令和２年度

ふれあい福祉座談会

どんなに社会に変化があっても

つながりを切らない・孤立させない

これからの支え合いって？

目次

はじめに～コロナ禍における支え合い活動について～
町社協（町社協設立モデル事業）について
そもそも支え合い活動とは？
これからの支え合い活動について（案）

前橋市大胡地区社会福祉協議会

はじめに　～コロナ禍における支え合い活動について～

新型コロナウイルスの影響により外出が禁止され、人が集まる機会や場所が失われました。そして、交流活動がなくなることでつながりが切れてしまうことも多いことが見えてきました。
それでも、超高齢社会は待ってくれません。
コロナ禍で、地域でつながれない時期が長くなるほど、つながれないことが当たり前になってしまい、これから先、孤立してしまったり、引きこもってしまう方が増え続けることが予想されます。

だからこそ、大変な時期ではありますが、つながりを切らない、孤立させない支え合い活動に取り組むことが大切だと考えます。
そのため、支え合い活動について考えたり、話し合うきっかけとして、本資料と動画を作成しました。

ふれあい福祉座談会　説明動画について

動画をご覧になる方法

説明動画は、YouTubeにて公開されています。
インターネットから、YouTubeのホームページを開いていただき
大胡地区社協　検索　で検索すると、
右の画像が出てきます。

そこを選択するか、もしくは、スマホでご覧になる方は、右のQRコードを読み込んでいただくとすぐにご覧になれます。

下のURLを打ち込むことで見ることができます。
https://youtu.be/GqtdL6t0XDQ

※詳しいQRコードの読み取り方法は前回添付のLINEの使い方をご覧ください。

市社協・地区社協・町社協の役割

自助 自助努力

自分のことは自分でする
自らの健康管理等

- ○地域への関心
- ○地域福祉に係る情報取得
- ○福祉学習や体験活動

互助 住民同士の支え合い

住民組織の活動・ボランティア活動
近隣住民による支え合い活動

地 区 社 協

- ○研修を通じて地域の情報を知る、学ぶ
- ○住民の困りごとをつなぐ
- ○地区の課題を企画会議で話し合う
- ○地区の課題を解決する

町 社 協（大胡町・茂木町など）

- ○支え合い活動の実践
- ○交流、見守りの充実

支え合い

支え合い（生活支援）
日常生活での困りごとへの支援
お互い様の活動
＝買い物支援・家事支援
除草 等

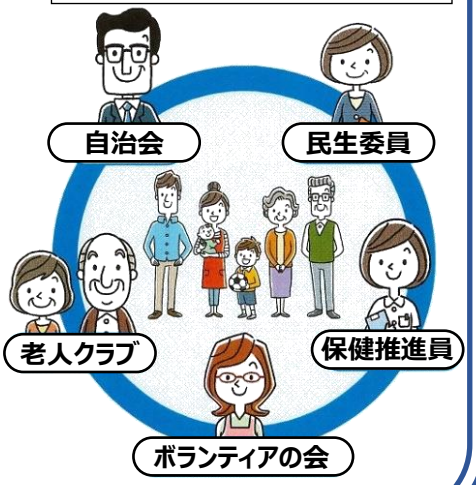
見守り

見守り（気づき・発見）
一人一人を大切にする
孤立させない
＝見守り活動、ひと声運動
見守り会議 等

交　流

交流（参加・つながり）
地域住民がつながる居場所
信頼関係をつくる
＝サロン、会食会、
ふれあいの広場、居場所 等

地区社協・町社協の主な構成メンバー



市 社 協

- ○（地域支援）町社協、地区社協が進める住民主体の支え合いの活動の推進
- ○（個別支援）専門職との連携による様々な困りごとへの対応

共助 制度化された相互扶助

医療保険や介護保険、年金などの
社会保険制度及びサービス

公助 法律や制度に基づくサービス

高齢者福祉事業、人権擁護・虐待対策
生活困窮に対する生活保護　等

町社協（町社協設立モデル事業）について

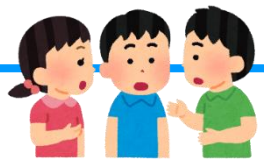
地域共生社会の実現に向けて

少子高齢社会が進む中で、私たちの周りでは生活環境も変わり、身近なところに様々な困りごとが生じています。
子ども、高齢者、障がい者等、全ての人々が住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らせる福祉のまちづくり（地域共生社会）の実現に向けて、地域福祉の主役である住民の主体的な地域福祉活動（支え合い）を進めることが、ますます重要となっています。

生活支援体制整備事業とは？

地域包括ケアシステムを実現させるために、地域の方々を主役に、社会福祉協議会・地域包括支援センター・行政がチームになって、地域の困りごとを題材に、解決に向けて話し合い、時代の変化に合わせた高齢者支援を考えています。

内 容



住民同士が地域の困りごとを解決に向けて話し合う

①住民主体の支え合い体制

住民が主体的に地域課題を把握して解決を試みる体制

- ご近所・自治会
- 地区社協
- 民生委員 児童委員
- 地縁団体 ボランティア
- 企業・商店
- 社会福祉法人 ＮＰＯ法人

様々な困りごとを抱える住民

市社協の地区担当者
（仕組み作りのお手伝い）
（住民と専門職のつなぎ役）

② 専門職の連携による相談支援体制

総合的な相談支援体制づくり

- 司法関係
- 医療関係
- 住まい関係
- 雇用・就労関係
- 高齢関係
- 児童関係
- 障害関係
- 保健関係

町社協設立モデル事業とは？

地域の困りごとは、隣接する地区や町であっても、
住んでいる人、地域の環境、地形などによって異なります。
生活支援体制整備事業を進めていくためには、
地域の困りごとの解決に向けた話し合い、
具体的な支援活動を町単位で行う必要があります。
地域内の困りごとについて考え協議する「町社協」という組織を先行して
立ち上げ、支え合いを推進する町を、町社協設立モデルとして指定し、
助成支援・運営支援をします。

「できる時に できる人が できることを」 が合言葉

高齢者との交流・高齢者の見守り・買物支援…
どんな町にも個人が抱える困りごとはあり、周りを見渡せば、必要な困り
ごとへの手助けはあるものです。
その中で、まずは「自分の好きなこと・できること」を考えてみましょう。

生活支援

ゴミ出し　買物支援　話し相手

介護予防

健康体操　趣味活動　社会参加

一人の百歩より、百人の一歩

高齢者支援は、介護保険制度導入後、専門職の力に依存する
傾向が強まりました。
しかし、超少子高齢化が進む中で、専門職の力だけでは
解決できない課題が浮上してきています。
みんなが持っている力を少しずつ持ち寄って「福祉の地域づくり」に取り組み
ましょう！

町社協設立までの流れ

町社協メンバーの役割

福祉委員

代表者（町社協を代表し運営する人）
世話役（受け手と担い手の活動を調整をする人）
担い手（困りごとを実際に解決する人）
受け手（様々な困りごと抱えている人）

1　企画会議を開催する

町社協を組織・運営していく上での中心となる住民が少数で集まり、
今後開催する座談会や調査などの予定・進め方について話し合う。

座談会の進め方についての合意形成

企画会議のメンバーで、ある程度の目標や進め方を決める。
座談会に呼ぶ人を決め、座談会で聞きとりたい意見や検討したい事項を考える。

2　座談会を開催する

「ふれあい・いきいきサロン」や「見守り活動」の担い手を中心に座談会を開催し、町の支え合い活動をどう進めていくかを話し合う。

①町社協設立に向けた支え合い活動の合意形成

町社協を設立する目的、町で支え合い活動を進めていくうえでの目指すことを話し合い共有する。

②町社協の活動をどのように進めていくか

町社協としての活動を決めるためには、住民が何に困っているのか（ニーズ）を把握することが必要であるため、
どのように困りごとを把握・整理するかを決める。

③役割を分担する

町社協の世話役とその他の関係者・団体役員がどのように協力を、していくかを決める。
（困りごとの把握・整理を進める人、担い手の状況調査を進める人）

3　住民の困りごとを把握する

町社協の活動を決めるために、住民が何に困っているかを把握・整理する。

アンケート調査・聞き取り調査

聞きたいことや知りたいことをアンケートにして調査をする。
高齢者宅等へ訪問したり、サロンの場で聞き取り調査を行う。

4　町社協の活動内容を決める

把握・整理した困りごとをもとに、何をどのように活動していくかを決める。

①何を・いつから・誰がするのかを決める

把握・整理した困りごとに対して、町社協がどのような支援・活動を行えるか検討し活動内容を決める。活動を始めるためのスケジュールを決め、活動に参加してくれる担い手を募集する。

②検討や準備が必要なことを整理する

活動をはじめる前に取り決めすべきことを整理する。
（活動の周知や広報・活動の調整や連絡方法・活動の拠点整備・担い手などが加入する保険など）

5　活動をはじめる

活動の周知・広報を行い、困りごとに対する支援・活動をはじめる。
また、実際に活動した結果をもとに活動方法を改善したり、今後の展開を考える。

①試行・プレ実施

考えた活動の内容や流れを試行してみる。実際に実施してみて、改善すべきことなどを話し合う。

②実施のための周知・広報

活動をはじめることを住民に向けて知らせる。
また、町の団体役員や会員などに周知し、協力者も増やしていく。

町社協の組織化
（規約の作成、福祉委員の役割等を決める）

そもそも支え合い活動とは？

そもそも“支え合い”ってなに？

ご近所クリエーター酒井保氏 「見守り活動」から「見守られ活動へ」より

今の「支え合い」は「支え」である。
「支える」「支えられる」という両方の行為が相まって「支え合い」
支え合いとは「できること」と「できないこと」の交換作業。

世界一幸福な国と言われる福祉先進国デンマークの理念

それまでの生活をできるだけ継続しながら、残っている能力を活かし、
自分の暮らし方を自分で決める。

オードリーヘップバーンの言葉より

歳を取ると人は自分に二つの手があることに気づきます。
ひとつは自分を助ける手。もう一つは他人を助ける手。

©UNICEF/HQ89-0475/ John Isaac

チャールズチャップリンの言葉より

私たちは皆、互いに助け合いたいと思っている。
人間とはそういうものだ。相手の不幸ではなく、お互いの
幸福によって生きたいのだ。

**支え合いとは自分のできることで他人を助けること
そのことでお互いが幸せになれること**

これまでの支え合い活動

サロンや会食会、体操クラブの開催

交流や居場所づくりの活動はこれからも支え合いの基盤

サロンは、見守りや交流の場・地域の方の活躍の場・情報交換の場であり、
これからも、つながりあう場として、地域の支え合い活動の基盤となる。

新型コロナの影響で年度内は原則中止

新しい生活様式では、今までのようなサロンや会食会の開催は難しい状況。
開催できないことで、これまであったつながりや交流がなくなり、高齢者の
孤立化や孤独化につながってしまう。

これからのサロンなどの交流活動

新しい生活様式でも、支え合いの基盤としてサロンや交流活動が必要である。
どんなに社会に変化があっても、つながりを切らない交流の活動にする。
※詳しくは、3月のふれあいのまちづくり研修会の時に提案します。

支え合い活動＝生活支援活動なの？

身近な困りごとの解決は生活支援体制整備事業の目標

高齢者の生活課題（困りごと）としてよくあがるもの

買い物

通院

草むしりや
ゴミ捨て

行政、銀行の
手続き

生活支援は、支え合い活動の有効な手段の一つ

生活支援活動を続けるには

生活課題も解決する手段も社会の変化とともに変わっていく

今の生活課題が10年先も同じようにずっと課題になるでしょうか。
下のように変化していくかもしれません。
そうだとしたら、困りごとも変化すると思いませんか。

買い物は、宅配や
インターネットで

オンライン診療
薬の処方は近所の薬局で

草刈りやゴミ捨て
専門業者や個人が副業で

デジタル化・キャッシュレス化
手続きは自宅やコンビニで

生活課題の変化に対応できる仕組みづくりが必要

これからの支え合い活動について（案）

高齢者数がピークを迎える2040年に向けて、これまで築いてきたつながりを活かしながら、これからの支え合い活動を考えていくことが大切です。
今回、これからの支え合い活動として、**「支え合い訪問活動」**を提案いたします。この提案をもとに、各町で話し合い、よりよい支え合いの活動になるように一緒に進めていきたいと思います。

続けられる活動にするために

**支援する人もされる人も
誰もが、お互いに
無理なくできることで
関わり合い、協力しあう**

課題に柔軟に対応できるために

**顔を合わせたり、
話したりすることで、
ちょっとした困りごとを
気軽に話せる関係をつくる**

年に１、２回の支え合い訪問活動

支え合い訪問活動を進めるためには

**担い手
（福祉委員・協力員）**

・年に1、2回の訪問活動
・地域貢献活動として

**受け手
（一人暮らし高齢者）**

・訪問を受け入れる
・助けられ上手になる

できることでお互いが協力し合う

支え合い訪問活動の効果

近所だけど関わることがなかった人に対して

・一人暮らしの高齢者がいることを知る。
・話しかけやすくなる。
・何かの時に気にかけることができる。
・役をおりた後も、お互いに近所としてのつきあいが続く。

５年、10年と続くことで

・地域で一人暮らしの高齢者と関わる人が増えていく。
・民生委員との連携も取りやすくなる。
・自然と地域での見守り活動を行えるようになる。
・地域に話せる人が増え、困りごとを相談しやすくなる。

自分が一人暮らしになったとしても

・地域の人が、毎年、訪問に来てくれる。
・地域に、自分のことを思ってくれる、困ったときに相談できる人がいるので安心できる。
・これまでのつながりは続くため、結果として知り合いが増え、近所づきあいが豊かになる。

つながりあえる仕組みができていることで
住み慣れた町で安心して生活できる

未来の豊かな“つながり”アクションの事例

おうちでまめかなプロジェクト～高齢者等の安否確認、困りごとの相談～ 山県市社会福祉協議会（岐阜県）

山県市社協では、高齢者等が社会と孤立せず繋がりを持てるように、安否確認や不安、困りごとの相談を目的とした「おうちでまめかなプロジェクト」を実施しました。「まめかな」とは「元気かな」という意味の岐阜県の方言です。
このプロジェクトでは、本会が管理している約2,000名に便箋や返信封筒を同封した手紙を出しました。
手紙を読まれた方から日常の出来事や子どものころの思い出のほか、日常の困りごとなどが書かれた手紙が返信されています。内容によっては包括支援センターにつなげたり、自宅訪問も実施しています。他にも、「いきいきつどいクラブ」登録の約80名の自宅に職員やボランティアが訪問して、健康状態を確認するとともに、脳トレや近況を知らせてもらうための便箋をお渡ししました。
手紙を出したことで、普段あまり関わりのなかった方ともつながりを持つことができました。訪問する中で、「外出できないので、訪問してもらえて心が和んだ。」と言って下さった方もありました。

～つながりを絶やさないために～ お元気ですかの気持ちを伝える「にこにこ元気パック」活動　大阪市天王寺区社会福祉協議会（大阪府）

大阪市天王寺区社協と地域住民をつなぐニュースレター「つながり通信」を発行。
社協のトピックや介護予防に役立つ体操、地域活動の様子を紙面にしてお届けすることを始めました。
ちょうど同時期に企業からの寄付物品をいただき「それを一緒に届けて元気になってもらおう！」「せっかくなので、簡単にお家でできる体操のリーフレットもつくろう！」「警察からはコロナに関する給付金詐欺の情報ももらい、一緒に届けよう！」と考えました。
「にこにこ元気パック」活動として、地域ボランティアに呼びかけ、日ごろ見守りをしている対象者や地域の活動に集っている皆さんに届けていただきました。
アンケートに寄せられた声には「元気パックのおかげで地域の高齢者の自宅に伺うきっかけになり良かった」「地域で活動が再開されて、外出する機会があって嬉しい」とありました。