

～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

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。

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、生活支援の必要性も高まり、地域の方をはじめとし、社会福祉法人や NPO 法人等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ました。

また、高齢者が社会参加・社会的役割を持つことによって、生きがいや介護予防につながっていくことも重要となっています。

この冊子は、「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」という想いを抱きながら、一歩踏み出すことを躊躇している方に向けて、支え合い活動等を行っている方の取り組み、具体的な運営の方法などについて紹介しています。

地域の特性を生かした支え合い活動から生まれるつながりや笑顔が、岡山市のあちろちらにたくさん広がっていくことを願っています。

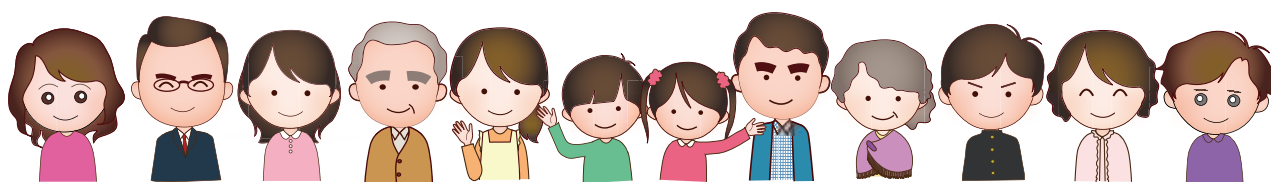
支え合い活動を広げるために…

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、「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！



もくじ

見守り活動

見守りふれあいたい活動（中区操明学区）	1
向こう三軒両隣の復活（南区福田学区）	3
南輝シルバー見守り隊（南区南輝学区）	5

通いの場

わかまつサロン（北区大元学区）	7
ふれあい・いきいきサロン珈琲の会/ふれあい支援リンク（北区横井学区）	9
ラジオ体操&OKAYAMA！市民体操（北区高松中学校区）	11
「バンブー水曜会」（東区角山学区）	13
カフェこおり銀座（南区甲浦学区）	15

困りごと支援

生活支援サポート岡輝よりそいの会（北区岡輝中学校区）	17
ちょっとだけお助け隊（北区御津南学区）	19
とみやま助け合い隊（中区富山学区）	21
シニアサポート倶楽部ねこの手妹尾（南区妹尾学区）	23
はなみずきの会／快護楽生会（南区東畦学区）	25

話し合いの場

旭竜学区支え合い推進協議会（中区旭竜学区）	27
平井学区地域づくり会議（中区平井学区）	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

岡山後楽館高校「らっかんランチ食堂」（北区南方地区）	35
岡輝みんな食堂（北区岡輝中学校区）	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（北区蛸明学区）	41
会陽の里安全パトロール隊（東区雄神学区）	43

参考資料

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



見守りふれあいたい活動

インタビュー 代表者：堀本 光久、田辺 典明

操明学区情報	世帯数	3,884 世帯	人口	9,050 人	高齢化率	19.9%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

平成 28 年度から小地域福祉活動計画を策定する中で、地域の各種団体とお互いの活動を理解し合い、情報交換する場が必要だということが分かりました。

そして、情報交換会を充実させるために、地区社協として見守り活動に取り組むことになりました。

■活動内容

【見守り活動】

- ① 一人暮らしの方の防災・防犯対応支援を目的に、お弁当の配食を実施していない 8 か月間（4 月～11 月）に見守り活動を行っています。
見守りの方法は、各町内会の委員が随時、郵便物がたまっていないか、夜間に電気が点いているかなどの住宅状況を確認しています。
- ② 活動後、「見守りふれあいたい訪問報告書」に、見守りの結果と気になる事項を記載し、各ブロック長に報告します。

【情報交換会】

年 2 回、操明学区社会福祉協議会役員、民生委員児童委員、自主防災会役員、各地域のブロック長と副会長で担当ブロック毎に分かれて情報交換会を実施しています。

見守り等で得た一人暮らし高齢者や要配慮者の情報等、お互いに持っている情報を持ち寄り、各種団体と共有して、福祉マップを随時更新しています。

【福祉マップの作成】

地区社協事務局が中心となり、個人情報保護に十分配慮したうえで、災害時要配慮者や一人暮らし高齢者、避難場所、子ども駆け込み 110 番施設などが一目でわかる地区のマップを作り、日頃の見守り活動や災害対策の検討に役立てています。



■活動の効果

地域に対して今まで以上に目を向けるようになり、意識が変わりました。また地区社協、民生委員児童委員協議会、自主防災会の横の繋がりが深まりました。

■工夫していること

地区社協、民生委員児童委員協議会、自主防災会の3者が連携して活動をしていることです。

また、「見守りふれあいたい活動」を独自に組織化するのではなく、3者それぞれの既存の活動を掘り下げていき、今ある組織を深めていくことを大切にしています。

今後は活動の成果が重要になってくると思います。

■参加対象者

80才以上の一人暮らしの方

(※令和2年度は78才以上の方)

■開催時間

【情報交換会】

開催：年2回

■運営費

費用はかかりません。

■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／藤崎苑／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

■苦勞した、苦勞していること

今後、活動に参加してくれる後継者をどのようにして募るのか、人材育成が課題になっています。

■今後の展望

現在は、新型コロナウイルス感染症の影響で福祉活動の重要な要素である戸別訪問が実施し難い状況にあり、福祉活動内容について0から考え直す必要があると思います。今回のような緊急事態の中で、電話連絡や広報誌の作成など、今後は訪問以外での活動を拡充していくことが求められると思います。





向こう三軒両隣の復活

(福田学区連合町内会・福田学区の安全と安心をまもる会・福田学区支援サポート協議会)

インタビュー 代表者：正保 弘行

福田学区情報	世帯数	4,827 世帯	人口	12,145 人	高齢化率	25.0%
--------	-----	----------	----	----------	------	-------

■活動のきっかけ

行政に任せられないと感じ、行政が作った生活支援サポーターのフォローが出来ていなかったため、福田学区で独自にサポーターの活動を話し合い、取り組みを決めました。

■活動経緯

福田学区の小地域ケア会議は平成 22 年 5 月から、年 2 回程度の会議を開催し、あんしんカプセル配布や介護支援サポーター養成等を行ってきました。

平成 27 年 10 月の小地域ケア会議では、高齢者の状況把握のためのアンケート調査を実施することが決まり、12 月にアンケート用紙を各町内へ配布、翌年 5 月にはアンケートの集計結果をもとに、今後の方向性を話し合いました。

6 月と 9 月には「支援サポーターの今後を考える会」を開催し、サポーターの現状と今後についての話し合いを重ね、福田学区独自のサポーターの組織化を進め、各町内での代表者(連絡係)を決めることになりました。

平成 29 年 2 月の小地域ケア会議では、福田学区支援サポーターの活動内容について話し合い、サポーターが組織化されました。



■活動内容

住民同士が支え合う環境をつくり、相互の連帯感を深め、支援を要望する住民を支援することを目的として次の活動を行っています。

- ①日常生活で近隣の居住者と気軽に相談・支援が出来る環境づくり。
- ②支援を要望する住民には、常に目配りをして希望に添った対応をする。
- ③その他、目的の達成に必要な活動をする。



立ち上げは学区で声かけをしましたが、画一的なものを目指していません。活動は町内単位とし、「各町内の実情に合わせた活動にしましょう」と話しています。

<活動の一例>

※町内によって活動は異なります。

- ・高齢者の訪問・声かけ
- ・町内の見守り(町内の人と話をしながらウォーキングを兼ね健康づくりになる)
- ・子どもの登下校時の見守り
- ・お知らせや配りもの等の時に情報収集
- ・近所の高齢者のゴミ捨て
- ・電球交換
- ・庭木の剪定
- ・簡単な雨樋の修理
- ・子どもから高齢者までの交流の場づくり
- ・サロンの開催

■対象者

困っている人（地域住民全員が対象ですが、学区外から来て、困っている人がいれば当然助けます）

■利用手続き

手続きは特にありませんが、サポートリーダーが中心となり町内を回り、困りごとを把握しています。情報は町内会長や民生委員児童委員で共有しています。

■利用料金

基本的には無償のボランティア活動です。

ただし、助けてもらった人がお礼をしたいという場合には気持ちを尊重しています。次をお願いしにくくならないようにしています。



■ひと

【サポートリーダー（学区内 18 町内：約 40 名）】

町内をまわり、困り事の把握をする役割。サポーターと協力して支え合い活動を行う調整役。

【サポーター（学区住民全員）】

支え合い活動に実際に取り組むのは、学区全員。子どもや高齢者も支える側になることがあります。

■運営費

ボランティア活動なので費用はかかりません。

■工夫していること

日頃のコミュニケーションをとるようにしています。家に行く時は出来るだけ複数で行くように気をつけています。

また、入り込みすぎないように（やりすぎないように）しています。専門の業者に頼んだ方がよい場合もあります。

福田学区支援サポート協議会という組織を立ち上げ、活動の中心となるサポートリーダーをフォローしていくため、平成 29 年 3 月には「福田学区支援サポーター交流会」を開催し、活動事例の報告やグループごとに情報交換をしています。

■苦勞していること

まだまだ、困っている人が気軽に頼める環境にありません。「助けて」が言えないため、「助けて」が言える環境や人間関係をつくっていきたいと思います。

町内会ごとの活動であるため、意識や活動に温度差があります。

■地域の人とのネットワーク

町内会長、民生委員児童委員や各種団体の代表者等との連携を大切にしています。

■今後の展望

向こう三軒両隣の復活

■メッセージ

身近な地域での仲間づくりに取り組んで欲しいと思います。苦勞もあると思いますが、ただ 1 日を過ごすのではなく、楽しむことに挑戦して欲しいと思います。





南輝シルバー見守り隊（南輝ケア会議）

南輝学区情報	世帯数	4,870 世帯	人口	10,573 人	高齢化率	33.3%
--------	-----	----------	----	----------	------	-------

■活動のきっかけ

平成 23 年度より「みんなが安心して暮らせる地域づくり」を目指し、学区内の各種団体と専門機関が協議する南輝ケア会議（小地域ケア会議）が発足しました。地域保健福祉のモデル事業（あんしんカプセルおかやま等）を行っていくと、「あんしんカプセルおかやま」配布後も継続して見守り活動を続けていきたい、見守られる人も見守る人も安心できる仕組みづくりがしたいと思うようになりました。会議を重ねていく中で、以前から行っていた学区のパトロール活動に加えて、「高齢者への声かけをしていく必要があるのではないか」という意見があがり、平成 27 年 4 月シルバー見守り隊が発足することになりました。

■活動内容

カプセル配布者を中心に町内高齢者への声かけ、安否確認（「見守り隊の手引き」に基づき活動）

<具体的活動>

- ① 高齢者の見守り・声かけ：郵便物が溜まっているか、家の電気が点いているかなどの安否確認や日頃の声かけ。
- ② 訪問活動：年 1 回の「あんしんカード」の更新確認やカード記入の手伝いなど。
- ③ 情報交換、シルバー見守り隊員の活動報告会の開催など。

<南輝ケア会議での取り組み>

（定例会議）	
【事務局会議】 奇数月 第 火曜日 14:00～	代表 1 名（連合町内会長）、副代表 1 名（地区社協会長） 総務 3 名（南輝ケア会議推進員代表、連町会代表、地区社協事務局長） 庶務 3 名（民児協会長、民児協 2 名）、会計 1 名（愛育会長） 福祉活動計画策定部会メンバー 支援機関（公民館、市社協、地域包括、保健センター 等）
【全体会】 奇数月 第 4 火曜日 15:00～16:30	各町内（町内会長、南輝ケア会議推進員、老人クラブ会長 等） 地域団体（連町会、地区社協、民児協、愛育委員会、婦人部協議会、老人クラブ連合会） 支援機関（公民館、市社協、地域包括、保健センター）
【推進員会議】 奇数月（不定期） 16:30～17:00	南輝ケア会議推進員（シルバー見守り隊長） 企画会メンバー
【企画会】 偶数月 第 4 火曜日 13:30～	代表 1 名（連合町内会長）、副代表 1 名（地区社協会長） 総務 3 名（南輝ケア会議推進員代表、連町会代表、地区社協事務局長） 庶務 3 名（民児協会長、民児協 2 名）、会計 1 名（愛育会長） 福祉活動計画策定部会メンバー 支援機関（公民館、市社協、地域包括、保健センター）
【総務会】 奇数月 16:00～	代表 1 名（連合町内会長）、副代表 1 名（地区社協会長） 総務 3 名（南輝ケア会議推進員代表、連町会代表、地区社協事務局長） 支援機関（市社協、地域包括）

■活動の効果

南輝学区地域福祉活動計画の活動推進として、平成 28 年度から①「あんしんカプセルおかやま」の配布先の拡大、②見守り隊員の増員を目標に活動し、配布先も見守り隊員も増えてきました。今後見守り隊の増員、人材育成、後継者育成をしていきたいと考えています。

南輝ケア会議を通じ、地域組織の横のつながりができています。総務・企画会で企画案を練り、全体会で話し合い決定していくことで、学区全体の合意のもと、活動しています。

また、「いきいき活動交流会」を年 1 回実施しています。地域全体の交流の場となり、それぞれの町内で実施しているサロンや老人クラブ活動などの交流だけでなく、地域の方それぞれの考えを出し合い、地域課題について考える場にもなっています。誰でも気軽に集える場づくりにもつながっています。



いきいき活動交流会

■工夫していること

あんしんカードは更新が分かりやすいように、毎年カードの色を変えました。

更新の際、個別訪問だけではなく、町内公民館（公会堂）でシルバー見守り隊員が対象の方と一緒にカードを作成している町内もあります。

それぞれに目的を持って活動している地域の各種団体が、同じ目標に向けて活動すること自体大変なことでした。まだ会議や活動の認知度が低いため、地域の方々に、時間をかけて、地道に活動内容を理解してもらっています。また個人情報の管理を徹底しています。

■ひと

シルバー見守り隊員：約 50 名

（町内会長の推薦を受けた方、顔写真入りの見守り隊員証を作成）

見守り対象者は「あんしんカプセルおかやま」配布対象者となります。

（年齢や同居の家族の有無に関わらず、見守り隊の定期的な訪問や年 1 回の「あんしんカード」の更新に同意いただける方。）

■今後の抱負

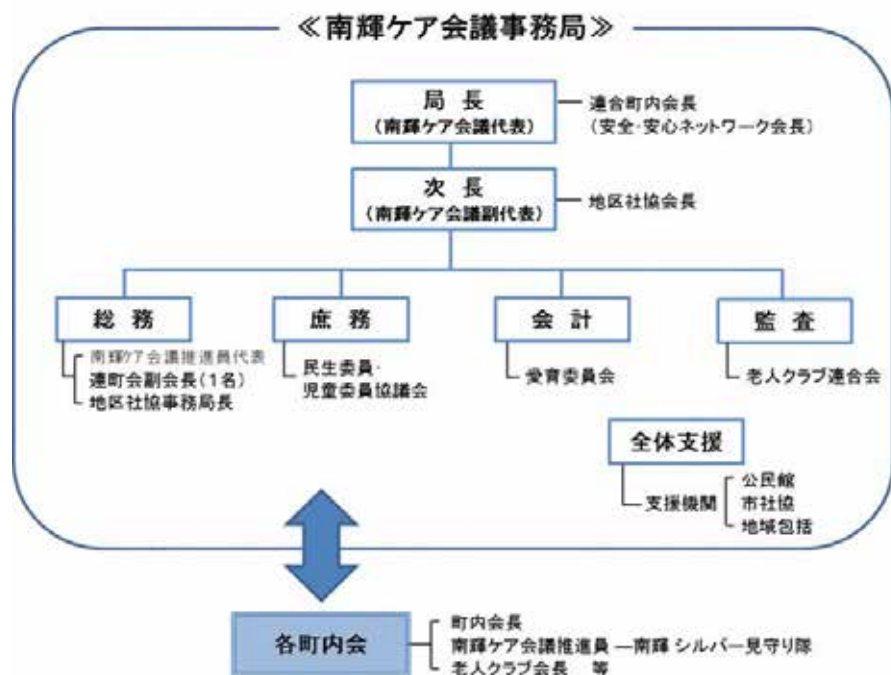
地域団体と関係機関が積極的に連携し、協力しながら「みんなが安心して暮らせる地域づくり」を目指して活動を続け、南輝学区に住んでいてよかったと思ってもらえる地域づくりに繋がっていきたいと思います。

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

地域が一体になって取り組むことが必ず必要です。若い人にもつながりを広げていき、次世代につながる活動をして欲しいと思います。



■ネットワーク



＜小地域福祉活動計画とは＞

小地域福祉活動計画は地域住民が地域にある様々な福祉の課題を考え、その解決に向けて活動していくための方針を立てるものです。

小学校単位で策定し、地域の実情に応じた計画を作ります。



大元学区

わかまつサロン

インタビュー 代表者：田邊恵子、片山康夫

大元学区情報	世帯数	7,953 世帯	人口	16,723 人	高齢化率	16.4%
--------	-----	----------	----	----------	------	-------

■活動のきっかけ

＜通いの場＞

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、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。



＜困りごと支援への取り組みについて＞

平成 30 年に行われた「生活支援サポーター養成講座」へ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りました。今迄に庭の剪定や重い家具の移動などといった困りごとを解決しています。

サロン内で「支え合いの輪を広げよう」と、顔の見えるご近所同士で、お互いに出来ることを出来る範囲で助け合う仕組みができつつあります。

「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

＜通いの場の主な活動内容＞

春…お花見会

大元中央公園に出かけて行き、歌をうたったりゲームをしたりして、桜の木の下で皆で食べるお弁当は格別です。



夏…町内の夏祭りに参加

毎年開かれる夏祭りに参加。バザーやゲームを行い、世代間交流にもなります。

※平成 28 年 11 月には「わたしのお宝文化祭」と称し、参加者が日頃大切にしている品々や手作り作品を持ち寄り、公会堂に展示しました。参加者の意外な一面も見られ、とても有意義な文化祭となりました。3 日間の開催でしたが、来場者数は 100 人を超え大盛況でした。

＜困りごと支援＞

助け合う仕組みづくりを考える中で、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、チケットにサインをした後、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活動者は、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を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、「こんなことでお金をもらっていいかわからない」「お金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)」

■工夫していること

<サロン活動>

・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。

<困りごと支援>

・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・困りごと支援のスタッフとしても活動しています。(1回の参加人数：25～30名)

■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 10:00～12:00

(1月、8月はお休み)

参加費：1回100円(年間1,000円)

※利用は当日参加可で、予約や申込は不要です。



■運営費

- ・参加費
- ・助け合いチケットの代金
- ・夏祭り時のバザーの収益
- ・町内会や地区社協、市社協からの助成金

■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)

■苦勞した、苦勞していること

- ・後継者探し
- ・開催場所(今以上に人数が増えると狭い、2階なので上がりにくい人もいます)

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

ご近所同士の支え合いをどのように進めていけばいいのか初めは悩みましたが、既に活動を始めている団体の活動からヒントを得て、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。

楽しみながら出来る「支え合い」、「助け合い」の一步を踏み出したばかりです。町内のネットワークで、お互いに手を携えることを大事にしたいと思っています。



ふれあい・いきいきサロン珈琲の会 ふれあい支援リンク

インタビュー：藤井 克巳

横井学区情報	世帯数	7,136 世帯	人口	16,071 人	高齢化率	24.9%
--------	-----	----------	----	----------	------	-------

ふれあい・いきいきサロン 珈琲の会

■活動のきっかけ

これまで、半田山ハイツ町内会では老人クラブの活性化と地域での支え合い体制づくりを進めてきました。社協から「ふれあい・いきいきサロン」事業のことを知り、お茶飲み会ができたらいと思い検討を始めました。まずは他のサロンを見学し話を聞きました。サロン名「珈琲の会」、スタッフ町内会役員4名、世話人1名と定め、役員会での承認を受け、平成26年3月より活動を開始しました。

■活動内容

- ・ドリップ珈琲を飲んでおしゃべり等。
- ・DVD観賞、詩吟などをする事とも。
- ・参加者の希望を聞くなどして、内容検討。
- ・地元の薬局が定期(第4水曜日)に参画し、健康教室や骨密度測定など行います。

■活動の効果

珈琲が美味しいと喜んで利用され、継続参加される方が多いです。立ち上げ当初は町内回覧での周知を行いましたが、最近ではクチコミによって参加されています。

同好会等で集まった方が誘い合ったり、小学生下校時の見守り・声かけパトロールをしている方たちが、活動前に利用していることもあり、立ち上げ当初から男性の参加者が多いです。喫茶店のような感覚で気軽に参加できる場として地域に定着しています。参加者の笑顔を見ると、これまで活動を続けて来られてよかったと感じます。

お互いに支え合える共助・情報交換の場として、内容の充実を図っていきたいと思っています。

■ひと

町内会婦人部高齢福祉部4名、世話人1名

■対象者

半田山ハイツ町内会の方ならどなたでも
(1回20名程度)

■1日の流れ

13:00～ 準備

14:00～ 開始

- ・受付で出席簿の名前をチェックし
(初めてのの方は、新参加者名簿に
名前記入)、参加費の支払い。
- ・順次入れたてのドリップ珈琲を
提供。
- ・飲みながらおしゃべり。

15:30 終了・解散

15:45 片づけ

■開催場所・開催時間・利用料金

場所：半田山ハイツ集会所

日時：毎月第2・4水曜日 14時～16時

料金：50円／1回1人

■運営費

<収入>

利用料金 (約18,000円／年)

町内会からの補助(※市社協助成金)

(10,000円／年)

<支出>

サロン保険 (5,200円／年)

珈琲豆等の食材 (18,000円／年)

什器、会議費 (4,800円／年)



ふれあい支援リンク

■活動のきっかけ

サロンの参加者や、地区の民生委員から、一人暮らしや高齢者のみの世帯ではゴミ出しや庭の草刈り、蛍光灯の取替えなどができなくなり困っているとの話があり、高齢者の日常生活支援を単位町内会として組織化しました。立ち上げに向けて、先進地の視察、町内会役員での検討、町内会で毎年実施している「安全安心ネットワーク勉強会」にて、市の関連部署・GOGO津高の協力により高齢者支援活動について意見交換を行い、平成29年11月に活動を開始しました。

■ひと

ボランティア 16 名（令和2年3月末現在）
町内回覧でボランティアの募集をしました。

■工夫していること

定期的かつ同一内容の依頼は、受付を簡素化しています。運営は、町内会執行部(会長、副会長、総務部長)、民生委員、リンク代表者による合議制としています。

■今後について

「半田山ハイツはいいところだな」、「高齢者のパワーすごいな」と思われるような、地域にしていければと考えています。

■活動内容

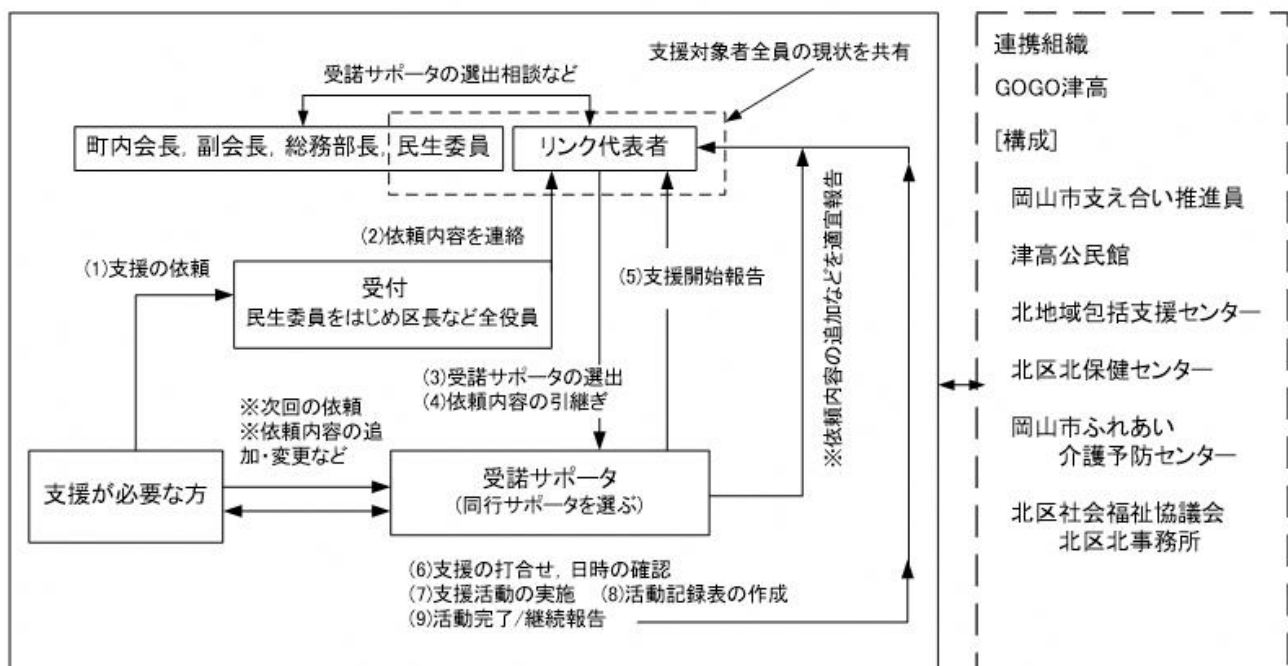
※半田山ハイツ町内会作成資料より

対象	半田山ハイツ町内会員で日常生活の支援を要する場合（原則として、満70歳以上の一人暮らし、または夫婦のみの世帯）
ふれあい支援リンクの性格ときまり	1. 無料ボランティア 2. 支援は1時間以内 （例外：医療機関の同行など） 3. 車の運転は代行も含めて対応しない 4. 複数サポーターまたは単独サポーターで実施 5. サポート活動を活動記録表に記載する
支援活動を行わない日	お盆、年末・年始
支援の例	1. ゴミ出し （可燃、リサイクル、埋立、粗大） 2. 電球の取替、リモコンの設定 3. 家具の移動 4. 草取り、庭そうじ 5. 声かけ・安否確認、話し相手 6. 医療機関への同行 7. その他、素人でもできること
支援の受付	民生委員をはじめ、区長など町内会全役員が受付窓口になり、リンクの代表者へ依頼内容を伝達する。
備考	支援を提供できない場合もあります。

■ネットワーク

GOGO津高（岡山市支え合い推進員、津高公民館、地域包括支援センター、保健センター、介護予防センター、岡山市社会福祉協議会）

ふれあい支援リンク 支援のながれ





ラジオ体操 & OKAYAMA！市民体操

高松中学校区情報	世帯数	7,097 世帯	人口	17,435 人	高齢化率	30.4%
----------	-----	----------	----	----------	------	-------

■活動のきっかけ

平成25年に高松公民館の「健康のヒケツ」講座の中で、健康な体づくりに役立つラジオ体操を取り上げたところ、参加者から仲間と一緒にやりたいという声があがり、公民館の開館日に毎朝行うようになりました。現在はラジオ体操だけでなく、OKAYAMA！市民体操も取り入れて活動しています。

毎年冬になると、近くの幼稚園の園児たちが月に数回、マラソンをしながら公民館に来て一緒に体操に参加するようになり、園児との交流の場にもなっています。また、公民館行事の中にも体操を取り入れ、地域の人々が気軽に体験できるようにしています。

■活動目的

健康づくりと地域住民のふれあいなどを目的にしています。

■活動内容

9：00～ ラジオ体操

9：10～ OKAYAMA！市民体操

9：15～ 出席カードにスタンプを押してもらって解散

■参加者の声や活動の効果

参加者からは「毎日参加して体調もいい。毎日楽しみにしている。」「家に一人だと体操をしないので、ここに来て体を動かしている。体操に来ると1日が始まって、今日も頑張ろうと思う。」「人から聞いて参加するようになった。近所の人とふれあえるので、毎日来ている。」といった声があります。毎日参加している人が来ていないと、「今日はどうしたんだろうか」「様子を見に行ってみようか」と安否確認の場にもなっています。

参加者は公民館まで歩いてくる人がほとんどで、最初は車で来ていた人も歩いて来るようになり、「痩せた」「お昼ごはんがおいしく食べられるようになった」という方や、足腰が悪かったが「足腰が鍛えられ、たくさん歩けるようになった」という方もいます。

公民館には地域のイベントや様々な情報が入ってくるため、情報発信の場となっています。この会に参加したことで、他の公民館講座やクラブに参加するようになり、友達が増えたという方もいます。平成27年には庄内・加茂学区、平成28年には鯉山学区で、1カ月体験講座を実施し、この高松公民館での活動をきっかけに鯉山学区では、ラジオ体操をする2つのグループができ、地域に活動が広がっています。



■工夫していること

出席カードを作成し、参加の状況が目に見えるようにしました。継続して参加してもらえるように工夫しています。

■参加対象者

地元住民

1回の参加人数は約20～50名。

■場所・時間

高松公民館 駐車場

9時～9時15分

休みの日は水曜日、日曜日・祝日と雨の日

■ひと

構成スタッフ：健康市民おかやま21メンバー、高松公民館職員。



■運営費

<収入>

利用料金なし

<支出>

なし

■ネットワーク

健康市民おかやま21 高松会議／高松公民館



<健康市民おかやま21とは？>

健康増進法第8条に基づく健康増進計画です。岡山市では、「すべての市民が健康で自分らしく生きられるまち」を目指し、平成15年度に「健康市民おかやま21」を策定し、市民と行政が一体となり15年以上にわたって健康づくり運動を推進してきました。平成25年度からは、前年度までの評価をもとに、「すべての市民が健康で、心豊かに生きられるまち」を目指し、「健康市民おかやま21（第2次）」を策定しました。第2次では、「健康を自覚できる人の増加」と「健やかな暮らしを支える社会環境の実現」を上位目標に掲げ、ヘルスボランティアや各種団体・機関と連携しながら、社会全体としての個人の健康を支え、守る環境づくりに取り組んでいます。

<お問い合わせ先>

岡山市保健所 健康づくり課

岡山市北区鹿田町一丁目1番1号 TEL：086-803-1263 FAX：086-803-1758



角山学区情報	世帯数	489 世帯	人口	1,113 人	高齢化率	40.4%
--------	-----	--------	----	---------	------	-------

■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
ストレッチ体操やお口の体操など行っています。
- ・ 「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。



■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。



イラスト：鈴木幹夫

■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を話し合い、楽譜に落として楽しく活動を行っています。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。

曲名 : 「ひとりじゃないよ」

作詞・作曲 : 「石原みゆき」

～歌詞～

落ち込んだときには
きょうの日は思ひだそう
みんなと笑った
きょうの日は
おもしろそう
また今度あえるまで
元気でいよう
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

■今後の展望

- ・ 生きがいづ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。



イラスト：鈴木幹夫

■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	2,160 世帯	人口	4,895 人	高齢化率	30.2%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■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が、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を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



生活支援サポート岡輝よりそいの会

インタビュー 代表者：米川光代

岡輝中学校区情報	世帯数	14,051 世帯	人口	22,358 人	高齢化率	26.6%
----------	-----	-----------	----	----------	------	-------

■活動のきっかけ

岡輝中学校区の高齢化率は岡山市の平均高齢化率より高く、市の中心部に位置しているため、若い世代の流出が比較的多く、高齢者のみの世帯が多いです。サロン開催時での聞き取り調査では、ごみ出しや草抜きなど些細な困りごと、話し相手がいないなど孤立する高齢者の現状が見えてきました。

そこで、平成 27 年度に岡輝公民館を会場として開催された岡山市ふれあい公社主催の「生活支援サポーター養成講座」を受講した方々が中心になって、「自分たちでもできること」「お互い支え合って自分たちのまちで暮らしたい」「いくつになっても自分のために、人のために、楽しく活動したい」という思いを持って平成 28 年度 4 月より活動を開始しました。

構成メンバーは平均年齢が 70 代前半ですが、いくつになっても、自分らしく、私らしく生きたいと思いながら活動しています。

■活動内容

・生活支援サポート事業（令和元年度実績）

内容	件数
ごみ出し	205
話し相手	30
草抜き	10
地域活動（みんな食堂）	13
その他（書類作成等）	2
計	260

- ・定例会…月に一度開催。活動のふりかえりと行事の企画等と民生委員会との交流会、ミニ研修（コミュニケーションについて、介護者の移乗について）など。
- ・サロン…年 2 回開催。「七夕サロン」「クリスマスサロン」

- ・地区内行事への参加…岡輝ケアカフェ主催の事業や佐藤医院主催「佐藤 de ごはん」への参加、岡輝みんな食堂でのボランティア活動等。

活動の中で、地域の高齢者施設の専門職の方々と構成された「岡輝ケアカフェ」や高齢者の窓口である「地域包括支援センター」と連携したり、活動に向けての地域の現状把握・基礎知識習得のための学習会を開催する等様々な取組を行いながらモチベーションを保ち、意識を高めています。



■活動の効果

＜岡輝よりそいの会で活動している方の声＞

「当初は、人との関わりを持つことが苦手だったが、今はより多くの人と関わろうと思えるようになりました。もっと人のために何かしたいと思っています」
⇒一人一人が小さな思いをもって活動しているけれど、それがつながることで些細なことでも喜んでくれる人がおられ、また喜んでいただいたことが励みとなり生きがいを持って活動することができていると感じます。

<活動しているメンバーが体調不良時に依頼した時の声>

「背骨を折った際、電話一本で飛んできてくれて助かった。気兼ねなく呼べるのが本当にうれしい。自分はいつもサポート側だけど自分が困ること

⇒実際に困った経験があるメンバーだからこそ、困っている人の心に寄り添えると考えています。



■工夫していること

- ・同じような活動をしている他グループとの懇談会を開催し、お互いの活動内容を理解し共有しています。
- ・活動メンバーが分かるように、名札を作成しています。
- ・岡輝みんな食堂一周年記念イベントのマルシェで出店した際の収益でベストを作成。→岡輝よりそいの会のPRやどこに誰が活動しているか明確になりつつあります。
- ・岡輝ケアカフェ等多職種や地域包括支援センターと連携することで、医療や福祉の専門的な助言を受けることが出来るので安心して活動しています。

■参加対象者

岡輝中学校校区に在住のおおむね75歳以上の独居又は夫婦のみの世帯。

■場所・開催時間・利用料金

場所：岡輝中学校区内

開催時間：**受付** 9:30～17:00

※水曜日・祝日は公民館が休館日のためお休み。

活動 12月25日～1月10日と

8月13日～8月15日はお休み。

※活動内容によってお休みの期間有。

利用料金：無料

■ひと

構成スタッフ：15名（窓口業務は岡輝公民館）

■運営費

開始時は0円。

地区内で開催される行事でのフリーマーケット等出店による収益。

■ネットワーク

岡山市立岡輝公民館 / 岡山市北区中央地域包括支援センター / 岡輝ケアカフェ / 岡輝みんな食堂

■苦勞した、苦勞していること

特にないです。毎回の活動を楽しんでいます。活動を行う上でモヤモヤしたこと、抱え込みそうなことは月に一度の定例会にてみんなで話し合っています。

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

「自分たちの大好きなまちで暮らし続けたい」

「そしてなにより自分たちの活動が楽しい」

「人の支えになることが自分の支えになる」

そういった気持ちを強く持っていますと、その気持ちが行動力となり、たくさんの助け合い活動が実現しました。活動を進めることで、地域全体で「お互いさま」の気持ちを持ち、将来的には生活支援サポーターの活動がなくても、隣近所で支え合えるまちになっていくことを理想としながら、住み慣れた地域で暮らし続けることが出来るように今後も楽しみながら活動したいです。





ちょっとだけお助け隊

インタビュー 大江・江田

御津南学区情報	世帯数	1,539 世帯	人口	3,548 人	高齢化率	36.6%
---------	-----	----------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

日頃から地域の高齢者のちょっとした修理の依頼やパソコン操作などを手伝っているうちに、高齢者は何でこんな些細なことで助けがいるのだろうか、と感じるようになりました。もしかしたら、同じようなことで困っている高齢者がいるのではと思い、「お助け隊」のようなものができないかと思いました。

宇垣原町内会では平成 16 年に「原地域安全パトロール班」を立ち上げており、小学校の登下校の見守り、夜警、のぼり旗の設置など地域の安全を守る活動をしていました。平成 23 年にパトロール隊のメンバーにお助け隊の立ち上げを提案し、平成 25 年に活動を開始しました。



■活動内容

(ちょっとだけお助け隊)

電球の取替え、電池交換、灯油の運搬、布団干し、ストーブの出し入れ、エアコンの設定変更、こたつの出し入れ、自転車の修理など高齢者の日常のささいな困りごとをお手伝いしています。これまでの活動では、自転車の修理がもっとも多くなっています。対応する際は原則 2 人以上で行っています。

なお、シルバー人材センターが取り扱っている作業内容については対象外としています。

～宇垣原町内会ではちょっとだけお助け隊以外にも高齢者支援の活動を行っています～

(宇垣原コミュニティサロン)

地域住民が集まり交流することを目的に月 1 回、宇垣原コミュニティセンターにて開催しています。お月見会や夏祭りなど子どもからお年寄りまで楽しめることを行い、毎回たくさんの方が参加しています。

(御守袋)

持病や服用薬、緊急連絡先などを記した用紙をラミネート加工し、「御守」として持ち歩けるようにしたものです。財布に入るサイズで幼児向け、子ども向け、高齢者向けの 3 種類を作成し、町内会の子どもや高齢者など希望する人に配布しています。

あんしんカプセルおかやまの配布もしていますが、外出時に何かあったときのためにと思い作成しました。



ふりがな					
氏名	(男・女)	生年月日	(大正・昭和)	年	月 日
住所	岡山市北区御津宇垣		電話	086-724-	
血液型	A・B・O・AB 型(Rh+/-)				
通院中の病院					
持病					
今飲んでいる薬					
その他					
【緊急連絡先】	本人との関係	連絡先(電話・携帯)			
1. 氏名	()				
2. 氏名	()				
3. 氏名	()				



■利用対象者
宇垣原町内会

■ひと
お助け隊員：約30名

■利用料金
(ちょっとだけお助け隊)
利用料：無料
※必要なものがあれば実費負担
(コミュニティサロン)
参加費：実費

■利用の流れ
利用者がお助け隊の代表者に電話で依頼します。
依頼内容や日時に応じて、代表者が隊員の中から
行ける人を調整し、隊員2名で活動します。

■ネットワーク
岡山市社福祉協議会御津分室／御津公民館

■活動の効果
業者に頼むと時間もお金ももっとかかるところを
すぐ対応してもらえて助かった、と高齢者の方に喜
ばれています。お助け隊として活動することで、地
域で出会ったときにあいさつをするなど住民同士の
つながりが増えています。

また、地域の高齢者の役に立つことで、お助け隊
として活動しているメンバー自身の生きがいや、や
りがいいにつながっています。活動している隊員の
多くは退職した男性で、男性同士の交流の機会にも
なっています。

■工夫していること

毎月、町内会だよりを作成し全戸に配布していま
す。コミュニティサロンの様子など地域活動の情報
を発信しています。Oni ビジョンや新聞などの取材
も受けたことで他の町内からも注目されています。

また、高齢者は困ったことがあるとすぐに対応し
てほしいという要望があるため、依頼があったらす
ぐに対応するように心がけています。すぐに対応す
ることで高齢者はとてもよろこんでくれています。

電化製品等の扱いが苦手な高齢者は、何が悪い
か原因がわからない人が多いです。お助け隊で修理
できないことでも、原因を調べて適切な相談窓口へ
のつなぎ役をしています。

■苦勞した、苦勞していること

最初に「お助け隊」を提案したときはメンバーか
ら反応がなく、理解がなかなか得られませんでした。
約2年間、粘り強く話し続けていくことで徐々に理
解が得られ、活動を始めることができました。

現在、活動しているメンバーは男性のみとなっ
ています。活動が平日の日中になるため、登録はし
ているがまだ活動していないメンバーもいます。今後
は女性にもメンバーに加わってもらいたいと思っ
ています。

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

地域みなさんはいろいろな特技を持っています。
それぞれの特技を活かすことで、様々な困りご
とと支援ができます。





富山学区情報	世帯数	6,198 世帯	人口	13,618 人	高齢化率	31.3%
--------	-----	----------	----	----------	------	-------

■活動のきっかけ

富山学区小地域ケア会議において 2025 年問題を議論する中で、この問題は高齢者の問題だけでなく、まちづくりにも影響する問題であることに気がきました。

このことをふまえて、小地域ケア会議では平成 29 年度に「富山学区第 1 次地域福祉活動計画」を策定し、「目指そう 文化と福祉のまち とみやま」をスローガンに地域の取り組み方針をまとめました。計画を策定するにあたり、座談会やアンケート調査を実施した結果、地域住民が抱える日常生活上の困りごとを解決する支援体制が必要だということに気がきました。

そこで、富山学区を「住み慣れた富山学区にいつまでも住み続けたい」と誰もが思えるようなまちにしていくため、高齢者から若い世代まで幅広い世代の日常生活上の困りごとを地域で解決する「とみやま助け合い隊」を立ち上げました。

■活動内容

【困りごと支援】

日常生活上の困りごとをサポートがお手伝いします。

(例：ゴミ出し、パソコンの設置・操作、草取り、病院等への付き添い等)

【理事会、役員会・事務局会議の開催】

サポーターの登録状況や依頼内容等を事務局やコーディネーター、サポーターで共有するために理事会と役員会・事務局会議をそれぞれ隔月 1 回開催しています。

【サポーター募集・説明会、研修会の開催】

地域からサポーターを発掘するため、サポーター募集・説明会を開催しています。また、サポーターに登録していただいている方向けの研修会も開催しています。

【広報活動】

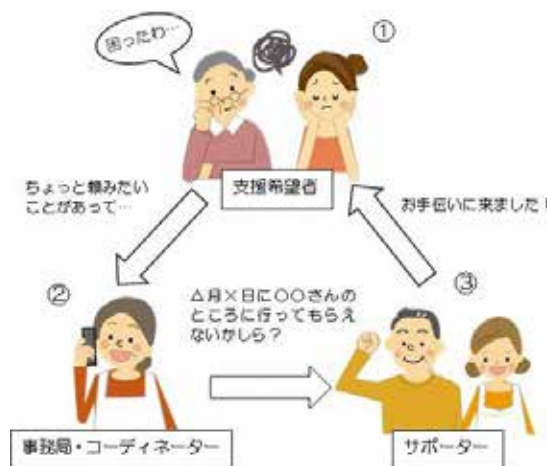
「とみやま助け合い隊」の概要や利用方法を掲載した広報チラシやマグネットシートを全戸配布しています。

また、サポーターの活動事例や利用状況を知っていただくために「とみやま助け合い隊活動ニュース」を発行しています。



とみやま助け合い隊活動ニュース

■活動の流れ



- ① 支援希望者がコーディネーターに依頼。
- ② コーディネーターは依頼内容を聞き取り、サポーターに連絡。
- ③ 依頼を受けたサポーターは支援希望者のもとへお手伝いに行く。

■活動の効果

平成31年4月から令和2年3月末までの支援受付状況

◆合計件数 153件

◆困りごとの種類

付添（病院・買い物）	55件
庭の草取り・剪定	38件
買い物代行	27件
掃除、片付け	10件
ゴミ出し	7件
その他	16件

■工夫していること

【広報活動について】

本システムを気軽に利用していただくためには、住民の皆様に利用の方法や料金等の仕組みを十分に知っていただかなければなりません。

そのためには、広報がなにより大切です。広報チラシの配布だけでなく、積極的に各種団体の会合やサロンの集まり等でも説明を行っています。

【記録について】

サポート依頼の全件につき、依頼者名、依頼内容、サポーター名はもちろん、サポートにあたって気付いたこと等の記録をとっています。これらを分析して、随時本システムの改善を図っています。

■参加対象者

富山学区にお住まいの方であればどなたでもご利用出来ます。

■利用料金

基本料金として、30分までサポーター1人につき300円。以後、10分毎にサポーター1人につき100円ずつ追加。ただし、ゴミ出しは100円としています。

■ひと

- ・理事 18名
- ・コーディネーター 5名
- ・サポーター 46名

■運営費

＜収入＞

- ・岡山市区づくり推進事業補助金
- ・連合・愛のカンパ助成金

＜支出＞

- ・会議費
- ・広報費（広報チラシ、マグネットシート）

■ネットワーク

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 / 愛育委員会 / 婦人会 / 栄養改善委員会 / 老人クラブ連合会 / 障害者クラブ

■今後の課題について

少しずつサポーターが増加していますが、町内によって偏りがあり、サポーターが全くいない町内もあります。今後は各町内にサポーターが配置できるように増やしていく必要があります。登録しているサポーターの内、実際に活動しているサポーターは半分程度であることも課題です。支援をするにあたっての心構えや留意すべき点など共通認識を持つ必要があるため、サポーターの研修会を開催しています。

またコーディネーターに対しては、担い手の養成も兼ねてコーディネーター研修を開催し、支援依頼者やサポーターへの対応や留意すべき点、情報・認識の共通化を図る必要があります。

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

◆準備は十分に！

まず、アンケートなどを実施して、住民のニーズをしっかりと把握する必要があります。アンケートを実施することで広報にもなります。

それに基づき、関係団体が一致協力の上、具体的システムを構築することが大切です。

◆テストランを！

できれば、地区を限定してテストランを実施することをお勧めします。

はたして、システムはうまく稼働するのか、住民やサポーターの反応はどうか等を予め検証しておくとうよいと思います。



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	4,096 世帯	人口	9,131 人	高齢化率	30.1%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

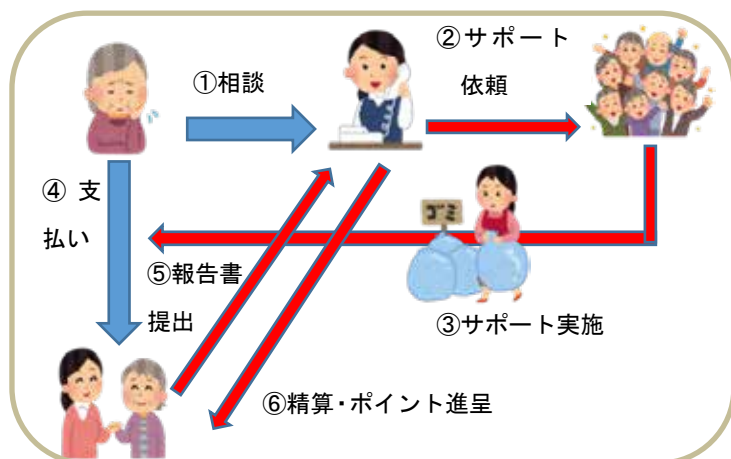
- ・代表自身が身内の介護を経験したことにより高齢者に寄り添う暮らしに関心を抱き、地域のシニア世代の方々の日々の暮らしのちょっとした「困った!」や「不便だわ!」と感じる部分を改善に導くお手伝いがしたいと考えた。
- ・介護保険では対応が難しいサービスや介護認定を受けていない元気な高齢者の日常をサポートできるサービスを展開していければと、学区の小地域ケア会議で提案。賛同した地域の有志が集まり生活支援の企画を開始した。
- ・平成 30 年に準備委員会を立ち上げ話し合いを重ね、岡山市の「地域の未来づくり推進事業補助金」を活用し、令和元年 10 月 1 日より事務所を設立。ボランティアスタッフを募り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



■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る。
- ・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う。
- ・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る。

- ・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る。



■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る。
- ・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る。
- ・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った。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る。

※実績数（依頼の種類）など

令和元年 10 月 1 日～令和 2 年 3 月 31 日

依頼件数 139 件

内訳：ゴミ出し 5 件・お出かけ同行 104 件・
家の片づけ 5 件・庭掃除 7 件・網戸
障子の張り替え他 18 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る。
- ・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る。

■参加対象者

- ・利用者
妹尾学区在住の概ね 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。
- ・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るが、近隣学区等からの活動希望者も受け付けている。

■場所・開催時間・利用料金

- ・場所
岡山市南区妹尾 344

- ・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
30 名
- ・利用登録者数
33 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／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るが、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、今後の課題としている。



■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。

■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う。

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り、現在の活動をさらに充実させていくことも大事だと思う。



はなみずきの会（老人クラブ）

快護楽生会

インタビュー 代表者：神田 悦義

町内会情報	世帯数	383 世帯	人口	1,132 人	高齢化率	30.7%
-------	-----	--------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

せのおニューシティは、平成2年から入居が始まった新興住宅地で、他地域（県外を含めて）からの終生の住処として来られた方が多くいます。

平成27年の秋頃、ゴルフ同好会の有志が、「高齢になっても高齢者施設には入りたくないし、夫婦で出来る限りこのまちで住み続けたいね」という思いから「高齢者安心街づくり準備会」を立ち上げ、平成28年1月から2月に西ふれあいセンターで実施された、「生活支援サポーター養成講座」を3名が受講しました。



■活動経緯

平成28年4月より、せのおニューシティはなみずきの会（老人クラブ）の部会として「快護楽生会」が誕生し、取り組みを開始することになりました。

平成28年6月に町内の60歳以上の方を対象に、岡山市ふれあい公社の中井氏の講演会を開催し、2025年問題について話をしてもらいました。

平成28年8月に、講演会の受講者に対しアンケート調査を実施しました。

平成28年10月より、サポーター登録者（助け合い活動支援者）を募り、特技や何ができるのかを整理した支援カルテを作成する等、具体的な行動を開始しました（この間に、岡山市ふれあい公社の中井氏、西ふれあいセンターの支援をいただいています）。

平成29年4月のはなみずきの会総会から、生活支援サービスを開始し、当初は試行期間として無料で実施していました。

平成29年10月より有料化へ移行し、有料化の方が依頼しやすいとの意見が多くありました。

■会の目的

＜快護楽生会の行動指針＞

私達は、自分の喜びや満足だけに時間を費やすのではなく、家族や縁あった人たち及び地域社会のために奉仕し、困っている人たちのために尽くします。

■活動内容・実績

サロンの開催（毎月第2火曜日）、ラジオ体操の実施（毎週木曜日）、会報の発行（年4回）、そして、究極の目的の「生活支援サービスの実施」です。

生活支援サービスでは、ゴミ出し、買い物同行、安否確認、窓拭き、清掃、草抜き、剪定、電球の交換等行います。活動は、1時間以内、原則2人1組、無理はしない、車での送迎はしないこととしています。

利用状況は、平成29年16件、平成30年18件、平成31年（令和元年）9件です。活動内容は、生垣の剪定、パソコンのトラブル対応、鉢植えの水やり、窓ガラス清掃等行いました。



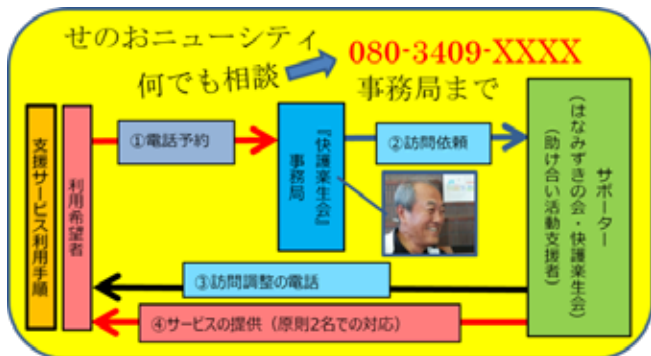
■対象者

せのおニューシティはなみずきの会会員

■ 利用手続き

「快護楽生会」の事務局に電話予約します。

その後、サポーター（助け合い活動支援者）から訪問調整の連絡がありますので、詳しい内容についてはお互いに話し合って決めます。



冷蔵庫に貼れるマグネットシート

■ 快護楽生会への協力金

協力金（一例）

頼めること	料金単位	料金
庭の草抜き・剪定	1回・1時間以内	1,000 円
ゴミ出し	1か月	500 円
布団干し・窓拭き・部屋掃除	1回・1時間以内	500 円
買い物同行・代行	1回・1時間以内	300 円
電球の取り換え等	1回・1時間以内	300 円
パソコン等・電化製品 トラブル対応	1回・1時間以内	300 円
安否確認（声かけ）	無料	無料
その他	都度	都度

※利用料ではなく、協力金としてご案内しています。

■ ひと

快護楽生会の役員 10 名、世話役 7 名（町内 14 班の中に、2 班に 1 名配置）… 会の運営をしており、毎月 1 回会議をしています。

サポーター登録者（助け合い活動支援者）49 名… 助け合い活動の実践者です。

※サポーター登録者には役員・世話役が重複しています。

■ 運営費

基本はボランティアなので費用はかかりません。

活動者への報酬はありません。当初はユニフォーム等の活動にかかる経費は、母体のはなみずきの会が負担していましたが、今後は協力金をプールし、備品購入代として使用する予定です。

■ ネットワーク

町内会、民生委員、岡山市ふれあい公社

■ 工夫していること

不審者と間違われないように、ユニフォームを作成し活動に際し着用するようにしています。

サロンの時に目安箱のようなものを設置し、困り事をメモ書きで書いてもらえるようにしています。

町内の 60 歳以上の方で、本会未加入者が 2/3 となっており、新規加入者を増やすため、会報を発行し町内会で回覧をしてもらっています。

■ 課題

「生活支援サービス」活動に対する理解不足がまだまだあります。それは「助け合い」活動に対する遠慮です。もっともっとコミュニケーションの場を多くして、気軽に助け合えるようにする必要がありますと思います。

■ 今後の展望

高齢者が安心して楽しく暮らせるまちづくり。「助けて!!」と言い合える地域づくりをめざして、困った時はお互いさまの関係づくり。

目指すは「華麗朗齡」人生！

【華やかに朗らかに齢を重ねる】



■ メッセージ

【ハチドリのひとしずくの話】 南米・アンデス地方に昔から伝わるお話です。小さな力の大切さを教えてください。

あるとき、森が燃えていました
森の動物たちは、我先にと逃げて行きました。
でも、ハチドリだけは、行ったりきたり。口ばしで水のしずくを運んでは、火の上に落としていきます。
動物たちは、それを見て、「そんなことして何になるんだ」と笑いました。
ハチドリは、こう答えました。「わたしは、わたしにできることをしているだけ」



旭竜学区支え合い推進協議会

インタビュー 会長：八代 武利

副会長：瀧本 孝

副会長：泉 照子

旭竜学区情報	世帯数	2,258 世帯	人口	4,101 人	高齢化率	36.7%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■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地区で市営住宅も多いです。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、さらに幸せに暮らしていけ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。

■活動内容

定期的な話し合い、高齢者アンケートやアンケート結果報告会の実施、広報紙の発行、あんしんカプセルおかやまの拡充をしています。

その他、地区社協の事業であるサロン活動の充実、高齢者会食・配食サービス、中国帰国者との交流、知的障害者連絡会とのネットワークの継続など既存の活動の支援もしています。

また、民生委員・児童委員の活動を補完するため、各町内会長をはじめ、各種団体の方、生活支援サポーター養成講座を受講したボランティアの方で、声掛け・挨拶・見守り等々ささいな事からの近所づきあいを深めていくことにしています。

そして、嶋村稔事務局長をはじめ、地域の各種団体の代表者が中心となり“旭竜助け合い隊”を発足させました。

今後は、日常生活のちょっとした困りごとを補いあえるような仕組みを作っていきたいと思っています。

■活動の効果

挨拶が多くなりました。

地域の子どもが高齢者に対して優しく温かいこ

とは思いやりの心が育っている証です。

■工夫していること

既に行っている支え合い活動に新たな活動を加えることで、活動を点から線へ、できれば面にするため支え合い推進協議会の機能を高め、活動を幅広く広報することを重点にしたいです。

■参加対象者

学区民全員

■場所

旭竜コミュニティハウスを拠点に活動

■ひと

○旭竜学区支え合い推進協議会委員には学区の全町内会長、各種団体役員が参加しています。

○高齢者会食・配食サービスには、地区社協ボランティアと民生委員・児童委員約20人が中心になり取り組んでいます。

○あんしんカプセルおかやまには全町内会長と民生委員・児童委員がその拡充にあたっています。

○旭竜助け合い隊サポーター養成講座には、現在16名の奉仕の喜びを持っておられる方が登録されています。



■運営費

旭竜地区社会福祉協議会と各町内会から拠出されています。“旭竜助け合い隊”が正式にスタートすると運営費負担が少し楽になるかと思います。

■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 / 旭竜学区栄養改善委員会 / 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

■苦勞した、苦勞していること

- ・多忙なメンバーが多く、協議の場が少ない。
- ・地域のニーズを少しでも多く引き出すこと。
- ・市担当者が異動することが多いのでなじみが少ない。
- ・高齢者は持病のある方が多いため支える側が少なく、若い人は仕事中心で地域への奉仕時間がもてないこと。
- ・他人のために動く・役に立つ事の大切さが教育されていない。

■今後取り組もうとする方に伝えたいこと

継続は力！！！！

災害時と同じ自助・共助・公助の大切さ、そして一番大切なことは近所の力です。「情けは人の為ならず」の精神をモットーとして、自分に出来ることを出来るときに喜びを持って実践し心を養っていきましょう。

お天道様は必ず見ていてくださる、という信念で取り組むことだと思います。そんな方が一人でも二人でもいてくださると、この地域は素晴らしい模範となれます。これこそが大先輩が教え残し

た“困った時はお互い様”の地域づくりです。ゆっくりがんばって参りましょう。





平井学区地域づくり会議

インタビュー 代表者：那須 和夫

問い合わせ先：☎090-3748-9450

平井学区情報	世帯数	6,227 世帯	人口	13,382 人	高齢化率	23.1%
--------	-----	----------	----	----------	------	-------

■活動のきっかけ

当時、民生委員児童委員と地区社協をしていた時、「それぞれの地区組織が同じようなこと（地域づくり）をしているなら、一緒にやれば各組織が何をしているのか活動内容を知ることができる。みんなで一緒にできたらつながりもできるはず」という思いが芽生えました。

平成 18 年に地域でまつりを開催する時、学区の全団体・学校園から委員を選出し、実行委員会を立ち上げました。各種団体が連携して地域活動の縦割りをなくし、顔の見える関係づくりを始め、10 年かけて組織や地域をつないできました。

さらに平成 22 年度から、平井学区連合町内会と山陽学園大学・短期大学、地元の専門学校と災害時避難所に関する協定を結び、食料などの備蓄を開始し、防災の取り組みも始めました。

平井学区を住み良い街、笑顔で暮らせる街にするためには、地域主体の「地域づくり」が必要と考え、平成 27 年度に地域の各種団体が幅広く連携し、地域課題の共有や課題解決策を協議する場として、「平井学区地域づくり会議」を設立しました。

（会議は、年 4 回（3 月・6 月・9 月・12 月の第 1 火曜日 18:30～）東山公民館にて開催しています。）



■活動内容

各種団体が把握している地域課題についてアンケート調査を行ったところ、高齢者に関する課題が最も多かったので、高齢者対策の検討を最優先し、平成 27 年度に「高齢者対策専門部会」を立ち上げました。認知症予防対策の一環として、認知症サポートリーダー養成講座の受講修了者を中心に「オレンジカフェひらい」を立ち上げ、平成 28 年 10 月から運用を開始しました。



また、平成 28 年度末から山陽学園大学・短期大学や旭東病院の協力を得て、認知症や運動能力、骨粗しょう症や脱水症等の測定・体験など、高齢者の健康チェックを実施し、参加者からは「普段できない検査ができ、大学の教員や病院専門職から検査結果のアドバイスを受けることで生活習慣の見直しにつながった」という声も聞こえてきています



タッチパネルで認知症チェック



ロコモ度チェックを受ける参加者

平成 29 年度には、地区民生委員児童委員 (17 名) が認知症サポーター養成講座を受講し認知症に対する理解を深めてもらいました。

また、平成 29 年度から年に 2 回実施している、成徳学校敷地内の山林で子どもを対象にした「プレイパーク」を、より参加しやすく身近な場所で実施するため、令和 2 年 2 月 24 日にコミュニティハウスで「こどもフェスタ」を行いました。当日は 124 名の参加者で賑わい、将棋やオセロゲーム、折り紙、たこ作りなどの遊びを用意し、最も人気のあったたこ作りの部屋では 30 個用意した材料が早々になくなるほどの大盛況でした。



第 1 回「平井こどもフェスタ」折り紙や将棋を楽しむ子どもたち。

平成 31 年 3 月には、77 歳以上の一人暮らし高齢者に防災・防犯や緊急時のために身につける「緊急用ホイッスル (ID カード入り)」を地区民生委員児童委員が訪問し配布しました。



配布している緊急用ホイッスル

■ オレンジカフェの場所・開催時間・参加費

東山公民館にて開催

毎月第 3 土曜日 11 時～ 13 時

参加費 100 円

■ 運営費

区づくり事業助成金

連合町内会助成金

参加者負担金

■ ネットワーク

連合町内会、安全・安心ネットワーク、シルバークラブ連合会、民生委員・児童委員協議会、地区社会福祉協議会、栄養改善委員会、愛育委員会、交通安全対策協議会、交通安全協会、交通安全母の会、コミュニティ協議会、平井消防分団、すずらん交流会、山陽学園大学・山陽短期大学、岡山旭東病院、岡山市ボーイスカウト団等

■ 工夫していること

平井学区地域づくり会議は、地域の各種団体から推薦された団体代表者によって構成しています。

地域づくり会議で議論された課題に応じて、専門部会を発足させ、具体的検討を行います。専門部会で検討された課題解決策や対策事業の計画などは、地域づくり会議に諮り、審議します。必要に応じて、先進団体や先進地域への視察を行い、事業内容や事業計画策定の参考としています。

また、学区発行の新聞や学区ホームページに掲載し、活動内容を PR しています。併せて、地域づくり会議発行のちらしを作成し、活動内容のアピールも行っています。

■ 今後の抱負

今後も地域課題の掘り起こしや課題解決策の継続検討及び具体的な事業検討を行う予定です。

そのためには、地域づくり会議を安定的に運営し、事業展開を行うための担い手の獲得や資金調達など、さらなる基盤整備と地域課題に対応した新たな事業や新サービスの創出が必要と考えます。

■ 今後取り組もうとする方に伝えたいこと

地域の課題は地域にあった取り組みがあり、地域がまとまっていないとできません。地域がまとまり、地域でできることは地域で行い、できないことは行政や学校園・地域企業と協働で実施する。自分が住んでいるところが安心して安全な地域であり、住みよい場所になっていけるようにみんなで協力していくことが大切です。



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	1,858 世帯	人口	4,083 人	高齢化率	35.9%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■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 か月に 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るよう、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、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	774 世帯	人口	1,816 人	高齢化率	35.8%
--------	-----	--------	----	---------	------	-------

■活動のきっかけ

平成23年に岡山市が交通実態調査を行い、その時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言われ、迫川内の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。迫川で実績が出来れば、瀬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11月～平成29年3月までの利用実績は延べ445名、稼働便数は272便でした。平成28年9月と11月に全世帯を対象に利用ニーズ調査（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。



■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、瀬崎支所、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

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、停留所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



<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



岡山後楽館高校「らっかんランチ食堂」

インタビュー 福祉科主任：小野 早織

岡山中央小学校区情報	世帯数	11,523 世帯	人口	19,702 人	高齢化率	27.2%
------------	-----	-----------	----	----------	------	-------

※南方地区単独での数字がないため、小学校区の情報を掲載しています

■活動のきっかけ

きっかけは、生徒から出てきた「孤食を防ぐ」をテーマに「食育推進大会 in おかやま」の一環で行った、地域の高齢者との郷土料理作りです。『たまには高校生と一緒に賑やかなところでごはんを食べるのもいいなあ』と言われ、高校生と一緒に食事をする場があることが、外出の動機や会話をする機会になるということ、校内の食堂がふれあいの場になるという新たな可能性に気付かされました。生徒からの「やってみたい」という声もあり、平成29年7月に「らっかんランチ食堂」がスタートしました。

最近では、隣接する子育て支援センターでも広報させてもらい、親子で参加してくださる方も増え、参加者は20名ほどです。高齢者をはじめ、地域の方々と高校生の世代を超えた交流の場になっています。



■活動内容

- ・地域の方に校内の食堂を開放して、高校生と地域の高齢者をはじめとした、多世代交流の場づくり
- ・高校生が接客対応したり、一緒に会話しながら食事をしたりして交流を図る
- ・食後に無料でコーヒーの提供
- ・季節のイベントの開催
流しそうめん、ミニコンサート、豆まきなど
- ・キッズコーナーの開設

■工夫していること

広報では、公民館や町内会、婦人会などに協力していただき、独居高齢者への呼びかけをしてもらったり、チラシを町内回覧してもらっています。また、学校公式ホームページでも開催予定日を公開しています。

参加してくださる方が一人きりにならないよう気かけたり、子連れのお母さんもゆっくり過ごしてもらえるように子どもと遊んだり、食事だけが目的になるのではなく、学生との交流や場の雰囲気を楽しめるようコミュニケーションをとることを心掛けています。



■活動の効果、参加者の声

奥さんの介護をされながら「その日だけは」と楽しみに参加してくださる方や、「いつもは私たちだけだから」と高校生と一緒に食事を楽しみに通って来られるご夫婦もいます。

食堂という場でのざっくばらんな会話で「普段は分からない学校の様子が知れてよかった」という声もあり、地域の方との距離も近くなったように感じます。生徒も教員も地域の方と顔見知りになったことで、挨拶ができたり、道端で声をかけ合えたり、普段からのつながりもできてきました。

また、この活動をきっかけに、地域のふれあい・いきいきサロンのお手伝いをしたり、参加者にヒアリングをさせてもらったりして、地域の方と生徒との新たなつながりも広がっています。実際に地域に出て、現状を知ることによって福祉の授業に対する生徒の学習意欲も向上し、今後のまちづくりの中心となる世代の福祉への意識を高めることにつながっていると感じます。



■参加対象者

主として南方地区の高齢者や障がいを持たれた方や子育て中の方など。

■場所・開催時間・参加費

場所：岡山後楽館高校内の食堂

時間：毎月1回 12時00分～12時40分

参加費：無料（各自券売機にて食券を購入）

※事前予約は不要

■ひと

構成スタッフ：岡山後楽館高校の生徒、教員（福祉の授業を選択している生徒をはじめ、関心のある生徒が参加）

■ネットワーク

町内会／婦人会／公民館／社会福祉協議会

■今後の抱負

日ごろ外出や人との交流の機会が少なくなっている方々も気軽に訪れることができ、利用して下さる方が増えることで「らっかんランチ食堂」が高校生と地域を繋ぐ場、拠点になってほしいと思います。

今後は、「らっかんランチ食堂」に来られていない方々に向けて、どうアプローチできるかを民生委員・児童委員の方々とも一緒に考えていきたいと思います。また、食事の後に簡単な講座（教員による授業）や芸術鑑賞（吹奏楽部による演奏等）なども地域の方と一緒に企画していけたらと思います。



■今後取り組もうとする人に伝えたいこと

「らっかんランチ食堂」は地域の方が集まりやすい、行きやすい場所に学校がある、という地の利を活かした活動です。今ある既存のもの、機能を活かして、できるだけ負担を少なく、長く続けられる活動にしていくことが大切だと感じます。



岡輝中学校区情報

世帯数

14,051 世帯

人口

22,358 人

高齢化率

26.6%

■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う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1日曜日）地区内の施設を利用して食事を提供
- ・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

③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て、いろいろとお話することができて楽しかった」、「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ている姿を見て、まさに『居場所』だなと感じた」、「時間の縛りがなく出入りできるのが気軽さを感じた」、「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」の実施にかかわっています。
- ③ フードバンク岡山など、E S D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1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、つしまみんな食堂、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。





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	世帯数	5,611 世帯	人口	11,432 人	高齢化率	19.7%
------	-----	----------	----	----------	------	-------

■活動のきっかけ

報恩積善会は創立 108 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へ開放し、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、また入所者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（認知症カフェ・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：子ども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：子ども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で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、友人ができた方や、栄養バランスのと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と協働で運営しており、参加した方にちょっとした役割のある楽しい場所を創ります。栄養士が毎回参加し、メニュー作りや衛生管理などを行い、施設を地域の資源として活用。食を通じて食育・体験・多世代交流の場としています。

■日時：2020年度は6・8・10・12・3月予定

■場所：養護老人ホーム報恩積善会 等

■参加対象者：どなたでも参加可能

■参加費：高校生以上 350 円、中学生以下 200 円

⑥マイクラフト

入所者のやりがいやリハビリ、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。入所者5名から始めた活動ですが、メンバーの入れ替わりと共に地域住民の方も5名参加し、交流の場にもなっています。寄贈の際にはメンバーが直接学校へ訪問し、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ふれあいホール

■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、地域の子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、食品ロス削減に他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、町内会の回覧版や地域の各所へ掲示・配布するなど広報活動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

■苦労した、苦労していること

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がありました。参加される方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、支えられ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ところを！





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

蛭明学区情報	世帯数	1,646 世帯	人口	3,411 人	高齢化率	45.0%
--------	-----	----------	----	---------	------	-------

■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粟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（粟井地域）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。

粟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いています。

〈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、昨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。



「おかえりなさい」今日も元気に会陽の里 安全パトロール隊

インタビュー 代表者：藤岡 理恵

雄神学区情報

世帯数

1,286 世帯

人口

2,634 人

高齢化率

39.1%

■活動のきっかけ

岡山市会陽の里は昭和 35 年開設以来、雄神学区で 65 歳から 100 歳まで自立から要介護 5 まで 80 名の方が生活をされています。

学区内の保育園・小学校・中学校・福祉交流プラザ雄神と交流があり、各種事業にご招待をいただいています。

活動のきっかけは平成 24 年小学校行事へ参加した時に、いつもお世話になっている町内会長さんから「安全パトロールに参加してくれる人たちが高齢になり困っている」とお聞きし、いつも地域のみなさんにしていただくばかりでなく、地域に出向いて、「できることが何かあるのではないか!」と職員同士で話し合い、とにかくできることをやってみようということになりました。

■活動内容

平成 25 年 4 月に活動を開始しました。

活動開始当初は、参加者も人数もばらばらで、とりあえず職員が声を掛けた数人の入所者が、隊員として通学路に立ちました。しかし、最初は何と声を掛けてよいのか分かりませんでした。

段々、パトロール隊員は固定してきましたが、集合時間に遅れたり、準備できなかつたり、いくつかのトラブルが発生していきました。

そこで、ルール作りをしました。

- ①活動日 月・水・木・金曜日 雨天中止
- ②出発時間は 15 時 15 分
- ③歩行の自立している方は先陣隊で出発
- ④職員も担当者を決めて勤務表に明記

■活動の流れ

15:00 黄色帽子とタスキを掛けて玄関前に集合

15:15 老人ホームを出発

雄神小学校の下校時間に合わせ、老人ホーム横の道路を移動して通学路に立ち、子ども達の帰りを待つ

15:30 子ども達が順番に帰宅するので、「お帰り」「ただいま」のハイタッチで挨拶

15:45 通学路に子ども達の姿が見えなくなったら、老人ホームへ帰り、明日の確認をして解散

パトロールは入所者 6 名で行い職員も同行します。



下校時刻に合わせて出発します



「お帰り」「ただいま」待ちに待った大切な時間です。
子ども達はいつも気軽に声をかけてくれます。

■苦勞したこと

障がいのため時間が分からず集合時間に遅れたり、その日の体調によって参加するかぎりぎりまで迷って出発が遅れることで、隊員が焦り、仲たがいをしたこともありました。しかし、話し合いの場を持ち、ルールを作ることで問題をひとつずつ解決していきました。

■工夫していること

幾つかのトラブルがあれば、トラブルを解消し、みんなが楽しく参加できるよう話し合いの場（茶話会）を持ち、ルール作りを行いました。

今でも、春休み、夏休み、冬休みの長期休暇ごとにパトロール隊メンバーで茶話会を実施して話し合いを続けています。

雨が降った時や新しい隊員を増やすときなど、施設職員が勝手に決めてしまうのではなく、必ず隊員である入所者に相談して、話し合ってから決めています。



■活動の効果

地域に貢献しようという思いから始めたパトロールでしたが、結果として「老人ホームの入所者」ではなく「雄神学区の一員」として活躍できる場所があることで「自分も人の役に立てる」という自信と生きがいを生みました。

地域の行事へ参加すると、パトロールで会う子どもたちだけではなく、保護者からも声を掛けていただくことが増えました。運動会では地域隊員さんと一緒に児童代表から感謝状を受け取り、パトロール隊員の嬉しく、誇らしげな表情を見ることができました。

「生きがい」「やりがい」「つながり」を地域から沢山もらっています。

老人ホームだから特別ではなく、どこで生活していても社会性のある生活を送ることが「人とし

ての生きがい・生きる」につながることを実感しました。

現在では、隊員の中で隊長を決めており、職員が声掛けをしなくてもメンバー同士で他者に声を掛けて参加者が増えています。

また、お互いの体調を気遣ったり、出来ない事はフォローし合ったりと連帯感が生まれてきました。

■今後の展望

活動内容は今以上拡大することは難しいですが、現在の活動を、これからも出来るだけ長く継続してできる範囲で、できる事を続けていきたいと思います。

私たちの活動を他の高齢者入所施設に知っていただき、安全パトロール隊の輪を他の地域にも広げ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

無理をすると負担になってしまうので、無理せず、行けるときに行き、できる範囲でできる事を続けていくことが大切だと思います。

家の中だけで生活をするのではなく、外に出て活動することで沢山の繋がりが生まれ、その繋がりは財産になります。

障がいがあっても年を取っても、必ず社会参加できます。



無料出前講師リスト

地域包括ケア推進課把握分 令和2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	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	自身の健康や老後のおうちでの過ごし方、家族の介護・看護について理解を深める 「認知症」「健康管理」等の介護予防、「食べる・飲み込むこと」「介護の技術」等のおうちでの介護看護について、介護保険・訪問看護についての分野あり	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（火～金）
出前講習会	薬の本質と正しい使い方を知っていただく	岡山県民の地域のグループ・団体	岡山県薬剤師会 ☎222-5424
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う	過去受講したことがない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	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」を育む。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」などあり	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 地域福祉・ボランティア係 ☎222-8619
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について	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 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	市内在住の概ね10人以上で構成された団体・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	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
あつ晴れ!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の推進 ■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
生涯活躍就労支援事業	シニアの方の経験や能力、就労条件など整理・把握しながら、就労先や社会参加先を紹介します。	おおむね55歳以上の方	社会福祉協議会 生涯かつやく就労支援センター ☎225-4080

事業名	目的・支援内容	支援対象	問い合わせ先
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 ■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
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 ■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	南区南事務所 ☎263-0012 南区西事務所 ☎281-0027
ボランティアセンター	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 地域福祉・ボランティア係 ☎222-8619
生活支援サポーター養成講座	住民同士のつながりづくりや地域の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する ■各福祉区の公民館で3、4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 ※広報誌などで募集
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。(対象地域あり) ■地域の未来づくり推進事業補助金 ■地域の未来づくり計画 個別支援 ■地域活力創出事業補助金(地域の伝統文化や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)) ■地域おこしやコミュニティビジネスを学ぶ講座	■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 (1)地域交流部門 区民主体で企画・運営する区の特色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2年度2期募集:6月 令和3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する ■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する(※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2年4月13日~令和2年12月18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

http://www.city.okayama.jp/kyoudou/kyoudou/kyoudou_00087.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・凝崎	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					

.....

[発 行] 令和2年7月 改訂（第4版）

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 岡山市北区鹿田町一丁目1番1号
電話：086-803-1286 FAX：086-803-1780

.....