



特定非営利活動法人  
VAICコミュニティケア研究所

〒263-0051 千葉県稲毛区園生町 1107-7  
【Tel】043-290-8015 【Fax】043-290-8016  
【E-mail】info@vaic-cci.jp  
【URL】http://www.vaic-cci.jp/  
2016年2月発行  
【発行責任者】佐々部 憲子



ご存知ですか?

## 「生活支援コーディネーター」

のこと…

### 生活支援コーディネーター(地域支えあい推進員)とは

日本の高齢化率は世界最高です。これからの超高齢化社会を乗り切っていくには、「互助」が大切だと言われています。つまり、地域の中で住民が助けあう仕組みを充実していくことです。



その実現のために「生活支援コーディネーター(地域支えあい推進員)」の活動が始まりました。

生活支援コーディネーターとは、高齢者の生活支援・介護予防の基盤整備を推進していくことを目的とし、地域において、生活支援・介護予防サービスの提供体制の構築に向けたコーディネート機能を果たす者です。(厚労省ガイドラインより)

その活動は、市町村が定める活動区域ごとに、地域包括支援センター、行政などのネットワークや、既存の取り組みや組織なども活用しながらコーディネート業務を実施することにより、地域における生活支援・介護予防サービスの提供体制の整備に向けた取り組みを推進することが目的です。つまり、全くのゼロから生活支援サービスを創り出すというわけではなく、既存のものを活用し、さらに「高齢者の生活支援・介護予防の基盤整備を推進」する方向へコーディネートしていくことが大切なのです。



千葉市ではプロポーザル方式★で募集を行い、2015年10月1日より6区に1人ずつ「生活支援コーディネーター」を配置し、その活動が始まっています。稲毛区についてはVAIC-CCIが受託し、委嘱されたスタッフが活動しています。

また、柏市では社会福祉協議会が受託し、社会福祉協議会から委嘱されてVAIC-CCIのスタッフが支えあい推進員として活動しています。

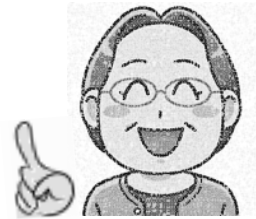
⇒⇒★プロポーザル方式

主に業務の委託先などを選定する際に、複数の者に目的物に対する企画を提案してもらい、その中から優れた提案を行った者を選定すること



「コーディネートする」ってどんなこと? ~千葉市の場合~

社会福祉協議会、サービスを提供する団体などの関係機関と連携し、地域での支えあい活動やサロン活動などの生活支援・介護予防の取り組みを支援します。



《コーディネーターの基本行動》

【現状把握】

地域を訪問し、地域内の生活支援・介護予防サービスを把握します。

【ニーズの把握】

地域で必要とされている生活支援サービスのニーズの把握に努めます。

【サービスの創出】

地域の方と一緒に住民同士の支えあい活動の体制を構築します。

【担い手の育成】

生活支援の担い手となるボランティアの養成(研修)をします。

【関係者間のネットワークづくり】

あんしんケアセンター(地域包括支援センター)、行政、サービスを提供する団体などの情報交換や連絡の場をつくることといった連携の体制づくりなど、関係者間のネットワークづくりに努めます。



《高齢者支援のために具体的にこんなことをします》

★実際に地域の自治会などを訪問し、現在どんな支援・サービスがあるか確認する。



★そこで、自治会などの全世帯を対象に支えあい活動に関するアンケート調査をとる。

Q. 現在、悩みや不安に思っていること  
 Q. 近所付き合いについて  
 Q. 困ったときは誰に助けを求めらるか  
 Q. 支えあい活動の仕組みができれば…

〔 支援してほしい人→どんな支援を望むか?  
 逆に協力できる人→何がどのくらいできるのか? など、できるだけ記名で答えてもらう



★その結果から、今求められている支援を探り、創り出す。

見守り、安否確認(見守り隊など)  
 配食(+見守り)  
 家事支援(お助け隊、〇〇の会など)  
 交流の場、通いの場(茶話会、いきいきサロンなど)  
 外出支援  
 介護者の支援(〇〇家族の会など)  
 介護予防(ラジオ体操、体操教室など)



★高齢者を担い手(ボランティア)として育成する

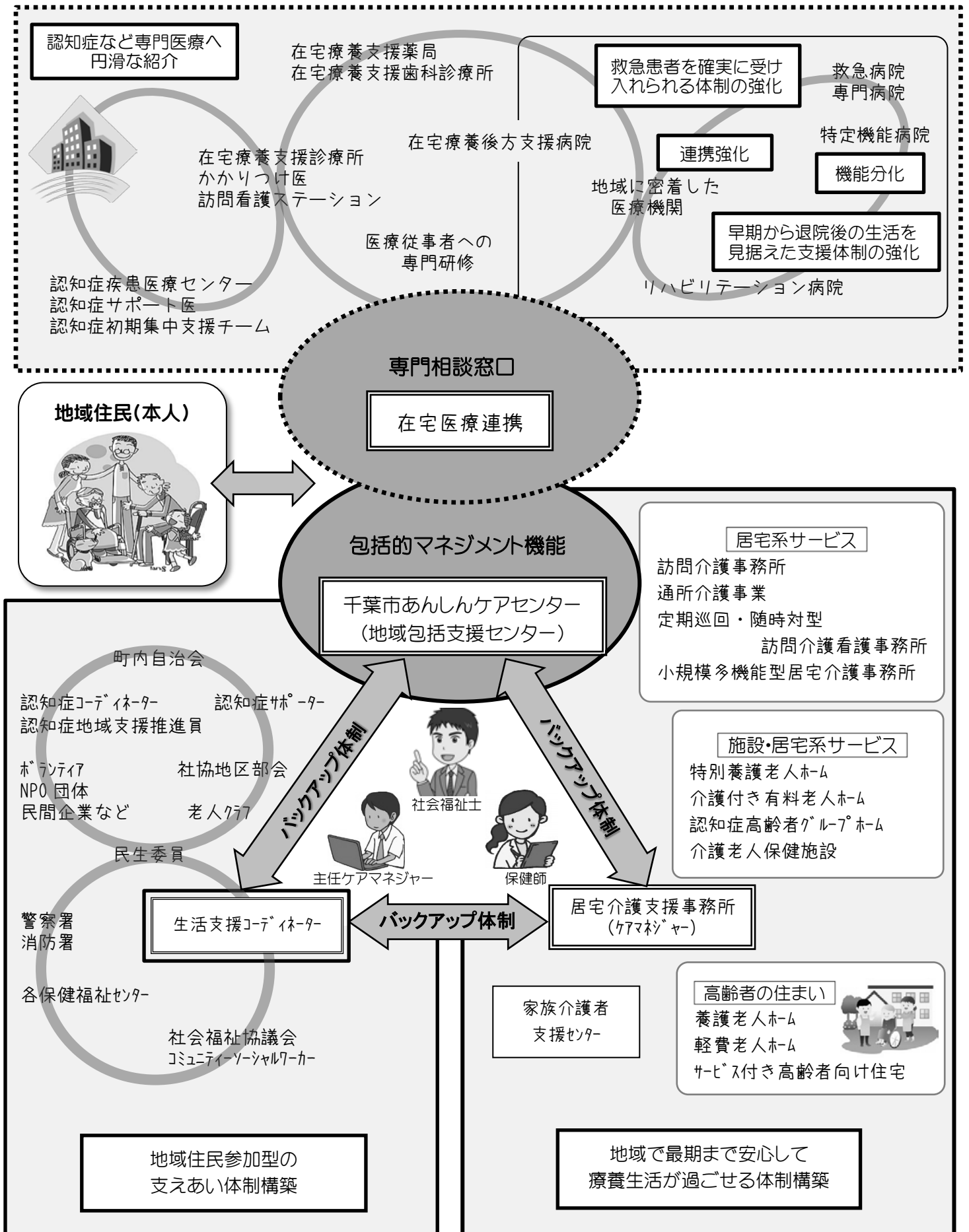
高齢者が担い手として参加することによって……

- ・生活にハリが生まれ、心身の機能の維持・向上や社会的な存在としての関係づくりなど、介護予防や健康で自立した生活の継続につながる効果が期待できる。
- ・同世代の受け手の心情に共感したり、高齢者のニーズに即したサービス提供や利用にあたっての配慮が可能となる。



この高齢者の例は他の要援助者についても同様で、担い手と受け手に分かれることなく参加することが助けあい活動の本領である。→「互助」

# 千葉市の地域包括ケアシステムの姿



# わたしのボランティア No. 32

～～ 心を「聴く」というボランティア ～～

私は生活クラブ風の村特養ホーム八街で、入居している女性の傾聴ボランティアをしています。数年前に傾聴ボランティア講座を受講し、耳で『聞く』ではなく、心で『聴く』という事を学びました。

その女性の話に対しても『聴く』を心がけています。女性は若い頃はお取り寄せをしたほど買い物が好きで、買い物の話が楽しそうです。「好きなもの買ってあげるよ」というお誘いに「いただいたらおしゃべりが続けられなくなって寂しいですよ」とやんわりとお断りします。

午前中の活動の後は、一緒に喫茶アルルカンに降りてきて、ランチを食べながらおしゃべりをします。普段は食が細いそうですが、「みんなとワイワイしながら食べるとおいしいのよ」と、2人していると1人前ぺろりと召し上がります。



私はボランティア活動をしたことで自信が付き、自分にできるほかの事も始めてみたいと思い、今はマッサージの学校に通っています。ランチが終わって知り合いにマッサージをしていると「私にもやって!」と言われるのですが、「私、力が強いから骨折したら大変ですよ」とお伝えします。いろいろなお誘いにはなるべく笑いに変えられるような応答をして、気分を害さないよう心がけています。

「1週間あなたに会うのが楽しみだったよ」と言われることがとてもうれしく、活動の励みになっています。  
(30歳女性)

八街発

## 今月のレシピ

### 豆橋と豆乳の白いホットケーキ

(材料: 4人分)

- ・ホットケーキミックス粉 - 200g
- ・絹ごし豆腐 - 150g (半丁)
- ・豆乳 - 3/4 カップ
- ・サラダ油 - 適量
- ・粒あん(市販) - 60g
- ・バター - 60g

- ① ボウルに豆腐を入れ、泡立て器でよく混ぜてなめらかにする。豆乳・ホットケーキミックスを加えて、粉っぽさがなくなるまでさらに混ぜる。
- ② フライパンにサラダ油を薄くひいて弱火で熱する。①を等分し、フライパンに流し入れて丸く広げる。弱火で3分程焼き、裏返してさらに2分程焼く。残りも同様に焼く。
- ③ 器に盛り、バターと粒あんを添える。お好みで、黒みつや抹茶、くだもの等を添えてもよいでしょう。



## 迎春



今年の干支は「申」。我が家に届いた年賀状にも、いろいろな表情の猿がいた。申年にあたって、私は日光東照宮の「見猿、言わ猿、聞か猿」を思い起こした。目、耳、口を手で覆った猿たち。余計なことは、「見ない、聞かない、言わない」と教示している。情報過多の社会であるけれど、取捨選択の基準をしっかりと持ち、情報に振り回されず、今年は自分をしっかりと持っていきたいと思った。3猿の英訳で、「three wise monkeys」。3つの叡智をもって「wise humanbeing」に近づきたいと願う年頭でした。

(T. O)

スタッフの  
ちよっとカフェタイム