

# 宝木地区

## I 協議体の概要

|  |          |  |   |                       |             |                                  |                 |
|--|----------|--|---|-----------------------|-------------|----------------------------------|-----------------|
| 会議名  |          | 支え合い会議   |   |                       |             |                                  |                 |
| 設置年月日                                      |          | 平成31年4月29日   | 開催頻度                                      |                       | 4回/年        |                                  |                 |
| 構成団体 (◎: 事務局)                              |          |  |   |                       |             |                                  |                 |
| <input type="radio"/>                      | 自治会連合会   | <input type="radio"/>  | まちづくり協議会                                  | <input type="radio"/> | 民生委員児童委員協議会 | <input checked="" type="radio"/> | 地区社会福祉協議会       |
| <input type="radio"/>                      | 老人クラブ連合会 | <input type="radio"/>  | 福祉協力員連絡会                                  |                       | 健康づくり推進委員会  |                                  | 第2層生活支援コーディネーター |
| <input type="radio"/>                      | 市社会福祉協議会 | <input type="radio"/>  | 地域包括支援センター                                | <input type="radio"/> | その他 ( )     |                                  |                 |
| 設置方式                                       |          |  |   |                       |             |                                  |                 |
| <input type="radio"/>                      | 新規設置     | 既存会議活用 ( )   |   |                       | ケア会議活用      |                                  |                 |
| 設置要綱・会則等の有無                                |          |  | <input checked="" type="checkbox"/> 有 ・ 無 |                       |             |                                  |                 |
| 設置までの経緯                                    |          |  |   |                       |             |                                  |                 |
| 時期   |          | 内容   |   |                       |             |                                  |                 |
| 平成29年<br>～30年                              |          | 地域ケア会議 (メンバー: 単位自治会長, 民児協会長, 民生委員, 包括等)<br>→ 地域包括ケアシステムや第2層協議体の取組について共通理解を図るとともに、地域の課題について検討を行った。  |   |                       |             |                                  |                 |
| 平成30年9月                                    |          | 各単位自治会に、自治会長を長とした「ふれあい福祉の会」を設立<br>活動内容: 一人暮らし高齢者等の把握と見守り, 生活支援活動, 地域福祉活動   |   |                       |             |                                  |                 |
| 平成31年3月                                    |          | 支え合い会議設立準備会<br>(メンバー: 地区社協, 自治会連合会, ふれあい福祉の会, 民児協, 福祉協力員連絡会, 老人クラブ等, 第2層協議体構成団体)<br>→ 第2層協議体設置に向け, メンバー構成や協議する内容, 地域住民の役割等について検討を行った。              |   |                       |             |                                  |                 |
| 4月   |          | 第2層協議体設置   |   |                       |             |                                  |                 |
| 協議体における検討内容 (協議体で取り組んできたこと, 議論してきたこと)      |          |  |   |                       |             |                                  |                 |
| 地域情報の共有,<br>課題やニーズの把握について                  |          | <ul style="list-style-type: none"> <li>ふれあい福祉の会や各参加団体からの情報提供</li> <li>各地域団体から得た情報をもとに, 意見交換を行うことにより, 地域の課題を把握</li> </ul>                           |   |                       |             |                                  |                 |
| 支え合い活動について<br>(見守り活動, 居場所づくり, 生活支援ボランティア等) |          | <ul style="list-style-type: none"> <li>見守り活動の継続実施</li> <li>介護予防・日常生活支援総合事業におけるサービスB (住民主体型サービス) について意見交換</li> <li>ふれあい・いきいきサロンの充実に向けた議論</li> </ul> |   |                       |             |                                  |                 |
| その他  |          | <ul style="list-style-type: none"> <li>「宝木支え合い通信」の発行</li> <li>「支え合い会議」の活動基盤となる「ふれあい福祉の会」を単位自治会に設立し, 福祉活動を実施</li> </ul>                             |   |                       |             |                                  |                 |

## II 取組事例

### 【地域における見守り体制の整備】#

ふれあい福祉の会（単位自治会）で実施している見守り活動について、活動状況や課題などについて、支え合い会議で共有し、地域ぐるみの見守りを行う体制としている。

#### 【見守り活動の内容】

65歳以上の見守りが必要な高齢者について、生活状況などから、以下のランクに振り分けて、自治会が中心となり、見守り活動を推進している。

- ① 一人暮らしの高齢者の把握
- ② 対象者の見守りランク付け
 

A：心配ない、B：やや心配、  
 C：心配・見守り強化、D：行政対応
- ④ ランク別の見守り等の対応  
 B・C対象者の担当指名等による積極的見守り活動の実施

宝木地区支え合い会議定期報告連絡事項（月日）  
報告団住名

1. 見守り対象者の把握状況（自治会のみです）

| 項目   | 65歳以上の一人暮らし高齢者 |           |           |         |           | 要<br>援<br>者 | 認知症高齢者<br>の把握 | 生活<br>支援<br>者 | 災害警<br>戒<br>員 |
|------|----------------|-----------|-----------|---------|-----------|-------------|---------------|---------------|---------------|
|      | 高齢者<br>世帯数     | A<br>心配ない | B<br>やや心配 | C<br>心配 | D<br>行政対応 |             |               |               |               |
| 把握状況 |                |           |           |         |           |             |               |               |               |
| 把握率  |                |           |           |         |           |             |               |               |               |
| 把握率  |                |           |           |         |           |             |               |               |               |
| 把握率  |                |           |           |         |           |             |               |               |               |
| 把握率  |                |           |           |         |           |             |               |               |               |

注1 認知症高齢者のある世帯とは、認知症の診断が明確なく、把握して見守りが必要な世帯を言う  
 注2 生活支援者とは、地域生活における事務の支援・サポート（ゴミ出しや買い物などの連絡など）

2. 会議当日報告・発表すること（全ての地域団体が報告します）

- ① 前週から本週までの活動がわかりやすいように記入してください。
- ② 上記以外の重要事項や緊急な事項の報告（緊急連絡先）
- ③ 見守り活動で出たこと、対象者のことで今後の見守りの参考となるような事項
- ④ 見守り活動として「あまのいっしょ」の一環として、実施した内容
- ⑤ あなたの団体やグループでの事業が実施したこと、開催場所づくり活動、趣味の活動等、地域福祉に関する情報など記入してください。
- ⑥ 上記以外の重要事項、その他事項の報告を共有することで、活動期間のつながり、連携づくり活動見守り活動、趣味や運動などによる居場所づくりなどその他の関係ならではの交流の場づくりを参考とすることです。

ふれあい福祉の会（単位自治会）の見守り状況をまとめた様式を活用し、情報を集約・共有している。

#### 効果（検討中の場合は、期待する効果）

高齢者の生活状況等に応じた見守りの優先度や、ランクに応じた具体的な見守り方法などを整理し、地域内で方針を共有することにより、地域ぐるみの見守り体制を構築できた。

### 【「宝木支え合い通信」の発行】#

内 容：

支え合い会議の結果（地区全体の見守り対象者数や活動事例等）をまとめ、会議構成員をはじめ、各自治会員等に配布することにより、「地域情報」を共有している。

#### 【宝木支え合い通信】

- 発 行：No. 1：令和元年 9月      No. 7：令和3年 9月  
 No. 2：令和元年12月      No. 8：令和3年12月  
 No. 3：令和2年 3月      No. 9：令和4年 2月  
 No. 4：令和2年 9月      No. 10：令和4年 5月  
 No. 5：令和2年12月      No. 11：令和4年 8月  
 No. 6：令和3年 6月      No. 12：令和4年11月



#### 効果（検討中の場合は、期待する効果）

会議結果の情報共有を行うことで、メンバーの更なる共通理解に繋がった。

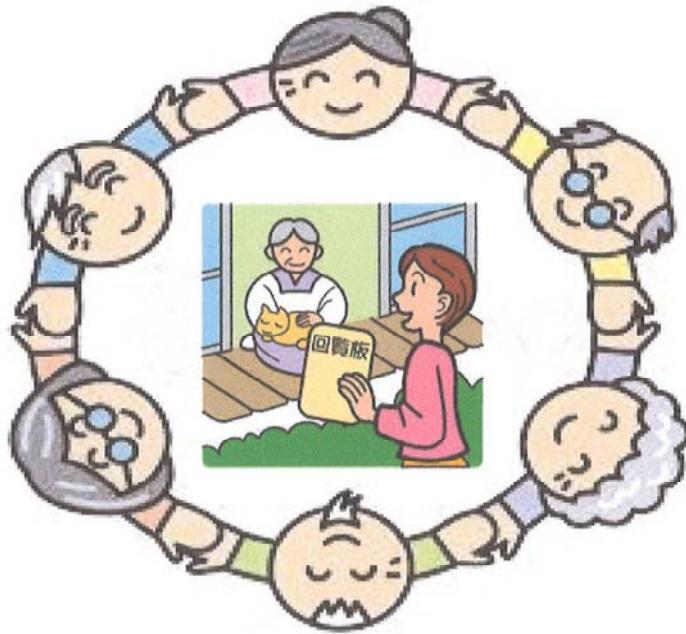
## III 協議体を設置して、良かったこと

ふれあい福祉の会や各参加団体間での情報共有を図ることにより、既存の取組内容が精査されるとともに、地域で高齢者が安心して暮らし続けるための新規の取組に向けた意見交換ができた。

## IV 今後の方向性

- ・ 見守り活動による、老々世帯、認知症在宅世帯、災害時要援護者の継続的把握、要生活支援者の早期発見と必要な支援の実施
- ・ 自治会のいきいきサロンなど、居場所づくりの構築による更なる介護予防活動の推進

## 地域包括ケアシステム第 2 層協議体 宝木地区支え合い会議



この会議は、事業を行うことを目的にしておりません  
会議の構築は、あくまでツールであります  
私たちは、向こう三軒両隣のころにより  
高齢者が自立した生活が出来るよう支援することが目的です  
宝木地区は、この目的を早期に確実に実行するため  
全自治会に、「ふれあい福祉の会」を設立  
直ちに一人暮らしの高齢者の見守り等の活動をスタートし  
そして今、これを 支え合い活動 の中核とした  
第 2 層協議体「宝木地区支え合い会議」を構築したのです

宝木地区社会福祉協議会

## 目 次

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| 第1 地域包括ケアシステム第2層協議体の発足に向けて      | 1  |
| 第2 地域での支え合い活動（住民主体の活動）          | 2  |
| 第3 ふれあい福祉の会＝自治会に設立する住民主体の地域福祉団体 | 3  |
| 第4 地域包括ケアシステム                   | 4  |
| 第5 「宝木地区支え合い会議」第2層協議体の構築        | 5  |
| <b>【添付資料】</b>                   |    |
| 1 宝木地区地域福祉が目指すもの＝地区社協会則から       | 6  |
| 2 地域の見守り・支え合い活動の着眼点             | 7  |
| 3 地域の高齢者等を健康づくり諸行事              | 8  |
| 4 生活習慣の見直しポイント                  | 9  |
| 5 高齢者等見守り登録カード                  | 10 |
| <b>【行政等の対応】</b>                 |    |
| 1 宇都宮市介護予防・日常生活支援総合事業サービス       | 11 |
| 2 介護保険制度にみる要介護度                 | 13 |
| 3 地域福祉活動中の事故に対する補償制度            | 14 |
| 4 宝木地区支え合い会議会則                  | 15 |
| <b>【おわりに】</b>                   |    |
| ・ 地域福祉雑感 ・ むすび                  | 17 |

## 第1 地域包括ケアシステム第2層協議体の発足に向けて

### 1 2025年問題：3人に1人が65歳以上

2025年問題とは、約800万人いるとされる団塊の世代(昭和22年～24年生まれ)が75歳以上のいわゆる後期高齢者になり、全人口の5人に1人という超高齢化社会へと突入するため、介護の世界で使われている造語です。これはこの年以降更に、少子化や核家族化の進行及び生活様式の多様化などにより、一人暮らしの高齢者や高齢世帯が増加するのに反して介護人材の不足などが深刻な状況になると言われているのです。

このため厚労省は、介護等の福祉サービスを地域住民の自主性や主体性による活動に広めるという観点に立って「地域包括ケアシステム(第2層協議体)」の構築を提唱しているのです。

※ 2025年には人口の3.3人に1人が65歳以上、5.6人に1人が75歳以上となります。

### 2 法定化された地域包括ケアシステム

平成26年「地域における医療及び介護の総合的な確保の促進に関する法律(改正法)」が制定されました。これによると第1条で「地域包括ケアシステムを構築することを通じ」が加えられ、第2条第1項で「地域包括ケアシステム」について定義づけられたのです。これは、2025年問題から高齢者が、可能な限り住み慣れた地域でその有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、日常生活の支援が包括的に確保される体制を構築しようとする目的によるものです。

宇都宮市はこれを踏まえ、住まい、医療、介護、介護予防、生活支援を行政・住民が一体的に提供される地域包括ケアシステム第2層協議体を、39の地区自治連単位での構築を提唱しています。

### 3 ケアシステム構築への宝木地区の対応

宝木地区は、平成30年自治会に「民生委員・福祉協力員・自治会役員」による“ふれあい福祉の会”を設立、見守り体制を整え活動を開始し、高齢者等に対する支援活動等に取り組みをはじめました。

この活動が常態化した時点、即ち平成31年4月ふれあい福祉の会を基調とし地域活動団体代表者等で構成する「ケアシステム第2層協議体宝木地区支え合い会議」を構築しました。

### 4 個人情報の取り扱い

- (1) 近隣の支え合いの生活から得られる情報は、個人情報ではなく地域情報として共有することを基本とします。
- (2) 個人情報を取り扱うことを予定している場合には、資料4「高齢者等見守り登録カード」作成同意書を求めることとし、その取扱いに当たっては、次のことを遵守すること。
  - ア 利用目的以外利用しないこと
  - イ 個人情報は安全な場所に保管すること
  - ウ 見守り名簿はコピーしないこと
  - エ 家族を含め第三者に渡さないこと
  - オ 決められた場合以外、第三者に個人データを提供しないこと



## 第2 地域での支え合い活動(住民主体の活動)

### 1 地域での支え合いは、向こう三軒両隣の心

高齢者が安心して暮らせる地域づくりは、ご近所さんの助け合いの心を唱えた「向こう三軒両隣」、即ち日ごろのお互いさまの心遣いが大切です。これは、この住民主体の見守り活動を展開することが、地域で支え合う基本的な姿なのです。

これを地域の支え合いに広めるため宝木地区は

- |                    |                      |
|--------------------|----------------------|
| 誰が・・・見守りを誰がするの     | ・・・自治会→ふれあい福祉の会→住民   |
| 誰を・・・支援(見守り)対象者    | ・・・65歳以上の一人暮らし高齢者の把握 |
| 何を・・・支え合い:どのような方法で | ・・・見守り・生活支援・介護予防     |

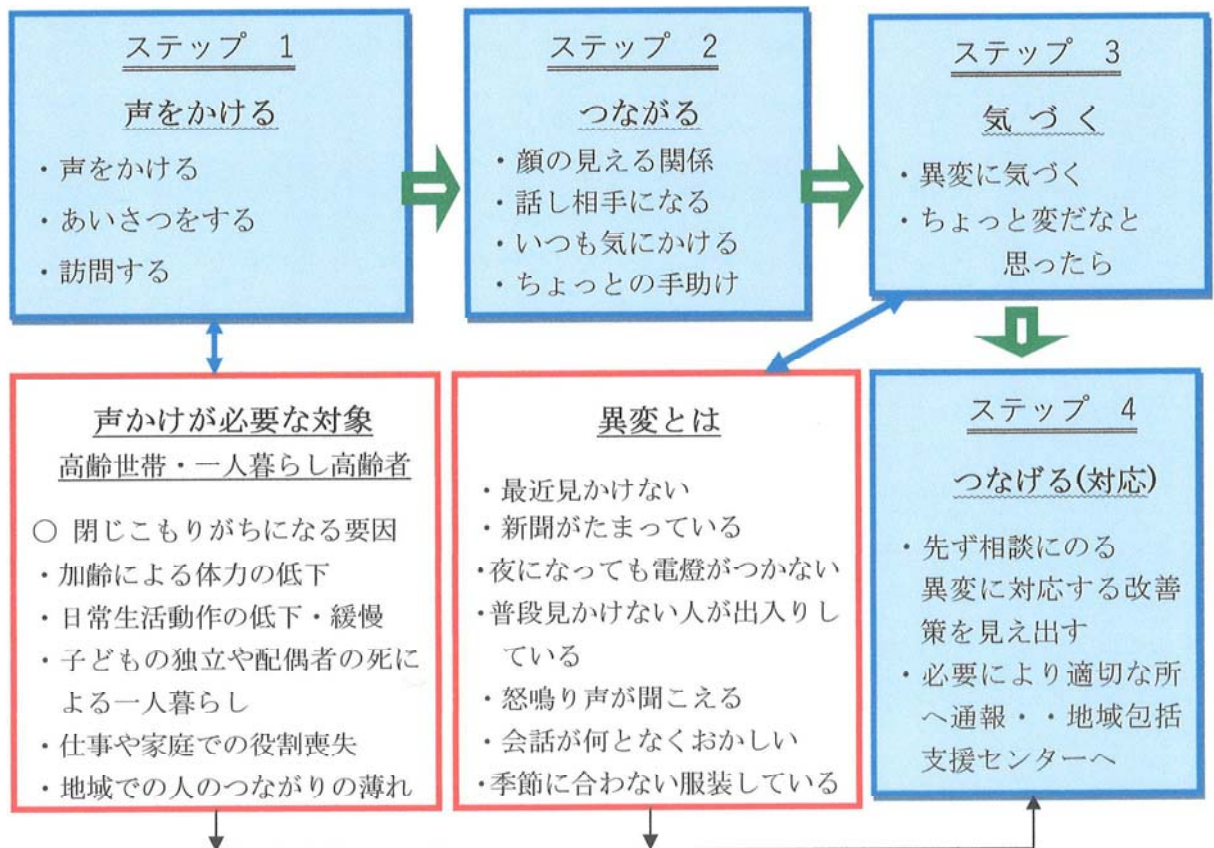
を形にする即ち「ふれあい福祉の会」をすべての自治会に設立し、これが地域福祉活動の中心的役割を持つことにしたのです。

### 2 声掛け・挨拶、気配りが見守「見守り・支え合い」の原点

住民が主体となる支え合いは、日常の生活の中で積極的な“声掛け・挨拶など気配り”が地域の支え合い・見守りの原点であり基本となるでしょう。即ち住民が、同じ地域住んでいる高齢者を見かけたら、“声をかけ、挨拶をする”ことが「見守り、そして支え合い」となるのです。

この心掛けが、安全安心なまち・住んで良かったと思えるまちをつくれます。

そのためには、できたら次のステップを少しでも意識してください



### 第3 ふれあい福祉の会＝自治会設立の住民主体の活動団体（平成30年9月設立）

#### 1 組織

ふれあい福祉の会は、自治会役員、民生委員、福祉協力員の三者で組織し、地域包括支援センターと連携して一人暮らしの高齢者等に対する見守り活動、生活支援活動、介護予防活動を効果的に進めようとする組織で、平成30年9月に全ての自治会に「〇〇自治会ふれあい福祉の会」設立しました。会長はもちろん自治会長です。この会が宝木地区の第2層協議体の中核的活動主体となります。

#### 2 ふれあい福祉の会による見守り・支え合い活動

ケアシステムを構築するためには、高齢者に対する支援の充実とそれを支える社会基盤の整備が必要であります。そのため「ふれあい福祉の会」を設立したもので、次のことを着実に推進していきます。下記に掲げる各段階の活動は常に継続するものです。（毎年65歳の方が誕生するため）

- 第1段階＝65歳以上の一人暮らし、老々世帯、認知症高齢者を把握：（資料化する）

- 第2段階＝把握した高齢者を次の4段階に分類

(1) A 心配ない B やや心配、 C 心配（見守り強化・要行政連携）

D 行政対応（要支援・要介護認定者：前ページの見守りは継続）

(2) B及びC該当者の見守り方法の検討、前ページの声掛け、訪問、無償の生活支援

- 第3段階＝ふれあい福祉の会が継続して対応する活動

(1) 把握した対象者に次のケア活動を行う

① 見守り ② 介護予防活動（有償もある） ③ 生活支援（有償もある）

ア 見守り Aは：日常生活の中で行うもので前ページによる。地割が適当かも

B及びCは：要継続性から民生委員の訪問見守りとし、支援センターと連携  
その訪問頻度は担当者の判断で良いでしょう。

Dは：要支援・要介護の認定を受けた者は、支援センターとの連携が大切

イ 介護予防活動（健康づくり活動：有償時は、地区支え合い会議による）

・健康づくりや交流活動等介護予防につながる、サロン・老人会・公民館活動等々

いきいきサロンは、制度の趣旨に沿った誰でも自由に利用できるものです。

ウ 生活支援活動（草取りなど簡単な生活支援、有償は地区支え合い会議による）

①市が認定した要支援1・2の者：市補助制度対象者で地区支え合い会議が話し合う。

②上記①以外で、生活支援が必要なときは、対象者と見守り者との話し合いによる。

(2) ひとり暮らし高齢者ふれあい訪問事業・・・民生委員・福祉協力員等々

70歳以上の一人暮らしで近隣に近親者がなく安否確認必要な方が対象

#### 3 ふれあい福祉の会活動

(1) 開催月：地区支え合い会議の前月になる 4月、7月、10月、1月とする

こ3会議結果は、翌月の支え合い会で報告されます

(2) 福祉の会話し合いのテーマ

- ・上記第1段階、第2段階の活動及び第3段階での見守り等活動の情報交換
- ・地域住民による日常の見守り、介護予防活動、無償の生活支援→ボランティアの発掘
- ・いきいきサロン、ふれあい会食等への招へえ
- ・協議体への提言・意見の具申

(3) 「災害時要援護者」として市に登録されている方には、年に1度は支援者の確認と支援のアドバイスを行ってください。



## 第4 地域包括ケアシステム

### 1 宇都宮市が目指すケアシステム7つの構成要素

- (1)介護 (2)医療 (3)医療・介護の連携 (4)認知症対策  
 (5)住まい (6)介護予防 (7)生活支援 ※下記4項 地域包括ケアシステムの姿 参照)

### 2 地域包括ケアシステム第2層協議体

以上7つの要素を地域住民による取り組みと行政による公的サービス・支援の整備、仕組み・体制を包括的に構築することを「地域包括ケアシステム」といいます。それは、“高齢者の自立生活を支援することを目的として、可能な限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続ける”ことができる仕組み作りをするというものです。

宝木地区は、この3要素「(6)予防」「(7)生活支援」「見守り」を担うのものとして、自治会のふれあい福祉の会を活動の中核にケアシステム「第2層協議体 宝木地区支え合い会議」を構築しました。

※ 自治会のふれあい福祉の会：自治会正副会長 民生委員 福祉協力員 地域包括支援Sで組織

### 3 協議体の実効を期す要件

〔高齢者の自立した生活を支援するためには何ができるか、地域でどのようなことが必要とされ、住民自らどのように支援していくか課題を見出し資源を開発し、話し合う場にするのです〕

- ① 自助、互助、共助、公助が機能することが地域包括ケアシステムの前提である。
- ② 地域の課題解決に向けた取り組みを進めるには、地域関係者間で目的意識の共有を図る。
- ③ 地域ケア事例の積み重ねにより、地域に必要な資源やサービスニーズの抽出に繋ぐことができる。
- ④ 協議体は、情報共有とその構成員・関係機関・団体の連携を強化する場である。
- ⑤ 生活支援、介護予防サービスの充実と特に高齢者の社会参加に努める。

### 4 宝木地区の地域包括ケアシステムの姿





## 第5 「宝木地区支え合い会議」第2層協議体の構築(平成31年4月設立)

### 1 宝木地区支え合い会議 (住民主体型サービス組織)

厚労省が提唱する地域包括ケアシステム第2層協議体について、当宝木地区はその名称を「宝木地区支え合い会議」(以下「支え合い会議」として平成31年4月29日設立しました。

この協議体は、下記の代表者等により組織され、ふれあい福祉の会の活動の発表の場、そして地域ニーズの見出し等に関する情報の共有と活動の連携・協働を話し合い検討する場なのです。

即ち支え合い会議は、地区全体で行う諸活動の中核となり、そして自治会設置の「ふれあい福祉の会」の活動のまとめ役なのです。

※ 協議体宝木地区支え合い会議の開催は、

ふれあい会議の翌月 5月、8月、11月、2月 の年 4回 とします

### 2 支え合い会議の構成員

|                  |                        |
|------------------|------------------------|
| 宝木地区社会福祉協議会正副長   | 宝木地区福祉協力員連絡会正副会長       |
| 宝木地区内各自治会正副会長    | 生活支援ボランティア代表(未定)       |
| 自治会ふれあい福祉の会会長    | 北市民活動センター所長            |
| 宝木地区民生委員協議会正副会長  | 細谷・宝木地域包括支援センター        |
| 宝木地区社会福祉協議会執行部役員 | 市社会福祉協議会西部担当者          |
| 宝木地区老人クラブ連合会正副会長 | その他本会の目的事業に携わる関係団体・個人等 |

### 3 支え合い会議の事業話し合いのヒント(事業内容)

#### (1) 一般的なもの

支え合い会議は、各自治会のふれあい福祉の会の活動の意見交換・関係団体の協議体であり、原則として高齢者等の見守りに直接かかわりは持ちません。

しかし、高齢者等の地区輪投げ大会の開催等の交流活動等について一層検討し推進する。その業務を具体的にあげれば、下記事項について話し合い・活動することです。

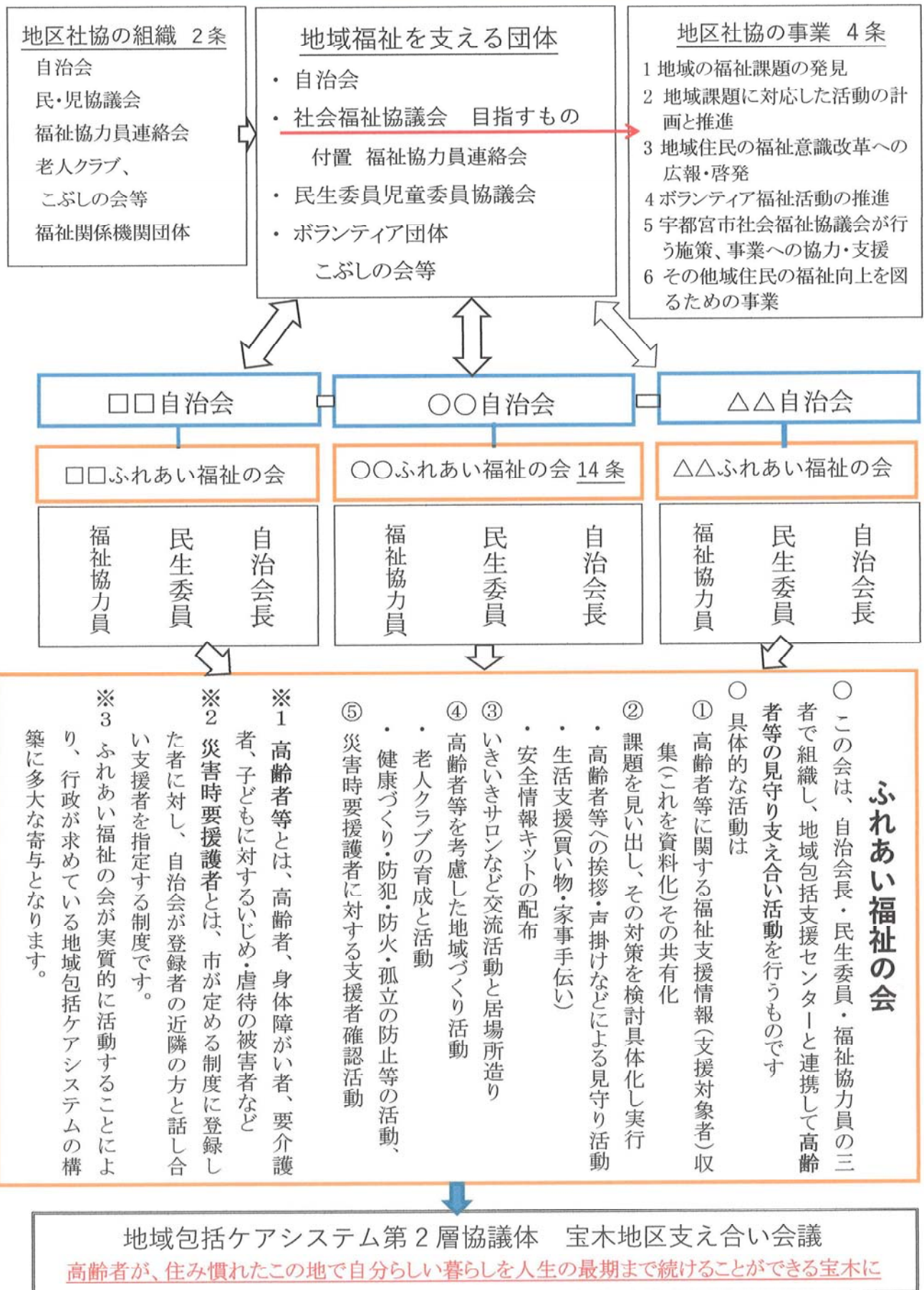
- ① 自治会のふれあい福祉の会活動報告と意見交換:一人暮らし高齢者対象の把握状況など
- ② 介護予防、生活支援のニーズの把握と支援体制の確立:ボランティアの確保と支援活動の話し合い
- ③ 地区内の高齢者に関する課題の把握とその情報を共有し、解決に向けた協議・連携
- ④ 支え合い交流の仕組みづくりと社会参加を促すためのケア資源収集
- ⑤ その他自立支援のための健康づくり、交流活動、社会参加活動等の推進活動

(2) 市認定の要支援者に関するもの対応は、資料11及び12によります。

〈資料1〉

宝木地区地域福祉が目指すもの

地区社協会則から



〈資料 2〉

地域の見守り・支え合い活動の着眼点

宝木は、交通の便、日常の買い物、医療施設等恵まれた地域です。  
 誰もが住み慣れたこの宝木の地で安心して自立した生活が継続できるよう望んでいると思います。  
 これを実現出来るのは、「向こう三軒両となり」の心で、ちょっと声掛け、目配り、気配りです。  
 この声掛けなどに気づく着眼点を挙げてみましょう。

◎住環境の異変

- 庭の雑草が荒れている
- ゴミやペットの管理不全
- 消灯、点灯が放置されている
- 洗たく物が放置されている
- 雨戸等の開閉の有無
- 新聞・郵便物の滞り
- 異臭がする

本人の異変

- 挨拶・会話がなくなり、髪や服装が乱れ
- 病気がちな一人暮らしの高齢者
- 双方とも病弱な高齢者夫婦
- 顔いろ悪く、具合が悪そう
- 閉じこもり外に出てこない
- 寝たっきりの高齢者
- 認知症かなと疑われる行動

◎ 異変により次の事例のようなことを見い出せば「要支援者」かも

- 調理や掃除に時々支援を受けている
- 屋内の生活はできるが ・介助なしには外出しない ・寝たり起きたりの生活
- 日常生活は自立しているが ・何らかの障害がある ・入退院の繰り返し

|  |                       |                       |
|--|-----------------------|-----------------------|
| <p>積極的な声掛けと気配りが大切</p> <p><b>見守り</b></p>  | <p>見守り例 1 日常のあいさつ</p> | <p>見守り例 2 様子チェック</p>  |
| <p>地域活動の参加が絆を作ります</p> <p><b>支え合い</b></p> | <p>支え合い例 1 集まりに参加</p> | <p>支え合い例 2 買い物手伝い</p> |

〈資料 3〉

## 地域の高齢者等を健康づくり諸行事

### 地区内の開設サロン

| サロン名      | 開催場所             | 主な活動                       |
|-----------|------------------|----------------------------|
| サロンふれあい広場 | オレンジサロンえん<br>1の1 | 脳トレ、健康体操、手芸、輪投げ、ウォーキング     |
| にっこりサロン   | 六軒公民館 1の2        | お茶、健康体操、頭の体操(パズル)          |
| 下原いきいきサロン | 下原公民館 1の3        | 麻雀、輪投げ、手芸                  |
| はつらつサロン山崎 | 山崎公民館 2の1        | 健康体操、お茶会、脳トレランプ、かるた、知恵の輪など |
| いちご会      | 西岡公民館 2の2        | 体操、ストレッチ、脳トレ、合唱、お茶会        |
| サロン西中     | 西中丸公民館           | 輪投げ、吹き矢、ビンゴ大会、お茶会          |
| サロンれんげ草   | 西中丸公民館           | 手芸、脳トレ、ストレッチ、お茶会           |
| サロン細谷     | 細谷公民館            | 健口体操、吹き矢、輪投げ、お坊さんめぐり、      |

### 地区規模の高齢者等を対象とした親睦・健康づくり事業

|                  |   |
|------------------|---|
| ふれあい会食           | 自治会毎に公民館等を活用して食事会を開催(8自治会)                          |
| 地区輪投げ大会          | 年2回(6・10月)自治会対抗の大会を開催                               |
| 地区ウォーキング大会       | 令和4年度に市の助成金を活用してコースを印刷全世帯に配布、ウォーキング大会               |
| 地区健康体操           | 健康の森から講師を招へいし開催                                     |
| 老人クラブ活動          | 7自治会に設立の老人クラブがそれぞれ活発な活動を開催                          |
| 自転車教室            | 11月に警察の担当者を招き、高齢者を対象にした安全な乗り方教室                     |
| 地区敬老会            | 毎年9月健康の森講堂において開催している                                |
| ひとり暮らし高齢者慰問      | 市社協の助成金を活用し80歳以上の一人暮らし高齢者粗品を贈呈慰問実施                  |
| 支え合い会議<br>ふれあい会議 | 毎年 5月、8月、11月、2月 の年 4回 とする<br>ふれあい福祉の会は、支え合い会議の前月に開催 |



# 生活習慣の見直しポイント

閉じこもりになっていませんか？

いつまでも自立した生活をするために生活習慣を見直しましょう

見直しポイント



部屋着

寝るときの格好で過ごしたり、外出できない服装で過ごしていませんか



見直しポイント



生活リズム

生活リズムを乱して、外出や家族・友人などの交流を難しくしていませんか



見直しポイント



季節

年賀状等季節の挨拶をはじめ、生活に季節感のある習慣を取り入れていますか



見直しポイント



身だしなみ

整髪や髭の手入れ、化粧や歯磨きなどを日課にしていますか。歯科検診は定期的に受けていますか



見直しポイント



運動習慣



## 元気は足腰を丈夫にすることから

足腰の丈夫さは、転倒・骨折の不安を解消し、外出の意欲にもつながります。足腰の元気を維持するために運動やウォーキングをやっていますか。

1日の歩数で次のようなデータがあります

(H30.10.2夜 NHKテレビ放送から)

4000歩：足早で、うつ病予防

5000歩：街歩きで認知症予防

7000歩：夕方歩きで骨粗しょう症予防

8000歩：タオルを首に巻き歩いて高血圧予防

※7000歩以上は、生活行動歩数約4000歩を含む。

閉じこもり  
+  
運動不足



寝たきり・認知症への大きな落とし穴です

閉じこもりで運動不足の状態が続くと心身の機能が徐々に低下し、寝たきりや認知症につながる危険性があります。外へ出る楽しみや喜びを見つけて外出の機会を増やし、しっかり運動することを心がけましょう

〈資料 5〉

## 高齢者等見守り登録カード

|                  |         |                  |         |
|------------------|---------|------------------|---------|
| 登<br>録<br>情<br>報 | 氏名・性別   | 男<br>大・昭         | 女<br>年生 |
|                  | 住所・電話   | 電話               |         |
|                  | 緊急時の連絡先 | 電話               |         |
|                  | 登録事由    | 一人暮らし 高齢者世帯 その他( |         |

この登録情報は、厚生労働省及び宇都宮市が、「高齢者が住み慣れた地域で自立した生活ができるよう支援する目的で呼びかけている地域のケアシステムを構築し活動する」即ち「あなた様のためにのみ活用する」ために、登録して頂こうというものです。

この趣旨をご理解され、登録されますようお願いいたします。

令和 年 月 日

宝木地区社会福祉協議会

### 同意書

年 月 日

自治会長様

この「高齢者等見守り登録カード」は、私のような一人暮らしの方や、高齢者世帯の方がこの宝木の地で安心して生活できるよう見守り・声掛け活動、そして各種行事の案内等にのみ活用される目的で作成されることが分かりました。

この個人情報(記載事項)は、私たちのために活動する宝木地区自治会連合会、宝木地区社会福祉協議会、地域包括支援センター、そして自治会のふれあい福祉の会が共有し、私のために利用することを同意します。

住所.....

氏名.....

代理記入のとき

登録者との関係..... 氏名.....

ふれあい会食

希望： コミセン、 公民館、

希望せず

## 【行政等の対応】

### 資料 1

## 宇都宮市介護予防・日常生活支援総合事業サービスB

### 1 事業主体

事業主体は行政以外の地域福祉組織等で「宝木地区支え合い会議」なども可能である。

市の定めるこの「サービスB(住民主体型サービス)」の提供者となるには、下記①及び②の要件を備えたうえ、サービス提供者となる団体登録を必要とする。申請には団体の会則の添付を要する。

- ① 市がサービス提供者の要件としている地域住民が組織する団体である。
- ② 原則として1年以上の活動実績が求められている。

### 2 対象者(利用できる人)

- ① 市から要支援の認定(要支援1又は要支援2)を受けた人 P8-9
- ② 地域包括支援センターで実施する「基本チェックリスト」により、対象者と判断された人

### 3 生活支援の具体事例

#### (1) 訪問型サービス

##### ア サービスの内容

地域包括支援センターで実施する「基本チェックリスト」により定められた支援項目となるが、私たち地区で行う、次の事例のような限定的なものとなるでしょう。

事例1 利用者の安否確認を兼ねて実施する清潔の保持につながる簡単な生活支援

例 掃除、簡単な草取り、ゴミだしやゴミの分別など

事例2 利用者との合意により、事例1の基本サービスと合わせて行うその他の簡単な生活支援

例 傾聴(話を聞いてやる)、新聞講読、買い物など

##### イ サービスの費用(事業費)・・・支援者に実費弁償として支給可能

支援対象者1人 利用1回あたり 30分につき500円(1時間につき、1,000円)

※ 利用者(支援対象者)からの利用料や市からの補助金による。

※ 交通費の実費が生じたときは、実費相当額を利用者から徴収できる。

##### ウ サービス提供頻度・時間

- ① 週1回程度 1回あたり30分程度 (月4回以内)
- ② 月2回程度 1回あたり30分程度又は1時間程度(月2時間以内)

※ 上記の公的サービスと利用者の依頼による独自支援を組み合わせることができます。

その例示

| 公的サービスで行う清掃 (1時間) | 利用者の依頼による調理(1時間) | 合計 時間 2時間 |
|-------------------|------------------|-----------|
| 費用 1,000円         | 費用 800円          | 費用 1,800円 |
| 利用料 100円          | 利用料 800円         | 利用料 900円  |

注 利用料とは、費用のうち利用者が負担する金額をいう。

## (2) 通所型サービス

### ア サービスの内容

- ① 生活機能の低下予防(介護予防)につながるような運動や講話(概ね1時間以上)を含む活動  
例 介護予防体操、介護予防講座、脳トレなど数は何人でも良い

### イ サービス費用(事業費……利用者からの利用料や市からの補助金によって賄います。

- ① 運営費 は 単年度 30,000円以下  
光熱費、通信費、資料代等で、人件費、消耗品費、お茶代・食糧費等は該当しない
- ② 立ち上げ費
  - ・ 通所サービスの会場の手すり設置等の改修費
  - ・ 机やいすなど通所サービスに必要な備品購入費

### ウ サービス提供頻度・時間

原則月2回以上 : 1回あたり概ね2時間以上

## 4 生活支援サービスの適用範囲

生活支援サービスは、地域包括支援センターが対象者別に作成している「ケアプラン」に適合する支援サービスでなければならない。従って、この事業には、地域包括支援センターとの連携が必要

## 5 事業者(サービス提供者)としての遵守事項

介護保険法施行規則第140条の62の3第2項に次のように定められています。

- ① 従事者の衛生・健康状態を確認してから、サービス提供を行ってください。
- ② 従事者が、利用者やその家族に関する個人情報等の秘密を、他の利用者や第三者に漏らすことのないよう徹底してください。なお、利用者が亡くなった後も同様です。
- ③ 事故が発生した場合の対応方法(連絡先、応急処置等の手順、記録の内容、保険手続など)を予め決めて置いてください。
- ④ 事業を廃止し又は休止する場合は、速やかに市及び関係する地域包括支援センターに連絡するとともに中止、所定の廃止申請を行う。  
この場合、利用者がいるときは、地域包括支援センターに連絡・所定の事項を引き継ぐこと。

## 6 その他

### (1) 活動範囲

訪問型サービスは、宝木地区自治会連合会の地域内とする。

### (2) 事業に必要な要件・人員

#### ア サービス提供者の要件

従事者の要件・資格に関する規定はない。

ただし、訪問型サービスについては、個々の事業対象者に応じた生活支援等が行えるよう、介護経験や市が実施する「介護予防・生活支援サービス提供者養成研修」相当以上の知識を有する人、もしくは、これらの経験や知識を適切に伝達された人が従事者になること。

#### イ 人員は、5名以上確保すること。

### (3) 通所サービスに必要な設備

事業対象者が安全に利用できるよう、手すり、スロープの設置、便所の洋式化など通所しやすい設備・環境即ちバリア・フリー化が必要です。面積は、1人当たり3㎡以上確保すること。

(当宝木地区では、コミュニティセンター及び細谷公民館は整備されている)

### (4) 事業の内容により行事保険等の保険加入の検討が必要



## 資料2 介護保険制度にみる要介護度（市資料を根拠としています。）

### 心身に関する状態の例

要介護度別に定義はないものの、区分ごとの心身状態に関するイメージは次の通りです。

（下記枠内の事業は 第2層協議体が可能対象なもの）

#### 要支援1

日常生活の基本的なことは、ほとんど自分で行うことができ、一部に介護が必要とされる状態です。適切な介護サービスを受けることによって、要介護状態になるのを予防できると考えられています。

#### 要支援2

要支援1よりも立ち上がりや歩行などの運動機能に若干の低下が見られ、介助が必要とされる状態です。要支援1と同じく適切な介護サービスを受ければ、要介護状態になるのを予防できると考えられています。

### （以下は、地域包括支援センター等行政の事業）

#### 要介護1

自分の身の回りのことはほとんどできるものの、要支援2よりも運動機能や認知機能、思考力や理解力が低下し、部分的に介護が必要とされる状態です。

#### ・要介護2

要介護1よりも日常生活能力や理解力が低下し、食事や排せつなど身の回りのことについても介護が必要とされる状態です。

#### ・要介護3

食事や排せつなどが自分でできなくなり、ほぼ全面的に介護が必要な状態を指します。立ったり歩いたりできないことがあります

#### ・要介護4

要介護3よりも動作能力が低下し、日常生活全般に介護が必要な状態です。

#### ・要介護5

要介護において、最も重度な状態です。一人で日常生活を送ることがほぼできず、食事や排せつのほか、着替え、寝返りなど、あらゆる場面で介護が必要とされます。意思の疎通も困難な状態です。

### 3 要介護認定区分ごとの支給限度額

介護保険サービスを受ける場合、要介護認定の区分によって給付の限度額が決まっています。

限度額を超えて利用した場合、超過分は自己負担しなければなりません。

### 4 第2層協議体「宝木地区支え合い会議」の支援対象

第2層協議体としての支援は、上記2状態の例のうち要支援1及び要支援2の方のみです。

支援の内容は、掃除、軽易な草取り、ごみ出しやごみ分別など簡単な作業と、これに付随した傾聴（話を聞いてやる）、新聞講読、買い物などです。

### 資料3 地域福祉活動中の事故に対する補償制度は？

## 市民ボランティア活動補償制度(個人の活動補償)

宇都宮市

- 宇都宮市市民ボランティア活動補償制度が適用されます。  
この制度は、市民の皆さんが安心してボランティアなどの市民活動を行えるよう、市が保険料を負担して、万が一の事故に備える補償制度です。
  - 対象となる方
    - I 傷害事故の場合：宇都宮市民または市内でボランティアなどの市民活動を行っている方(活動の指導者・運営スタッフ・活動に従事している方)
    - II 賠償責任事故の場合：宇都宮市民または市内でボランティアなどの市民活動を行っている市民団体等または指導者等
      - ◎市内に居住していれば、市民活動を行う場所が市内でも市外でも対象となります
      - ◎市外に居住していても、市民活動を行う拠点が主に市内であれば、対象となります
- ※ イベントや行事における来場者や受講者等は対象となりません。
- III 補償内容  
傷害事故：活動中に、急激・偶然・外来の事故によりケガをした場合

## ボランティア行事用保険

社会福祉法人 全国社会福祉協議会

- この保険は、地域福祉などボランティア行事を実施する主催者並びにその行事の参加者を被保険者(保険の補償を受けられる方)として全国社会福祉協議会が一括して損害保険会社と締結する団体契約です。
- 活動のさまざま行事における主催者や参加者のケガに対し主催者の賠償責任(主催者責任)を保証する制度です
- この保険は、1行事ごとの契約ですので、詳しくは、  
宇都宮市社会福祉協議会(028-636-1215 に問い合わせください。)

## 宝木地区支え合い会議会則

(名称及び事務所)

第1条 本会は、宝木地区支え合い会議と称し、事務所を宝木地域コミュニティセンターにおく。

(目的)

第2条 本会は、厚労省及び宇都宮市が提唱する住民主体の地域包括ケアシステム(以下「ケアシステム」という。)を施行するに当たり、第2層協議体として組織してその業務を行い、もって、高齢者の尊厳の保持と自立生活を支援するなど“誰もが可能な限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続ける”ことができる地域を醸成することを目的とする。

(組織)

第3条 本会は、前条に定めるケアシステム第2層協議体として次の各号の役職にある者をもって組織する。

- |                      |                                      |
|----------------------|--------------------------------------|
| (1) 宝木地区社会福祉協議会正副会長  | (8) 生活支援ボランティア代表                     |
| (2) 宝木地区民生委員協議会正副会長  | (9) 北市民活動センター所長                      |
| (3) 宝木地区内自治会正副会長     | (10) 細谷・宝木地域包括支援センター代表               |
| (4) 自治会ふれあい福祉の会会長    | (11) 市社会福祉協議会西部ブロック担当                |
| (5) 宝木地区社会福祉協議会執行部役員 | (12) その他本会の目的・事業に携わる関係機関・<br>団体及び個人等 |
| (6) 宝木地区福祉協力員連絡会正副会長 |                                      |
| (7) 宝木地区老人クラブ連合会正副会長 |                                      |

2 前項各号の役職にある者を理事とし、うち1号及び4号の役職にある者を常任理事とする。

(本会の業務)

第4条 本会は、宇都宮市が目指す地域包括ケアシステム第2層協議体として、地域住民が主体的に活動できる「介護予防」、「生活支援」と、これにつなげる「見守り」活動を効果的に推進するため、定期的に会合をもち次の各号に定める業務を推進する。

- (1) 地域住民が主体となって高齢者の生活を支える資源開発即ち地域における支え合い体制づくりを行う。
- (2) 地区内における高齢者の生活支援のニーズを把握する。
- (3) 地区内における高齢者に関する課題の把握とその情報を共有する。
- (4) 上記課題解決のため、協議・連携しその方策を検討し執行する。
- (5) その他必要に応じた活動を行う。

(本会活動の中核的組織)

第5条 本会の活動は、第2条に定める目的を遂行するための資源として開発された地区内自治会が組織する「ふれあい福祉の会」が中核となって推進する。

2 ふれあい福祉の会が行う具体的な活動は次の各号に定める事項とする。

- (1) 介護予防：生活機能の低下予防につながるような外出や交流しやすい環境整備と身近な地域での健康づくり・生きがいつくり活動
- (2) 生活支援：安否確認を兼て行う清潔の保持につながる簡単な生活支援及び地域の支え合い体制の構築・整備と生活上のニーズに応じたサービスの提供と支援
- (3) 見守り：地域住民相互が日常でのさりげないあいさつ・声掛けや目配り及び訪問等により、高齢者等が安全・安心な生活を確保する環境の醸成

3 前項のうち介護予防・生活支援活動については、地域包括支援センターと緊密な連携を図り遺漏なきを期するものとする。

(役員)

第 6 条 本会に次の役員を置く。

- |             |              |
|-------------|--------------|
| (1) 会長 1名   | (3) 常任理事 若干名 |
| (2) 副会長 若干名 | (4) 書記 2名    |

2 役員は、宝木地区社会福祉協議会の役職をもって充て、任期はその役職の任期とする。

(役員の仕事)

第 7 条 会長は、本会を代表し、会務を執行及び統括する。

- 2 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるときはその職務を代理する。
- 3 常任理事は、重要案件を審議する。
- 4 書記は、会務の事務処理にあたる。

(会議)

第 8 条 本会の会議は、理事会(以下、「協議体」と呼称する。)、常任理事会及び役員会とする。

(協議体)

第 9 条 協議体は、会長が招集する。協議体は、概ね4半期に1度とするが、会長が必要と認めるときは随時開催することができる。

2 協議体は、第4条(本会の事業)及び第5条に定める活動を進めるため、次の事項を話し合うものとする。

- (1) 協議体構成団体等(以下「活動主体」という)のケアのコーディネート
- (2) 活動主体の活動から見えてきた地域の課題、地域情報を共有し、今後の方向性を検討する  
地域情報とは ・地域のちょっとしたいい話 ・かわりの成功例 ・気になること をいう。
- (3) 地域の困り

ごとについて情報を共有し、協議体として取り組むことは何かを求め実施する。

- (4) 支え合い交流の仕組みづくりと社会参加を促すための資源収集と開発  
ア 地域ニーズの把握と既存資源(ケアに必要な有形・無形の資源)の見える化に関すること  
イ 資源とは、サービスの担い手、地域に不足するサービスの拠出などケアに必要な事柄
- (5) 要支援者の支援体制の確立(ボランティアの確保と支援活動)
- (6) 健康づくり、交流活動、高齢者社会参加活動等自立支援活動の取り組み

(常任理事会)第 10 条 常任理事会は、毎月開催しふれあい福祉の会の活動に関する意見交換、課題の見出し検討及び協議体に付議する事項を話し合うものとする。

(役員会)

第 11 条 役員会は、会長、副会長及び書記をもって構成し、会長が招集し議長となり、次の事項を話し合うものとする。

- (1) 本会の運営に関する事項
  - (2) 協議体に付議する事項
  - (3) 協議体から付託された事項
  - (4) その他会長が必要と認めた事項
- 2 役員会の結果は、常任理事会及び協議体に通知するものとする。

(経費)

第 12 条 本会の経費は、宝木地区社会福祉協議会の予算とする。

付則 1 この会則は、平成 31 年 4 月 29 日 制定し、同日施行する。



(おわりに)

## 地域福祉雑感

この仕事を携わる方々に、上下関係はありません

例えば、福祉協力員は、民生委員の部下ではなく、福祉に携わる仲間なのです。何故なら、民生委員は官公庁から、福祉協力員は市社協から任命されているのです。

上下関係は、会社や役所のように同一の任命権者から頂いた役職にあるのみです。従って私たち地域ボランティアの活動団体においては、会長は、単に役職であって副会長や他の役職にある方に命令する権限は一切ないことがお分かりでしょう。

このことから、地域組織の構成員全員が次のことを心がけましょう。

- 1 事業の目的意識を持ちましょう
- 2 常に話し合い意思の疎通を図りましょう
- 3 仕事を進める段階では連携し合いましょう

## む す び

住めば都という諺がありますが、これは困ったときの隣り・近所の助け合いができていることが前提にあるのではと思います。この隣り・近所の助け合い、即ち、住民による支え合いは、言い換えれば住民による地域福祉活動と言えるのではないのでしょうか。

このように考えると「地域包括ケアシステム第2層協議体」も地域福祉活動の一端であり、昔から伝えられている隣保共助の美風に基づく地域住民の互近助の心（互いに助け助けられる近所付き合い）から成り立っており、言い換えればこれが自治会の求める姿ではないのでしょうか。

この意味で、ケアシステムは他人の為にやる仕事と決めつけるのは早計であり、いつの日か我が身が助けられる立場になることを考慮した仕組みであると考え、この仕事(地域包括ケアシステム第2層協議体)即ち、地域住民への福祉活動は、自治会活動の当然の仕事と理解できると思います。

この心に立って、宝木地区は自治会単位に組織した「ふれあい福祉の会」の活動を中核としたケアシステムを構築しました。

従いまして、私たちが構築した「地域包括ケアシステム第2層協議体 宝木地区支え合い会議」は、的を得た組織であり、期待できる組織であると確信をしております。

宝木地区社会福祉協議会長

大金 勇夫