会からの助成金

■ネットワーク

町内会／若松老人クラブ／大元公民館／地域支援ネットワーク (エイエイOH!モット)

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

わかまつサロン独自の「顔の見える支え合い活動」を目標に、まず自分たちが出来ることから始めました。無理せず、楽しくできる助け合いを続けながら、町内会と連携することで、次世代を担う若者にも参加してもらい、「向こう三軒両隣」の助け合いが、ごく自然に出来るようになればと思っています。



2019年に実施した夏祭り
町内夏祭りこそ3世代交流の場です!!



鯉山学区情報	世帯数	1,392 世帯	人口	3,337 人	高齢化率	31.3%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

所有していた畑を整地していたときに、地域の人より「ここをグラウンド・ゴルフ場にしてもらえないか」と声を掛けられ、自分一人だけではなく、人とのつながりを持ち、みんなで楽しいことが出来たらと思っていたので、活動を始めました。

■活動内容

「眞金倶楽部」は、「来るもの拒まず」の誰でも参加することができる“通いの場”です。

月曜日から土曜日の 8 時 30 分～12 時までグラウンド・ゴルフを行っており、準備も片付けもみんなで行います。雨が降った場合は午後から行うこともあります。

また、敷地内にはみんなが集まれる部屋があり、交流の場となっています。

季節のイベントとしてお花見や、忘年会、新年会をしてみんなと楽しんでいます。

高齢者だけではなく、男女の出会いを応援する「出会いの扉」を開催し、バーベキューやグラウンド・ゴルフ、バス旅行を企画し実施したこともあります。



会場の様子



活動の様子

■活動の効果

寄って話をするのが大切で、たわいのない話でも、地域情報を知ることができ、知り得た情報を共有できます。参加者には地域の行事に積極的に参加するようにも伝えています。

野菜を作っている人もいるので、みなさんにおすそ分けをすることもあります。

大々的に広報などはせず口コミで人が集まっています。人が人を連れてきてつながりができ、そこからまた他の人にもつながっていき、仲間の輪が広がり、困ったことがあればすぐに相談が出来ます。

グラウンド・ゴルフに参加している人から困りごとを聞くと、手助けをしたり手配をしたりしています。また、必要があれば関係機関につなぐこともしています。

■参加者

誰でも参加可能

■場所・開催時間・利用料金

- ・ 場所： 吉備津加圧ポンプ場西隣
- ・ 時間： 月～土 8：30～12：00
- ・ 料金： 無料（ホールインワン賞として 100 円）

■工夫していること

色々な人が参加出来るようにグラウンド・ゴルフは2グループ（月・水・金グループと火・木・土グループ）に分けて活動を行っています。

■地域の人とのネットワーク

老人クラブに会場を貸したことで、そこから眞金倶楽部に参加する人も増えてきました。

また、地区外の人との交流の場にもなっています。地域のちびっこひろばが無くなってしまったので、小さいお子さんにも使ってもらえたらと思っています。場所は無償で提供しているので、どんどん使用して欲しいです。

■今後について

参加されている方の中には、運転免許を持っていない人もいるので、買い物等のお出かけ同行を今後行っていけたらと思っています。

近所に自転車屋がないのでパンク修理など、何か困ったことがあればこれからも手助けをしていきたいです。

また、役に立つ情報を専門家の人に話してもらう機会を設けたり、若い人がここを拠点に活動をしたり、三世代交流として子どもたちと一緒にグラウンド・ゴルフができればいいなと思っています。

規模を大きくするのではなく、現状のまま長く続けていき、楽しみを持って認知症予防ができたらと思っています。



参加されている方に「眞金倶楽部に参加してみたいかですか？」とインタビューを行いました。

「コロナ禍でも参加できる場所があって嬉しい。」

「グラウンド・ゴルフをすると自然に運動ができるからいい。」

「生活リズムが整う。」

「人間関係もいいし、ここに来るのが楽しみ！待ち遠しい！」

「筋肉もついたし、元気になった！」

「旦那さんが亡くなった時に誘ってもらって助かった。ふさぎ込まずにすんでよかった。」

「ここに来たらおしゃべりをする機会もあるので楽しい。」

「オーナー（柴田さん）がいい！」

みなさん笑顔で話してくださいました。

休憩中には話の花が咲き、いろいろな話題で盛り上がってみなさんとても楽しそうでした。



田地子区の取り組み

インタビュー 代表：本田 義章

建部学区情報	世帯数	1,422 世帯	人口	3,002 人	高齢化率	41.9%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■田地子地域は

旭川の支流、田地子川流域に開けた村で、典型的な中山間地域です。

歴史は古く多自枯鴨神社は西暦 659 年に勧進。江戸時代には 66 戸、338 人が住む村でしたが、現在は 40 戸、89 人で高齢化率 50%、少子高齢化と人口減少が一番の悩みです。

小地域	戸数	人数	一人暮らし
大穴	8	11	2
上中村	6	15	2
下中村	6	20	1
上久津辺	8	15	2
下久津辺	12	28	2
計	40	89	9

■主要な活動

“元気な高齢者づくり&絆づくり”を中心とした取り組み

●田地子ふれあい健康教室

区、愛育委員、栄養委員、民生委員はフォロー役としてサポートし、老人クラブ役員が中心となって年 8 回の「ふれあい健康教室」を運営しています。

場 所：田地子公会堂、広場、神社境内

参加者：25 人～35 人

参加費：内容によっては 100 円程度



《今年度の実施計画》

田地子ふれあい健康教室	
4 月	お花見(中止)
6 月	体操、防災訓練、懇談(中止)
8 月	夏祭り
9 月	敬老会(お祝い)
11 月	防災教室(火災予防)
12 月	お飾りづくり
1 月	とんど祭り
2 月	健康ウォーキング

■現在の課題

田地子区は大きく 5 つの地域で構成しています。かつては小地域で集まる機会が多くありましたが、お互いにお世話が難しくなり、各地区での毎月の集まりごとが少なくなりました。

さらに、70 歳まで働く人も増えて、隣同士でも会う機会が少なくなり、お互いの意思疎通、連携、絆が弱くなっています。

一人暮らし高齢者も年々増えています。



(2018 年秋季例大祭御神幸出発前)

●サロン多自枯

6年くらい前に「サロン多自枯」が誕生しました。月2回、自由な発想で展開（料理教室、小物づくり、花壇づくり等）しており、様々な方が参加しています。

写真の子袋は、材料を持ち寄り、サロンに参加した人たちが作った「緊急避難時用の小物入れ」です。袋の中には、緊急時の「非常持ち出し」のメモも入れて全戸に配布しました。良く目立つので便利です。

場 所：田地子公会堂

日 時：毎月第1・3火曜日 9:00～14:00

参加者：6人～10人

料 金：材料費を皆で出し合う。



緊急避難時用の小物入れ



花壇づくりの様子

■イベントの開催において留意していること

コロナ禍でも開催できるよう、下記を実施。

○参加時の検温。

○マスクの着用と手洗いの徹底。

○入室時は必ず消毒。

○間隔をあけて座る。

○30分おきに空気の入れ替え。

○使ったイス、テーブルは必ず消毒。etc

■地域内で特に気を付けていること

若い人が、高齢者が一人で不安そうに歩いているのを見かけました。

「困っているのでは？」と声を掛けようと思いましたが、どこに連絡していいか分かりませんでした。その時に、「連絡先が分かれば何かあった時に協力できるのに」と言われたことがきっかけで「緊急連絡先」を作成し、全戸に配布をしています。

今年も6月の防災教室が開けなかったため、豪雨災害や地震などで危険が迫っている時の留意点や備えについて文書でお願いしました。

各地区内での情報把握をしっかりと行い、適切な対応がとれるよう心がけています。

●災害時や困ったときの「緊急連絡先」の配布

困った時の「緊急連絡先」



助け合いで明るい地域づくり
 一日々の生活の中で
 ○異常を発見した時
 ポストに郵便物等があふれている。
 最近見かけない！
 一大規模災害が起きそうな時
 ○災害（大雨や地震）の時、
 避難した方がいいか？
 どこに避難したらいいか？
 ○避難しようにも歩けない！

地区	氏名	固定電話	携帯電話
大穴	本田 義章		
上中村	藤元 博子		
下中村	行森 重人		
上久津辺	田原小士郎		
下久津辺	河原 浩一		
〃	葛原 剛		

（今年6月の防災教室の代わりとして作成）

■今後について

家の中や周辺の手入れが思うようにできない家庭が増えそうで、この対策と共に若者が住みたいと思う村づくりも大切です。

皆で知恵を出し合い、温かい気持ちで支え合い、協力して課題解決が出来ればと思います。



珈琲ふじ木

インタビュー : 藤木 省一郎

旭操学区情報	世帯数	3,903 世帯	人口	8,923 人	高齢化率	28.4%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

近所の店舗だったところを活用して、地域の人に楽しんでもらえる場所ができればいいなと思い始めました。

居場所「珈琲ふじ木」を始めるにあたって、室内の塗装などの改修作業も地域の人を手伝ってくれました。また、机やイス、絵画なども地域の人から譲り受けたものがたくさんあります。

■活動内容

「珈琲ふじ木」は誰でも利用することができます。毎日約 15 人の方が来られています。散歩のついでに来られたり、なかには初めて来られる方などさまざまです。

お互いに情報交換をしたり、自由に過ごしています。

話が弾むような空間になっています。

時にはお互いに自宅で手作りした物を持ち寄り過ごしています。また、入口や店内には地域の人からの季節のお花がたくさんあり、地域の人のかさを感じます。地域の人と一緒に作っている居場所です。

近所の方のなかには、毎日来てくれる方もおられます。毎日来られている方の顔が見えないと、どうしたのだろうと心配になります。普段よく顔を合わせているからこそ、ちょっとした変化にも気付くことができたり、「お互いに気かけあう」ことが自然にできるようになっています。

いろんな人が集まることで、地域の人を知ることができ、たくさんの情報が入るようになりました。このような普段からの関係性が、とても大切だと感じています。

また、「珈琲ふじ木」は、子どもかけこみ 110 番にもなっています。小学生の通学路にあるため、通りがかりに挨拶をしてくれたり、家の鍵を忘れて帰れない子が来ることもあります。



■活動の効果

居場所が口コミで広がり、遠くから来られる方もいます。また、近くの公園で運動したあとや、小さい子どもを連れた親子連れなど、いろんな人が立ち寄ってくれて、“地域の居場所”になっていると思います。その日初めて会った人同士でも、自然と会



■工夫していること

特別に何かすることを決めているのではなく、来られた方が自然体で過ごすことができるようにしています。

いろんな人生経験を積んだ方が来られるので、話を聞くことで新たな知識を得ることができ、勉強にもなります。お話が好きな方、静かに過ごしたい方など、いろんな方が来られます。そのため、こちらから何かをお話するよりは、聞き役に徹するように心がけています。

また、一人暮らしの方も多く、身近なところに集まる場所があることで、少しでもホッとしてもらえればいいなと思っています。

今後もしもできることをできる範囲で続けていければと考えています。



■参加者

誰でも利用することができます。

■場所・開催時間・利用料金

場所：珈琲ふじ木（中区湊 276-12）

開催時間：9：30～18：00（日曜定休日）

利用料金：コーヒー 300 円

■苦労した、苦労していること

日曜日以外の毎日開くのは大変ですが、いろんな人と話ができるのがとても良いです。

また、学区内にはふれあいいきいきサロンや体操などの集まる場所が少なく、このような活動を学区に広めていきたいと思いますが、活動できる場所がないのが現状です。



■今後の展望

「珈琲ふじ木」が人と人をつなぐような居場所になればいいなと思います。

また、災害などの緊急時には、普段からのご近所同士のつながりが大切だと思います。

そのためにも、学区内に居場所となるところが増え、顔の見える関係ができるようになればいいなと思います。



いきいきサロンおもいやり

インタビュー 代表者：畑 茂、樽井 暉治

古都学区情報	世帯数	2,376 世帯	人口	4,898 人	高齢化率	33.9%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

古都学区の老人クラブ「古都和楽会」に参加する中で「自分たちのやりたい活動を企画して地域住民と楽しみたい」と思い、近隣の住民たちに声をかけてサロンを立ち上げることにしました。それまでは地域住民が楽しく集まるような場は無く、高齢者が気軽に集まれる場になればと思い、活動を開始しました。

■活動目的

世界中で最も100歳以上の高齢者が多いイタリアのとある町では、町民同士の交流が長寿の秘訣と聞きました。サロンに参加してもらうことで、人と人との交流とつながりを作ることが私たちの目的です。高齢者が元気潑刺な気分で、極力医者にかからないように明朗快活に毎日暮らせるようになってほしい、そう願いながら活動しています。

■活動内容

「参加者に楽しんでもらおう」と、失敗を恐れず、毎回趣向を凝らしてイベントを企画しています。自分たちで考えて自発的に動けるよう、自立した活動を目指しています。

2020年のコロナ禍でも活動を望む声は多く、何とかできる手段や方法を探して活動を続けました。



参加者には手指消毒と検温を徹底しました。

【七夕飾りに願いを込めて】

みんなの「集いは是非行いたい」との思いから、手の消毒、マスクの着用で最善の注意を払いながら七夕飾りを開催しました。



七夕飾りに願いを込め、一生懸命作りました。

初めての企画の七夕飾りでしたが、喋ることすら忘れて、みんなでたくさんの折り紙を折り、思い思いの願い事を短冊に書き、楽しい集いことができました。

出来上がった七夕飾りは地域の5か所に飾り、みんなの願いが届くように、旧七夕の8月まで設置しました。

◎願い事の一部をご紹介します。

「思いやり、あなたと私の宝物」

「いきいきサロンおもいやり、みんな仲良く楽しい人生を」

「早くコロナが終息しますように」等々



願いが込められた七夕飾り

【ボランティアによる手品と演奏ショー】

岡山市社会福祉協議会に相談したところ、ボランティア登録されている手品とギター演奏ボランティアを紹介してもらいショーを行いました。笑いとおもしろい演奏で大いに盛り上がりました。

会場は集会所内で行いましたが、検温や手指の消毒、マスク着用、十分な換気を徹底して、万全な対策を行いました。



この他にも駐車場を利用して屋外でディスココン競技なども行いました。どのイベントでも「みんなに会えて楽しかった」「話せてよかった」などの感想が聞かれました。



駐車場を利用して屋外でディスココン競技をしました。

幹事の私たちも参加者の喜びの声を聞くと「次回は何をしようか」と楽しい気持ちになります。

■参加者の声や活動の効果

何より参加者同士の交流が活発になりました。それまで知らなかったり話したことのない人たちが、お互いの家に遊びに行ってお茶をするようになったり、一緒に散歩をするような関係になりました。

この地域では2018年の西日本豪雨の際に災害情報が少なく、住民が各自の判断で避難をしなければならませんでした。その反省をふまえてサロン参加者を中心に連絡網を作り、いざという時には助け合うことを話し合ってい

ます。これもサロンを通じて普段からコミュニケーションができています。

■工夫していること

自分たちだけでは企画のアイデアが充分でないので、近隣の「生きいきサロンむつみ会」（平島学区）と交流を深めて、イベント企画について情報を共有しています。こちらからもボランティア講師を紹介して、大変喜んでいただきました。

また告知チラシは必ず自宅に行って直接手渡しするようにしています。会えば顔を見ているいろいろな話ができますし、参加人数も増えます。普段からのお付き合いや情報交換はとても大切だと思います。

■参加対象者

藤井南町に住んでいる方々が中心ですが、参加を希望される方がいれば随時受け入れています。

■場所・時間

・場所 藤井南町内集会所

・時間 第1金曜日10:30～12:30

■運営費

<収入>

・参加費1回100円

・岡山市社会福祉協議会 特別助成金

■今後の展望

家に閉じこもっているよりは、外出しておしゃべりをするのが高齢者にとって何よりの健康の秘訣だと思います。失敗を恐れず試行錯誤しながらも少しでも多くの人に参加してもらい、高齢者の生きがいづくりをお手伝いしたいと思います。

将来的にはこのサロンに他のいろいろなサロンも参加してもらって、さらに交流を広げたいと思っています。

■ネットワーク

岡山市社会福祉協議会

角山学区情報

世帯数

490 世帯

人口

1,102 人

高齢化率

41.5%

■活動のきっかけ

・当学区にはもともと地域住民の集いの場（サロン）がありました。しかし、集いの場が無くなって以降、地域の方が集まる機会が少なくなっていました。そのような中、令和元年に上道公民館で実施した「生活支援サポーター養成講座」の受講生が中心になって、サロンの代わりになるような地域の集まりの場をつくりたい、また地域貢献をしたいとの思いで活動が始まりました。

集まりの場が欲しいと思っていた地域の方の声を後押しに「バンブー水曜会」の立ち上げ実現へと繋がりました。

■活動目的

・高齢者が気軽に通い、人と関われる集いの場としての利用や健康づくりに関すること等を目的に活動を行っています。

また、高齢者が一人きりにならないよう、「高齢者の見守り活動」としての役割も担っています。

■活動内容

- ・あっ晴れ！もも太郎体操
- ・「歌声喫茶」

参加者から歌声喫茶をしたいという要望があり、懐かしい歌など参加者が希望する歌を歌って、その頃の懐かしい思い出を語り合っています。

・参加者同士で話をしながら、近況を伝え合っています。



イラスト：鈴木幹夫

■参加者の声や活動の効果

・「楽しかった」、「来て良かった」などの声が多く、高齢者の集いの場として大変喜ばれています。



■工夫していること

・参加者が楽しく気軽に参加できるよう心がけています。また「歌声喫茶」では、参加者が歌いたい歌や興味のある歌を出して、楽譜に落として楽しく活動を行っています。

・活動を応援してくださる地域の方から詩の提供があり、メンバーの意見や感想を取り入れて作曲した『竹原讃歌』が生まれました。美しい画や写真を用いてMVもできました。

『竹原讃歌』 作詞/池本浩司
作曲/石原みゆき



画：池本浩司



QRコード：「竹原讃歌」
動画が閲覧できます。
URL：<https://youtu.be/a3krK5vQxgo>

・また、会の最後には皆一緒に、テーマ曲『ひとりじゃないよ』を歌っています。

作詞・作曲/石原みゆき
～歌詞～

落さばんだときには
きょうの日は思いたそう
みんなと笑った
きょうの日は
おもいだそう
また今度あえるまで
元気だよ
あなたもわたしも
ひとりじゃないよ



イラスト：石原みゆき



QRコード：「ひとりじゃないよ」
動画が閲覧できます。
URL：<https://youtu.be/sBCv4UWHJjk>

■参加対象者

- ・町内の高齢者を対象に募集をしています。
- ・10人前後/1回

■場所・時間

- ・下竹原公会堂
- ・毎週水曜日 10:00～11:30

■運営費

＜収入＞

- ・社協 赤い羽根共同募金助成金



イラスト：鈴木幹夫

■今後の展望

- ・生きがいくくりや地域の社会資源の一つとして利用していただければと思います。
- ・これからも長くこの活動を続けていき、この地域に住んでいて良かったと思えるように頑張っていきたいと思っています。

■ネットワーク

- ・岡山市ふれあい介護予防センター
- ・ケアプランいしはら
- ・平島健康福祉委員会



カフェこおり銀座

インタビュー 代表：加嶋 夏代

甲浦学区情報	世帯数	2,167 世帯	人口	4,847 人	高齢化率	30.6%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

認知症であるかないかは関係なく、誰でも一緒に過ごせる場を作りたいと思い、取り組みを始めました。物忘れがあったとしても、少しの工夫で生き生きと過ごしている方々の姿を見ることで、社会が持つ認知症に対するイメージを変えることができると思います。

■活動内容

「カフェこおり銀座」は、誰でも参加することができる“集いの場”です。民生委員さんが場所を提供され、看板は手作り！地域のみなさんが作り上げたカフェです。事前の申し込みは不要で、気軽にコーヒーを飲みながら、喫茶店のようにくつろいだり、その場で医療・福祉の専門家に相談をすることもできます。

誰もが「ホッとできる場所」となることを大切にしたいカフェです。地域の中の喫茶店のようなあたたかさを作りたいと、現在は喫茶を中心とした活動をしています。利用にあたっての手続きも不要で、誰でも訪れてもらっています。

■活動の効果

2019年5月に地域のみなさんのご協力のもと立ち上げ、いつも訪れる方や新しく訪れる方など様々です。カフェを訪れる方たちと次回の内容を相談しながら回を重ねてきています。これまではケーキを食べてクリスマス会をしたり、新年会として会食などもしてきました。

認知症の診断を受けている方、自分の物忘れが気になりだした方、年をとっていく自分の今後が不安な方、みんなと和気あいあいと気軽に話せる場が欲しい方など、様々な方が訪れてくださっています。カフェでは、それぞれの立場で感じている思いをコーヒーなど飲みながら病院の相談員に相談できるようになってきました。



■参加者

誰でも参加可能

■場所・開催時間・利用料金

場所：圓藏院隣（岡山市南区郡 1204）

時間：第4月曜日 14:00～16:00

料金：無料（コーヒー・お茶代 各 100 円）



【カフェの外観と、手作りの看板】

■工夫していること

「今日はこれをしましょう」といった企画はなく、誰でも来れる！おしゃべりが出来る！そんな、ふつうのカフェを目指しました。人と人との出会いの中で、みなさんの居場所づくりや認知症の理解につながれば良いと思っています。

また、会場には駐車場がありませんが、岡山ひだまりの里病院の駐車場に駐車可能としており、そこからの送迎も行っています。

※病院への駐車・送迎希望の方は要電話
(086-267-2011)



【岡山ひだまりの里病院】

■構成スタッフ

〈代表者〉

岡山ひだまりの里病院ソーシャルワーカー
加嶋 夏代

〈構成スタッフ〉

岡山ひだまりの里病院職員、林友会、
郡地区の方々

〈支援団体〉

地域包括支援センター

■苦勞した、苦勞していること

認知症カフェというと、抵抗感を持たれる方もおられ、どのように理解を得るかは悩むこともあります。地域のみなさんがつなげてくださることもあり、地域との協働運営に助けていただき苦勞は少なく活動できています。

■今後の展望

認知症の診断を受けた後も、認知症であることを隠すことなく周囲の人の理解や支えのもと生き生きと暮らしていける地域を作りたいと思っています。

カフェで認知症の方とともに過ごす中で、認知症への理解を深めるだけでなく、今後は認知症についてもみなさんが理解を深められるよう、気楽に学べる講座なども取り入れていきたいと思っています。

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

何のためにカフェをするのか、どんなカフェを自分たちは作りたいのか、コンセプトや目的を運営する側が共有をしておく、その後も同じ思いを持ちながら運営のできる継続性のあるカフェになっていくのではと感じています。



＜認知症カフェとは？＞

認知症の方やそのご家族、地域のみなさん、医療・福祉の専門職など、特に参加者の制限を設けずに誰もが気軽に立ち寄れるカフェのことです。コーヒーなどを飲みながら気軽におしゃべりができる雰囲気の中で、認知症への理解を深めたり、悩みを共有したり、その場で専門職に相談をすることもできます。

■お問い合わせ

岡山市役所（高齢者福祉課） TEL：086-803-1230

旭竜学区情報	世帯数	2,276 世帯	人口	4,094 人	高齢化率	37.0%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

旭竜学区は岡山市中区で高齢化率が一番高い学区です。福祉を専門とする民生委員・児童委員の助け合い活動は歴史もあり活発ですが、その活動を補完し、さらに幸せに暮らせる支えあい助け合いの精神を地域に根付かせ、地域の支え合いの輪をもっと広げたいとの思いから、平成30年11月に“旭竜学区支え合い推進協議会”が発足しました。

平成31年2月には、学区内の65歳以上の世帯を対象にどのようなことが必要とされているのかを把握するためアンケート調査を実施しました。

その結果、「庭の手入れや買い物に困っている」という意見があり、また「困っている人を助けたい」との回答もありました。これらの結果を踏まえて、令和2年7月に“旭竜助け合い隊”を創設し、令和2年9月より活動を開始しました。

■活動内容

【困りごと支援】

病院の付き添いや買い物、ごみ出しや家事手伝いなどの日常生活の困りごとを、旭竜助け合い隊に登録しているサポーターがお手伝いします。

【旭竜学区支え合い推進協議会の開催】

サポーターの活動状況や依頼内容への対応状況、活動をしていく中で課題となっていることなどについて共有するため、旭竜学区支え合い推進協議会を開催しています。

■活動のながれ

- ①支援希望者からコーディネーターに依頼します。
- ②コーディネーターが依頼内容を確認し、サポーターへ連絡し調整を行います。
- ③サポーターが支援希望者のところへお手伝いに伺います。

【保存版】
令和2年9月1日
スタート

困りごとサポート

旭竜助け合い隊

日常の困りごとを支援します

病院付き添い お話し相手 買い物
ごみ出し 草取り 家事手伝い
パソコン操作

旭竜学区にお住まいで、上記のような日常生活の困りごとを抱えている方なら、どなたでもご利用できます。



■活動の効果

令和2年9月～令和3年3月末までの活動実績

活動内容	件数
病院付き添い	1
お話し相手	2
買い物（同行・代行）	7
ごみ出し	91
草取り	7
庭木の剪定	1
家事手伝い	10
庭の片付け	2
介護相談	1
合計	122

■工夫していること

地域の支え合いの輪を広めるためには、旭竜助け合い隊の活動を広く知ってもらうことが必要です。活動開始前（令和2年8月）にはチラシを作成し、全戸に配布しました。現在は、より身近な活動として知ってもらうために、旭竜助け合い隊のマグネットを作製中です。

また、サポーターが着用するベストを作製しました。

■参加対象者

旭竜学区にお住まいの方であれば、どなたでも利用することができます。

■利用料金

基本料金として、サポーター1人につき所要時間30分まで250円。以後30分ごとに250円を追加。ただし、ごみ出しは1回につき100円。また、介護や介護保険に関する相談は無料になっています。

■ひと

- ・コーディネーター 4名
- ・サポーター 23名

■運営費

【収入】区づくり推進事業補助金、連合町内会補助金、協賛金

【支出】消耗品費、印刷製本費

■ネットワーク

旭竜学区連合町内会/旭竜地区社会福祉協議会/旭竜地区民生委員児童委員協議会/旭竜学区愛育委員会/旭竜学区老人クラブ連合会/旭竜学区体育協会/岡山市消防団宇野分団/ふれあい広場なかしま/いきいきひろば八幡/社会福祉法人昭友会/岡山市社会福祉協議会中区事務所/岡山市中区地域包括支援センター高島分室/岡山市中区保健センター/岡山市立高島公民館/岡山市ふれあい介護予防センター

■苦労した、苦労していること

庭木の高い枝を切ってほしいという要望がありますが、地上から作業できる範囲とし、脚立を使っている作業は行っていません。



■今後の課題について

現在23名のサポーターがいますが、支援希望者の増加に伴い、今後は30名を目標に増員が必要だと思っています。

活動を始めて半年以上経過しましたが、旭竜助け合い隊の活動を知らない人が多いのも現状です。

チラシの作成やマグネットの作製に加えて、今後は機関紙の発行を検討しています。また、活動上の課題を共有し解決していくために、コーディネーターとサポーターがお互いに共通認識を持っておく必要があります。そのため、両者が定期的に集まり意見交換が必要だと思っています。

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

サポーターの多くは、70歳以上の高齢者です。元気であれば、人の役に立ちたいと思って活動しています。助け合い隊の活動は高齢者の健康維持や生きがいづくりにつながります。

庭の草取りなどで、蜂に刺されることもあり、福祉サービス総合補償保険加入は必須です。

また、事業実施にあたっては、区づくり推進事業の申込を検討したいと思います。



シニアサポート倶楽部 ねこの手妹尾

インタビュー 代表者：森本美智子

妹尾学区情報	世帯数	4,129 世帯	人口	9,090 人	高齢化率	30.8%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

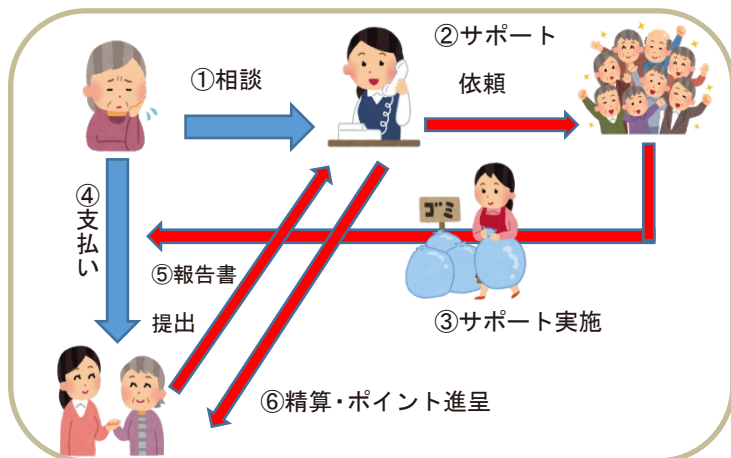
- ・代表自身が身内の介護を経験したことにより高齢者に寄り添う暮らしに関心を抱き、地域のシニア世代の方々の日々の暮らしのちょっとした「困った!」や「不便だわ!」と感じる部分を改善に導くお手伝いがしたいと考えました。
- ・介護保険では対応が難しいサービスや介護認定を受けていない元気な高齢者の日常をサポートできるサービスを展開していければと、学区の小地域ケア会議で提案し、賛同した地域の有志が集まり、生活支援の企画を開始しました。
- ・平成30年に準備委員会を立ち上げて話し合いを重ね、岡山市の「地域の未来づくり推進事業補助金」を活用し、令和元年10月1日より事務所を設立。ボランティアスタッフを募り、活動を開始しました。



■活動内容

- ・妹尾学区に住む概ね75歳以上のひとり暮らし、または家族の支援が困難な環境で生活をしている方を対象に、低額で生活支援のサービスを実施しています。
- ・電話で相談・依頼を受け、日程の調整をし、ボランティア登録スタッフが活動を行います。
- ・主な活動として、買い物や通院に同行するお出かけサポート、ゴミ出しや家の片付けなどの生活サポートを行っています。
- ・活動に応じてボランティアスタッフにポイント

が貯まり、換金できるシステムになっています。



10/1 OPEN シニアサポート倶楽部
ねこの手妹尾
 シニア世代の日常の困りごとを支援する倶楽部です。

ゴミ出し 500円/1ヶ月
 お出かけ同行 100円/10分
 庭のお掃除 1000円/1時間
 電球取り換え 300円/1回
 家の片付け 1000円/1時間
 顔し相手 100円/10分

☆ご利用対象☆
 妹尾学区にお住まいの
 概ね75歳以上のひとり暮らし
 または
 家族の支援が困難な環境で生活している方

暮らしの小さなお手伝いで
 住みよい町づくりを目指します。
 ぜひご相談ください。

シニアサポート倶楽部
ねこの手妹尾

お申し込み・お問い合わせは 080-4552-6650

〒101-8288 岡山県岡山市南区妹尾344
 (妹尾科さんの向かい側)

■活動の効果

- ・様々な困りごとを手伝い、解消することで、具体的な支援に結び付いています。
- ・リピーターや定期サポートの依頼も増え、高齢者に喜んでもらっています。
- ・依頼された時間に連絡がつかず、心配になり訪問すると、体調が悪くなっていたというケースもありました。ひとり暮らしの高齢者の見守りの効果もあったと思われます。

※実績数（依頼の種類）など

令和2年4月1日～令和3年3月31日

依頼件数 733件

内訳：ゴミ出し25件・お出かけ同行543件・
話し相手3件・家の片づけ34件・庭掃
除18件・網戸障子の張り替え他110件



■工夫していること

- ・ボランティアスタッフもほとんどが中高年のため、作業時間はできるだけ1～2時間で収まるよう、人員の配置を工夫しています。
- ・サポート中は他者に不審を抱かれないよう、名札の着用や移動車にはサポート中の表示をしています。

■参加対象者

- ・利用者
妹尾学区在住のおおむね75歳以上のひとり暮らし、または家族の支援が困難な環境で生活している方
- ・活動ボランティア
原則的には妹尾学区の方を募集していますが、近隣学区等からの活動希望者も受け付けています。

■場所・開催時間

- ・場所

岡山市南区妹尾1749

- ・受付時間
月～金 10時～15時
- ・活動日
希望日時に沿って要相談

■ひと

- ・スタッフ数
40名
- ・利用登録者数
129名

■運営費

【収入】

- ・地域の未来づくり推進事業補助金
- ・事業収入

■ネットワーク

連合町内会／婦人会／岡山市社会福祉協議会

■苦労した、苦労していること

ボランティアスタッフにまんべんなく活動を依頼したいと思っていますが、それぞれの得手不得手や活動可能日時を考慮すると偏りが生じてしまい、今後の課題となっています。



■今後の抱負

活動を知らない人もいるので、妹尾学区全体に声かけをしていくことで、困っている人にもっと広く知ってもらいたいです。

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

活動を始める前にアンケート調査など行い、地域にどのような要望があるのかきちんと把握した上で活動内容を組み立てることが大事だと思います。

他の地域で取り組まれている活動内容を知ることや活動者同士が交流を図ることで、現在の活動をさらに充実させていくことも大事だと思います。



西紅陽台自治会「お手伝い西紅陽台」

代表者：太田輝見

自治会情報	世帯数	658 世帯	人口	1,801 人	高齢化率	39.9%
-------	-----	--------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

西紅陽台団地は約40年前に造成された比較的新興の住宅地で、多種多様な職業に従事する入居者で構成されています。

近年、当団地も高齢化が進み、高齢化率は39.9%で75歳以上が10.3%、85歳以上が4.7%になっています。

今後の状況を考えると一人暮らしの高齢者、高齢者夫婦、身体障害者の自助努力だけでは対応出来ない事態が増加するものと予想されます。

自治会としては高齢者支援活動の一環として、日常生活での不便や困りごとを少しでも解消できるような「笑顔で暮らせる地域づくり」を考え、各種団体にご協力頂いて、令和2年6月から支援活動組織「お手伝い西紅陽台」の設立準備を始め、令和2年10月1日より活動をスタートしました。

広報活動として、事前に「お手伝い西紅陽台」の概要や利用方法、支援項目一覧表などを記載したチラシを全戸に回覧しました。

■活動内容

当団地にお住いの自治会員で高齢者・身体の不自由な方の皆様を対象に低価格で生活支援を実施しています。



■支援項目とスタッフ

現在登録されているスタッフ数は16名、その内訳は男性13名、女性3名で、メンバーの中には大工さん、電気工事や庭木の剪定に精通された方などが含まれています。

現在は下記一覧表に示す作業に対応できる態勢を整えています。

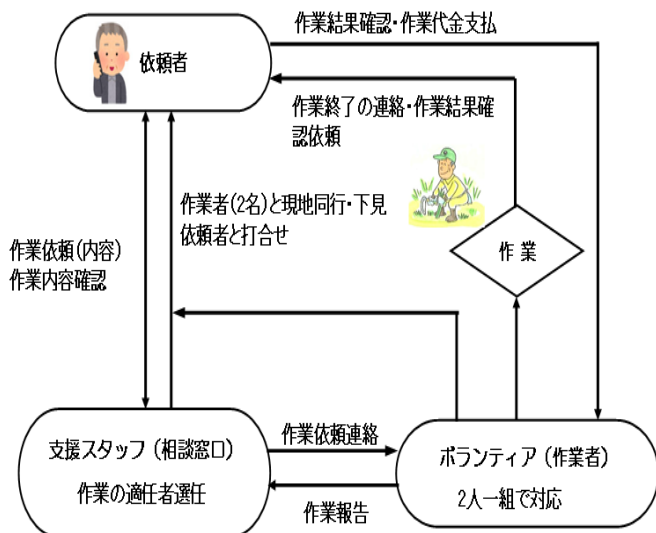
支援項目一覧

番号	作業内容	作業時間 (単位)	作業料金 (依頼者支払料金)
1	庭の草取り、除草剤散布、殺虫剤散布	1回・1時間以内	1000円
2	庭木の剪定	1回・1時間以内	1000円
3	電球の取換え等 軽作業	1回・30分以内	500円
4	家具や重量物の移動	1回・1時間以内	1000円
5	出し易い粗大ゴミ屋外出し作業	1回・30分以内	500円
6	リモコン設定・電池交換など	1回・1時間以内	500円
7	パソコン設定・トラブル対応、メール代行など	1回・1時間以内	500円
8	買い物同行、代行	1回・1時間以内	500円
9	簡単な修理・大工修理	1回・1時間以内	1000円
10	自転車のパンク修理	1回・1時間以内	500円
11	病院等への付き添い	1回・1時間以内	500円
12	ストーブ、扇風機の出し入れ作業	1回・30分以内	500円
13	扇風機、エアコンフィルター清掃・交換	1回・1時間以内	1000円
14	簡単な行政手続きの代行・相談	1回・30分以内	500円
15	布団干し、窓ふき、清掃	1回・1時間以内	500円
16	お風呂・洗面所の掃除	1回・40分以内	500円
17	話し相手	1時間以内	応相談
18	安否確認		応相談
19	その他		応相談

スタッフは、依頼者宅へお伺いする際、また作業中も周囲の人に不審者と間違えられないように当自治会のネーム入りの帽子とジャンパーを着用しています。

■活動利用の手順

- ①依頼者が相談窓口（支援スタッフ）に電話で依頼します。
- ②支援スタッフは、依頼内容に応じて適任者を選任し、作業者と共に依頼者宅に出向き作業内容の打ち合わせ・日程調整等を行います。
- ③作業日当日、原則2名で作業を行います。作業量に応じて増員します。
- ④作業終了後は、必ず依頼者に作業結果の確認をお願いしています。



■活動実績・効果

一例として、「お手伝い西紅陽台」が最初に手掛けたS邸の庭木剪定・草取りの状況を示します。作業量が多かったため5名で作業を行いました。それでも所要時間は約3時間でした。



作業前



作業中



作業後

令和2年10月1日～令和3年3月31日までの活動実績は以下のとおりです。

- ・依頼件数：15件
- ・内訳：庭木の剪定・草取り4件、庭木の伐採1件
家の修理（玄関ドア、ドアノブ、敷板）3件、家具類の解体撤去・移動3件、自転車修理2件、家電修理1件、重量物運搬1件

依頼者の多くはご主人を亡くされた一人暮らしの方で、自分一人では対応できず困り果てていたこともあり、作業終了の際には沢山の感謝の言葉を頂き作業者にとって大きな励みになっています。

同時に依頼者と活動スタッフとの距離が縮まって良い関係を構築することが出来てきました。今後この支援活動を継続していくことで高齢者の見守り活動も円滑化できるのではと期待しています。

■ネットワーク

- ・岡山市社会福祉協議会
- ・民生委員
- ・愛護委員会（自治会内組織）

■今後の課題

当組織は活動を始めてから日が浅く、まだまだその存在を知らない人も多数いると思われるため、広報の強化が必要であると考えています。

一人暮らしの方に対する「声かけ」、「話し相手」を充実させていきたいと思っています。そのため、お年寄りの方と気楽に話せるソフトスタッフを増やすことで「お困りごと」を拾いあげることを目指しています。



作業終了後 公民館西紅陽台分館前にて

御野学区支え合い推進の会

インタビュー 大和田 黎子

御野学区情報

世帯数

7,035 世帯

人口

13,532 人

高齢化率

24.8%

■活動のきっかけ

平成 29 年度に地域住民と関係機関で地域で困っていることや気になっていることについて話し合う地域福祉座談会が実施されました。この会をきっかけに、地域にさまざまな課題があることが分かりました。

同年には座談会を機に連合町内会、地区社会福祉協議会、民生委員児童委員協議会と協力し、高齢者向けのニーズ調査アンケートを実施しました。アンケートの結果からも地域で行う支え合い活動の必要性を感じました。

平成 30 年度には、地域の各団体や地域づくりに関心がある地域住民に声掛けをしてメンバーを募り、平成 31 年 1 月に「御野学区支え合い推進の会」が発足しました。

■活動内容

御野学区支え合い推進の会では、地域での助け合いや支え合い活動を計画的に実施していくために、小地域福祉活動計画の策定に向けた話し合いをしてきました。

話し合いの中で出た課題を「高齢者」「防災」「子ども」「地域コミュニティ充実の取り組み」の 4 つのカテゴリーに分け、1 つのカテゴリーごとに会を開催し、課題を解決するにはどのような活動が必要か、参加者で話し合いました。

令和元年度に 4 つ全ての話し合いが完了し、これまで話し合ってきた小地域福祉活動計画の内容や、地域での支え合い活動を進めていくことを地域住民に知ってもらうため、令和 3 年 3 月に御野学区第 1 次地域福祉活動計画のパンフレットを全戸配布することが決定しました。

■活動の効果

参加者が毎回とても熱心で、会の必要性を感じて参加してくれていると感じます。一人でやっていくには難しい内容ですが、皆と一緒にやっていくことで続けられていると感じます。



■工夫していること

連合町内会や地区社会福祉協議会などの団体や役員だけでなく、学区全体の取り組みとして実施していきたいという思いがあります。そのため、地域で役を担われている方への声掛けだけでなく、地域で活動しているボランティアグループや生活支援サポーター養成講座の修了生など、幅広く声掛けをし、さまざまな視点からの意見が出るように工夫しています。



■参加対象者

学区民全体

■場所

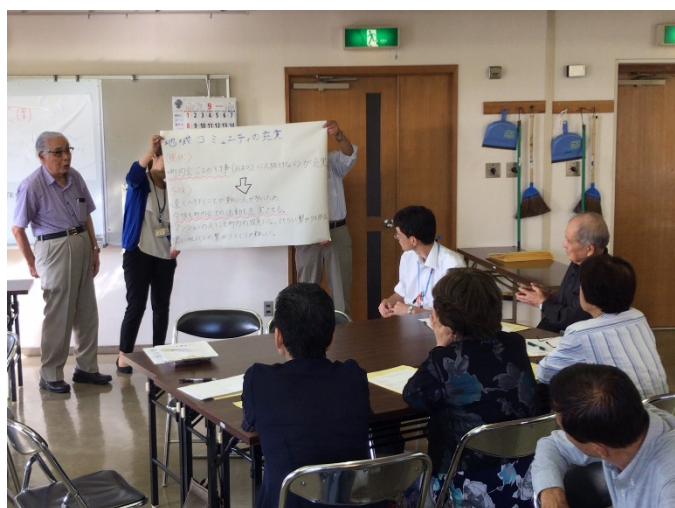
岡山市立北公民館

■運営費

小地域福祉活動計画助成金

■ネットワーク

連合町内会／安全安心ネットワーク／地区社会福祉協議会／民生委員児童委員協議会／愛育委員会／栄養改善協議会／婦人会／老人クラブ連合会／いきいきサロン活動団体／生活支援サポーター養成講座修了者／地域の有志メンバー／岡山市社会福祉協議会／地域包括支援センター／保健センター／介護予防センター／公民館



■苦労した、苦労していること

活動していくうえで地域のことをよく知る方が参加が必要ですが、地域で役員をされている方はさまざまな役職を兼務していることが多く、負担が大きいのが現状です。そのため、会の必要性を理解してもらい、協力してもらえよう声掛けをしています。参加が難しい方もいらっしゃいます。

すでに役を担われている方だけでなく、新たな担い手や地域住民からの参加者を増やしていくことが課題となっています。

■今後の抱負

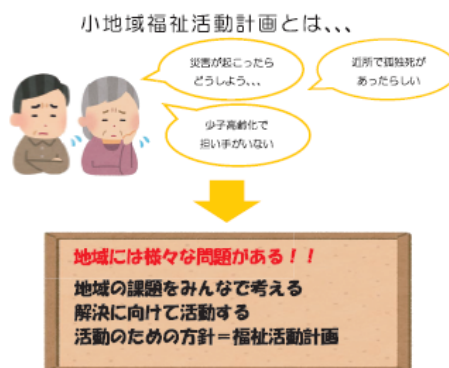
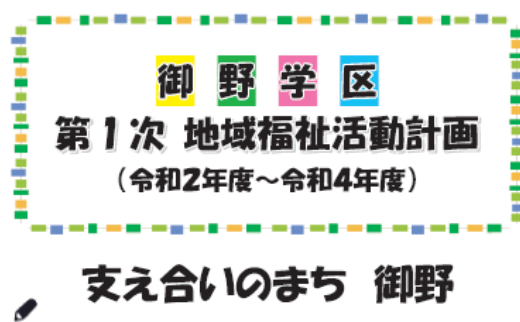
地域とのふれあいは、子どもや高齢者に限らず、自分自身も含め、どの世代に対しても必要だと感じています。しかし、地区社会福祉協議会で実施している行事やいきいきサロンなど、ふれあいの場がいくつかあっても、参加される方が限られているのが現状です。地域住民が普段の生活のなかで自然とふれあいや見守りができていよう、みんなで考えていくことが必要だと感じています。

また、役を担っている方に限定せず、支え合い推進の会を通じて、御野学区がみんなで支え合える地域になるよう、雰囲気づくりをしていきたいと思っています。

今後は、計画をもとに実際に活動へと繋げていくことが目標です。活動の優先順位を決めるなど、これからも話し合いを重ねて自分たちにできる活動を実施していきたいです。

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

地域での支え合いについて考えていくうえで、地域のさまざまな団体や機関との協力は必要不可欠です。また、会を維持、継続していくために、会の参加者全員で協力し合うことはもちろん重要ですが、会の中心になる人がいることも重要だと感じています。



この資料は岡山市社会福祉協議会の助成金により作成しております。

発行：御野学区支え合い推進の会





関つながり隊

インタビュー 代表者：二神 博志

町内会情報	世帯数	520 世帯	人口	1,352 人	高齢化率	18.3%
-------	-----	--------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

関町内会では、令和2年度は新型コロナウイルス感染症の影響で、敬老会をはじめとしてさまざまな行事が中止となりました。

このような中、「コロナ禍でもできる活動はないだろうか」と関町内会の有志が立ち上がり、令和2年6月から町内会長、町内会役員、老人クラブ会長、民生委員、婦人会と関係機関が関公会堂に集まり話し合いが始まりました。話し合いでは、近所で気になることや町内でやってみたいことを中心に話を進めました。

そして、9月に話し合いの場の名称が「関つながり隊」に決定しました。



関つながり隊会議

■活動内容

①マスク配布を通じた高齢者見守り活動

終息が見込めない新型コロナウイルスの影響で屋外活動が少なくなり高齢者の閉じこもり、認知症の進行が懸念されていました。10月に敬老会の代

わりに高齢者の見守りを兼ねて夏用マスクと消毒液の配布を実施しました。配布を通して帰宅時に手洗いや消毒の新しい生活様式を習慣づけていただきました。受け取られた高齢者からは「久しぶりに会えて楽しかった」などの声がありました。

②青空市場

令和2年度は秋祭りも中止となりました。そこで、歩いて行ける身近な場所で買い物を楽しんでもらおうと、近所で買い物を楽しめる場、地域の交流活動として「関青空市」の開催を計画しました。感染症対策や販売する物品について、関つながり隊のメンバーで話し合い、関公会堂の広場で沢田の柿や竜操中学校の生徒が育てた竜操米、福祉の店の雑貨類を販売しました。買い物に訪れた高齢者は、「久々にご近所の人の顔が見れた」「近所で買い物ができてうれしい」と喜ばれていました。

青空市場をきっかけに、地域のつながりを深め、みんなが集い交流できる居場所づくりを目指しています。

なお、青空市場は会場への入り口を限定し、会場内の順路を決めました。さらに検温、アルコール消毒を行い、多くの人が集まらないよう、感染症対策に十分配慮して実施しました。



青空市場の様子



沢田の柿を販売

③地域の居場所づくり

関つながり隊のメンバーでもある地区の民生委員が中心となり、毎週水曜日に関公会堂で子どもの居場所「なーんにもないかくれ家」の活動をしています。学校帰り子どもたちが立ち寄り、高学年が低学年に勉強を教えたり、お絵描きやアニメ鑑賞をして楽しい時間を過ごしています。居場所は民生委員が守番をしています。



なーんにもないかくれ家の様子

■運営費

関町内会と連携

■ネットワーク

町内会／民生委員児童委員協議会／老人クラブ／婦人会／愛育委員会

■工夫していること

話し合いで出たメンバーの意見をしっかりと吸い上げ、活動に反映させることです。関つながり隊は月に1回メンバーが集まり、地域の気になることや地域が元気になる活動などについて話し合いをしています。会議を継続していくためには、継続していこうという意識をもつ必要があります。会議は一人ではできません。メンバーの意見を聞き、そして会議で決定したことは必ず実行することで、メンバーのモチベーションが上がり、会議の継続につながっています。

■苦労した、苦労していること

活動の担い手を増やすことが課題です。現在のメンバーは合計6名です。今後も会議を継続し、活動していくためには仲間が必要です。今後は町内の組

長（班長）にも協力してもらい、活動する予定です。

「なーんにもないかくれ家」の活動についても現在は1名で活動しています。今後も継続していくために、子どもが好きな方、福祉の心を持っている方を募集中です。

■今後の抱負

令和3年1月には公会堂付近の田んぼでどんど焼き（焼き芋大会）を実施しました。参加者にも好評で、来年も実施予定です。地域の方が交流できる活動を会議で話し合い、実現していきたいです。

令和3年3月より公会堂であっ晴れ！もも太郎体操を開始しました。毎週水曜日に実施しています。体操終了後、公会堂に集まった子どもと高齢者が交流できる場を作りたいと考えています。



公会堂であっ晴れ！もも太郎体操を実施

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

関町内会では、地域の方が住んでいる町に愛着を持つこと、持てるような町内を目指しています。

関町内会のスローガンは「学区で一番きれいな町」です。住んでいる町に愛着を持てば、「きれいにしなくては」という気持ちになり、落ちているゴミを拾ってくれます。そしてさらに住みよい町になっていきます。地域の方が住んでいる町内を愛し、地域のためになにかしたいと思ってもらえるような町内を目指していきたいです。



平福学区 三浜町町内会

Fuku²すまいる Net

インタビュー 代表者：菅沼 俊二

平福学区情報	世帯数	4,348 世帯	人口	9,590 人	高齢化率	24.0%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

少子高齢化や近所付き合いの希薄化などの生活環境の変化に伴い、昨今の自然災害時に町内会でできることは何かと考えていました。

平成30年に行政・福祉職・町内会で支え合いの地域づくりについての座談会を行ったことをきっかけに、ちょっとした見守り・声掛けからはじめるご近所同士のつながりの大切さを再確認しました。

自然災害が発生した際に、町内会で対応できる体制として自主防災組織を立ち上げ、日々の見守り活動の強化に向けて取り組み始めました。



自主防災組織の設立に向けた勉強会の様子（令和元年11月）

■活動内容

【見守り活動】

日々の見守り活動の強化および、自然災害が発生した際に、事前に救助を希望した人を迅速に助ける仕組みを検討しました。

◆対象者（三浜町町内会に住んでいる人）

- ①岡山市の避難行動要支援者名簿に登録をしている人
- ②高齢者（概ね75歳以上）
- ③障害者（日常生活の中で手助けが必要な人）

■活動の効果

町内会の回覧で自主防災組織の活動紹介や災害時の救助が必要な人を把握する調査を行うとともに、地域に住む人の生の声を反映させた活動を検討するために、婦人会メンバーを中心に約450世帯を対象とした訪問調査も行いました。その結果、約100人が災害時に救助を希望していることが分かりました。

今まで町内にどんな人が住んでいるのか把握できていませんでしたが、訪問調査を行ったことで一人暮らしの高齢者、日中独居の高齢者、障害のある人、子ども、妊婦など災害時に支援が必要な人を把握することができました。



災害時要援護者登録〔新規・変更〕申請書兼登録台帳				
三浜町町内会				
フリガナ		性別	男	作成日
氏名		性別	女	令和 年 月 日
生年月日	年 月 日 生	歳	世帯主	
住所	三浜町 丁目	電話(固定/携帯)		
家族構成		班 名		
本人含む	人			
手続代行者(本人以外が代行した場合)				続 柄
【緊急連絡先】				
氏 名	住 所	住所及び電話番号	続 柄	
氏 名	住 所	住所及び電話番号	続 柄	
本人の状況（あてはまる項目を○で囲んでください。）				
ア. 要介護度3～5 イ. 身体障害者手帳1・2級 ウ. 療育手帳 A エ. 一人暮らし高齢者				
オ. 高齢者のみ世帯 カ. 市に要援護者支援届けを出している キ. その他				
特記事項				
【支援協力者一覧表】				
支援協力者	氏 名	固定電話	携帯電話	記 事
近隣住民				相談し、了解を得ている人がいれば記入して下さい。
評議員				本部が記入
(又は代行者)				
担 当 理 事				本部が記入
防災組織事務局				本部が記入（救出・救護班）

■工夫していること

若い人をはじめ、町内の防災意識を高めるために三浜町独自の防災メールアドレスを作成しました。防災メールアドレスへ登録すると、避難場所の確認など災害時に役立つ情報が定期的に入るようになっていきます。その他、町内会で独自に災害時の行動が分かる表や、「非常時持ち出し品チェックリスト」を作成して町民全員へ配布を行いました。

また、自然災害発生時を想定した模擬訓練として、避難場所の中学校の確認や、防災メールアドレス登録者へのメール発信テスト、発電機の試運転などを実施しています。

災害時の支援を希望する人の個人情報、自主防災組織の事務局が徹底管理するとともに、毎年事務局から自主防災組織の担当理事・評議員に厳重に引き継ぐ体制を作り、一人も見逃さない支援を考えました。

(町民全員配布) 災害時の行動				
各ご家庭で目に付く所に提示しておいて下さい！				
役 員	時 間 軸	町 民		備 考
災害の規模 小 ↓ 大	行政より発令 災害規模の発生を知る	・ 家族の自己防衛と災害対策をする		・ 災害対策は急にはできませんので、普段から準備をしておいて下さい
	テレビ・ラジオ 携帯電話他	・ 近隣者、担当理事又は評議員に相談をする事		
	避難準備	・ 非常持ち出し袋等の用意など避難準備を始める		・ 避難を開始する ・ 介助が必要な方は事前に申請をして下さい
	避難勧告	・ 自己防衛ができた人は隣近所に声掛けて助けあって下さい ・ 小規模の場合は二階等へ垂直移動、無い場合は近辺で高い所、避難所へ避難して下さい		・ 避難所で氏名を記入 ・ 介助者を事前に決めておく事 ・ 危険を感じたら火の元（ブレーカーをOFFにする）の始末は必ず行い早急に避難を行って下さい
	避難指示	・ 大規模の場合は町指定の避難所又は、安全な所に避難して下さい ＊避難場所 福浜中学校 平福小学校 (防災マップに明記)		・ 家族との連絡を取る事 ・ 避難所へ避難出来なかった方は担当理事又は評議員に連絡をして下さい ・ 連絡先は目に付く所に掲載しておいて下さい

(町民全員配布) 非常時持ち出し品チェックリスト

水・飲料	☐ ペットボトルの水(500ml) ☐ 非常食
医療・衛生	☐ マスク ☐ お薬手帳 ☐ 医療品(薬・消毒液・ばんそうこうなど)
貴重品	☐ 現金 ☐ 印鑑 ☐ 家・車の合鍵 ☐ 通帳・免許証・健康保険証など
安全対策	☐ ヘルメット・防災ずきん・ホイッスル ☐ 軍手・手袋
必需品	☐ ヘッドライト・懐中電灯・乾電池 ☐ 筆記用具 ☐ FM・AMラジオ ☐ 携帯電話・携帯電話の充電器・モバイルバッテリー
生活用品	☐ 眼鏡・コンタクトレンズ ☐ ウェットティッシュ ☐ 使い捨てカイロ ☐ 洗面用具(歯磨き・洗顔セット・タオル) ☐ 防寒保温シート ☐ 防寒着・雨カッパ ☐ アイマスク・耳栓

三浜町緊急避難場所・福浜中学校



発電機の試運転をしている様子（令和2年11月）

■課題

地域に住むすべての人が地域の課題を理解していても、課題解決に向けて行動をする人はなかなかいない状況です。特に若い世代の地域交流イベントへの参加が少ないので、いつ起こるかわからない自然災害に備えて、地域の交流を深め、お互いを助け合える関係を築く必要があります。そのためにも危機意識を持って、自主防災活動などの地域の活動に参加し、つながりを作ってほしいと願っています。

また、Fuku²すまいる Net の活動に協賛し、一緒に地域活動を検討してくださるメンバーも増やしていきたいと思っています。

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

地域課題を整理する際には、地域にある既存組織や関係団体と協力・連携することで、課題解決のヒントにつながります。

また、アンケートや訪問調査を行うことで、地域の状況や要望を把握することができ、地域課題の解決に効果的につながるのでお勧めです。





千種学区予約型乗合タクシー「モモタク」

インタビュー 代表者：伊永 高明

千種学区情報	世帯数	1,881 世帯	人口	4,065 人	高齢化率	36.3%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

千種小学校区内の公共交通の手段は電車しかなく、他の移動手段としては、タクシーを利用するしかない地域です。学区内の住民の多くは、高齢になっても自家用車を運転して通院や買い物に行っており、運転免許証の無い人は、徒歩あるいはタクシーで移動していました。また少子高齢化の進展とともに、一人暮らしの世帯も増加し、地域の移動手段の確保は緊急の課題となっていました。

■活動目的

地域住民の買い物や病院受診等の日常生活に必要な移動手段を確保するため「モモタク運営協議会」が主体となって生活交通※を始めました。

千種学区は「千種白鳳」という白桃が有名なことから「モモタク」と名付けました。

※生活交通とは鉄道や路線バスの利用が不便な地域で生活・活動する住民の移動を支えるため、地元主体で計画・運用する公共交通サービス



モモタクロゴマークは
岡山県立瀬戸高校の生徒が
デザインしてくれました。

■これまでの活動や取り組みについて

平成 28 年 7 月に「千種学区の公共交通を推進する会」を立ち上げ、駅から遠方の町内会長が話し合いを行っていました。平成 29 年 12 月には千種学区の全町内会長に話し合いに入ってもらい、同時に「モモタク運営協議会」に名称を変更し、2 か月から 3 カ月に 1 回開催しました。

学区内全世帯を対象にアンケートも実施し、ア

ンケートには買い物や通院状況を調査項目に入れ、連合町内会が中心となり配布しました。その集計結果を基に、「モモタク」の運行日時や停留所の設置を決めました。

平成 31 年 4 月から試行運行が始まり、試行期間中の平成 31 年 4 月～令和 2 年 3 月までの利用実績は延べ 2,158 人、稼働便数は 931 便、平均稼働率は 60%を超え、多くの人に利用してもらっています。

令和 2 年度からは本格運行も始まり、ますます多くの皆さんにご利用いただいています。



■工夫していること

時刻表は、見やすく分かりやすいものにし、地域の方が利用しやすいようにしています。

また、運行业者と運行について状況確認、情報共有することで、より使いやすくなるよう利用状況を見ながら改善しています。若い世代にも利用してもらえよう、学童の帰宅時間に合わせた時刻表に改正しました。



■苦勞したこと

当初は、生活交通は必要ないと反対意見もありましたが、全町内会長がモモタク運営協議会に入り、千種学区全体の問題として交通問題を考えていく会議の場としました。

また、試行運行及び本格運行前には、全町内会を対象に住民説明会を開催しました。全町内会を回るのは大変でしたが、説明会によって地域住民への周知徹底や理解が進んだと思います。

■利用対象者

赤ちゃんから高齢者まで、利用者を限定しない。但し、事前に利用登録が必要。

■利用のための手続き等

①利用したい運行便の1時間前までに電話で予約する。

②予約した停留所で乗車し、運賃を支払う。
(千種学区内は自宅など指定場所で乗車可)

③目的地付近の予約した停留所で降車。
(千種学区内は自宅など指定場所で降車可)

■運行日・利用料金

運行は、月・水・金の週3回

1日あたり8便(4往復)

区域内(千種学区内)の移動は300円

区域と区域外をまたぐ移動は500円

(千種学区と瀬戸駅周辺エリアをまたぐ移動)

※割引サービス

6歳未満：無料

小学生：100円引き

身体障害者手帳・療育手帳・愛カード提示者：
100円引き

■ひと

構成スタッフ

連合町内会、民生委員児童委員協議会、愛育委員協議会、栄養改善協議会、老人クラブ連合会、学童クラブ、地域包括支援センター、万富公民館、岡山市社会福祉協議会、キリンタクシー(株)

■運行費

モモタクを運行するための経費は、利用者が負担する運賃と赤字補てん分は市補助金、モモタク運営協議会が負担をしています。

また、万富マルシェの売り上げの一部や停留所の企業、病院から協力金をいただき、モモタクの運営費に充て、持続可能な運営の仕組みを作りました。



写真はマルシェ万富でにぎわう様子

■今後取り組もうとする人に伝えたいこと

モモタク運営協議会では、各種団体に運営委員として入ってもらい、合意形成のもと運営の在り方を決定してきました。その内容を住民説明会でしっかりと伝え、意見もできるだけ反映しました。住民のことを考えた制度にすれば、利用者は増え、より良い生活交通の仕組みが出来ると思います。

また、運行業者との信頼関係も重要です。運行業者には毎回会議に出席してもらい、情報交換を行い、改善箇所があれば検討しています。

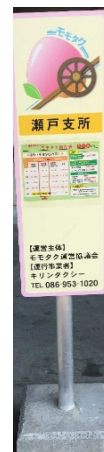
これからも住民の皆さんが住み慣れた地域で安心して生活を送れるよう、支え合いの仕組みづくりとともに「モモタク」も発展させていきたいと考えています。

生活交通についてのお問合せ先
岡山市 都市整備局 都市・交通部
交通政策課

岡山市北区大供一丁目1番1号

TEL：086-803-1376

FAX：086-234-0435





迫川分校学区乗合タクシー「ブンタク」

インタビュー 代表者：近藤 嘉也

迫川地区情報	世帯数	779 世帯	人口	1,811 人	高齢化率	36.6%
--------	-----	--------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

平成23年に岡山市が交通実態調査を行った際に、生活交通をやってみないかと話がありました。奥迫川は特に高齢化率が高く、あと何年かすると免許を返さないといけない方も増えてきます。しかし公共交通機関は乏しいことから、今真剣に生活交通について考え、誰かが行わなければならないと考えていました。

そのような中、奥迫川区自治会長から一緒にやってくれないかと声が掛かり、迫川学区内の3町内が集まり、活動を行うこととなりました。

■活動目的

地域住民の買い物や通院等の日常生活に必要な移動手段を確保することを目的として、「迫川地区生活交通を考える会」が運営主体となって運行する生活交通です。「迫川分校（ブン）学区のタクシー車両を使ったバス」なので、名前は「ブンタク」としました。

平成28年11月から平成30年3月までの間、試験的に運行し、平成30年4月より本格運行に移行しました。今後も様々な課題と向き合いながら、地域の皆様に愛着を持ってもらえるよう、利用促進や運行改善に取り組んでいきます。迫川で実績が上がれば、灘崎地域の他地区と一緒に進めていきたいと考えています。



運行事業者との協定書締結

■これまでの活動や取り組みについて

平成27年9月から迫川地区生活交通を考える会を立ち上げ、それから毎月会議をしました。

平成28年9月と11月に全世帯を対象に生活交通の利用ニーズ調査（アンケート）を実施し、運行計画を作成しました。生活支援の要望も多かったことから、現在は見守りを中心とした生活支援サービス「おせっかい」もおこなっています。

平成30年4月の生活交通を考える会において、試験運行期間中の変更策として、運行する曜日の変更や、便数の追加、停留所の増設、運行範囲の延長、複数乗車割引、区域運行の取入れを実施しました。

令和2年4月～令和3年2月までの利用実績は延べ522名、稼働便数は153便でした。



■工夫していること

多くの方に利用して頂くために、利用状況を見ながら、システムを変えています。令和元年8月からは、12枚つづり（1200円分を1000円）の回数券販売を始め、令和2年度は、他地区の方の利用も可能にしました。

■利用対象者

子どもから高齢者まで（対象を限定しない）

■利用の為の手続き等

指定の路線を運行し、停留所の時刻設定が定時である「路線不定期運行」を採用しました。

路線は、迫川地区と国道30号線沿いのスーパー・病院を結ぶエリアに加え、ウェルポートなださき、灘崎支所、サウスビレッジまで拡大しています。

- ①電話等で利用する便を事前に予約
- ②予約した停留所間で乗車、運賃支払い
- ③停留所での降車を含め、区域運行に変更して、自宅付近での下車も可能になりました。

■活動日・利用料金（令和3年4月現在）

運行頻度は、月・火・金の週3日、1日あたり12便（6往復）。1人1回500円。

- ・6歳未満は無料
- ・12歳以下は250円
- ・身体障害者手帳、療育手帳、愛カード提示者は450円

※複数乗車割引は下記のとおりとなります

人数	1人あたりの料金
2人	400円
3人	300円
4人	200円



■ひと

構成スタッフ：奥迫川・迫川・茂曾路町内会役員を中心とする20名で構成

■運行費

ブンタクを運行するための経費は、利用者が負担する運賃と赤字補てん分は市補助金、生活交通を考える会が負担をしています。また、区域内の企業や病院から協力金を頂き、ブンタクの運営費に充て、持続可能な運営の仕組みを作りました。

■ネットワーク

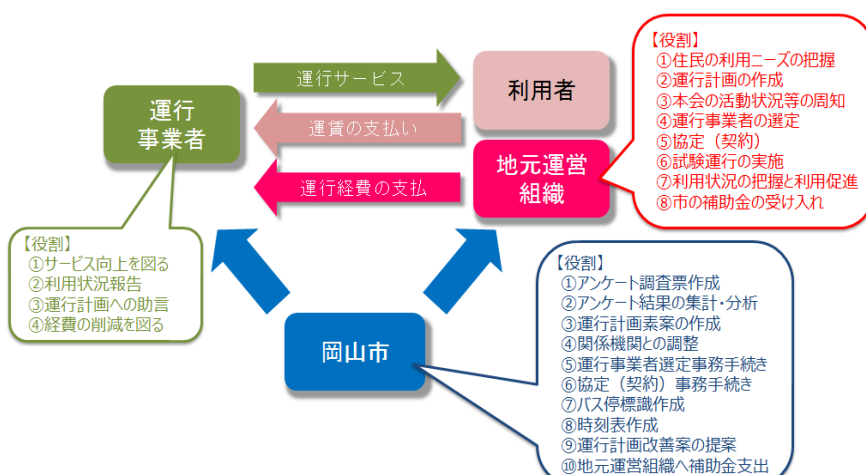
子どものネットワーク
ケア会議のネットワークなど

■今後取り組もうとする人に伝えたいこと

考えるだけでなく、何でも良いと思ったことを実際にやってみなければなりません。そのうえで良かったこと悪かったことを判断して、みんなで変えて行ければと思います。地域みんなが和気あいあいとして、住んでいて良かったと思える地域になればと思います。

※生活交通とは

鉄道や路線バスの利用が不便な地域で生活・活動する方々の移動を支えるため、地元が主体となって計画・運用する公共交通サービス



運行経費の支払いについて：
運行事業者との契約に基づき、運賃収入分を除く運行経費を地元運営組織が支払う。

補助金について：
地元運営組織が支払う運行経費のうち、9割は市が補助。残り1割は地元運営組織が調達し、支払う。

<生活交通についてのお問い合わせ>

岡山市 都市整備局 都市・交通部 交通政策課

岡山市北区大供一丁目1番1号 TEL: 086-803-1376 FAX: 086-234-0435

岡輝中学校区情報

世帯数

14,011 世帯

人口

22,144 人

高齢化率

26.9%

■活動のきっかけ

高齢化率が年々高まる今、支援を必要とする高齢者の方が様々な介護、リハビリのサービスを受けて少しずつですが元気を取り戻していきます。

しかし、元気になっても、長い時間、地域との関わりがなくなっていた高齢者にとって地域に出ていくことはとても大きな壁となっていました。

せっかく元気になったのに地域に出ていくことが難しくなった高齢者に、少しでも地域に出ていき、昔のように隣近所の人たちと協力し合って生活していたころをもう一度思い出してもらおうきっかけになればと思い、みんな食堂を始めました。

そして、地域の子どもたちやそのお父さん、お母さんにも参加してもらい、地域の現状を知ってもらおうきっかけを作り、地域で子どもやお年寄りをみんなで支えていく仕組みを作りたいと思っています。



■活動内容

①岡輝地区での「岡輝みんな食堂」の開催

・月に一回(第2日曜日)地区内の施設を利用して食事を提供

※新型コロナウイルスの感染拡大状況に応じて、食堂ではなく弁当配布を実施。

- ・令和3年3月からはフードパントリーを同時開催
- ・子どもからお年寄りまでが役割をもてる場所を目指す

・地域のボランティアの掘り起こし

②子供の居場所「ゆうやけすくーる」の開催

・月に1回(第4水曜日)地域住民の事務所を借りて、宿題を教えたり、遊んだりなど自由に過ごす場を提供。

③他団体との協力・連携

- ・岡山こどもの居場所連携事業への参加
- ・同地区で子どもの居場所づくりに興味のある人たちとのつながり
- ・他の子ども食堂と協働でフード&ライフドライブの開催。

④防災活動

- ・公民館と共同で炊き出し訓練の開催
- ・災害時の炊き出しなどのボランティア活動
西日本豪雨災害では、避難所で炊き出しを実施

■活動の効果

参加者からは「普段は一人寂しく食事をすることが多いが、ご近所さんと一緒に食事ができ、いろいろとお話しできて楽しかった」「子どもの声が響く中でご飯を食べたのは久しぶりで楽しかった」「足が悪くても歩いて行ける距離に会場があるので参加しようと思った」などの声があり、ボランティアさんからは「席が一緒になった者同士が、楽しそうにお話ししている姿を見てまさに『居場所』だなと感じた」「時間の縛りなく出入りでき、気軽さを感じた」「自分の住んでいる地域にボランティアができる場所ができてありがたい」など、それぞれが「みんな食堂」という場を共有することの意義を感じていただいています。



■工夫していること

- ① 多業種、多分野にわたる多様な主体の参加。それぞれが得意分野を生かしつつ、ゆるやかにつながり、一市民として地域の課題解決に取り組んでいます。
- ② 一つの拠点の活動としてだけでなく、同様の事業を行う拠点との連携のため、7月に「こども食堂はじめまして交流会」の実施に関わっています。
- ③ フードバンク岡山など、ESD活動に先進的に取り組む団体と連携しています。
- ④ LINE、Facebook など、連絡手段としてさまざまなSNS、アプリを活用しています。
- ⑤ 取組の内容を一目で理解できるアイコンとして、レトロなイメージの「瑠璃水玉」の茶碗をメインモチーフとし多様性の象徴として7つの茶碗のイメージを作成しました。今後、同種の「みんな食堂」を開設する際には、のれん分けならぬ「茶碗分け」の仕組みを想定しています。



■参加対象者

利用者として、主に岡輝地区の子どもからお年寄りまで。

ボランティアとして、小学生～大学生、地域の大人たち、子ども食堂を始めてみたいと思っている人々たち。

■場所・開催時間・利用料金

(場所) 岡輝地区の福祉施設、公民館、コミュニティハウスなど

(開催時間) 毎月1回、第2日曜日
11時30分～13時30分

(利用料金) 高校生以上 300円 中学生以下 無料

■ひと

岡輝地区にある企業、医療・福祉、経済団体、NPOなど、さまざまな業種、分野にまたがり活動するメンバーが、「岡輝みんな食堂」を地域のネット

ワークの中継点と位置づけ、それぞれの得意分野を生かして、地域の活動を支援し、ともに活動しています。

■運営費

- (収入) 毎月の参加費。個人または、赤い羽根共同募金や岡山こどもの居場所連携事業からの寄付金。みんな食堂オリジナルグッズの販売(マスキングテープ・エプロン)
- (支出) 食材費、物品購入

■ネットワーク

(協働団体)

佐藤医院(旭町)／ふたば司法書士法人(奥田)／えくぼホームヘルプステーション(岡町)／のぞみクリニック(神田町)／鈴木屋(神田町)／メゾネット(奥田)／岡山市立岡輝公民館(旭本町)／チカク(倉敷市茶屋町 | 事務局)

(連携団体)

岡輝よりそいの会／岡輝ケアカフェ／岡山中央ロータリークラブ／フードバンク岡山／結音-ムスビネ-合唱団／子ども防災ネットワーク／おかやましまみんな食堂／子どもを主体とした地域づくりネットワークおかやま

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

だれもが孤独ではなくささやかな役割がある…岡輝みんな食堂の目指す未来は「楽しんで年を重ねられる社会」につながっています。

ひとりひとりが主体的に人生を選択し生き生きと日々を過ごせる地域。子どもたちと、ロールモデルとなる大人との交流。子どもたちの小さな発見や成長をともに感じ、だれもがささやかな役割を持てるような居場所がある地域。地域の未来を次世代につなぐために、多様な主体を巻き込みちいさなネットワークの輪を自らの手で楽しみながら活動してほしいと思います。



ひよこ子ども食堂

インタビュー 代表者：林 正則

吉備学区情報

世帯数

8,197 世帯

人口

19,079 人

高齢化率

23.8%

■活動のきっかけ

新聞やテレビ等のメディアで子どもの貧困が取り上げられており、子ども食堂の存在を知りました。自分が住んでいる地域にもそのような活動があったら良いなと思ったのがきっかけです。

また、ひとり親家庭の知り合いから、一人で子育てをするのは大変だと聞きました。特に、料理は栄養面等を考えるのが難しいという話を聞いて、自分の中で子ども食堂についての意識が高まっていたこともあり、地域にまだないのなら自分で作ったらいいのではないかと思い立ち、平成29年から活動を始めました。

開催に伴い、自宅を改築し、2階に台所をつくり、子どもの居場所として開放しました。多くの子どもたちに利用してもらいたいという思いがあり参加対象者を絞っていません。また、活動を継続する中で、運営スタッフに、夜間中学校の教員がいたため、宿題も見てもあげようということになり学習支援も行うようになりました。



■活動内容

①ひよこ子ども食堂の開催

- ・地域の子どもから高齢者まで幅広い世代が交流をもてる場
- ・季節のイベントとして、流しそうめんやスイカ割りなどの開催

②学習支援

- ・毎週日曜日の夕方に開催

■活動の効果

活動を始めた当初は利用する人も少なかったのですが、公民館にチラシを貼らせてもらったり、利用した人たちの口コミにより、利用する人が徐々に増えていきました。また、子どもたちだけでなく近所のおばあさんも利用してくれるようになり、いきいきサロンのような場になりました。たくさんの方が、楽しそうに話をしたり、食べている姿を見られるのは嬉しいです。今までは、同じ地域といっても顔も知らない人が多かったけれど、地域に住んでいる人同士の繋がりをもつことができるようになりました。

■工夫していること

メニューは、ボランティアが決めています。お肉や野菜などを使って栄養バランスの取れた献立にしています。ご飯ができる待ち時間、子どもたちは本を読んだり、学生ボランティアに紙芝居を読んでもらいながら過ごしています。そうすることにより、地域の子どもと学生との交流ができるようになりました。



■参加対象者

地域の子どもたちを中心に、高齢者、子育て中の親御さん、学生などのさまざまな世代が利用対象。ボランティアとして活動する人も幅広い世代が対象。

■場所・開催時間・利用料金

- ・活動場所：個人宅

・開催時間：毎月第2土曜日 11時～13時

・利用料金：15歳以下は無料

16歳以上は300円

（現在、コロナ禍のため、弁当提供。料金は15歳以下は無料で16歳以上は200円）

※事前予約必要



■ひと

構成スタッフ：近隣住民、学生ボランティア、協力企業・団体



■運営費

収入・参加費

- ・赤い羽根共同募金の助成金
- ・各種助成金

支出・食材費

- ・物品購入費

■ネットワーク

町内会/公民館/協力企業・団体/岡山市社会福祉協議会

■苦労した、苦労していること

活動を始めた当初、どのようにPRしたらいいのか、どうやって活動したらいいのか分かりま

せんでした。子ども食堂を開いても利用する人がいないと意味がないので、初めは知人や学童保育に声をかけました。利用者の口コミや公民館でチラシを貼ることにより、地域の人に活動が広まり自然と利用する人が増えました。

また、公民館講座で一緒になった人にこれから始める活動についての趣旨説明を行い、活動者を募りました。活動を行っていくうちに活動者が活動者を呼んでくれ、今では多くのボランティアに活動を支えてもらっています。

これからも、子ども食堂を続けられるように継続して一緒に活動してくれる人を増やしていきたいです。

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

地域で活動するのは、根気があることです。しかし、活動を始めたいと思ったその時が活動を始めるタイミングです。また、これから活動を始める人は、楽しみながら活動を行ってほしいです。無理やりになってしまうと、長くは続かないです。楽しみながら、長く続けられるよう取り組んでもらいたいです。

■今後の展望

子どもが中心の居場所ですが、例えば定年退職して地域と交流がない人や引きこもりがちの人が気軽に立ち寄れるような居場所になればいいと思っています。

また、コロナ禍の中、思うように活動ができず交流も以前に比べ少なくなりました。この状況が落ち着いたら、また以前のように食堂ができる場や季節のイベント等みんなと一緒に活動できることを開催できたら良いと思います。





社会福祉法人 報恩積善会の公益的な取り組み

インタビュー 代表者：前田泰史

津島学区情報	世帯数	5,203 世帯	人口	10,973 人	高齢化率	20.4%
--------	-----	----------	----	----------	------	-------

■活動のきっかけ

報恩積善会は創立 109 年を迎え、地域と共に地域に根差した運営を行ってきました。さらに平成 6 年の改築に伴い津島学区を中心に一人暮らしの高齢者へ給食サービスを開始、食堂や地域交流スペースの貸し出しなど福祉施設を地域資源として、地域に開かれた施設として誰もが和やかに生活できる社会の実現を目指しています。

地域コミュニティが希薄している中、法人理念である「和」のもと地域に貢献できること、また入所の方も地域の一員として社会に貢献できることがたくさんあると考えて様々な支え合いの取り組みを始めました。

■活動内容

①ほほえみカフェ（認知症・地域交流カフェ）

「認知症と共に生きる」認知症の方やご家族、そして地域住民の方と一緒に過ごしやすいまちづくりを目指して、認知症啓発の他、気軽に話ができる場をつくっています。認知症についての話やボランティアさんによるハーモニカ演奏等毎回違ったプログラムを行っています。

■参加対象者：子供から大人まで誰でも参加可能

■日時：第 4 金曜日 13:00～14:30

■参加費：100 円（お茶代）

②ふれあい講座

「地域を元気に！」地域の居場所づくりと共に体も心も元気になる講座を開催。お灸体験や認知症サポーター養成講座等テーマも様々です。高齢者の方にとっては、バランスの良い食事や外出する機会が 1 回でも増えればと思い、ふれあい講座 3 回参加で昼食無料券として利用できる「メンバーズカード」を発行しており、参加する楽しみの一つとなっています。

■参加対象者：子供から大人まで誰でも参加可能

■日時：2 か月に 1 回（基本的には偶数月）

■参加費：100 円（お茶菓子代）※別途実費

③配食・会食サービス

平成 6 年より津島学区の高齢者を対象に実施。配食サービスは必ず直接手渡しして安否確認の役割も担っています。会食サービスは施設で昼食・夕食をバイキング形式で食事していただけます。色んな方と交流する機会にもなり、友人ができた方、栄養バランスの取れた食事を定期的にとることにより糖尿病が改善した方もいます。

■利用日時：（配食）月・水・金の昼食

11:30～12:30（年末年始は休み）

（会食）毎日 昼食 12:00～13:00

夕食 17:30～18:00

■費用：（配食）450 円/食

（会食）昼食 400 円/食、夕食 300 円/食

■利用対象：（配食）津島学区の高齢者中心

（会食）地域の高齢者中心にどなたでも可能

■利用方法：（配食）申込後に事前訪問してから

（会食）事前に電話等にて申込



④報積クリーン隊

ひろえば地域が好きになる！施設入所者さんも地域の一員として地域に貢献する活動です。道路のゴミ拾い、公園の草抜き、ごみステーションの清掃など無理なくできることで活動中です。

■日時：月に1～2日（1時間程度）

■場所：笹が瀬町内、笹が瀬遊園地等



⑤つしまみんな食堂（地域食堂・子ども食堂）

「みんなでご飯をつくろう！食べよう！つながろう！」。つしまみんな食堂は地域の方が立ち上げ報恩積善会も協働し取り組んでいます。参加した方にちょっとした役割のある楽しい場所を一緒に創ります。感染対策をして京山公民館で開催しておりますが、食を通じて食育・体験・多世代交流の場となるよう報恩積善会も広報活動や物資支援等一緒に活動しています。

■日時：毎月第4日曜日 他

■場所：京山公民館、報恩積善会 等

■参加対象者：どなたでも参加可能

■参加費：高校生以上 300 円、中学生以下 200 円

⑥マイクラフト

入所者のやりがいやりハビリ、社会参加のため、寄付でいただいたタオルを雑巾サイズに縫い、オリジナルの刺繍を入れてクリーンクロス（布巾）を製作。製作したものを京山学区の保育園、幼稚園、小学校へ寄贈しています。メンバーの入れ替わりと共に地域住民の方も参加し交流の場にもなっています。寄贈の際には直接学校へ訪問し、子どもたちの喜ぶ姿を見ることで意欲とやりがいを感じています。またマスク作りなど楽しみながら幅広い活動を行っています。

■活動日時：水・土 13:00～16:00

■場所：養護老人ホーム報恩積善会 内

■興味のある方はお問合せいただき見学可能

⑦届けよう！支え合いの力！フードドライブ！

津島生活学校の皆さんが毎月京山公民館で行っているフードドライブで集めた物品を地域のこども食堂へ提供する中間支援を実施。地域のつながり作りと共に食品ロス削減にも地域団体と協働で取り組んでいます。

■日時：月1回程度

■場所：京山公民館、報恩積善会

■工夫していること

取り組みについて知ってもらうため活動毎にチラシを作成、町内会の回覧板や地域各所へ掲示・配布などSNSも活用しながら広報を積極的に行っています。ボランティアでの協力、活動への参加など取り組み毎に関わり方は様々ですが、無理のない範囲で何かつながりを持っていただけるようお願いしています。

■ひと

構成スタッフ：施設職員・近隣住民・学生ボランティア・企業

■苦勞した、苦勞していること

入所者さん同士の相性や好き嫌いによってやめる人が出た活動や参加者が固定化している活動があり、色々な方に参加していただけるよう広報やその人にあった活動を作る等工夫しています。

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

入所者も地域住民も施設職員も活動に関わる方にとって「楽しく」できる活動が大切だと思っています。始めることは大切ですが、継続することはそれ以上に大切です。「地域のため、誰かのため」の中に「自分」も加えて。地域に様々な支え合いの活動があることで、支えらえる側としてだけでなく、支える側として主体的に活動へ参加できる機会にもつながるのではないのでしょうか。「無理せず・楽しく・困ったから助けて」といえる関係づくりに、まずは自分ができることを！





社会福祉法人ももその学園の 地域貢献活動への取り組み

インタビュー 代表者：中谷 令

蛍明学区情報	世帯数	1,617 世帯	人口	3,319 人	高齢化率	46.1%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■活動開始時期

平成 29 年度～

■活動内容

- ・ サロン活動
- ・ 買い物送迎
- ・ 小旅行等の余暇時間の提供
- ・ 田畑の活用

■活動対象者

周辺地域の高齢者、住民

■活動の頻度・時間

- ・ サロン活動：月 1 回 1 回あたり 120 分
- ・ 買い物送迎：月 1 回 1 回あたり 120 分
- ・ 小旅行等：不定期
- ・ 田畑の活用：毎日
(生活介護の活動の一環として取り組み)

■活動のきっかけ

ももその学園は岡山市北区栗井という山間部に法人を構えています。周辺地域はのどかな田園風景の広がる豊かな土地ではありますが、住民は高齢になり、独居の方も増えています。そのため田畑の管理が難しくなっていたり、外出や顔を合わせて会話をする機会も減っている状況です。

そのため、日ごろお世話になっている地域への恩返しのような意味合いから地域貢献を始めました。

■活動内容

〈サロン活動〉

法人が主催して行っている活動（栗井地域）と、地域で行われているものに参加する活動（間倉地域）と 2 種類あります。

栗井地域のサロンについては茶話会が主な内容となっています。参加される方と雑談をしたり会話の中で日々の困り事を伺ったり、また、看護師が同席していることから、健康維持に係る話や健康につながる食生活の話などもお伝えしています。地域住民の参加人数は平均 5 名程度です。

間倉地域のサロンに参加する際には、買い物送迎の日程調整や参加確認、看護師による健康体操などを行っています。

〈買い物送迎〉

月 1 回、間倉地域のご希望の方のみ近隣スーパーへ送迎を行っています。施設の公用車に乗り合わせて行き、買い物は各自で行っていただきます。

〈小旅行等の余暇時間の提供〉

平成 30 年度は「後楽園で紅葉狩り」、令和元年度は「高松城址公園で花見」といった内容で行っています。平成 30 年度に試行というかたちで後楽園へ赴いたところ、地域の方より「また行きたい」というお声があって、平成 31 年度はお花見を企画しました。あまり遠出をされない方も多いため、好評のようです。

〈田畑の活用〉

耕作放棄地を生まないという観点から、地域の方とやりとりし、田畑を無償で借り受けて、主として生活介護事業の活動の一環で農業を行っています。

地域住民の方々に教えを請いながら農業を進め、収穫物は行政が推進する「ノウフクマルシェ」などにも出店しており、また、食育の一環として法人で提供する給食などに活用されています。



■活動の効果

あくまでも事業ではなく、地域を支えるというコンセプトで行っている活動であるため、直接的な施設利用につなげるなど明確な活動効果を得ることを目的とはしていません。

しかしながら、地域住民の方と顔を合わせて会話をすることで、施設と住民の方との距離が近くなり、一層コミュニケーションがとりやすくなった点は活動効果として挙げられます。

また、定期的に集まりコミュニケーションをとりあうことにより、独居の方のご様子を把握でき、地域へ気を配るという点では、十分に目的を果たしていると感じています。

農業面では、地域住民の方もオブザーバーとして貢献していただいております、今に至るまで培ってきた技術やノウハウを継承してくださっています。

そうして出来た米や農作物についてご評価いただいたり、栽培のコツなどを教えていただいたりして、より地域との距離が近くなり、互いに貢献しているという実感を得ることで、ポジティブな関係を保つことができていると感じます。

施設を利用する方々にも、農作業に取り組むことでいきいきとした表情が見えています。

■今後の課題

すべての活動において、マンパワー不足が否めない状況です。どうしても同じ職員に負担が偏りすぎることになり、業務時間内での対応が難しくなっている部分もあるところが課題となっています。

また、活動としては小規模であり、明確なニーズ調査を行っているわけではないため、ニーズ調査不足感もあります。

そのため職員、地域住民ともに参画意識の向上を行わなければ、いずれ縮小してしまう可能性があるため、今後は提供プログラムや職員体制について工夫する必要があると感じています。



みなさんの支え合い活動を応援します!!

支え合い活動について知りたい・相談したい

岡山市では、各福社区・中学校区に、様々な地域福祉活動と人をつないだり、地域での支え合い活動の立ち上げなどをお手伝いする「支え合い推進員（生活支援コーディネーター）」を配置しています。

地域の取り組みや、「あったらいいな」をぜひ教えてください。

お気軽にご相談ください!!

北区中央



上杉 福田 古家 田實

北区北



黒住 土井 伊丹 江島

中区



徳田 三村 永禮

地域を
知る

思いを
つなぐ

活動を
支える

東区



石田 奥田 大窄 牧

南区西



水田 西山 村上

南区南



柳瀬 村上 為房

【連絡先】社会福祉法人 岡山市社会福祉協議会

北区中央事務所 ☎086-222-8619

北区北事務所 ☎086-250-2007

中区事務所 ☎086-238-9200

東区事務所 ☎086-942-3260

南区西事務所 ☎086-281-0027

南区南事務所 ☎086-263-0012

「通いの場」をつくりたい

～地域の皆さんが集まれる身近な交流の場をつくりませんか？～

「通いの場」といっても様々な活動があります。例えば、身近な場所でおしゃべりや交流を楽しむ「ふれあい・いきいきサロン」、歩く力や食べる力などの向上を目的に、ストレッチ体操・お口の体操・筋力トレーニングを組み合わせた体操をする「あっ晴れ！もも太郎体操」、孤食の解消はもちろん、地域での多世代交流やつながりづくりを目的とした「地域の食堂」など種類はさまざまです

「通いの場」を立ち上げてみたい、あるいは詳しい活動内容を知りたいと思った方はステップ①～④を参考にしてください。

みなさんが「気軽に」「楽しく」「自由に」「無理なく」集まることができれば、そこはすでに「通いの場」です。

ステップ① 「通いの場」について情報を集めましょう

すでに活動をしている「活動者」のお話を聞いたり、実際の活動場所にお伺いするのもいいでしょう。活動の交流会に参加して情報を集めてみるのもいいかもしれません。そこから自分が始められる活動を見つけましょう。

ステップ② 仲間を集めましょう

志を同じくする仲間を集めましょう。地域にはこんな方がたくさんいませんか？

- ・お世話好きな人
- ・地域の見守り役
- ・地域の盛り上げ役
- ・地域のことをよく知っている人
- ・気心の知れた人

気軽に呼びかけて仲間を集めましょう。

ステップ③ どんな「通いの場」にするか話し合しましょう

仲間が集まってきたら、どんな「通いの場」にするかみなさんで話し合しましょう。集まっておしゃべりをするだけでも楽しいですが、そこで体操をしたり、イベントをしたり、みんなで楽しめる「工夫」や「特色」があれば、きっとより楽しい場になるはずです。

ステップ④ 会場やルールについて決めましょう

安全で通いやすい場であれば、どこでも「通いの場」になります。活動にあった場所を探しましょう。

また、運営のルールも決めておきましょう。開催日は「毎月第〇の△曜日〇時から」と決めて開催すると集まりやすいです。また、運営するうえで、参加費が必要な場合は参加費をいただきます。

無料出前講師リスト

地域包括ケア推進課把握分 令和3年度調べ

講座名	内容	対象	問い合わせ・申込
健康・医療			
「在宅医療・介護のすすめ」出前講座	在宅医療・介護でどのようなことができるか、岡山市の医療・介護の現状、もしものときの心がまえなどについて学びます。	市内在住の概ね 15 人以上のグループや団体	医療政策推進課 地域ケア総合推進センター ☎242-3135
出前講座	家族や自身に支援や介護が必要になったときの備えについて理解を深めます。 ◆訪問看護について(内容、利用方法、相談窓口等) ◆「介護予防」「おうちでの介護看護」について	県内の職場や地域のグループ・団体	岡山県訪問看護ステーション連絡協議会 ☎238-6688 (月～金)
出前講習会	薬の本質と正しい使い方を知っていただきます。	岡山県民の地域のグループ・団体	岡山県薬剤師会 ☎222-5424
出張フレイル健康チェック	介護予防センターの専門職等が地域の集まりなどへフレイル健康チェック(心身の機能の測定)にお伺いします。(※所要時間1時間程度) ◆普段の生活について25項目の質問シートに回答・握力測定 ◆質問シートの結果をもとに専門職から健康で過ごすためのアドバイス	市内在住概ね 20 人程度の高齢者団体やグループ (※先着 66 団体/年)	岡山市ふれあい介護予防センター ☎274-5211
福祉			
認知症サポーター養成講座	認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者になってもらい、そのうえで、自分のできる範囲で活動をおこないます。	大多数が過去未受講である 10 名以上の参加予定者が集まる場	高齢者福祉課 ☎803-1230 地域ケア総合推進センター ☎242-3135
子ども虐待防止サポーター養成研修	子ども虐待の早期発見と予防のため、子ども虐待の現状を知り、子育て家庭に関心をもち温かく見守る、声かけをするなど、無理ない範囲でできる子育て支援に努め、子育て家庭を応援する方を養成する講座です。	市内在住の概ね 10 人以上のグループや団体	こども福祉課 ☎803-1223
出前福祉体験教室	「体験」を通じて福祉に対する理解を深め、「共に生きていく力」を育みます。メニューとして「福祉講話」「手話体験講座」「車いす体験講座」「アイマスク体験講座」などがあります。	自主的な集まり、団体等で、体験学習を希望する方	社会福祉協議会 ボランティア係 ☎201-0171
生活・その他			
消費生活出前講座	悪質業者の手口や断り方・契約トラブル、インターネット・スマホトラブルなどの対処法、エシカル消費や食品表示・洗濯表示・製品安全などを学びます。	市内在住の概ね 5 人以上のグループ・団体	生活安全課 消費生活センター ☎803-1105
防災に関する出前講座	防災に関することを学びます。 ◆災害(地震・風水害等)への備え ◆自主防災組織の役割など	市内にあるグループ・団体	危機管理室 ☎803-1082
地域防犯ボランティア講座	◆地域における自主防犯パトロール活動について ◆青色防犯パトロール活動の効果的な方法についてなど	市内の地域防犯ボランティア活動をしている人・団体、または町内会等のグループ	生活安全課 交通安全防犯室 ☎803-1106
出前講座	◆ごみゼロ啓発講座 岡山市のごみの減量化・資源化推進の状況、取り組みについてなど ◆食品ロス削減のための講座 食品ロスを削減するための取り組みについてなど	市内在住の出前講座を希望する団体・グループなど	環境事業課 資源循環推進室 ☎803-1321
鳥獣被害対策出前講座	鳥獣による農作物への被害が発生したところに出向き、鳥獣被害対策の基本的な考え方や今後の対応について学びます。	町内会など	各区役所農林水産振興課 各支所産業建設課
水道出前講座	水道のしくみや家庭でできる防寒・災害対策など生活に身近な内容から、水道事業の歴史や現状・課題まで、ご希望に応じて様々な内容の講座を行います。	岡山市内在住の人で概ね 10 人以上のグループや団体	水道局企画総務課 ☎234-5907

市民活動支援事業

事業名	目的・支援内容	支援対象	問い合わせ先
あっ晴れ!もも太郎体操普及・啓発事業	体操の普及による身近な場所での継続した介護予防活動を推進しています。 ■体操DVDの無償提供 ■介護予防センター専門職による当初3回の指導、次年度以降は年2回の出前講習(体力測定・講話等)の実施 ■フォーラムや交流会を開催し、意欲向上を図る	週1回以上体操をする意欲のある5名以上の高齢者のグループ ※随時募集	地域包括ケア推進課 ☎803-1256 岡山市ふれあい介護予防センター 中区・東区: ☎274-5211 北区: ☎251-6517 南区: ☎230-0315

事業名	目的・支援内容	支援対象	問い合わせ先
生涯活躍就労支援事業	シニアの方の経験や能力、希望する就労条件など整理・把握しながら、就労先を紹介します。	概ね 55 歳以上の方 ※生活保護受給者は対象外となります。	社会福祉協議会 生涯かつやく支援センター ☎225-4080
ふれあい・いきいきサロン(高齢者)	高齢者の健康増進や介護予防を目的に、地域の集会所などの身近な場所で、お茶のみ会やレクリエーション等を行う、憩いの場づくりの活動をしています。 ■活動費(立ち上げ資金 3 年間)の助成 ※条件有り ■立ち上げや活動についての相談、アドバイス など	活動の実践者、活動に興味・関心のある方	社会福祉協議会 地域福祉課 北区中央事務所 ☎222-8619 北区北事務所 ☎250-2007 中区事務所 ☎238-9200 東区事務所 ☎942-3260 南区南事務所 ☎263-0012 南区西事務所 ☎281-0027
子どもの居場所づくり相談窓口	食事の提供や学習支援等を通じた子どもの居場所を支援します。 ■立ち上げ・継続支援、交流、研修会開催 など	活動の実践者、活動に興味・関心のある方	
ボランティア養成事業	ボランティアしたい人、求めている人を調整して、活動につなぎます。 (ボランティア保険の加入受付、手話入門講座 など)	市民	社会福祉協議会 ボランティア係 ☎201-0171
支えるみんなの活動講座	地域でのつながりづくりや支え合い活動などを参加者が一緒に学び、地域活動の担い手を養成します。 ■各福祉区の公民館で 3 回の講座を実施 ■フォローアップの講座も実施	地域で見守りやサロン活動などの支え合い活動に興味・関心のある方	地域包括ケア推進課 ☎803-1286
地域の未来づくり推進事業	コミュニティビジネスの視点で取り組む、地域課題解決の取組みへの支援制度です。(対象地域あり) ■地域の未来づくり推進事業補助金 ■地域活力創出事業補助金(地域の産品等を活用した事業の試作、試行等への補助(対象地域あり)) ■地域の未来づくり計画 個別支援 ■地域活性化やコミュニティビジネスについて学ぶ講演会	■地域の未来づくり推進事業補助金 ・地域密着型団体 ・テーマ型団体 ■地域活力創出事業補助金 ・構成員が 2 人以上の団体	事業政策課 ☎803-1042 ※広報誌などで募集
岡山市区づくり推進事業 【地域交流部門】 【地域活動部門】	区民が主体的に企画運営する地域活性化イベント及び地域課題解決の取組を公募し支援します。 (1) 地域交流部門 区民主体で企画・運営する区の特徴を活かした地域交流イベントを募集し、採択した事業の経費の一部を助成する (2) 地域活動部門 地域住民組織を含む、NPO 法人やボランティア団体等多様な主体の協働を進め、地域課題を解決するために継続的な取り組みを募集し、採択した事業の経費の一部を補助する	10 人以上の構成員で組織され、代表者が実施区内に在住し、区内で活動する団体	各区役所総務・地域振興課 市民協働企画総務課 (ESD・市民協働推進センター) ☎803-1062 ※令和 3 年度 2 期募集：6 月 令和 4 年度 1 期募集：12～1 月
空家等適正管理支援事業	■空き家の再生活用や、適正管理を促進するために、リフォーム及び除却費用の一部を補助します。 ■リフォーム後の建物及び除却後の跡地について、地域の活性化に活用することを条件に費用の一部を補助します。(※最低でも 10 年間は活用すること)	空き家の所有者または所有者の承諾を得た者	建築指導課 空家対策推進室 ☎803-1410 ※募集期間は 令和 3 年 4 月 12 日～令和 3 年 12 月 17 日予定

上記以外にも様々な活動支援事業があります。詳細はホームページをご参照ください

<https://www.city.okayama.jp/kurashi/0000016243.html>

問い合わせ先一覧 ※岡山市の地域の保健・医療・福祉活動に係る機関です

機関名	主な事業・内容	問い合わせ先					
		北区中央	北区北	中区	東区	南区西	南区南
		岡山中央・岡輝・桑田・岡北・石井・御南・吉備	京山・中山・香和・高松・足守・御津・建部	東山・高島・富山・操山・操南・竜操	旭東・上南・西大寺・山南・上道・瀬戸	妹尾・福田・興除・藤田・瀬崎	福浜・芳田・芳泉・福南・光南台
保健センター	・健康市民おかやま 21 ・健康教室	803-1265	251-6515	274-5164	943-3210	281-9625	261-7051
地域包括支援センター	・小地域ケア会議 ・認知症サポーター養成講座	224-8755	251-6523	274-5172	944-1866	281-9681	261-7301
岡山市社会福祉協議会	・地区社協・社協支部 ・ふれあい・いきいきサロン ・あんしんカプセルおかやま	222-8619	250-2007	238-9200	942-3260	281-0027	263-0012
岡山市ふれあい介護予防センター	・あつ晴れ！もも太郎体操 ・介護予防教室 等	251-6517 （北事務所）		274-5211		230-0315 （南事務所）	
地域ケア総合推進センター	・「在宅医療・介護のすすめ」出前講座	242-3135					
公民館	・地域応援人づくり講座 ・各種主催講座、クラブ講座	各公民館					