

長崎県助け合い活動事例集



令和7年3月
長崎県長寿社会課



はじめに

本事例集は県内における様々な取組の共有を通して、市町での助け合い活動の仕組みづくりを推進するため、各市町にて紹介したい事例を記載していただき、事例集としてまとめました。今後の取組にぜひご活用ください。

また、各事例の詳細については、各事例に記載しております担当者へお問い合わせください。

目次

- 日常生活支援 P 3 ~
- 居場所づくり P 15 ~
- 移動支援 P 52 ~
- その他の取組 P 59 ~
- 資料集



日常生活支援



市町における生活支援体制取組状況 (声掛け巡回：諫早市西栄田町)

課名：諫早市北部地域包括支援センター
担当：田浦
連絡先：0957-25-7030

内容

日常生活支援 ～見守り～

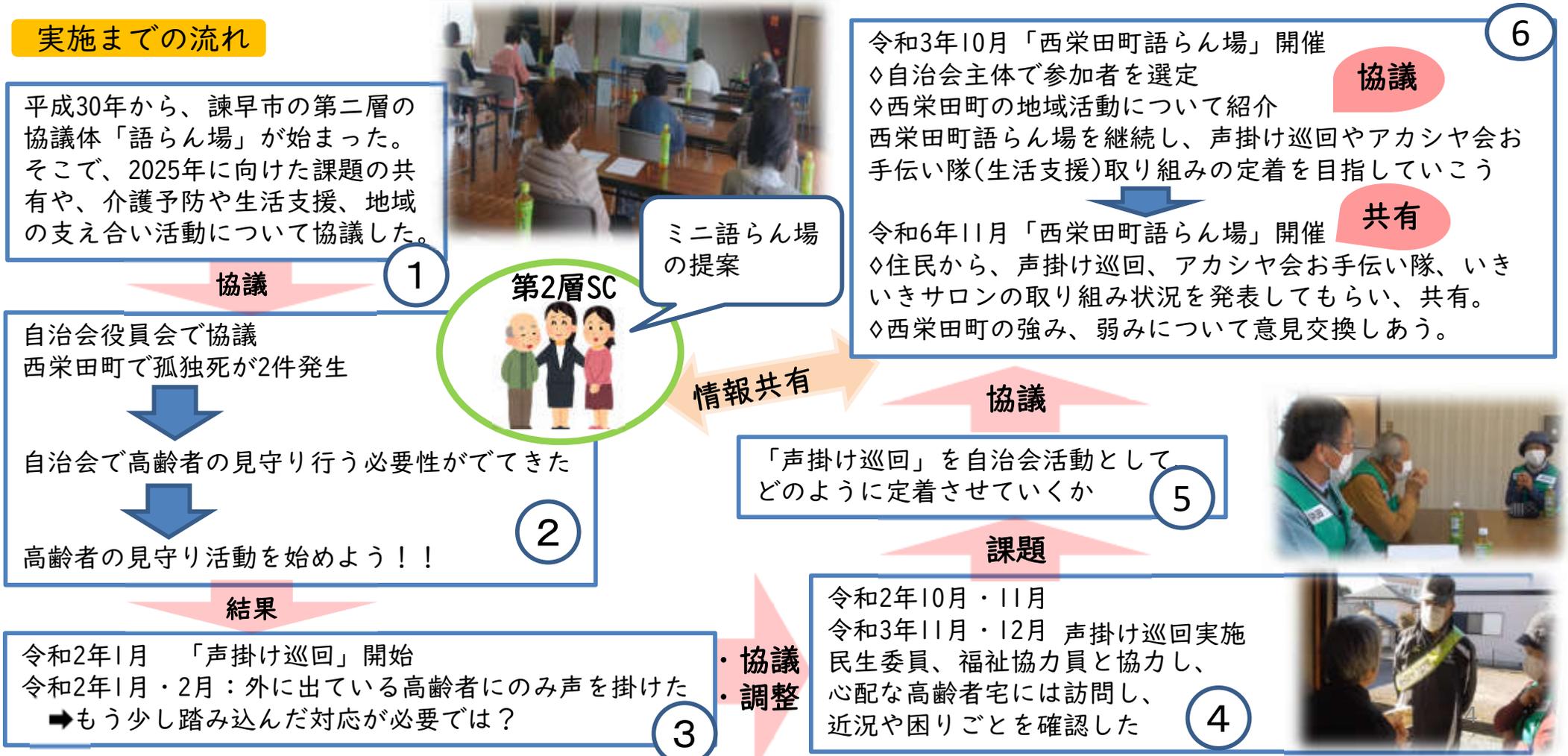
声掛け巡回

西栄田町を2地区に分けて、地域の状況を確認しながら、一人暮らし高齢者や高齢者世帯を訪問し声掛けを行い、困りごとを把握し対応する。

背景

西栄田町は、老人クラブやいきいきサロン等、地域活動に参加している高齢者は元気だが、それ以外の高齢者の状況把握が難しかった。高齢者が自宅で亡くなったケースが2件あり、地域での見守り活動の必要性が高まってきた。地域を回ること、溝蓋・街灯・空き家・雑草等環境面の把握も行え、住民と顔馴染みの関係性も作れるため、令和2年1月から西栄田町自治会の活動として「声掛け巡回」を開始された。

実施までの流れ



市町における生活支援体制取組状況 (アカシヤ会お手伝い隊：諫早市西栄田町)

課名：諫早市北部地域包括支援センター
担当：田浦
連絡先：0957-25-7030

内容

日常生活支援

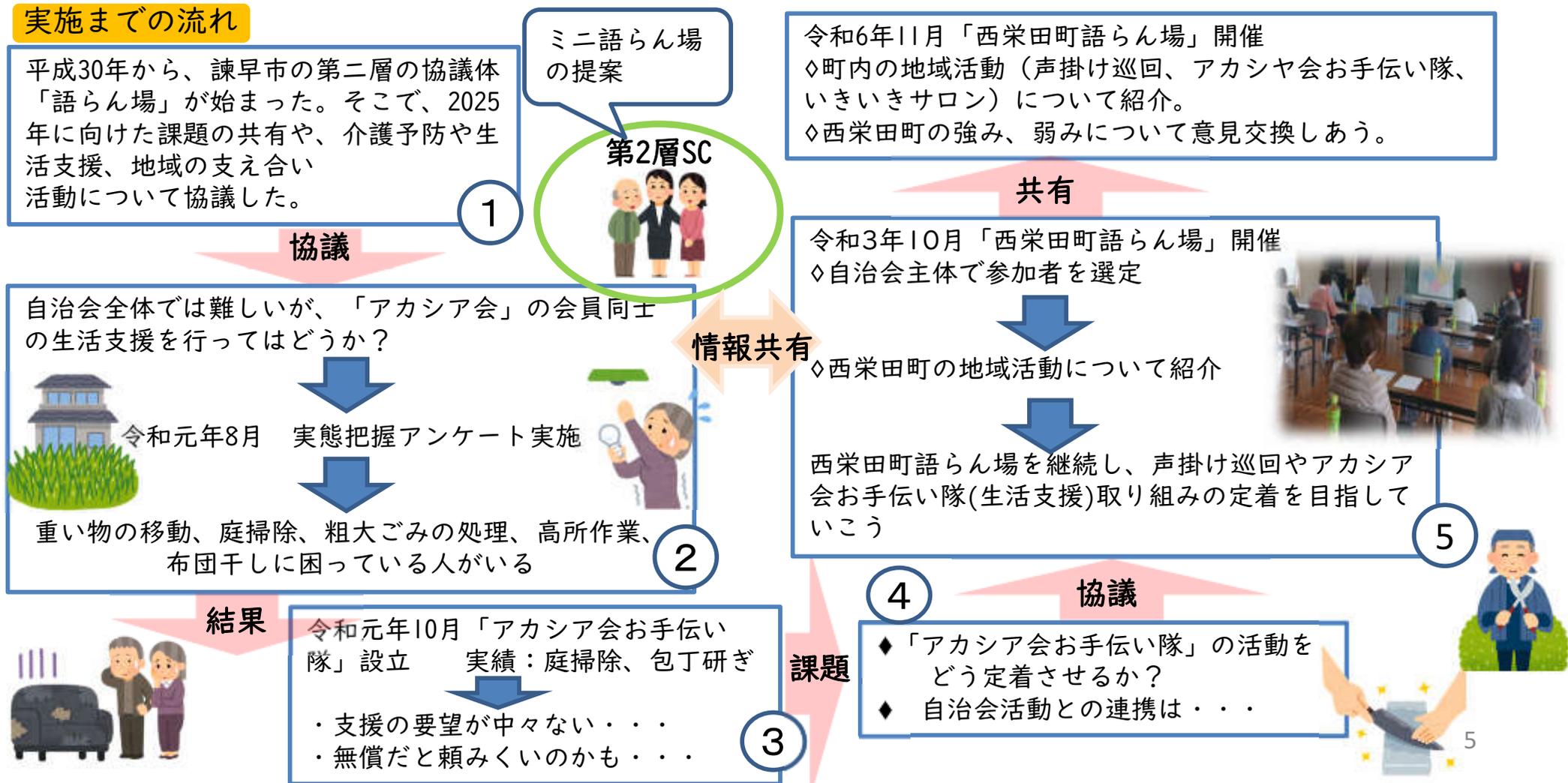
アカシア会お手伝い隊

アカシヤ会で行ったアンケート結果に基づいて、「庭掃除、粗大ごみの処理」等の生活支援をアカシヤ会の会員同士で、無償の助け合い活動を行っている。

背景

西栄田町老人会「アカシヤ会」でアンケート調査を行い、生活支援のニーズがあることがわかった。
自治会全体の支援は難しいが、まず「アカシヤ会」の会員同士での助け合い活動を行おう！！と始まった活動。

実施までの流れ



市町における生活支援体制取組状況 (サロンのついでのお手伝いデー：諫早市白岩町北部)

課名：諫早市北部地域包括支援センター
担当：田浦
連絡先：0957-25-7030

内容

日常生活支援

いきいきサロン利用者に対し、サロン通信（1回/月発行）や、ボランティアが声を掛け、1回/月ちょっとした生活支援を行う。

※原則はサロン利用者が対象だが、白岩町北部在住の高齢者で、ご近所づきあいの範囲内であれば、サロン利用者でなくても可。

背景

白岩町北部が含まれる西諫早地区では、平成30年から第二層の協議体「語らん場」が開始された。その協議の中で地域での支え合い活動の必要性を感じられるようになった。自治会全体で動くとなるとハードルが高いが、「いきいきサロン」の利用者とボランティアで何かできることがないか考えたのがきっかけ。



実施までの流れ

平成30年から、諫早市の第二層の協議体「語らん場」が始まった。そこで、2025年に向けた課題の共有や、介護予防や生活支援、地域の支え合い活動について協議した。



1

相談

情報共有

いきいきサロンでミニ語らん場を開催したいと相談がある。

第2層SC



令和元年5月
いきいきサロンの利用者を対象に「介護予防・生活支援のアンケート」実施

「粗大ごみの処理に困っている」ことがわかった。



2

協議・調整

令和元年11月

いきいきサロン白岩北部「第1回ミニ語らん場」開催
・今まで「語らん場」に参加したことがない人にも、2025年に向けた課題の共有や地域の現状を知ってもらった。

サロンの利用者、ボランティアそれぞれの立場で、今自分にできることを考えてもらった。

白岩町北部に生活支援ボランティアを立ち上げたい…

3

今は大丈夫だけど、今後はわからない…だからそういう仕組みがあると安心😊という反応があった

協議・調整

結果

令和2年12月から毎月15日に「サロンのついでのお手伝いデー」開始

5

令和2年11月

「第2回ミニ語らん場」開催
・ボランティアから、「サロンのついでのお手伝いデー」を提案

4

令和3年11月「第3回ミニ語らん場」
・徐々に自発的なボランティア依頼があるようになってきたが、さらに活動を前進させるため、サロンボランティアで勉強会を開催予定

6

令和4年11月「第4回ミニ語らん場」開催
・遠慮して支援を頼まない人が多い。「お手伝いデーチケット」をサロンの誕生日会の時、プレゼントして、使用を促す。頼み上手になってもらう😊

7

令和5年11月「第5回ミニ語らん場」開催
・毎月15日以外でもチケット活用してください、とアナウンス
・「あったら助かるちょっとしたお手伝い」を意見交換

8

市町における生活支援体制取組状況 (こながい支えあいの会：諫早市小長井地区)

課名：諫早市東部地域包括支援センター
担当：伊東 由美子
連絡先：0957-32-6556

内容

日常生活支援

日常生活の困りごとに対し、お互い様の気持ちで、有償ボランティア活動を実施。市(生活安全交通課)とも協議しながら移送支援にも取り組んでいる。

背景

諫早市ではH28年度から「介護予防と生活支援の語らん場」(以下「語らん場」とする)が開催され、住民が住み慣れた地域で暮らし続けられる仕組み作りについて話し合いを重ねてきた。小長井地域では、より多くの住民に「語らん場」を知ってもらい、参加してもらう為に住民の力で語らん場周知目的のDVDを作成した。並行して、アンケート作成委員会を発足し、小長井地域全体での困り事の実態把握の為にアンケート調査も実施した。アンケート調査の結果を元に支え合うまちづくりに向けて協議を重ね、支え合いのまちづくり構想図が完成。個人的なリーダーがすすめるのではなく、次の世代に引き継いでいける様な支え合いのまちづくりを目指し、R4年、5自治会での語らん場開催。その後、「支え合いの体制作り委員会」を発足し、規約や活動システム(案)を作成。R5年、11月 こながい「支えあいの会」発足！車での送迎を希望する人が多い一方で、法律や安全面費用等での課題が多くありましたが、運輸局や市役所とのやり取りを丁寧に行う事で解決する事ができ、R6年、11月には、移動支援の一環として、「支えあい号」と名付けた車両が二台納車されました。

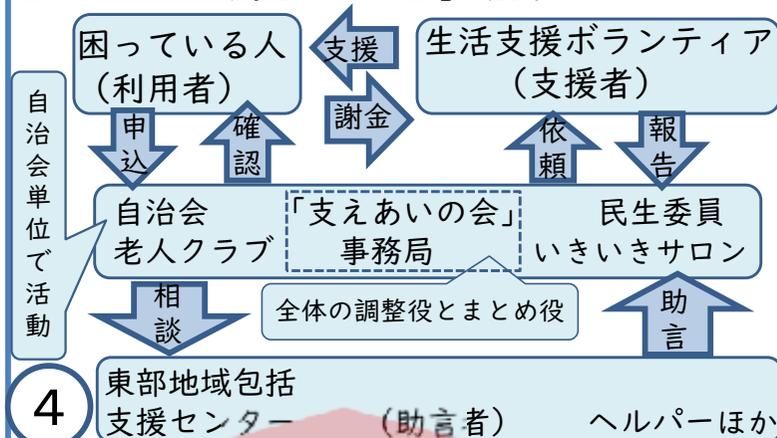
実施までの流れ

「地域公共交通実証再編プロジェクト事業」で助成して頂いた「支えあい号」

- *H28年11月～R5年3月まで
- *7年間で17回の語らん場開催！
- *高齢社会の到来を課題とし、地域で出来ることは何かを話し合った。
- *語らん場だけでなく、DVD作成委員会やアンケート作成委員会、支えあいの体制作り委員会等、委員会での話し合いを重ね語らん場で共有をした。



◎こながい「支えあいの会」活動システム



ポイント

- ・持続可能な活動となるよう、誰か一人がリーダーになるのではなく、皆で取り組んでいく！！
- ・生活支援コーディネーターも助言者として今後も連携していく。

- *賛同した自治会(長里、牧、小ヶ浦、井崎、遠竹)から、こながい「支えあいの会」役員を募り、役員会(生活支援コーディネーターは助言者として参加)にて、会則、実施要項、支援内容、謝金、ボランティア募集、チラシ等について協議を重ねていきました！！
- 語らん場から役員会へ単立ちました！！

R5年11月12日こながい支えあいの会発足！！

- *R6年11月18日現在でボランティア登録者数97名(中学生2名を含む)
- ◎支援内容(13項目)：1人1時間あたり基本500円
ゴミ出し、移動支援、病院付き添い、買い物代行、買い物付き添い、庭の草取り、庭木の枝切り、
- 小規模な畑耕し、電球等取替え、エアコン掃除、掃除・窓拭き、重い物の移動など。



市町における生活支援体制取組状況 (平戸市)

課名：長寿介護課
担当：末永
連絡先：0950-22-9133

内容

生活支援

高齢者の居宅における多様な生活上の困りごとに対し、ボランティアが掃除、買い物、調理、洗濯、ゴミ出し、通院付き添い、買い物付き添いの外出支援等の生活援助を行う。

背景

野子地区は、他地区と比較して住民同士のつながりがあり、すでに互助活動が行われ、近隣の人や親戚の人が手伝って高齢者の生活が成り立っているという土壌があることから有償ボランティアを実施できるのではないかと考えた。

実施までの流れ

有償ボランティアモデル事業を委託する地区（まちづくり運営協議会、以下、まち協）についてまち協所管課の総務課と協議し、野子地区まち協を選定する。

1

ボランティア保険（ボランティア活動時、運転時の2種類）の加入。警察署による交通安全講習を実施。買い物・通いの場・病院付添い等の外出支援を中心に実施。

4

有償ボランティアモデル事業を野子地区まち協保健福祉部会、役員会、総会において説明し、了解してもらう。

2

現在互助活動を行っているボランティアと互助を受けている高齢者に対してニーズ調査を行った。調査結果を踏まえて、生活支援内容と料金設定を決める。

3

ポイント

外出支援の実施については、国土交通省九州支局に確認。また交通部署管轄の総務課との協議が繰り返し必要。

市町における生活支援体制取組状況 (松浦市)

課名：長寿介護課
担当：平田佑三郎
連絡先：0956-72-1111

内容

日常生活支援

松浦地域の高齢者等を対象に、お互いに支え合い、誰もが安心して自分らしく暮らすことができるように、身近なサポーター(ボランティア会員)を紹介し、高齢者等の困りごとの手助けを行う

背景

地域に独居や高齢者だけの世帯が増え、ゴミ出しや買い物、室内清掃など簡易な家事が出来なくなったことで、自宅での生活が継続できず施設入所を選択するケースがみられるようになった。

高齢になっても生活上の困り事を近くの人に頼めるような支え合える地域を創りたいと意欲を示す住民に働きかけを行った。

実施までの流れ

1

(困りごと)

- ・ゴミをゴミステーションまで持っていけない
- ・食料品を買って持ち帰るのが大変
- ・部屋を掃除するのが難しくなった
- ・洗濯ものを干すのが大変になった

松浦地域の住民

2

地域包括支援センターが(第1層SC勤務)、日々の相談受付の中から、要介護認定までは至らないが何らかの支援を必要とする高齢者等を把握する。
生活支援を担うボランティアを養成(介護予防・地域支え合いサポーター養成講座の開催)

4

事務局は、サポーター及び地域包括支援センターと同伴訪問を行い、支援内容を利用者と確認し契約。
利用者は利用券(200円×10枚綴り)を事務局から購入し、1回30分程度の生活支援を受けた際に1枚の利用券をサポーターを通して事務局に渡す。

3

介護予防・地域支え合いサポーター養成講座修了者が松浦助け合いネットワーク「シグナル」を立ち上げ、賛同者をサポーターとして登録。
地域包括支援センターから依頼を受けた高齢者に対しシグナル事務局がサポーターと利用者のマッチングを行う。

ポイント

- ・市が毎年サポーター養成講座を開催。講座修了者に対して、第1層SCが「シグナル」ボランティアの会員登録を促している。
- ・会員同士の交流・情報交換を目的に、定期的に情報交換会を開催している。

市町における生活支援体制取組状況 (あなたの地域のおたすけマン：西海市崎戸町)

課名：西海市社会福祉協議会
担当：木森
連絡先：0959-35-3555

内容

生活支援

住み慣れた地域のちょっとした困りごとをおたすけマン会員が有償にてお手伝いします。

背景

平成31年3月にスタートした西海市内初の有償ボランティア団体。ご近所付き合いの中で困りごとを助けてもらうのを無償では気を使ってしまい頼みにくいとの声を受け、ちょっとした利用料を支払うことにより気持ちよく頼めるのではとの気付きから生まれた「あなたの地域のおたすけマン」です。

実施までの流れ

平成30年に県社協による生活支援ボランティア応援事業を活用し、地域住民へ生活支援ボランティアの説明会を8回ほど開催した。



- ・2ヶ月毎に定例会開催(情報共有)
- ・会員募集が課題(幅広い活動を目指す)
- ・活動をPRし認知度を上げる(SC等協力依頼)

SCが大崎高校でおこなわれた出前講座へ参加しおたすけマンを紹介した後、夏休みのボランティア活動として生徒5名の方が活動に参加してくれた。



1

「あなたの地域のおたすけマン」を結成。

3

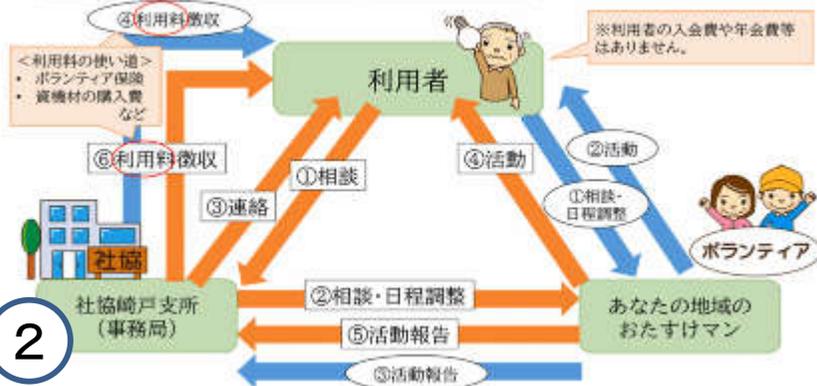
活動の輪が広がっていく嬉しさ

今後の展開

ポイント

協議を重ね内容を検討していた

- ・「あなたの地域のおたすけマン」を利用するには？



2

4

地道な周知活動の結果、少しずつ会員も増えている。もっと身近に気軽に「手伝ってほしい」の声を言ってもらえるように今後も出来ることを出来る範囲で地域に根ざした活動を今後も続けていく。

ポイント

これからの課題

- ・移動支援をどう展開するか (車・保険・運転技術などの課題)
- ・会員の高齢化による活動の限界 (新規会員の募集を行っている)



市町における生活支援体制整備取組状況 (時津町東小学校区「はこべらの里・ささえ愛たい」)

課名：高齢者支援課
 担当：土井口
 連絡先：095-813-2530
 shien@town.togitsu.nagasaki.jp

内容

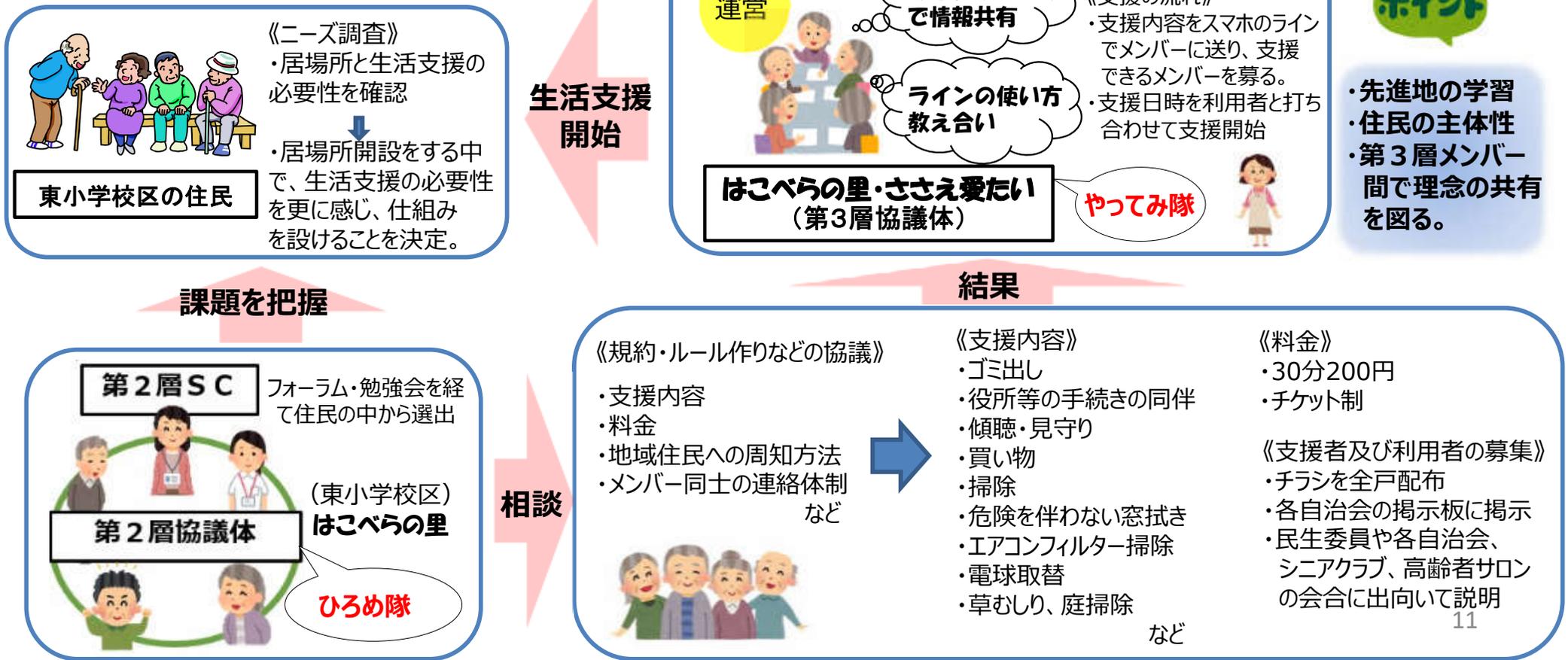
生活支援

単身や夫婦のみの高齢者世帯、認知症の高齢者に対し、多様な日常生活上の支援を図ることにより、住み慣れたまちで暮らし続けることができる地域社会を創設することを目的とする。

背景

- ・独居高齢者世帯と老々世帯が増加し、自治会加入率が低下するなど、地域の絆の再構築と互助による生活支援の必要性が出てきた。
- ・町の生活支援体制整備事業により、東小学校区に第2層協議体『はこべらの里』が創設され、ニーズ調査の結果、生活支援の希望が住民から寄せられた。

実施までの流れ



市町における生活支援体制整備取組状況 (時津町北小学校区「つんなむの会・ささえあい隊」)

課名：高齢者支援課
 担当：土井口
 連絡先：095-813-2530
 shien@town.togitsu.nagasaki.jp

内容

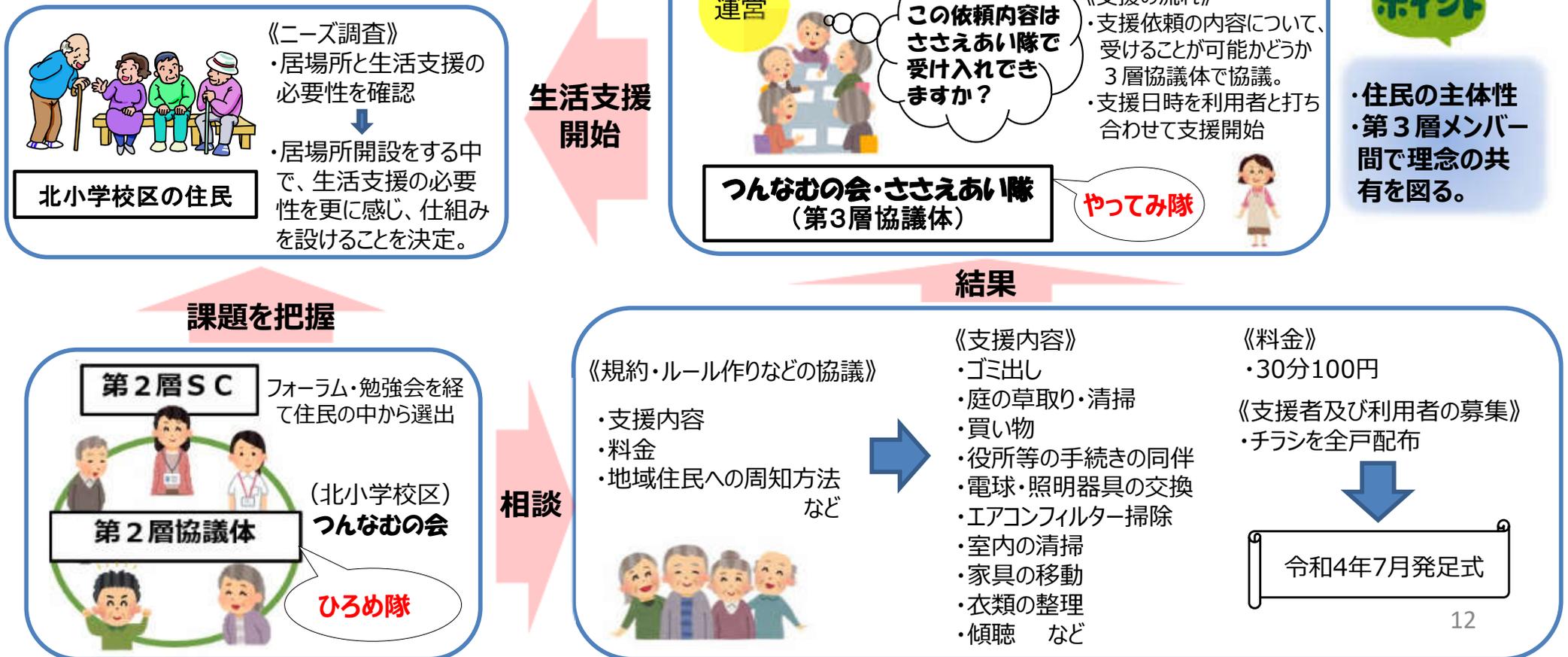
生活支援

単身や夫婦のみの高齢者世帯、認知症の高齢者に対し、多様な日常生活上の支援を図ることにより、住み慣れたまちで暮らし続けることができる地域社会を創設することを目的とする。

背景

- ・独居高齢者世帯と老々世帯が増加し、自治会加入率が低下するなど、地域の絆の再構築と互助による生活支援の必要性が出てきた。
- ・町の生活支援体制整備事業により、北小学校区に第2層協議体『つんなむの会』が創設され、ニーズ調査の結果、生活支援の希望が住民から寄せられた。

実施までの流れ



市町における生活支援体制取組状況 (波佐見町)

課名：地域包括支援センター
担当：植垣、柿本
連絡先：0956-85-2976

内容

日常生活支援

自治会内（井石郷）でのゴミ出しや掃除、庭の草取りなど日常生活の困りごとに対し、お互い様の気持ちで、ボランティア活動を実施。

背景

井石郷の高齢化率は35.3%（町全体は31.5%）

ささえ合いのまちづくりフォーラムや勉強会に参加し、助け合いの必要性を実感。災害支援について検討する中で、日頃から隣近所で助け合える関係づくりが必要であるとの思いを持った。アンケート結果でも必要と感じている方や関心のある方が多くみられた。

実施までの流れ

町主催フォーラムに参加した地域の方が支え合いのまちづくりの必要性を実感。勉強会を重ね、2層協議体のメンバーとなり、いろんな情報を得ることでさらに強い思いとなる。

1



地域の課題を把握するため、アンケートを実施。アンケート結果から、「地域の助け合いの仕組みができることで、地域の方が安心して住めるのではないか」との思いを持ち、2層協議体メンバーが中心となり、立上げに向けた検討委員会を設置。

2



会員制で掃除や草取り、電球の交換などの支援を実施。利用料は10分ー100円。謝礼はチケットでの支払いとし、事前に10枚綴を購入してもらう。謝礼は事務手数料1割を差し引いた額を支援した人に支払う。「できることをできるときに、できる人が」というお互い様の気持ちで活動中。

4



活動開始

SCから他市町での事例を紹介、規約・チケットなどの情報を提供を受けながら、6回の検討会を開催し、規約を作成した。住民への周知と会員募集を行い、活動開始となった。

3



ポイント

実施のうえでのポイント

地域の方が必要性を実感し、「やろう!!」という強い気持ちをもって月一回の定例会で振り返りや勉強会を行いながら進めている。

SC



市町における生活支援体制取組状況 (佐々町)

課名：多世代包括支援センター
担当：江田
連絡先：0956-62-6122

内容

日常生活支援

ボランティア団体「ぷらっと」による掃除や買い物などの生活支援。(対象者の身体状況及び生活環境に応じて、包括支援センター地区担当者より「ぷらっと」へ依頼、日常の困りごとを解決！住み慣れた地域で生活を継続できるよう支援する)

背景

- ・福祉計画アンケート調査より、掃除や買い物などの生活支援のニーズが高かった。
- ・総合事業対象者で「買い物に行けない。掃除が大変になってきた。ゴミ出しに行けない」等の声が多くあった。



実施までの流れ

- ・タダは頼みにくい。
- ・買物やゴミ出しなど、専門職に頼まなくても、地域の支え合いでやっていけることがたくさんある。
- ・人の役に立ちたい、活躍したい人が、まだまだいるのでは。
- ・介護予防ボランティアポイント制度が普及しない。

課題を整理

地域包括支援センター（第1層SC、地区担当者）が地域ネットワーク情報交換会や訪問活動で実態把握

掃除・ゴミ出し・買い物等の生活支援！
新しい団体、サービスを創出するより、
既存の団体で進めていけないか検討。

生活
支援

地区担当者→第1層SC→相談→マッチング！！

1回30分（200円）「ありがとう券」利用者から支援者へ
町からボランティアポイントを付与

「ぷらっと」生活支援の部
メンバー集結！！



結果

包括支援センター第1層SCより
既存のボランティア団体「ぷらっと」に提案

※既存の住民主体の通いの場「元気カフェ・ぷらっと」利用者のお困りごとについて、通いの場支援の延長線として自宅においても馴染みの関係で助け合いの支援はできないか検討！

具体化

ポイント

・ボランティア主体で運営、定例会にて情報を共有している

・通いの場支援からの生活支援馴染みの関係！で「お互い様」の関係で付き合える！



居場所づくり



市町における生活支援体制取組状況 (長崎市)

課名：長崎市社会福祉協議会
担当：溝田
連絡先：095-828-1281

内容

集いの場支援

住民(高齢者)同士の繋がりが薄い地区への集いの場づくり支援
～地域住民同士のつながり×スマホ教室～

背景

- 地域の中で集いの場がほとんどなく交流の機会が少ない。
- ➔長崎市桶屋町は中心地で交通の便がよく、アパートやマンションが多くあるので機会があれば参加者は見込める。
- 一部の高齢者はインターネットを使うことが難しく、スマホを活用できない方がいる。
- ➔スマホサロンサポーターという、スマホを教えてくれる社会資源がある。

実施までの流れ



民生委員

自分たちの地域でも集まれる機会を作りたいです。

“地域ささえあい勉強会”に参加された桶屋町の民生委員がSCに相談。

ポイント

- コーディネートだけに限らず、相談者のできることを尊重し、週1回は進捗を確認するなど開催まで伴走したこと。
- 開催したことで新たなつながりが生まれ、対象地区は広がりがみられている。

スマホさわってみゅ～会 開催



スマホサロンサポーター

住民

- 3人程度ではじまった活動が、口コミで参加者が増え、10人を超える人数になっている。(隣町の参加者あり)
- LINEや写真などスマホで出来ることが増えている。

“スマホさわってみゅ～会”

長崎市が養成したスマホサロンサポーターの協力を得て、高齢者同士がスマホを学び合う場をSCが提案する活動の通称。



スマホサロンサポーター

スマホの操作に不慣れな高齢者等からの、基本的な操作方法等に関する相談に対応するサポーターのことです。

民生委員

- チラシの周知
- 場所の確保

SC

- スマホサロンサポーターへ連絡調整を行う。

一緒に行なったこと

- チラシを作成
- 自治会定例会へ参加し、プレゼンを行う

市町における生活支援体制取組状況 (虹の会：諫早市西郷町・立石町)

課名：諫早市中央部地域包括支援センター
担当：生活支援コーディネーター（SC） 岩田
連絡先：0957-27-0730

内容

居場所づくり
(介護予防)

上山小校区の語らん場をきっかけに、隣り合う西郷町・立石町2町一緒に介護予防に取り組むことが決まり、若返り体操サークルとしての活動が始まった。

背景

- 上山小学校区では、平成30年度から介護予防と生活支援の語らん場（第2層協議体）を開催し、地域に合った介護予防や支え合いについて話し合いを行なっている。
- 諫早市西郷町は、人口1,051人、高齢化率24.3%（R6.1.1現在）。いきいきサロンはあるが、参加者は80代以上の女性がほとんどで、他に住民が顔を合わせる機会がないという声が語らん場に出ていた。
- 立石町は人口227人、高齢化率22.5%（R6.1.1現在）。いきいきサロンは個人宅で活動しており、他にも集まる機会を作りたいが公民館がなく難しいという声が語らん場に出ていた。

実施までの流れ

(R3年度)市一般介護予防教室を西郷町公民館で開催
教室終了後に「今後も続けたい!」という西郷町・立石町住民が数名いたが、自主グループ化には至らなかった。

相談

(SC・保健師→西郷町・立石町自治会長へ相談)「『続けたい』という声を大事にしたい!介護予防のための集いの場をやってみませんか?」
・町内会長…「いいと思う。するとなったら自治会も協力するよ。仕事が忙しくて今は難しいなあ。」
・サロン代表…「公民館の鍵の開け閉めくらいならできるよ!」
⇒何度も相談に通うが、なかなか話が進まず…

一歩前進

〈R4.9 西郷町自治会アンケートを実施〉
・敬老の日に70歳以上の自治会会員へ記念品を渡すという情報をSCがキャッチ→町民の声を聞いてみることを提案、アンケート実施地域の情報提供
⇒自治会副会長がアンケートを作成し、敬老記念品を渡すタイミングでアンケートを実施!
⇒困りごとや体操教室に参加したいという人がいることが分かった!

〈R5.10～活動開始!〉

- ・第1回目：包括保健師より、介護予防の必要性について、SCよりこの会立ち上げの経緯を説明
- ・若返り体操サークル新規立ち上げのため、市の活動支援事業を活用し、講師より指導を受ける
⇒R6.2～自主サークルとして活動継続中!!

〈西郷町・立石町ミニ語らん場〉

- ・介護予防のための集いの場をしたいと思ったきっかけを共有
- ・SCより人口動態資料を提供(60・70代が多い!この世代に参加してもらいたい!)
- ・どのような場にしたいか具体的内容を検討

立ち上げへ向けて話し合い

〈R5.2上山小校区語らん場〉
・西郷町アンケート実施を報告
・西郷町→立石町へ提案「西郷町公民館で一緒にやろう!」と2町合同でやってみることが決定。

さらに前進

ポイント

- ・介護予防教室終了後も保健師が住民への働きかけを継続した。
- ・以前から地域行事で関わりがあった2町が合同で活動。公民館がない立石町で活動が広がった。
- ・各町の人口動態を見ると、60代・70代の人口が多く、この年代を地域活動に参加してほしいという思いから、若い世代でも参加しやすい若返り体操をすることにした。

市町における生活支援体制取組状況 (介護予防のための集いの場：諫早市厚生町)

課名：諫早市中央部地域包括支援センター
 担当：生活支援コーディネーター（SC） 岩田
 連絡先：0957-27-0730

内容

居場所づくり
(介護予防)

諫早小学校区厚生町は、地域に公民館がなく、町内で顔を合わせる機会がなかったが、町内で営業中の店舗の空き部屋を活用して、介護予防のための集いの場を立ち上げた。

背景

- 諫早小学校区では、平成28年度から介護予防と生活支援の語らん場（第2層協議体）を開催し、地域に合った介護予防や支え合いについて話し合いを行なっている。
- 諫早市厚生町は、人口290人、高齢化率31%（R6.1.1現在）。昔は老人クラブがあったが、現在はなくなり、町内での集いの場はない。また、公民館がなく、集まる場所がないという声が語らん場に出ていた。

実施までの流れ

〈R3年語らん場での意見〉

- 民生委員…町内の高齢者より「厚生町には何かないとやろうか？寂しい」という声を聞いていた。
- 町内会長…家を行き来するような関係性はあまりない。公民館がないからか、集まることをして来なかった。

⇒疎遠になってしまった繋がりをまた戻していきたい！集まる機会を作りたい！

提案

〈R3.7月SC⇒民生委員〉
 「厚生町で介護予防のための集いの場をやってみませんか？」

- 民生委員…自分自身も体を動かす機会がない。体にガタが来ているのを感じる。高齢者に限らず、60代・70代を対象にしてもいいかも
- 場所は以前町内会で借りた場所がある

⇒まずは、町内会長や役員に相談してみよう！

相談

〈R3.8月ミニ語らん場〉町内会、民生委員、包括職員で話し合い

- どのような場にしたいか共有（SCより市の事業を紹介）
- 場所…町内会で借りた場所へ相談⇒コロナ禍で借用不可…

⇒場所がない！場所さえあればできるのに…

〈R5.3月周知〉

- 事前に町内会回覧板で周知（SCより他地域のチラシを情報提供）
- 来てほしい人には町内会長、民生委員が個別に訪問し声掛け

準備

活動開始

〈R5.4月～介護予防のための集いの場として活動開始！！〉

- 市介護予防プログラムのDVDを観ながら筋トレ、脳トレを実施

R4年度

- 町内のお店や広場等集まる場所がないか探して相談
- 同時に、隣町での市一般介護予防教室に参加し、自分達でもできるように勉強

⇒場所が見つかった！
 町内会長が町内の店へ相談し、開いている部屋を無償で借りられることになる

場所探し

ポイント

- 場所が見つからない中でも、モチベーションが下がらないよう、SCや包括職員が働きかけを継続した。
- 市介護予防プログラムのDVDを観たり、介護予防教室に町内会長・民生委員が参加して、介護予防の必要性について学び、イメージを共有した。
- 活動場所を2階から1階へ変更し、集まりやすい環境づくりを行った。

市町における生活支援体制取組状況 (平松神社語らん場会：諫早市本明町)

課名：諫早市中央部地域包括支援センター
担当：生活支援コーディネーター 岩田
連絡先：0957-27-0730

内容

集いの場

北諫早中学校区本明町では、公民館まで行けない高齢者のために、老人クラブを中心に話し合いを行い、屋外での新たな集いの場を始め活動している。

背景

- 北諫早中学校区では、H29年度から介護予防と生活支援の語らん場（第2層協議体）を開催し、地域に合った介護予防や支え合いについて話し合いを行なっている。
- 諫早市本明町は高齢化率が高い町（R3.4.1現在 42.9%）。老人クラブ、いきいきサロン、若返り体操サークル等、公民館での活動は活発に行われているが、公民館まで遠くて行けない高齢者もいるという声が語らん場に出ていた。

実施までの流れ

《老人クラブ明寿会語らん場を開催》
老人クラブ定例会に包括職員が訪問し、
毎月15分の話し合いを続ける

⇒「明寿会(老人クラブ)に長く参加するにはどうしたらいいかな？」

話し合い継続

《明寿会語らん場に民生委員・自治会役員を
招き、話し合い》

「公民館まで来れない人のために
新しい集いの場を作ろう！」

- 包括職員が語らん場について紹介
- 地図を用いて集いの場の場所候補地を選定

準備

《場所は平松神社の境内（芝生の広場）に決定！》

- 自治会が神社の使用を許可。鍵を老人クラブ会長へ預ける。
- 老人クラブ加入に関わらず、高齢者が誰でも参加できる会として
- 民生委員や老人クラブ会員で参加の声掛けを行う。
- 必要物品、役割を考えて分担する。

☆明寿会語らん場の話し合いに包括職員も参加し、一緒に考える。

《平松神社語らん場会

スタート！》

- 毎月1日9時ごろより開始
- 必要物品は、各自持ち寄り
- (椅子はコンテナで代用)
- 包括職員も今後住民主体で活動を継続できるように応援
(健康体操、頭の体操、情報交換)

R4年度 新たな 取り組み

《平松神社の広場に手すりを設置！
手すりを使った運動を開始！》

- 参加者より「できるだけ永く元気であるために、平松神社で安全に歩く練習ができないか」という声がきっかけ。
- 地域ケア会議開催し、手すりを活用した運動の方法・必要性を整理した。
- 福祉用具事務所が社会貢献として手すり設置。市活動支援事業を活用し、理学療法士より手すりを使った運動の指導を受け、継続



ポイント

○好事例として、他地域へ情報提供を行う。
⇒屋外での集いの場として、「参考になった」「もっと知りたい」という意見多数あり。
⇒参加者自身のモチベーション向上に繋がる。

○コロナ禍での活動⇒開催するかどうか明寿会語らん場で話し合いながら決めている。
開催時は、間隔を開けて、マスクを着用して活動。19

市町における生活支援体制取組状況 (醤油屋の空き店舗の集い：諫早市上野町)

課名：諫早市中央部地域包括支援センター
担当：生活支援コーディネーター 岩田
連絡先：0957-27-0730

内容

集いの場

上山地区の上野町では、閉店することになった醤油屋の空き店舗を利用して、集いの場を開設した。家主である民生委員が家に居る時にはシャッターを開け、誰でも行ける集いの場としている。

背景

- ・上山地区は、平成30年度から介護予防と生活支援の語らん場（第2層協議体）を開催し、地域に合った介護予防や支え合いについて話し合いを行なっている。
- ・この空き店舗がある町には公民館があるが、「公民館へ行くまでの道路は交通量が多く、横断が心配」、「公民館使用が自由にできない」ということが語らん場の中の意見として挙がっていた。

実施までの流れ

【語らん場での話し合い】

第2層SC



上野町住民

- ・語らん場で醤油屋を閉店するという情報をキャッチ
- ・語らん場で「道路横断が心配」「公民館は自由に使いにくい」という意見が出たことを報告

生活支援コーディネーターが提案

第2層SC

「醤油屋さんの空き店舗を）集いの場にするのはどうでしょうか？」



民生委員かつ醤油屋の家主

「シャッターを閉めたままにしておくのは地域の明かりが減って寂しくなる」
「少しでも地域の為になるなら」と承諾を得る！

シャッターが開いている時は、
集いの場が開いていますというサイン！

- ・まずは町の役員の集まりの時に公民館ではなく集いの場を活用。
- ・口コミで広がり、他の町の方立ち寄ることもあり。

集いの場開設！

民生委員、町内役員のご主人、自治会長、
老人クラブ会長

集いの場開設へ向けて環境を整える

- ・テーブルは卓球台！
- ・椅子はDIYで作成！
- ・使っていないテレビ、冷蔵庫を持ち寄り

第2層SC

定期的に情報交換を行い、状況を把握

準備

民生委員、自治会長、老人クラブ会長

どんな集いの場にしていこうか？

話し合い

R3.2月

集いの場に意見箱設置！

「自治会として町民の意見を聞きたい」意見箱に入れられた意見は、自治会役員で協議し、協議結果を町民へ回覧するようにしている。

ポイント

- ・地域の資源と住民の困り事をタイミング良くマッチングさせたこと
- ・住民のモチベーションが下がらないように働きかけを行ったこと

市町における生活支援体制整備取組状況 (ほっこりん：諫早市貝津町)

課名：諫早市西部地域包括支援センター
担当：山田
連絡先：0957-43-3330

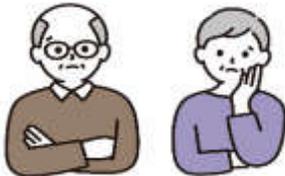
内容

集いの場 民家（空き家）を利用した小コミュニティでの集いの場づくり。

背景

- ・地域の公民館において実施されている地域活動へ歩いて参加できない高齢者が増えてきた。
→閉じこもりがちな高齢者が増える。
- ・地域高齢者が歩いて参加できる小コミュニティでの集いの場づくりの必要性を協議体（諫早市における「語らん場」）においてテーマとなり、地域有志により民家（空き家）を利用した集いの場づくりを模索。

実施までの流れ



貝津地区の高齢者

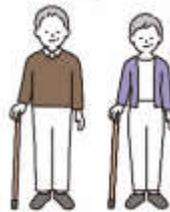
<困りごと>
・地域の大きな公民館での活動に歩いていくことができなくなった高齢者が増加。
・閉じこもりがちな高齢者の増加

課題を把握

毎月第1・4水曜日の2回へ増数!

男性のみの集いもスタート!

様々なコラボや情報発信の場!




↑一軒家を活用し、小さな集いが好評!
↑男だけで集ってもよかるもん!

→手作りの美味しい食事を提供。孤食が多い独居（日中）高齢者と一緒に食事を楽しみます。また調理法・献立など話が弾み、高齢者向け「食育の場」でもあります。日頃は食欲がない参加高齢者も、この時ばかりは完食です! 「やっぱり食事はみんなで食べるとおいしい!」

「回数増やして!」 「取材対応中!」

結果



第2層協議体「語らん場」 + 第2層SC

必要性の共有

“やる気を持って思い続けていたら願いは叶う!”
「語らん場」(2層協議体)をきっかけに、発起人(婦人会・民生委員・食生活改善推進員等)により、今の地域高齢者のためだけでなく将来の自分達のためでもあるとの考えのもと、場所・資金等の課題を抱えながらも地域の寄り処「ほっこりん」を立ち上げ。開始から1年後、活動も落ち着いてきた頃、参加者からの要望を受け月1回から2回へ増数。また、同場所別日にて男性のみの集いも始まり、関係機関との関りや視察、ケーブルTV取材等、情報発信の場としても展開を見せている。

ポイント

【資金等の調達】

- ・資金：社協のボランティア助成金等の活用
- ・保険：社協のボランティア保険を活用

市町における生活支援体制取組状況 (ひまわり会：諫早市下大渡野町)

課名：諫早市北部地域包括支援センター
担当：田浦
連絡先：0957-25-7030

内容

居場所づくり (介護予防)

下大渡野町新規サロン

1回/月、地域の集会所で送迎付き(無償)の「いきいきサロン」が行われています。
1人暮らしの方は大勢で食事をする機会が少ないため、ちょっとした軽食をボランティア・利用者が一緒に準備され、みんなで楽しく食べられています。
集うだけでなく、介護予防のため本野節(地域の民謡)を活用して楽しく身体を動かされています。

背景

本野地区にある下大渡野町は、老人クラブの活動が活発で「デイサービスに代わるような老人クラブを!!」ということで、市の出前講座を活用し脳トレの取り組みが行われています。下大渡野町ではあえて「いきいきサロン」を立ち上げない雰囲気がありましたが、本野地区「語らん場」で元気な高齢者を増やすには・・・というテーマで協議を進める中、「下大渡野町でもいきいきサロンを立ち上げたい」という声が上がリ、開始されたサロンです。

実施までの流れ

平成29年から諫早市の第二層の協議体「語らん場」が始まった。そこで、2025年に向けた課題の共有や、介護予防や生活支援、地域の支え合い活動について協議した。



令和3年11月「ひまわり会」開始
ボランティア5名、利用者8名
内容：ボランティア、利用者みんなでやりたいことを提案し決めている。
軽食をみんなで食べたり、本野節を活用して介護予防の取り組みも実施予定

ポイント

本野地区は兼業農家が多く、定年がないため、80歳を過ぎても身体が動く方は仕事を続けられる方が多い。いよいよ身体が動かなくなってきたから、ようやく老人会等の地域活動に参加されるため、その時は自力で参加できない方も多い。介護予防の意識を高め、いかに元気に年を重ねるかが課題。 22

結果

本野地区は5町で構成されており、本野町で5班全てにサロンが立ち上がった。湯野尾町でも新規サロンが立ち上がり...

相談

語らん場に参加した下大渡野町の住民から「下大渡野町にもサロンを立ち上げたい!!」という声が上がった。

協議 調整

令和3年8月 住民・市社協・包括でMT
参加者：ボランティア候補10名、自治会長、老人会長、諫早市社協職員、包括職員(SC)
内容：対象者、場所、開催頻度、送迎、開催日、活動内容、開始日、会の名称について協議

第2層SC



情報共有

◇タイムスケジュール
令和3年7月：班長会でサロン立ち上げの了解を得る
令和3年9月：回覧板で新規サロンのチラシを回覧し、参加者を募る
※回覧板と並行しボランティア候補10名が個別に利用してほしい高齢者に声を掛ける

調整

調整

6

5

4

1

2

3

市町における生活支援体制取組状況 (湯野尾スマイル会：諫早市湯野尾町)

課名：諫早市北部地域包括支援センター
担当：田浦
連絡先：0957-25-7030

内容

湯野尾町新規サロン

居場所づくり (介護予防)

1回/月、地域の集会所で送迎付き（有料）の「いきいきサロン」を開催している。
1人暮らしの方は大勢で食事をする機会が少ないため、1回/月は大勢で楽しく食事をする機会を作ろう！と6～9月以外は昼食の提供があり（1食100円）。
集うだけでなく、介護予防のため脳トレや筋トレ体操も行われている。

背景

本野地区にある湯野尾町は、集落が離れており、立派な集会所があるが、そこまでの移動が大変で、集いの場があっても集えない方が多かった。
移動の問題を解決し、介護予防を兼ねた集いの場ができないか、という思いから生まれた活動。



ポイント

実施までの流れ

平成29年から諫早市の第二層の協議体「語らん場」が始まった。そこで、2025年に向けた課題の共有や、介護予防や生活支援、地域の支え合い活動について協議した。

1

相談

2層SCに、語らん場に参加した住民から、「湯野尾町でいきいきサロンを立ち上げたい！」と相談がある。

2

マッチング

諫早市社会福祉協議会へつなぎ、新規サロン立ち上げに向け、ボランティア候補と話し合いを行う

3

情報共有

第2層SC



平成30年11月 第2回MT
参加者：ボランティア候補13名、自治会長、諫早市社協職員、2層SC
内容：開始に向け詳細を協議
◆対象は65歳以上の高齢者
◆送迎は家族支援が難しい場合のみ1回100円で行う
◆昼食は1食100円で提供する
◆食器等は寄付で賄う
◆介護予防の取り組みも行う

5

調整

平成30年10月 第1回MT
参加者：ボランティア候補13名、自治会長、諫早市社協職員
内容：対象者、場所、開催頻度、送迎、開催日、活動内容、開始日、会の名称について協議

4

協議

本野地区は兼業農家が多く、定年がないため、80歳を過ぎても身体が動く方は仕事を続けられる方が多い。いよいよ身体が動かなくなってきたら、ようやく老人会等の地域活動に参加されるため、その時は自力で参加できない方も多いため、介護予防の意識を高め、いかに元気に年を重ねるかが課題。

市町における生活支援体制取組状況 (菜の花会：諫早市上大渡野町)

課名：諫早市北部地域包括支援センター
担当：田浦
連絡先：0957-25-7030

内容

居場所づくり (介護予防)

上大渡野町新規サロン

1回/月、地域の公民館で「いきいきサロン」が行われています。
集って語るだけでなく、季節の行事や手芸など創作活動、DVDを活用した介護予防体操にも取り組まれています

背景

本野地区にある上大渡野町は、円能寺地区にいきいきサロンがありますが、そこまで行けなくなった方がおられ、別の公民館を活用して新しくいきいきサロンを立ち上げよう！！という声が「語らん場（2層協議体）」あがり、立ち上がったいきいきサロンです。

実施までの流れ

平成29年から諫早市の第二層の協議体「語らん場」が始まった。そこで、2025年に向けた課題の共有や、介護予防や生活支援、地域の支え合い活動について協議した。

結果

1

上大渡野町にはいきいきサロンがあるが、集落が離れており、そこまで行けない高齢者の方がいる。その人たちのために、上大渡野町公民館で新しくいきいきサロンを立ち上げよう！！

2

第2層SC



協議・調整

情報共有

上大渡野町全体で介護予防の意識を上げていくため、菜の花会と既存のサロンで、**合同開催を検討中**です。

5

調整

おしゃれ頭巾

制作の様子

季節の行事や、手芸などの創作活動、DVDを活用した介護予防体操が行われています。

4

運営

令和4年4月 菜の花会 開始
菜の花が綺麗に咲くころに立ち上がったので「菜の花会」とされました。

3

ポイント

本野地区は兼業農家が多く、定年がないため、80歳を過ぎても身体が動く方は仕事を続けられる方が多い。いよいよ身体が動かなくなってから、ようやく老人会等の地域活動に参加されるため、その時は自力で参加できない方も多。介護予防の意識を高め、いかに元気に年を重ねるかが課題。



市町における生活支援体制取組状況 (白原PINPINサロン：諫早市白原町)

課名：諫早市東部地域包括支援センター
担当：伊東 由美子
連絡先：0957-32-6556

内容

集いの場

長田地域 白原町では、市の短期集中予防サービスを卒業後、「皆で元気で居られるように！！」と、「健康の為に集う場」として集いの場を始め活動している。

背景

- ・長田地域では、H30年から介護予防と生活支援の語らん場（第2層協議体）を開催し、地域に合った介護予防や支え合いについて話し合いを行っている。
- ・生活支援コーディネーターが老人クラブの定例会を訪問した際、「体力の衰えを感じる」などの声があり、保健師が実施するチェックリストを紹介。参加者からの関心が多く、包括支援センターの保健師へ繋ぐことで、住民の健康に対する意識が高まった。

実施までの流れ

- ・白原町老人クラブ定例会へ生活支援コーディネーターが実態把握の為に訪問する。
- ・参加者より、「体力の衰えを感じる」「是非、チェックリスト受けてみたい」の声が多く、包括支援センターの保健師へ繋ぐ。

1

R5年5月より、**集まるきっかけが出来て良かった！**
「白原PINPINサロン」と名付け、無理をせず自分達の続けられる形で、脳トレや筋トレなどの体操から籠づくりなどで集まり活動継続している。また、R5年11月から新メンバーが増え60代～90代が集まり、**4 元気に活動中！**



・生活支援コーディネーターと保健師がそれぞれの役割を担い連携する事で短期集中予防サービスに繋がった。

- ・白原町老人クラブ定例会へ保健師が訪問する。
- ・介護予防についての話を伝える。
- ・「自分の体の今の状態」を確認してみないか促しチェックリストを実施した。
- ・該当者に短期集中予防サービスについて紹介

2



- ・チェックリストの該当者に個別に訪問する。
- ・該当者の内、短期集中予防サービス利用の希望のあった方を対象に公民館型の短期集中予防サービス（脳トレトレーニング）を事業所対応で3か月間実施した！！
- ・この3か月間、保健師から介護予防を継続する必要性と大切さを参加者に根気強く伝えた。
- ・せっかくなので、自分だけでは続けられなくても、皆と一緒に地域の中で楽しく続けられるように参加者と話し、参加者の意識を高めた。

3

・参加者に保健師が根気強く、介護予防の必要性を伝える事で、参加者に継続する事の重要性を認識して頂けた。

・自主化後も保健師、生活支援コーディネーターで情報共有し必要に応じてサポートしていく。

市町における生活支援体制取組状況 (あっざきあった会：諫早市小豆崎町)

課名：諫早市東部地域包括支援センター
担当：伊東 由美子
連絡先：0957-32-6556

内容

集いの場

市のフレイル予防教室をきっかけに、長田地域 小豆崎町で「フレイル予防の為の集まり」が始まった！
脳トレ、筋トレ、ロトレ、その他色々なレクリエーションや物づくりなどをおこない、健康の為の集いの場として毎月取り組んでいる。

背景

- ・長田地域では、H30年から介護予防と生活支援の語らん場（第2層協議体）を開催し、地域に合った介護予防や支え合いについて話し合いを行っている。
- ・R4年4月より市（地域包括ケア推進課）のフレイル予防教室を（1年間開催）した事をきっかけに自治会での自主的な集いの場へ繋がった。

実施までの流れ

《R4年4月～R5年3月までフレイル予防室開催》
脳トレ・筋トレ・ロトレ・手ばかり栄養の4つの種類を専門職の先生の指導を受けながら

2～3か月交替で実施！！

1



フレイル予防教室開催時、包括支援センターの保健師と生活支援コーディネーター参加し、参加者、講師の先生との関りを継続。

◎参加者に…まずは、

- ・楽しく参加してもらう！
- ・脳トレ、筋トレ、心、お口、栄養、どれか1つということではなく、それぞれの分野が関連していることを理解して頂く。



2

R5年4月より、
住み慣れたあっざき（小豆崎町）で温かみのある（温かい）、沢山の友人と逢える集いの場となるように。との思いを込めて、

「あっざきあった会」

と名付けられました♡

民生委員お二人の色々なアイデアが詰まった物づくりやロトレなど愛情たっぷりの集いの場！

4



ルービックキューブを作成し
自宅でも楽しく脳トレが出来るように工夫♪

ポイント

・フレイル予防教室参加者に、元気なうちから介護予防に取り組む事の重要性を伝え続けた。

・参加者の意向を聞く時間を設け会の後に話し合った。

★保健師は

参加者へ介護予防について・介護予防の取り組みを継続する事の重要性について根気強く伝えた！

★生活支援コーディネーターは

参加者の声を聞き、自治会長や民生委員との繋ぎを行った！！

・アンケート実施し、参加者の声を基に会の後に、一人では続けられなくても、「自分の健康の為に続けたい！」の声を実現するにはどうしたらいいか、参加者と話し合う時間を設けた。

3

市町における生活支援体制取組状況 (法川ひなたぼっこの会：諫早市高来町法川)

課名：諫早市東部地域包括支援センター
担当：伊東 由美子
連絡先：0957-32-6556

内容

集いの場

市のフレイル予防教室をきっかけに、高来地域 法川自治会で「健康の為の集い！！」が始まった。市のDVDを活用し、脳トレ・筋トレをしたり、レクリエーションをしてフレイル予防に努めている！

背景

- ・高来地域では、H30年から介護予防と生活支援の語らん場（第2層協議体）を開催し、地域に合った介護予防や支え合いについて話し合いを行っている。
- ・R4年4月より市（地域包括ケア推進課）のフレイル予防教室を（1年間開催）した事をきっかけに自治会での自主的な集いの場へ繋がった。

実施までの流れ

語らん場に参加し、参加者間で情報交換をした際、「隣の黒崎自治会でフレイル予防教室を開催し、脳トレや筋トレなど、良かった！」との話を聞いて、法川でもやってみよう！の声があがる。

《R4年4月～R5年3月までフレイル予防室開催》
脳トレ・筋トレ・ロトレ・手ばかり栄養の4つの種類を専門職の先生の指導を受けながら
2～3か月交替で実施！！

1

フレイル予防教室開催時、包括支援センターの保健師と生活支援コーディネーター参加し、参加者、講師の先生との関りを継続。

◎参加者に…まずは、

- ・楽しく参加してもらう！
- ・脳トレ、筋トレ、心、お口、栄養、

2 どれか一つということではなく、それぞれの分野が関連していることを理解して頂く。

R5年4月より、「法川 ひなたぼっこの会」開始！

参加者みんなが主役！
「世代を問わず交流できる場にしていきたい！」との思いが込められた集いの場♪

ここに参加するようになって、
地域との繋がりが出来た！

終始笑顔が絶えず
笑いっぱなし♪

4

★保健師は

参加者へ介護予防について・介護予防の取り組みを継続する事の重要性について根気強く伝えた！

★生活支援コーディネーターは

参加者の声を聞き、自治会長や民生委員との繋ぎを行った！！

3 アンケート実施し、参加者の声を基に会の後に、一人では続けられなくても、「自分の健康の為に続けたい！」の声を実現するにはどうしたらいいか、参加者と話し合う時間を設けた。

・フレイル予防教室参加者に、元気なうちから介護予防に取り組む事の重要性を伝え続けた。

・参加者の意向を聞く時間を設け会の後に話し合った。



市町における生活支援体制整備取組状況 (蛸崎「なかよしクラブ」：諫早市貝津町)

課名：諫早市西部地域包括支援センター
担当：山田
連絡先：0957-43-3330

内容

集いの場

蛸崎集会所を利用した世代関係なく集える場づくり。

背景

- ・地域の公民館において実施されている地域活動へ歩いて参加できない高齢者が増えてきた。
- ・昔は集会所で地域住民が集まり催し事で楽しんでいた。また世代間交流で住民同士のつながりを深めたい。
- ・「語らん場」（協議体）をきっかけに集いの場の効果を理解し、地域高齢者や子供も歩いて参加できる集会所での集いの場づくりを目指す。

実施までの流れ



蛸崎地区の高齢者

<困りごと>
・地域の大きな公民館での活動に歩いていくことができなくなった高齢者が増加。
・閉じこもりがちになる高齢者の増加

蛸崎「なかよしクラブ」

毎月第4金曜日に開催！

毎月第3水曜日には、次回の内容を参加者皆さんで打ち合わせ。この時は、お喋りメインで実施しています。



みんなが同じ思いで集まります。自然と助け合いがあり笑顔を持ち寄る集いになりました！



↑毎回楽しくおしゃべりから始まり、レクで大笑い、介護予防にも取り組みます！



↑当初からの目標であった地域児童（学童）との交流を実現！一緒に諫早市の“皿おどり”でふれあい！

課題を把握



第2層協議体「語らん場」



第2層SC

“思い”の共有

地域の立派な集会所を活用！

結果

「語らん場」（2層協議体）をきっかけに、発起人により集いの場への思いを伝え協力者を募る。しかし集いの場運営には課題もあり、地域の集会所の使用や実施内容、また運営資金等について地域での会議を数か月にわたり複数回重ねる。



“高齢者の集いの場を通し地域活性化を！”
以前のように地域住民が集まり楽しい時間を過ごせるようにしていきたい。世代関係なく集える場にしていこう！

ポイント

【資金等の課題】

- ・資金：社協のボランティア助成金・コープ等の活用
- ・保険：社協のボランティア保険を活用

市町における生活支援体制取組状況 (スティックフロアカーリングの集い：諫早市正久寺町)

課名：諫早市東部地域包括支援センター
担当：伊東 由美子
連絡先：0957-32-6556

内容

集いの場

スティックフロアカーリングを活用した集える場づくり。

背景

- ・地域の行事がコロナ禍を経てなくなってしまった。
- ・雨に日はゲートボールも出来ず集えない。
- ・繋がりを再開しなければ…地域に集うきっかけがほしい!

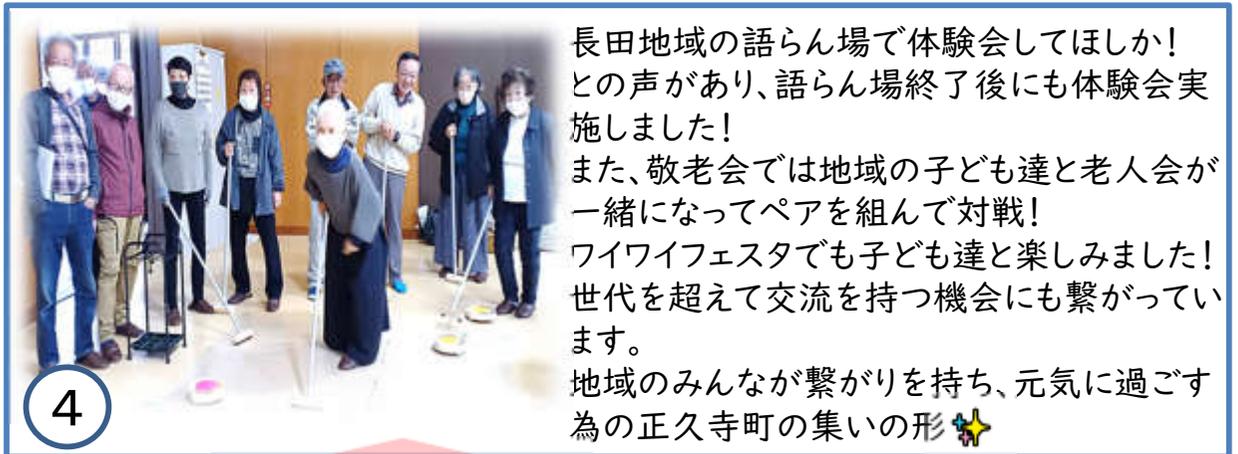
ポイント

- ・地域が集うきっかけができた!
- ・年齢問わず皆でできるスティックフロアカーリングの活用!
- ・自治会皆で話し合う事で、住民の理解を得る事ができた!

実施までの流れ

〈困りごと〉

- ・地域行事がコロナ禍を経てなくなってしまった。
 - ・老人会のゲートボールも雨の日は出来ない。
- 1 地域の繋がりを再開するには…
地域に集うきっかけがほしい!!



きっかけは自治会長の想い♡

- *自治会長の声掛けで自治会メンバー5人(自治会長・自治会役員・民生委員・老人会長)で多良見町元釜の公民館講座で開催された「スティックフロアカーリング体験会」に参加!!
とても楽しかったので、その後…
自治会長の声掛けで正久寺町の住民の皆さんにも集まって頂き、多良見町元釜の方にも教えに来て頂き正久寺町でも体験会を開催しました!!
- 2

- 自治会での体験会終了後に、自治会の皆で今後について話し合い(ミニ語らん場)を開催しました!!
健全育成会の方や地域の子も達、老人会など、正久寺町の多くの方が参加され、「誰でもできて楽しい!」「やってみたら夢中になるね!」の声が聞こえていました!
自治会長から「**地域が繋がるきっかけができれば**」との思いを伝えられ、話し合った結果、
R6年6月より、まずは老人会メンバーを主にスティックフロアカーリングの集いが始まりました!
(毎週木曜日:AM9:30頃~正久寺町公民館にて開催)
- 3



【集いの様子】

市町における生活支援体制取組状況 (平戸市)

課名：長寿介護課
担当：第1層SC 山口
連絡先：0950-22-9132

内容

居場所づくり と買い物支援

まちづくり運営協議会の支援と近隣のスーパーマーケットの協力で誕生したサービス。住民主体の通いの場から体操前に商品を注文し、体操が終わるころにスーパーから商品が届く。体操に参加できなくても、関係者に電話でお願いしておけば注文した商品が届く。

背景

いきいきサロンの参加者・世話人の高齢化に伴い、活動が脆弱化し解散の検討がされていた。他に高齢者が集まれるような機会も場所もなく参加者は会食が楽しみだった。独居の高齢者も多く参加者は15名ほど。町内にスーパーや商店はなく週1~2回来る移動販売を活用。交通アクセスも悪いため買い物に困っている高齢者も多い。

実施までの流れ

いきいきサロンの脆弱化に伴い、管轄するまちづくり運営協議会の支援で住民主体の通いの場として体操体験会を実施。今までサロンに参加していなかった人にも来てほしいと考え、買い物に不便さを感じている人も多いことに着目した。

1

サロンは参加者の多くが後期高齢者で見守り兼ねた高齢者の集まれる場所が必要。市が力を入れていた住民主体の通いの場として、高齢者の集まる居場所が存続できないか、まち協と検討。まち協がバックアップすることで試験的に体操をスタートさせた。参加者の反響は大きく継続の希望が出た

2

集まりの場に行き、介護予防の運動をしている間に欲しいものが届く（買い物ができる）サービスが誕生。移動販売よりも低価格で購入できる。新鮮なお刺身や氷菓子の購入が可能になり喜ばれた。お弁当を注文することで体操後の食事会もできるようになった。

4

サロンの支援が負担になっていた世話役の人、まち協が後押しすることで負担が軽減した。介護予防の観点から今までサロンに参加していなかった人も来るようになり枠が広がった。若い世代から新しい世話人ができたことにより、商品の注文をLINEで行い手間を削減。会場まで歩いて来れない人の対応や欠席したいけど商品が欲しい時の対応など、助け合いが広がった。

3

ポイント

コロナ禍で活動休止になった時も、買い物支援のみは継続し、週1回の安否確認を続けられた

重たい商品がある時は購入者と一緒に自宅まで送ってくれることもある。

配達料：無料

市町における生活支援体制取組状況 (松浦市)

課名：長寿介護課
担当：平田佑三郎
連絡先：0956-72-1111

内容

居場所づくり

調川地区の高齢者を対象に、お寄りまっせで毎週水曜日の百歳体操と第2・4水曜日に昼食会を開催し孤立や孤食、低栄養リスクの改善につながっている。
併せて、移動販売車を誘致して食料品等の買い物支援につなげている

背景

高齢者を対象に市が実施した地域診断で、調川地区は人との交流も少なく、要介護のリスクが将来的に高まるとの報告。地区内に一般商店がなく買い物に不便なことなどから住民が危機感を持ち、自分たちにできる事はないかと考えた結果、介護予防・地域支え合いサポーター養成講座の受講メンバーが中心となりつきのかわ支え合いサポーター「ムーンリバー」を結成し、集いの場「お寄りまっせ」を開設した。

実施までの流れ

- 1 独居の高齢者が増え、人との交流が少なくなっている
・地区内に一般商店がなく買い物に困る人たちがいる

調川地区の住民

- 4 つきのかわ支え合いサポーター「ムーンリバー」で集いの場「お寄りまっせ」を開設し、毎週水曜日の百歳体操と第2・4水曜日に昼食会を開催
昼食会時に1回200円を材料費として徴収
借用した車両で会場から離れた参加者を送迎
買い物ができるように週1回の移動販売車を誘致

- 2 松浦市が実施した地域診断の結果、介護や低栄養のリスクが高まり、孤立が増えている状況を把握した地域の現状を住民に知らせ、改善のため介護予防・地域支え合いサポーター養成講座を開催

- 3 介護予防・地域支え合いサポーター養成講座を修了者した有志で、つきのかわ支え合いサポーター「ムーンリバー」を結成し活動を開始するにあたり、調川地区社会福祉協議会と協議しサポートを依頼
社会福祉法人愛光福祉会に通所介護用送迎車両の借用を依頼

ポイント

地域包括支援センター（第1層SC勤務）で把握した高齢者を、「お寄りまっせ」につなぐとともに、サポーターの困りごとの解決に努めている

市町における生活支援体制取組状況 (五島市)

課 名：長寿介護課
担 当：西園
連絡先：0959-72-6194

内 容

居場所作り

商店街付近に住んでいる高齢者の交流の場として、社会福祉法人所有の民家で『なごみプレイス集いの場』として茶話会を実施
茶話会のほか椅子に座ったままの体操、脳トレ、健康相談なども実施

背 景

- ・閉店した店舗の2階を住居としている高齢者が外出せず介護申請をしており閉じこもり気味である
 - ・社会福祉法人なごみ会では、所有している事業所の「なごみプレイスつぼうち」を地域の方々が集える場所として活用したいという思いから無償で提供
 - ・商店街の現役を引退して閉じこもりがちの高齢者の方が外に出るきっかけをつくりたい・商店街に気軽に集える場所が欲しい
- ※それぞれの思いが重なってできた事例です。

実施までの流れ

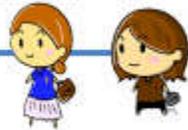
1 社会福祉法人の所有している事業所を「地域の方々が集える場所として利用したい」
商店街の閉じこもりがちの高齢者が外に出るきっかけづくり
元気だけど気軽に遊びに行く所がない



それぞれの思いを
マッチング！



2 商店街、商店街付近に住んでいる高齢者宅をSCが戸別訪問しニーズ調査を実施
100件余り訪問し、13名の方が集える場に行きたいと回答



4

令和5年10月20日に 第1回「なごみプレイス集いの場」開催！
7名参加 初回から笑いの絶えない楽しい集いの場となりました。
現在は10名前後参加(70歳から91歳)
月に1回、13:30~15:30
高齢者が集い、お茶を飲みながらの歓談、脳トレ、座ってできる体操等、保健師による健康診断を不定期で開催



3 集いの場の
会場予約・設営

アンケート調査時、行きたい、行ってほしいと回答した高齢者へ第1回目のちらしを持って再訪問



行政からの声掛けで始まった集いの場であるため、どのタイミングで住民主体の集いの場に変更するかタイミングが課題
お手伝いをしながら時間をかけて住民主体となれるようにルールや日程等を決めてもらう予定

市町における生活支援体制取組状況 (ボランティアサロン：西海市西彼町)

課名：西海市社会福祉協議会
担当：山添
連絡先：0959-29-7102

内容

集いの場

ボランティア活動を行っている会員同士の繋がりを継続するため、サロン活動として月1回、調理実習やレクリエーション、映写会、バスハイク等を行っている。

背景

西海市西彼町で元々「西彼町ボランティア連絡会」として行っていたボランティア活動が、コロナ禍によりほとんど出来なくなってしまった。ボランティア会員同士で集まる機会が減ってしまったため、わいわいサロンを開始した。

実施までの流れ

1 ボランティア会員はふれあい食事サービスの食事作りや施設等でフラダンス披露する等活動していたが、コロナ禍により活動の場が縮小。
⇒会員同士の繋がりが減少

1

せっかくの繋がりが減ってしまうのはもったいない

第2層SC

2 第2層SCより、会員同士の繋がる場としてわいわいサロンの活動（市からの助成金あり）を始めてみないか代表者へ提案。

2

4 令和5年4月より、約20名で「ボランティアサロン」の活動を開始する。

- 毎月1回・2時間程度
- 参加費月100円～200円
(活動内容により多少変更あり)

4



活動開始

3 ボランティア会員が集まる際に相談・説明⇒全員賛成「ボランティア」の名を残し「ボランティアサロン」として活動を開始することになる。

3



ポイント

●市の助成金があるわいわいサロン事業を活用する。

●元々繋がりのあるボランティア会員同士だったので、サロン活動もスムーズに始めることができた。

市町における生活支援体制取組状況 (かたろう会：西海市西海町)

課名：西海市社会福祉協議会
担当：岩永
連絡先：0959-29-4081

内容

集いの場

公民館を利用した小コミュニティでの集いの場づくり。

背景

- ・西海町では、月に1回ふれあい食事サービスを実施していたが、新型コロナウイルス感染症の影響により中止。
- ・コロナ禍で住民が集まる機会が減少する中で、民生委員と社協で新しい形の集いの場について検討していた。

実施までの流れ

令和4年3月

西海地区ミニフォーラムを開催

令和4年4月～7月 月1回

地域助け合い勉強会を開催

<内容>

- ・助け合い活動について
- ・西海地区の目指す地域像の選定 など

1

◆活動内容

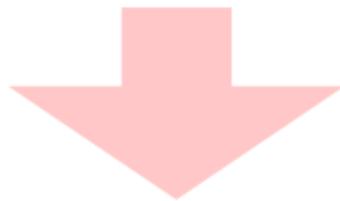
開催：月1回 9時～12時

場所：各地区公民館

参加費：500円（お弁当：お茶込み）

内容：季節に合わせた製作、
食事をしながらの交流 など

4



フォーラム・勉強会に参加された
木場地区・丹納地区担当民生委員が中心
となり、住民の集いの場「かたろう会」
を発足。

2

活動開始

活動当初は、木場地区・丹納地区合同で
かたろう会を開催。（会場は交互）
3～4回開催後、各地区に分かれて活動。

3



市町における生活支援体制取組状況 (寺島わいわいサロン：西海市大島町)

課名：西海市社会福祉協議会
担当：埋橋
連絡先：0959-34-2278

内容

居場所作り

寺島地区のサロンが閉鎖したため、百歳体操とサロンを合わせた集う場を計画。
カラオケ、茶話会、バスハイク、百歳体操、ここからトレーニング等実施。

背景

西海市大島町の寺島地区は大島町と寺島大橋でつながる、面積 0.78 km² 人口208人。
もともとは百歳体操を行っていた。
地区に別のサロン（集う場所）があったが、1年前にサロンが閉鎖。

実施までの流れ

1
サロン（集いの場）が閉鎖。
外出する機会が減り、自宅で閉じこもりがちになる。

2
運動（百歳体操）と茶話会（サロン）を合わせた集う場を計画。
仲間と過ごす楽しさ・外出することでの閉じこもりの予防。

活動開始

3
スタート
令和6年4月より
日時：毎週水曜日9時半～11時半
場所：寺島公民館
内容：百歳体操、ここからトレーニング
カラオケ、茶話会

【年間行事】
4月：お花見
5月：バスハイク
7月：七夕作り 出前講座
（だまされたら いやや・ペタンク等）
9月：自治会の敬老会への参加
（ビンゴゲーム カラオケ フラダンス等）

ポイント

- 市の助成金がある、わいわいサロン事業を活用する。
- 参加者が集まりやすい水曜日に開催。



5月 バスハイク



7月 七夕作り

市町における生活支援体制取組状況 (なんかしゅ〜かい：西海市大瀬戸町)

課名：西海市社会福祉協議会
担当：山邊
連絡先：0959-22-2557

内容

集いの場

月1回の地域住民が公民館に集まってお話をしたり、食事会やお菓子作りなどを楽しく交流して住民同士のふれあいや繋がりを持つことを目的としている

背景

地区内での話し合いの場で住民アンケートの実施を検討して実行気軽に集まれる居場所が欲しいという意見が多くあがった為、令和6年3月から月1回の居場所がスタートした。

実施までの流れ

自分たちができる助け合い活動はないか話し合ったところ、まずは住民が何に困っているか把握するため、アンケートを実施
⇒ 住民からは気軽に集まれる居場所が欲しいとの声があがった。

1



地域住民

公民館に月1回
集ってみよう!



第2層SCからも住民同士の繋がる場として、居場所作りを住民へ提案。活動開始に向けて動き出した。

2

活動開始

令和6年3月より、約10名で「なんかしゅ〜かい」(居場所の名前)の活動を開始する。

- 毎月1回・2時間程度
- 参加費1回 300円～500円
(活動内容により多少変更あり)

3

ポイント

●アンケート作成・実施の段階から住民が主体的に動いた。(2層SCも関わる)

●活動自体は無理をしない、できるときにできることを、モットーに活動している。

●参加者みんなで活動内容を決めて、準備をする



市町における生活支援体制整備取組状況

(時津町北小学校区「つんなむの会『集いの茶屋・憩う家』」)

課名：高齢者支援課
担当：土井口
連絡先：095-813-2530
shien@town.togitsu.nagasaki.jp

内容

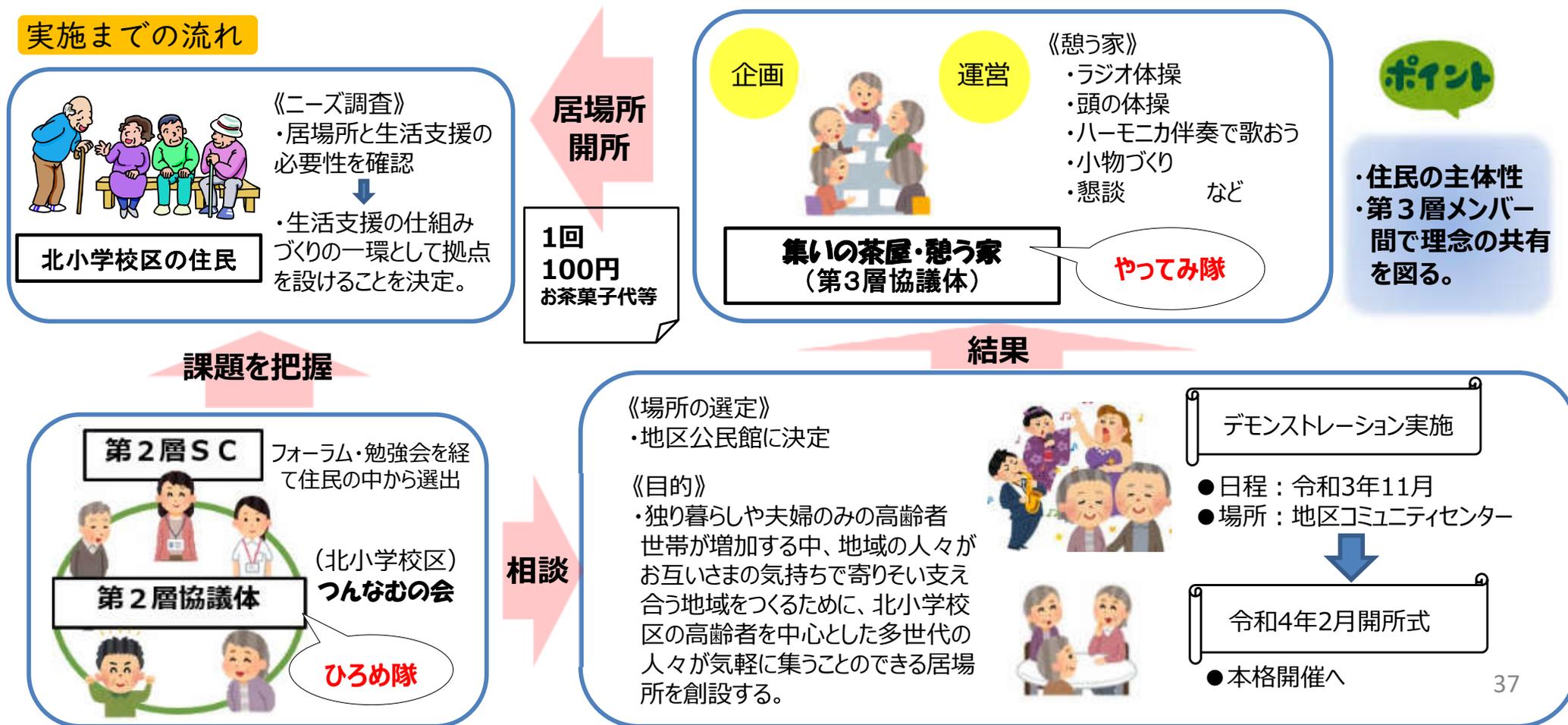
居場所づくり

月2回、高齢者を中心に地域の方々が集い歓談し絆を育むとともに、助け合いの拠点として、ニーズの把握を行い助け合い活動につなげる。居場所をきっかけにひとりひとりの高齢者が持てる力を生かして社会参加することで生きる意欲の向上を図る。

背景

- ・独居高齢者世帯と老々世帯が増加し、自治会加入率が低下するなど、地域の絆の再構築と互助による生活支援の必要性がでてきた。
- ・町の生活支援体制整備事業により、北小学校区に第2層協議体『つんなむの会』が創設され、ニーズ調査の結果、居場所の希望が住民から寄せられた。

実施までの流れ



市町における生活支援体制整備取組状況 (時津町東小学校区「はこべらの里・茶屋」)

課名：高齢者支援課
 担当：土井口
 連絡先：095-813-2530
 shien@town.togitsu.nagasaki.jp

内容

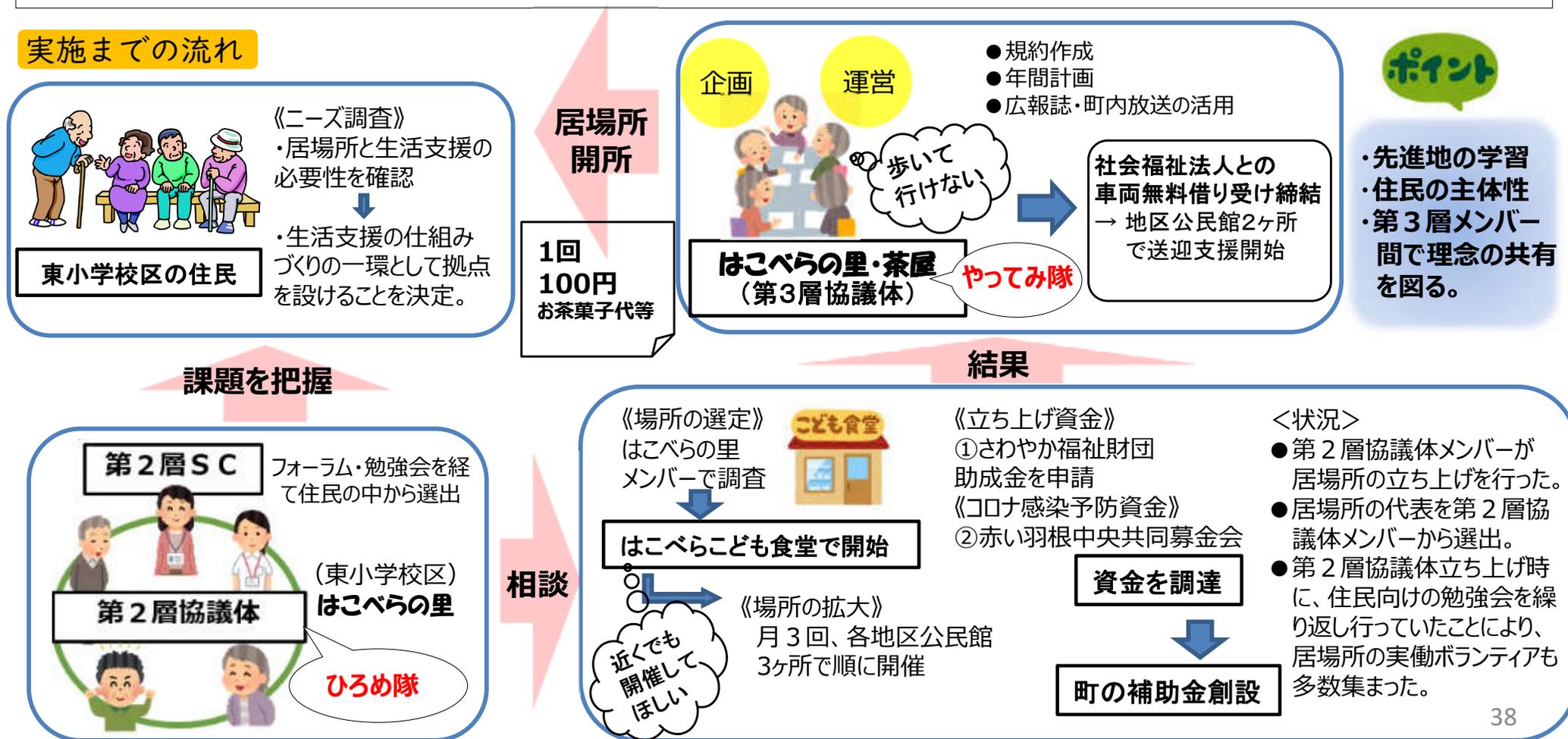
居場所づくり

月3回、高齢者を中心に地域の方々が集い歓談し絆を育むとともに、助け合いの拠点として、ニーズの把握を行い助け合い活動につなげる。居場所をきっかけにひとりひとりの高齢者が持てる力を生かして社会参加することで生きる意欲の向上を図る。

背景

- ・独居高齢者世帯と老々世帯が増加し、自治会加入率が低下するなど、地域の絆の再構築と互助による生活支援の必要性がでてきた。
- ・町の生活支援体制整備事業により、東小学校区に第2層協議体『はこべらの里』が創設され、ニーズ調査の結果、居場所の希望が住民から寄せられた。

実施までの流れ



市町における生活支援体制整備取組状況

(時津町鳴鼓小学校区「なづみの郷『左久楽』」)

課名：高齢者支援課
 担当：土井口
 連絡先：095-813-2530
 shien@town.togitsu.nagasaki.jp

内容

居場所づくり

月1回、高齢者を中心に地域の方々が集い歓談し絆を育むとともに、助け合いの拠点として、ニーズの把握を行い助け合い活動につなげる。居場所をきっかけにひとりひとりの高齢者が持てる力を生かして社会参加することで生きる意欲の向上を図る。

背景

- ・独居高齢者世帯と老々世帯が増加し、自治会加入率が低下するなど、地域の絆の再構築と互助による生活支援の必要性が出てきた。
- ・町の生活支援体制整備事業により、鳴鼓小学校区に第2層協議体『なづみの郷』が創設され、ニーズ調査の結果、居場所の希望が住民から寄せられた。

実施までの流れ



《ニーズ調査》
 ・居場所と生活支援の必要性を確認

↓

・生活支援の仕組みづくりの一環として拠点を設けることを決定。

鳴鼓小学校区の住民

居場所開所

1回
 100円
 お茶菓子代等



企画 運営

《左久楽》
 ・懇談
 ・体操
 ・歌
 ・音楽鑑賞 など

なづみの郷・左久楽 (第3層協議体)

やってみ隊

ポイント

- ・住民の主体性
- ・第3層メンバー間で理念の共有を図る。

課題を把握

第2層SC フォーラム・勉強会を経て住民の中から選出

第2層協議体 なづみの郷

ひろめ隊

相談

《場所の選定》
 ・時津町総合福祉センターに決定

《目的》
 ・ひとり暮らしや夫婦のみの高齢者世帯が増加する中、地域の人々がお互いさまの気持ちで寄り添い支え合う地域をつくるために、鳴鼓小学校区の高齢者の人々が気軽に集うことのできる居場所を創設する。



結果

デモンストレーション実施

- 日程：令和6年2月
- 場所：時津町総合福祉センター

↓

令和6年5月発足会

- 本格開催へ



市町における生活支援体制整備取組状況 (時津町時津小学校区「つぎいしの輪『つぎいしのほっとハウス』」)

内容

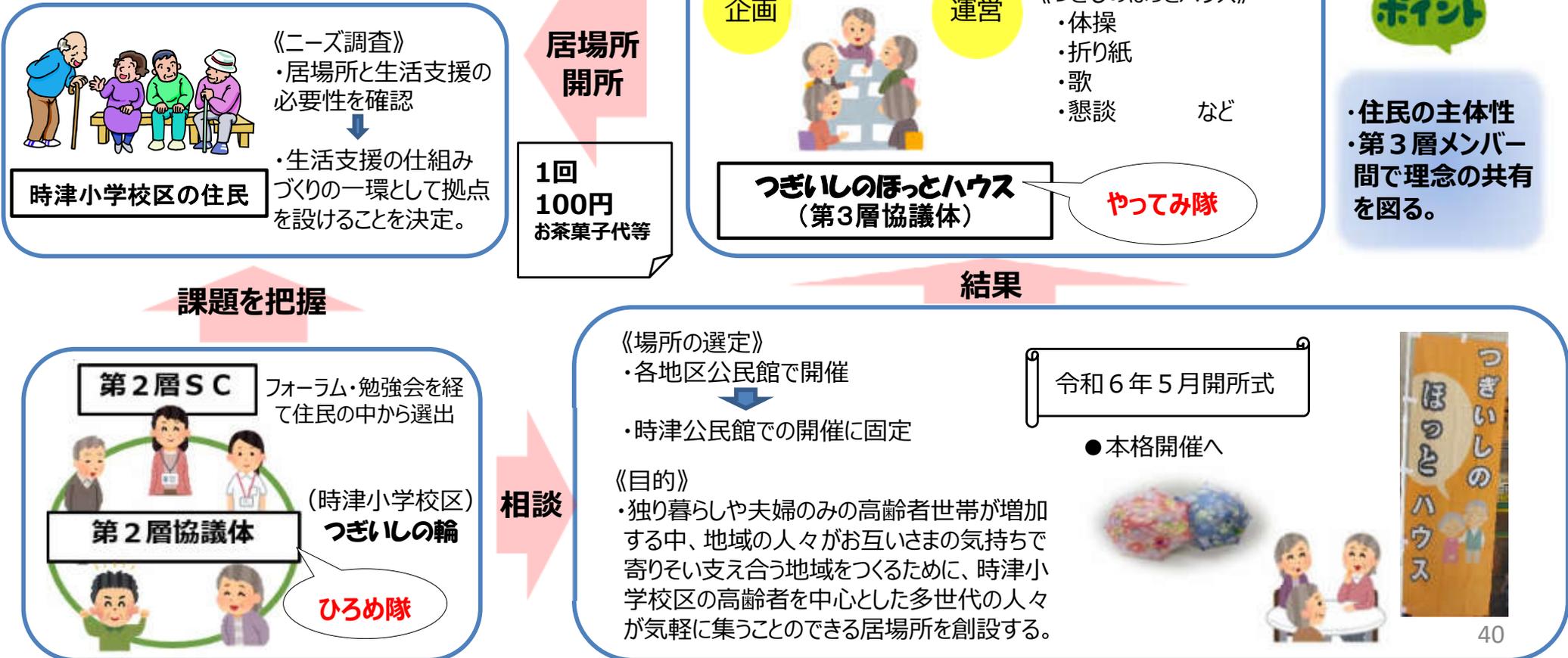
居場所づくり

月1回、高齢者を中心に地域の方々が集い歓談し絆を育むとともに、助け合いの拠点として、ニーズの把握を行い助け合い活動につなげる。居場所をきっかけにひとりひとりの高齢者が持てる力を生かして社会参加することで生きる意欲の向上を図る。

背景

- ・独居高齢者世帯と老々世帯が増加し、自治会加入率が低下するなど、地域の絆の再構築と互助による生活支援の必要性が出てきた。
- ・町の生活支援体制整備事業により、時津小学校区に第2層協議体『つぎいしの輪』が創設され、ニーズ調査の結果、居場所の希望が住民から寄せられた。

実施までの流れ



市町における生活支援体制取組状況 (南島原市)

課名：南島原市社協
担当：福田
連絡先：0957-82-2791

内容

居場所作り

小さな自治会の公民館に、自治会内外の高齢者が集まり交流の場としている。脳トレや歌、体操などの活動に加え、会で必要と思われる各種学習会を開催し、声掛けや見守り活動を行っている。

背景

そろそろ新しい居場所を作ろうと持っていた矢先、地区の民生委員さんから「うちの自治会や近隣自治会は後期高齢者が多くて…。みんなが気軽に集まれる場所を作りたいと思っているけど、どうしたらいい？」と相談があり、二つの思いがタイミングよく重なって進めた事例です。

実施までの流れ

●地区民生委員

「うちの自治会や隣近所の自治会は後期高齢者が多くて、元気な人もいるけど家から出ない人もいて…。そんな人たちが気軽に集まれる場所を作りたいと思うけど、どうしたらいいかな…」

●生活支援コーディネーター

この地域に新しい居場所を作りたいな…



活動をしていく中で、「認知症について学ぼう」と声が上がって認知症サポーター養成講座を社協に依頼。みんなで学び、見守り活動に役立っている。



令和2年10月24日。ついに最初の集まりが開かれ、毎月第4土曜日の午後は公民館いっぱいになり笑い声が溢れている。新型コロナウイルスが猛威を振るい、集会活動を自粛することもあつたが、買い物や散歩の時に声を掛け合うことで見守り活動に繋がった。



二つの思いがマッチング

地区民生委員さんの他に、その地区の公民館長さんや隣の自治会長さん等、数名の協力者が見つかった。また、自治会を超えての公民館利用も認められた。

生活支援コーディネーターと地元協力者との話し合いを重ね、地区の高齢者宅を訪問し仲間を増やしていった。

順調に…

仲間が増えてきたところで、思いを同じくする人たちに集ってもらい、勉強会を開催。

「地域共生社会の実現に向けた地域づくり」というテーマで“居場所の必要性や効果”“見守り体制づくり”を学んだことで、団結力とやる気が高まっていった。



やる気出ました！



市町における生活支援体制取組状況 (南島原市)

課名：南島原市社協
担当：福田
連絡先：0957-82-2791

内容

居場所作り

デイサービスの休館日を、地域の方々が気軽に集える場として開放し、既存の団体と地域の人同士が主体的に交流し、お互いを自然に認め合い「お互い様」の助け合いに繋がる居場所をつくる。

背景

「デイサービスの休館日を地域に開放できないか」とデイサービスの管理者より相談があった。また、一方で毎週つばみカフェに通っていた高齢の二人組が「免許を返納したので、楽しみにしていたカフェにもなかなか行けなくなった」との声を上げていた。そこで、二つをマッチングさせ出張つばみカフェとしてデイサービスの休館日に開催し、地域に開放することはできないかと協議を重ね、「**デイ・カフェ よらっせば**」が誕生した。

実施までの流れ

- デイサービス管理者
「デイサービスの休館日を地域の人に開放し、自由に使ってもらいたい」
- つばみカフェメンバー
「免許を返納したから、毎週楽しみにしていたカフェに自由来られなくなった人がいる。何とかしたい」
⇒出張つばみカフェをデイサービス休館日に開催してはどうだろう…?

二層コーディネーターが両者の意見をマッチングさせ、デイサービスの管理者、つばみカフェのスタッフと話し合いを重ねていった。

新型コロナウイルスが猛威を振るい始め、デイサービス管理者から「この状況では、デイサービス館内に不特定多数の人が出入するのは不安」との声。ここで何かあってはとメンバーで話し合い、状況が落ち着くまではカレーライスのテイクアウトのみで実施することとし、2年越しの計画が、11月26日に初日を迎えた。



コロナウイルス感染拡大 (; ω ;)ウツ…

開放するデイサービスが行政からの指定管理施設だったため、計画書を作り行政の担当部署へ相談。「いいことだと思う。所定の手続きを経て使用可能」と返答をもった。その後、関係メンバーと改めて話し合いを重ね…

【決めごと】

- ・月1回（第4水曜日）
- ・カレーライスを提供（400円）
- ※つばみカフェで作ってきたもの
- ・利用する人が使用場所の清掃をする。



順調に…



市町における生活支援体制取組状況 (南島原市)

課名：南島原市社協
担当：松永
連絡先：0957-65-2888

内容

居場所づくり

老朽化した自治会の公民館に代わり、無償で日中使用しない塾を無料開放。自治会内外の高齢者が集い、介護予防教室や趣味活動、交流の場として利用している。

背景

元々ある自治会の公民館は建物が古く、高齢者が使用するには不便を感じるが多かった。そのため、「自治会内で集まる場所が無く、困っている」と地区の社協職員へ相談があった。そこで、同自治会内にある「塾」へ相談したところ、日中なら使用しても可能との返答をいただき、今では、自治会内外の高齢者が集い、介護予防教室や趣味活動を行っている。

実施までの流れ

公民館は、建物が古く玄関の段差や床が沈むなど利用しずらく、またエアコンが設置されていないため、夏や冬は使いづらい状態であった。

1



相談

相談を受けた職員と共に、地区を散策し、日中は使用していない「塾」を発見した。家主へ相談したところ、利用の承諾を得た。

2



決めごと

自治会の高齢者と話し合い、利用料を支払うということ、毎回掃除をすることなど決めた。年間のスケジュール表を作成し、利用者と共有した。利用料(500円/日)とした。

3



毎回6～10数名(月2回)の自治会内外の高齢者が集い、活動を実施している。また、脳トレでは、塾で使用した問題集を無料で提供。夏休みの時期は、中学生が訪れ、一緒に勉強も行っている。

4

活動開始



ポイント

新たな居場所として機能している。また、利用料を支払うことにより、長期的に利用しやすくなる。

市町における生活支援体制取組状況 (東彼杵町)

課名：東彼杵町社協
担当：末竹
連絡先：0957-46-0619

内容

居場所づくり

高齢者人口の多い蔵本地区で、外出の機会の少ない高齢者を対象に地区の公民館で週1回ミニコンサート、ゲーム、手芸、ビデオ鑑賞、脳トレ、踊り、体操などを行なっている。

背景

- ・町内の中でも蔵本地区は人口も多く、閉じこもりがちな高齢者も多い。
- ・R2年度の町内サロン対象のニーズ調査で蔵本地区での「居場所」への参加希望者が多かった。

実施までの流れ



市町における生活支援体制取組状況 (川棚町)

課名：長寿支援課
担当：前田
連絡先：0956-59-5886
choujyu@town.kawatana.lg.jp

内容

共生型・常設型通いの場

「皆の立ち寄り場 昭和館」歴史ある造り酒屋の古民家が近隣住民の憩いの場となり、他の地区からも気兼ねなく集える場となっている

背景

地域の通いの場の他に、誰もが立ち寄ることのできる共生型・常設型の通いの場を。まずは、既存の場所を生かし、広げていけないか。

協議体、生活支援コーディネーター (SC) による町への提言

実施までの流れ

所有者の「空き部屋を地域の人たちに使ってほしい」その申し出を受け、「地域の集える場を作りたい」その思いとマッチング。
近隣住民が「昭和館」を平成30年に開設。住民主体で管理、運営をし始めた。

1

課題を把握

川棚町協議体「川棚ご縁をつなぎ隊」で共生型・常設型通いの場の必要性の提言。

「まずは、既存の場を支援できないか。」共生型・常設型通いの場に対し、町が継続的に活動できるよう活動補助金を交付する。



継続

支援

地区の補助金、ボランティア協議会の補助金を活用している。町の活動補助金を利用し、手すりや段差解消等環境整備も少しずつ行っている。

また、電球の取り換え、ごみ捨て等、ちょっとした助け合いの100円ボランティアや活動の中で作った小物等を年に2回バザーで販売するなど活動の資金にし、運営している。

戸締りや掃除は当番制にするなど、すべてを住民主体で行っている。手芸、折り紙、百歳体操等楽しみを持った活動を展開。現在は、地区の方だけではなく、近辺地域の方も参加され、笑顔溢れる場となっている。



ポイント

既存の事業を継続、誰もが集える場へ

- ・資金が少ない中、継続的に活動できるように支援
- ・誰もが参加できるための環境整備

3

2

市町における生活支援体制取組状況 (川棚町)

課名：長寿支援課
担当：前田
連絡先：0956-59-5886
choujyu@town.kawatana.lg.jp

内容

共生型・常設型通いの場

「E-basyo みんなでワハハ」 高齢者、子ども、子育て世代、若者、障害のある方、外国人など、それぞれが、居心地よく、自分らしく過ごせる地域拠点、共生の場

背景

地域の通いの場の他に、誰もが立ち寄ることのできる共生型・常設型の通いの場を。まずは、既存の場所を生かし、広げていけないか。

協議体、生活支援コーディネーター (SC) による町への提言

実施までの流れ

平成24年 長崎県「女性力で長崎を活性化プロジェクトチャレンジ事業」に採択され地域の主婦たちが気軽に参加し、背伸びをせず可能な範囲で活動するサロンを立ち上げる。モットーは、『ちいさな親切、ちいさなお世話』自由な発想でインフォーマルサービスを心がけ活動を続けた。

令和2年10月から新たな場所で「E-basyo みんなでワハハ」として活動を再開。居心地よく、自分らしく過ごすことのできる地域拠点を目指す。毎週月・水・金活動中。令和3年度からは、月に一回認知症カフェ「よらんねカフェ」を開催。令和4年度からは、月に1回男性の食事をを行い、男性の居場所づくりの提供を行っている。

その他、地元企業に就労している外国人と地域住民との国際交流も始める。ここで出会い、つながり、それぞれの出番・役割をもって生きがいつくり。自分の力を誰かのために支え合い活動につながるよう励んでいる。



ポイント

既存の事業を継続、誰もが集える場へ

- ・資金が少ない中、継続的に活動できるように支援
- ・誰もが参加できるための環境整備

1

コロナの影響

2

令和2年4月コロナ感染防止のため自粛し、運営が困難になり休止。

4

課題を把握

支援

3

川棚町協議体「川棚ご縁をつなぎ隊」で共生型・常設型通いの場の必要性を提言。「まずは、既存の場を支援できないか。」共生型・常設型通いの場に対し、町が活動補助金を交付する。



みんなでいごこーで（運動&買い物支援） （川棚町）

課名：長寿支援課
担当：前田
連絡先：0956-59-5886
choujuu@town.kawatana.lg.jp

内容

運動&買い物支援

R3.5月から、チューリップスポーツクラブに運営委託し、地域のサポーターの協力のもと公民館で運動をし、町中心部の商店で買い物を行っている

背景

- ・西小串地区は商店がなく、新谷地区にコンビニが近所で唯一の買い物場所。タクシー代が高い。
→買い物弱者が増加
- ・総合型地域スポーツクラブは、一般介護予防事業等の委託をし、普段から高齢者への支援を行っている。
→高齢者支援ができるスタッフがいる。

協議体、生活支援コーディネーター（SC）によるマッチング

実施までの流れ



新谷・西小串地区の住民

<困りごと>
・通いの場がない
・買い物弱者が増加

運動&買い物支援

- 令和3年度～
- 毎週火曜日
 - 参加費あり（2,000円/月）
（保険や運営費へ補填）
 - 自宅～公民館（運動）～
町中心部商店（買い物）
～公民館～自宅

課題を把握

第1層協議体



まずは、ニーズ調査が必要！

通いの場を普及したい！

移動手段に困っている人がいる！

相談



食改・愛育班・民生委員の協力

運動・買い物サポーター

- <内容>
- ニーズ調査の実施
 - チラシの配布
 - 運営に関する有償ボランティア

ポイント

住民・町・企業との連携

- ・ニーズ調査を地区の愛育班、食改、民生委員、包括スタッフと連携して実施。
- ・移動手段については、悩んでいる課題。体験会は、地域企業（タクシー会社）と連携して実施した。
- ・現在は、運動支援・運営・送迎も含め、総合型地域スポーツクラブに委託し、連携。

運動指導・運営送迎



総合型地域スポーツクラブ

（一般介護予防事業委託）

新谷・西小串・惣津地区サポーター（有償ボランティア）

<状況>

- 中央部の店まではバスも少なく、車がないと行けない
- タクシー代が高い
- 集まる場が少ない
- 公民館までが遠い

みんなでかわろーで (運動&買い物&居場所支援) (川棚町)

課名：長寿支援課
 担当：前田
 連絡先：0956-59-5886
 choujyu@town.kawatana.lg.jp

内容

運動&買い物&居場所支援

R4年6月から社協に委託し、福祉施設いきがいセンターの巡回バスを活用し送迎を行い、介護予防サポーターの協力のもと、運動やレクリエーション、買い物などを行っている。

背景

- ・ 東部地区は山間部で通いの場もない。タクシー代も高い。
→ 通いの場や買い物に行く手段がない。
- ・ いきがいセンターは、既にお風呂があり、巡回バスもあり、高齢者の居場所を提供している。
- ・ 社協には、通所B型の運営を委託していたため、ノウハウがあり、健康運動指導士がいる
→ 高齢者支援ができるスタッフがいる。

地域ケア会議、協議体での地域課題、生活支援コーディネーター (SC) によるマッチング

実施までの流れ



東部地区の住民

<困りごと>
 ・ 通いの場がない
 ・ 買い物弱者がいる
 ・ 1人ではお風呂に入るのが不安

運動&買い物 居場所支援

- 令和4年6月～
- 毎週金曜日
 - 参加費あり (2,000円/月) (保険や運営費へ補填)
 - 巡回バスで自宅近くへお迎え～いきがいセンター～運動・昼食・レク～エレナ (買い物)～巡回バスで自宅へ



町介護予防サポーターの協力

運動・居場所 買い物のサポーター

<内容>

- ニーズ調査の実施
- 運営に関する有償ボランティア

ポイント

住民・町・企業との連携

- ・ ニーズ調査を地区の愛育班、食改、婦人会、民生委員、包括スタッフと連携して実施。
- ・ いきがいセンターの巡回バスの活用
- ・ 社協と町介護予防サポーターが運動・レク等の運営・送迎も含め、委託し、連携。

課題を把握

第1層協議体



まずは、ニーズ調査が必要！

東部地区にも、通いの場は必要！

移動手段に困っている人がいる！

相談

運動指導・レク等の運営・送迎



<状況>

- 中央部の店まではバスも少なく、車がないと行けない
- タクシー代が高い
- 集まる場が少ない
- 公民館までが遠い



川棚町社会福祉協議会

(一般介護予防事業委託)

町介護予防サポーター(有償ボランティア)

いきいきパラダイス（運動&居場所支援） （川棚町）

課名：長寿支援課
担当：前田
連絡先：0956-59-5886
choujyu@town.kawatana.lg.jp

内容

居場所づくり
運動&居場所支援

R5年4月から福祉施設いきがいセンターの巡回バスを活用し、どの地区からも通えるように、本町の中心部にある地域福祉の拠点施設いきがいセンターにおいて、通いの場（運動&居場所）を支援

背景

- ・要支援者相当の高齢者が行ける通いの場がないとの意見があがった。
- ・要支援者が週2回以上総合事業以外に行く場所がないため、介護予防サービスに移行するケースがある。
- ・いきがいセンターは、既にお風呂があり、巡回バスもあり、高齢者の居場所を提供している。

地域ケア会議、協議体での地域課題、生活支援コーディネーター（SC）によるマッチング

実施までの流れ



<困りごと>
・送迎付きの通いの場が少ない

住民

課題を把握

運動&居場所支援

- 令和5年10月～
参加費（100円/半日）
※チケット制
- 巡回バスで自宅近くへお迎え
～いきがいセンター～運動・昼食・レク～巡回バスで自宅へ

運動・居場所のサポーター

<内容>

- 有償ボランティアによる送迎見守り、運動・居場所のサポート他

川棚ちょこっと応援隊
サポーターの協力

町包括支援センタースタッフ後方支援

ボランティアへ移行

ポイント

住民・町・企業との連携

- ・いきがいセンターの巡回バスの活用
- ・有償ボランティア団体に移行して、包括が後方支援をしながら、町介護予防サポーターがレク等の運営、連携。

第1層協議体



要支援者相当の通いの場が、もう少し必要！

移動手段は必須！

参加者もサポーターも楽しめる居場所が必要！

相談

運動指導・レク等の運営・送迎

まずは、一般介護予防事業として実施

町包括支援センタースタッフ

町介護予防サポーター（無償ボランティア）

総合型地域スポーツクラブ（運動支援）委託

令和5年4月～
○毎週月・火曜日
○参加費無料



市町における生活支援体制取組状況 (佐々町)

課名：多世代包括支援センター
担当：江田
連絡先：0956-62-6122

内容

居場所づくり

年齢・障がいの有無を問わず、それぞれの生涯現役を目指し、また人と人のつながりの場を通じて支え合う場づくりを実現

背景

町内全集会所（30カ所）において、町内会単位の地域デイサービス（月1回）がH7年度より開催。併せて、H27年度より週1回のいきいき百歳体操が町内会単位で開催。高齢者支援について、自治組織が活発に機能していることは佐々町の強みであったが、町内会活動を苦手とする人や、障がいをお持ちの方等が気軽に行ける居場所がない。

実施までの流れ

- ・町内会単位でのサロンに参加するのは苦手だ。
- ・町内会のボランティア仲間は固定されている。入り難い。
- ・行きたい時に、誰もがぷらっ～と行ける場所がほしい。
- ・障がい者の方が行ける場所がない。

課題を整理

地域包括支援センター（第1層SC、地区担当者）が地域ネットワーク情報交換会や訪問活動で実態把握

「居場所づくり」検討会として協議会を設置し、アンケート調査を実施し検討を進める。

世代を超えて支援

『佐々町元気カフェ・ぷらっと』H28年6月1日開設！
【対象者】どなたでも【開所日】週3日（火・水・金曜）
【内容】①誰でも気軽に利用できる寄り合いの場
②住民同士の支え合い活動③世代間交流のきっかけとなる活動
④関係機関と連携した総合相談
【連携体制】地域包括支援センター（第1層SC）・社協、送迎支援（社協、他町内介護事業所2カ所）

活動スタッフ：50名 年間参加者：延べ5,500人

結果

・アンケートの結果、「今の町内会活動で十分」50%「町内会を超えた居場所づくりが必要」50%。
協議会で佐々町の福祉センターを活用した常設型居場所を創ろう！と決定。

・広報誌や口コミで声かけを行い、居場所づくりに協力してみたいという有志を募る。

・有志50名による話し合いが繰り返され、みんなの意見で内容等が決まっていた。

ポイント

・目的をはっきりして、住民に声をかけたので、有志が集まった段階から話し合いがスムーズに進んだ。

・対象者を「どなたでも」としたところ。自然と共生社会につながっていく。

・第1層SC等は、住民と良い距離感を保つこと！

具体化



市町における生活支援体制取組状況 (小値賀町)

課名：小値賀町地域包括支援センター
 担当：生活支援コーディネーター（SC）岩本
 連絡先：0959-56-4010



内容

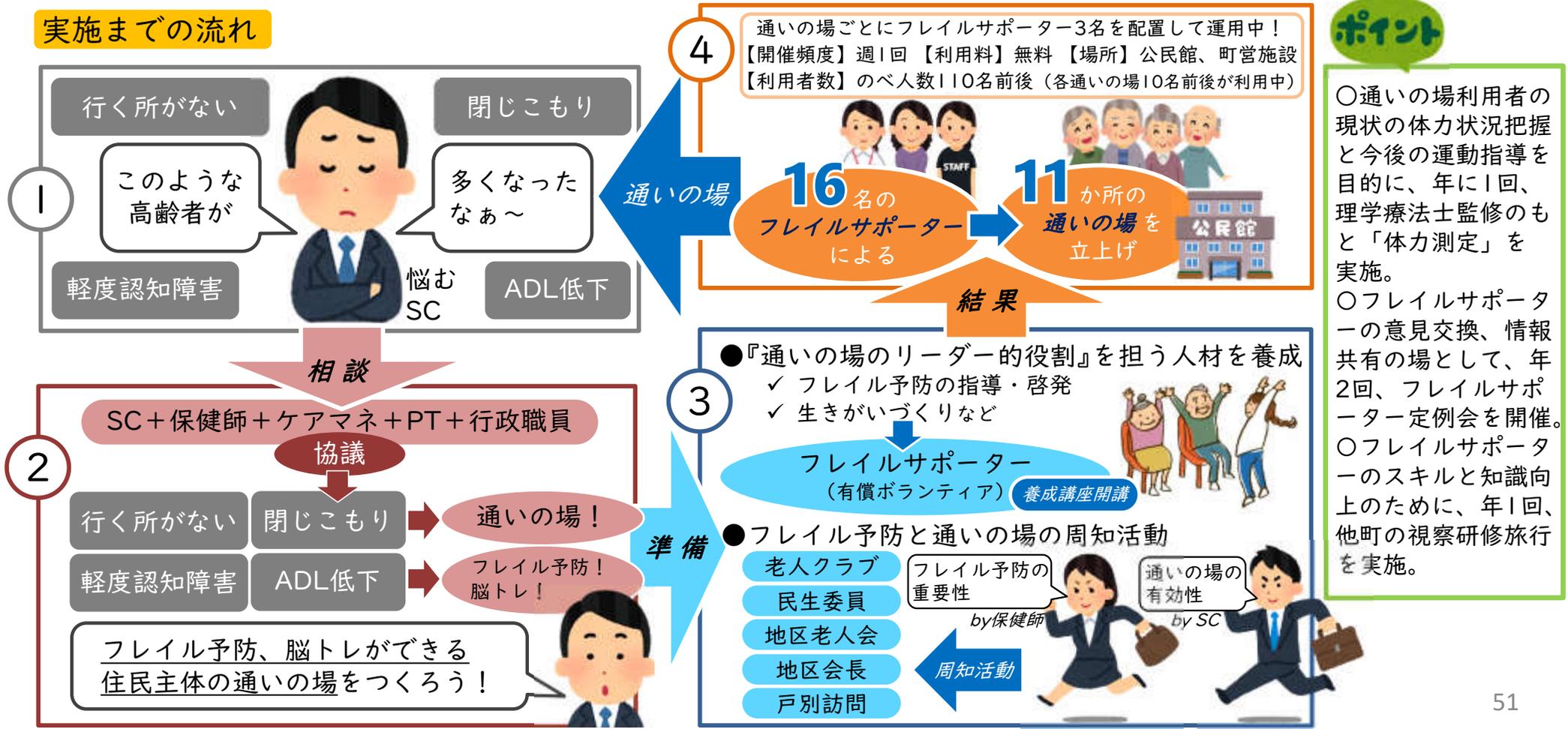
通いの場

高齢者が徒歩で通える場所に、介護予防ができる、生きがいづくりができる、仲間づくりができる、助け合いの和がうまれる「通いの場」を設置する。

背景

県内でも高齢化率が著しい本町では、介護予防（フレイル予防）事業が必須であり、その推進にあたっては、専門職不足もあり、住民主体の介護予防事業が必要である。

実施までの流れ



移動支援



市町における生活支援体制取組状況 (地域共生助け合い隊：諫早市飯盛町)

課名：諫早市西部地域包括支援センター
担当：山田
連絡先：0957-43-3330

内容

移動支援

社会福祉法人祥仁会『特養いいもり』が、飯盛町内で活動する有償ボランティア団体『地域共生助け合い隊』と、空き車両を無償貸与する協定を締結。団体メンバーが買い物などの移動支援に活用中。

背景

- ・飯盛町内は、狭い道路も数多く点在。買い物や墓参りなどの移動支援に対し、支援者自身の普通車では事故等の可能性が…
- ・社会福祉法人祥仁会『特養いいもり』は、通所介護事業所を運営。利用者送迎がない10時～15時は、軽車両が空いているSC⇒ 団体メンバーが抱える課題と地域貢献活動を検討していた社会福祉法人とのマッチングを実施。

実施までの流れ

【社会福祉法人と団体との意見交換会】



- ① 団体の活動状況や町内の高齢者支援などについて、情報交換・協議を重ねました



《マグネット型ネームプレート》

共生社会を目指して!



買い物支援

④



運輸局への確認！
白タク行為等に
当たらないか！？

安全性の確保！
デイ車での活動は
走り慣れた町内を
中心とするルール

買い物等の移動支援に！

課題の共有

【社会福祉法人からの提案】

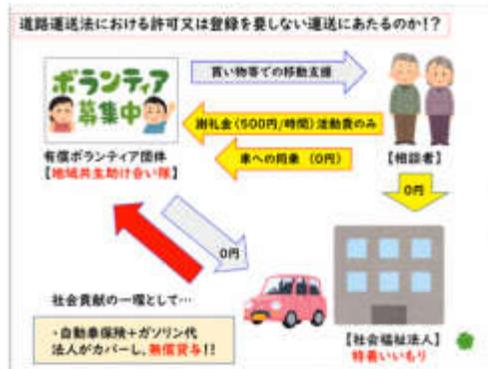
『地域共生助け合い隊』の活動に…

- ◎ デイの軽車両2台を無償貸与
- ◎ ガソリン代・保険等は法人が負担

協定締結
へ向けて

活動イメージ図

③



【SC：運輸局へ確認（届け出等不要）】



【デイ車両貸与の協定】
・R3年3月18日に締結!

市町における生活支援体制取組状況 (大場町移動支援：諫早市大場町)

課名：諫早市東部地域包括支援センター
担当：伊東 由美子
連絡先：0957-32-6556

内容

移動支援

バス停まで徒歩40分かかる場所もあり、「買い物に困る」という住民の声をキャッチし、地元、社会福祉法人 清和福祉会「ゆたか荘」より車両と運転手の提供を受け、近くのスーパーまでの移動支援を運行。市（生活安全交通課）と協議を行い、道路運送法上の手続きを必要としない、ガソリン代実費のみで実施中！！

背景

諫早市大場町は、中山間地域でバス停までも遠く、バスの本数も少ない。最寄りのスーパーも遠く、住民より「買い物に困る」という声があり、地元の事業所へ聞き取りをしたところ、日中使っていない車両と運転手の協力可能との事で、大場町での話し合いを行い、「是非お願いしたい！事業所と地域がうまく繋がってほしい！」の住民の声で移動支援が実現した。

実施までの流れ

生活支援コーディネーターが大場町のゲートボール場を訪問した際、住民より「買い物に困る」「バス停まで歩いて40分かかる」の声をキャッチ！包括支援センター職員で協議し、中山間地域（5自治会）でのアンケート調査実施、結果を基に地域ケア会議開催を検討！

1

長田地域の中山間地域（5自治会）での地域ケア会議を開催！！

- ・5自治会の自治会長、民生委員、老人会長、住民など
- ・社会福祉法人清和福祉会「ゆたか荘」職員
- ・市の生活安全交通課

2

・Aコープ本部長に参加頂き、移動、買い物について話し合いました。

～R5年10月より～

移動支援開始！！

- ・年間の予定表を作成し、概ねひと月に1回実施。
- ・ガソリン代実費のみ、現在は片道100円で実施。



参加者からは、「皆で買い物出来、車の中で話も出来て楽しい♪」と車内が一つの集いの場にもなっている！の声があがっています♪

4

地域ケア会議開催後、「大場町語らん場」を開催する事が決まり、R5年7月に実施した！！自治会長が大場町語らん場開催の告知、案内を事前に2回行った事で大場町の8割の世帯が参加！社会福祉法人清和福祉会「ゆたか荘」からも参加頂き、事業所の協力可能！の声に、住民より、「困っている人が事業所と繋がってほしい」と声上がり、5名の移動支援の希望があり、まずはお試しで実施する事が決まりました！

3

ポイント

・住民だけでなく、市職員や地域の事業所、スーパーからも参加頂き地域ケア会議を開催した事で相互の意見を共有できた！

・大場町語らん場に事業所と住民の多数の世帯参加が叶った事で、色々な町民の方々の思いを本音で語りあう事で、地域と事業所のマッチングが出来た。

・事業所も無理のない頻度で継続。



市町における生活支援体制取組状況 (南島原市)

課名：南島原市社協
担当：松永
連絡先：0957-65-2888

内容

移動支援

新切地区で日常の買い物に困っている住民を対象に地元の社会福祉法人から、車両と運転手の提供を受け、近くのスーパーまでバスを運行。

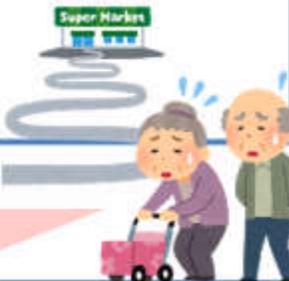
背景

新切地区は、最寄りのスーパーが車がないといけな距離にしかなく、路線バスも1日数便しかない。タクシーを使うにも、往復で何千円もかかるなど、高齢者の負担が多い地区であった。事情を把握していた民生委員から、SCに相談があり、何とかしたいという思いで、地元の社会福祉法人へ相談したところ、地域へ恩返しをしたいと考えていた、当法人の理事長から快諾を受け、日中使っていないバスと施設の職員の協力を受け、週1回買い物支援バスを運行。

実施までの流れ

新切地区は、高齢者が多い地区でスーパーまで車がないといけな。
しかし、バスの運行も少なく、タクシーも往復何千円もかかる状態であった。

1



事情を知っていた民生委員から、SCにどうにかできないか相談があり、実態把握のため、訪問アンケート調査を実施。

2



4

新切地区の中でも特に交通の便が悪い6地区でバスの運行を開始。
車両保険は法人で加入している保険を利用。利用者に対する保険は、社協取扱の保険で対応。利用者を2班に分け、隔週で利用している。



活動開始

アンケート結果をもとに、地元の社会福祉法人へ相談。元々、地域に恩返しをしたいと思っていた理事長より、ご快諾を頂き、車両と運転手を提供してもらうことに決定。

3



ポイント

利用者同士や施設職員・地域による「見守り」の効果があります。
また、利用者の閉じこもり予防や生きがい、出会いの場にもなっている。

市町における生活支援体制取組状況 (東彼杵町)

課名：東彼杵町社協
担当：末竹
連絡先：0957-46-0619

内容

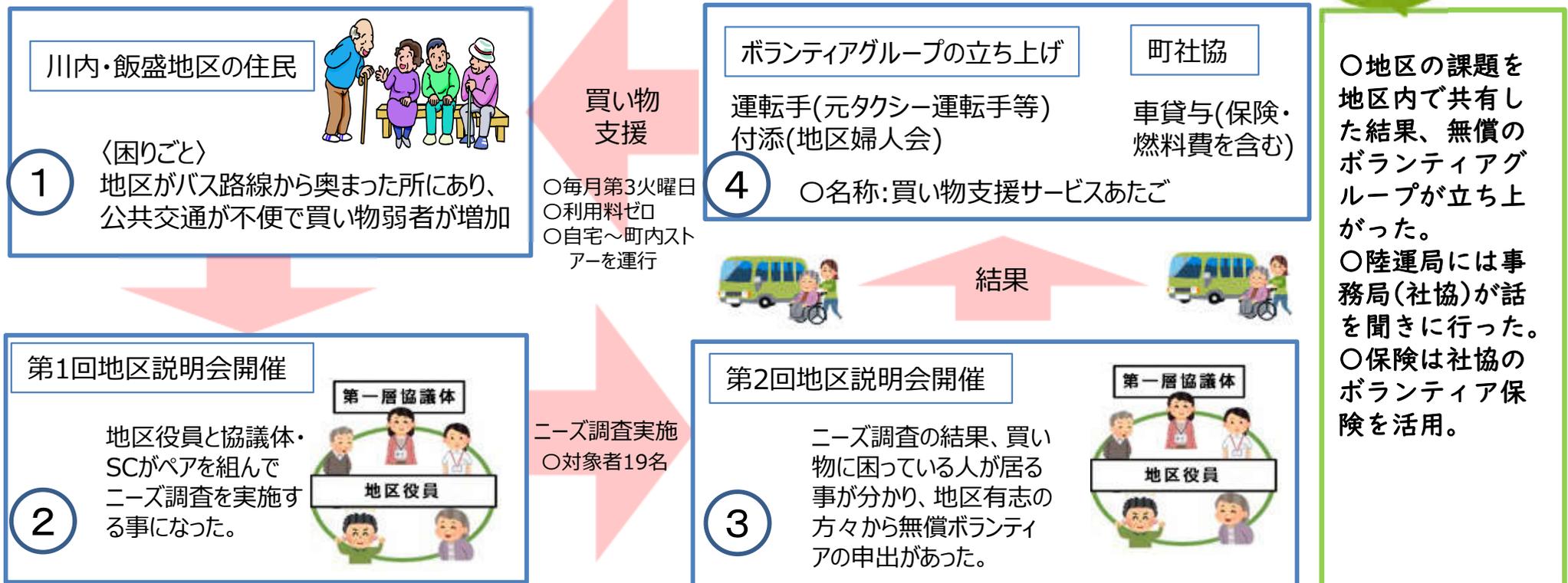
移動支援

公共交通が不便な川内・飯盛地区に対し、町社協が、ボランティアグループに空き車両無償貸与、地区のボランティアが運転及び付添をすることで、川内・飯盛地区住民の買い物を支援。

背景

- ・R3年8月の時点で高齢化率が川内で35%以上、飯盛が50%以上で町内でも顕著に高齢化が進んでいる。
- ・地区がバス路線から奥まった所にあり、公共交通が不便。店舗もバス路線沿いにコンビニが1件あるのみ。
→買い物弱者が増加
- ・町社協は通所介護事業所を運営、福祉車両を保有。→利用者の送迎がない10時～15時は車両がほとんど使われていない。

実施までの流れ



市町における生活支援体制整備状況（川棚町）

課名：長寿支援課
担当：前田
連絡先：0956-59-5886
choujyu@town.kawatana.lg.jp

内容

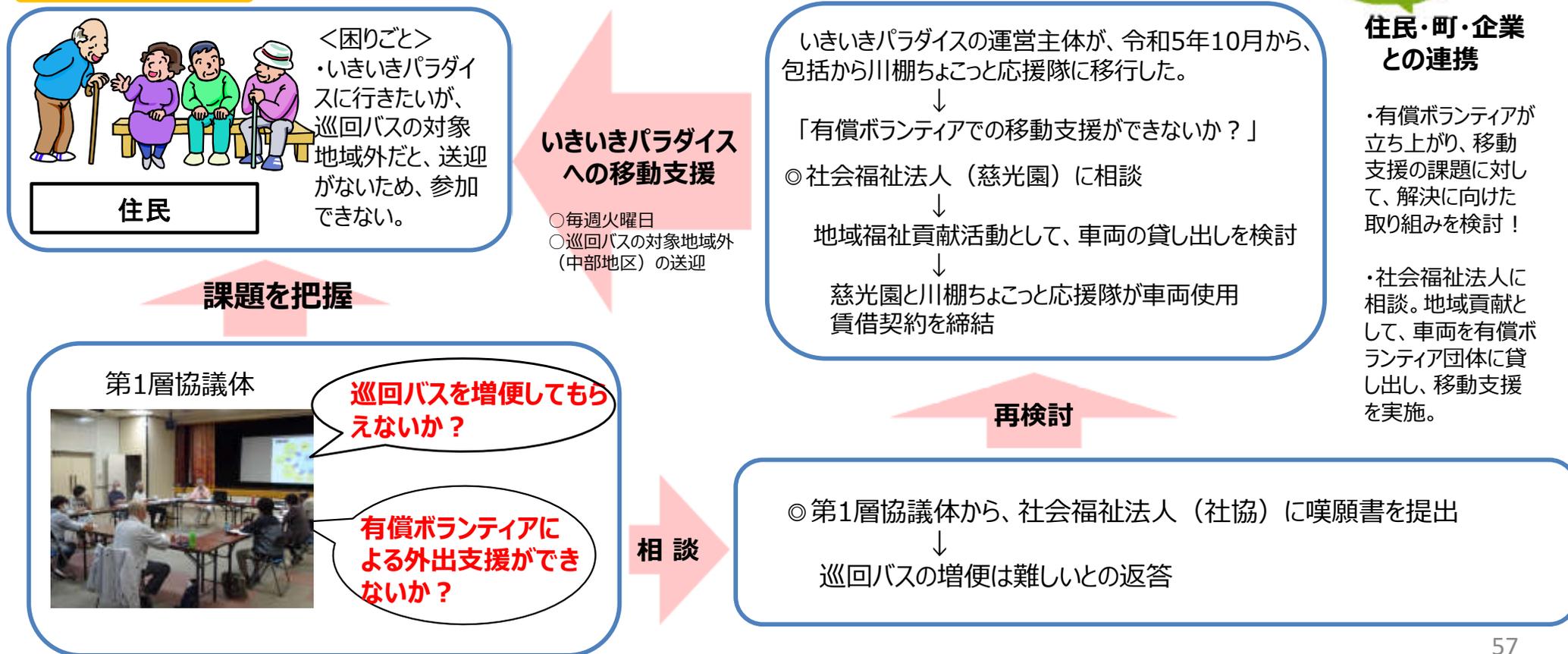
移動支援

どの地区からも通えるように、本町の中心部にある地域福祉の拠点施設いきがいセンターにおいて、福祉施設いきがいセンターの巡回バスを活用し、R5年4月から運動&通いの場支援「いきいきパラダイス」を開始した。
R6年2月から、巡回バスの対象地域外に対する移動支援を行っている。

背景

- ・巡回バスは、対象地域が決まっているため、対象外の中部地区の方が巡回バスを利用できない。
- ・巡回バスでは通れない細い坂道等に家が、利用できないという声がある。

実施までの流れ



市町における生活支援体制取組状況 (佐々町)

課名：多世代包括支援センター
担当：江田
連絡先：0956-62-6122

内容

移動支援

有償ボランティア（生活支援）を拡大した社会福祉法人の車両またはマイカーを使った2種類の外出支援。既存のボランティア団体の活力を活かし、立ち上げ・運営を行う。

背景

- ・加齢により外出できず日常生活に支障をきたしている状況を確認。集会所活動や買物等に行けない。
- ・有償ボランティア（生活支援）の活動から、車に乗せてはいけないのかとの声上がる。
- ・無償のボランティアでマイカーを使って外出支援をしている人に対し、心配する声聞かれる。

ポイント

実施までの流れ

- ・楽しみだった集会所や福祉センターまで行けなくなった。
- ・短い距離にタクシーは頼みにくい
- ・買物の一連の流れを支援して欲しい。
- ・タダは頼みにくい。家族にばかりは頼みにくい。

課題を整理

地域包括支援センター（第1層SC、地区担当者）が地域ネットワーク情報交換会や訪問活動で実態把握

乗合せタクシー実証実験

移動支援をテーマに「地域づくりセミナー」を企画し、「移動支援話し合いキックオフ会議」とし、今後、話し合いに参加したい人を募集。R2年11月26日

外出支援

有償ボランティア（生活支援）を拡大し外出支援を実施！
保険や交通安全教室、ルール決め等を追加

社会福祉法人の車両、マイカーを使った2種類の外出支援！
・1回30分（200円）「ありがとう券」利用者から支援者へ
・町からボランティアポイントを付与

結果

話し合い参加希望者13名と商工会・社協・福祉課・包括支援センター等が集まり具体的な検討が始まる。

乗合せタクシー実証実験、失敗からの学びをベースに！

本当に困った人でも使える軒先支援を目指したい。
マイカーで外出支援している活動を、正当化し広げていきたい。その為に何が必要か。

R3年春を目標に！ やろうという人たちで内容案を固めて
全体会に投げかけ、合意を得る。

具体化

・身近な隣町の活動を刺激材料に。感謝！

・具体策はやろー！という人たちで決めていく。

・既存の活力ある団体にお知恵拝借！

・既存の支え合いをシステム化





その他の取組



市町における生活支援体制取組状況 (長崎市)

課名：長崎市社協
担当：福田（第2層SC）
連絡先：095-828-1281

内容

買い物支援

長崎市 水の浦地区の住民に対し、社会福祉法人が送迎の空き時間を利用して近くのスーパーまで送迎を行う。参加者の調整は連合自治会が行う。

背景

- ・地域の高齢化が進む中、傾斜地で道路の幅員が狭い地域性もあり、車を手放したら一人で買い物が困難な住民の増加。
⇒連合自治会長から2層SC(社協)に相談があり、今回の活動を提案する。
- ・社会福祉法人は複数の介護保険事業を運営し、各事業所で福祉車両を保有。
⇒利用者の送迎がない水曜日10時～12時は車両がほとんど使われていない。

生活支援コーディネーター (SC)によるマッチング



実施までの流れ

1  <困りごと>
・傾斜地でバス停までの距離があるので歩いての買い物が大変
水の浦地区の住民

4
・令和6年1月17日より運行開始
・毎週水曜日に8人の利用者を送迎する
・運転手と介助スタッフ、車両などは社会福祉法人が負担し、利用者の費用負担は無い。
・利用者に対する保険は、社協取扱の送迎補償サービスで対応。費用は連合自治会が負担

ポイント

- 社会福祉法人が地域貢献活動を検討しているタイミングで、提案できたことで実現した。
- タクシー協会からは民業圧迫にならないようにと意見が挙がっていたので、75歳以上という条件を定めて理解して頂いた。

2
連合自治会長からSCに相談後、社会福祉法人に協力を打診する。
⇒立ち上げに向けた会議を定期開催

```

    graph LR
      A[施設] --- B[包括] --- C[自治会長]
      D[市役所] --- B
      E[SC] --- B
    
```

3
・関係者会議で出た意見をもとに、連合自治会の定例会にてSCが活動に向けての提案を行う。
・その後、連合自治会の協力により住民のニーズ調査の実施・分析、公共交通の事業所への挨拶、スーパーとの交渉などを行う。
・3回のテスト運行を行い、利用者アンケートを通して、本格運行までの準備を進める。



市町における生活支援体制取組状況 (長崎市)

課名：長崎市社会福祉協議会
担当：福田
連絡先：095-828-1281

内容

買い物支援

尾戸まちづくり協議会 買い物支援事業

公共交通が不便な琴海尾戸地区において、社会福祉法人琴北保育会 形上保育園がマイクロバスを尾戸まちづくり協議会へ無償で貸与し、有償ボランティアが運転することで、スーパーへの買い物を支援している。

背景

令和5年10月に尾戸まちづくり協議会が設立された。設立にあたって実施されたまちづくり計画策定のワークショップにおいて、高齢者の買物支援を求める声が住民から上がっていた。そのことを踏まえて、まちづくり協議会の事業として買い物支援事業を実施することになった。

実施までの流れ

令和3年11月から計3回にわたり、まちづくり協議会設立に向けたワークショップ（WS）を実施

【まちづくりWSで出た困りごと】

- ・地区内に小売店がない。
- ・路線バスの本数が少ない。
→買い物に行くのが大変



1

尾戸まちづくり協議会の事業として「買い物支援事業」の実施を決定

事業の実施をするにあたり、SCがまち協役員に対して、先進地の活動紹介や実施に当たって活用できる保険などの提案を行う。



2

令和6年2月8日から「買い物支援事業」を試験的に開始

車両はまち協の事務局長が運営する保育園の車両を活用し、地域のボランティアが運転して運行。実施にあたり、買い物先の企業との調整をSCが行う。2・3月で毎週、計8回の運行をする。参加者へのアンケート調査をSCや包括職員が行った。

4

試験運行を踏まえて令和7年度から本格運行開始

- ・経費
車両は保育園の無償貸与
燃料費、保険料はまち協
予算（市交付金）
- ・運転手
有償ボランティア
(謝礼はまち協への企業寄付金を活用)
- ・運行頻度
月に2回
(第2・4木曜)
- ・料金
無料



ポイント

実施に当たって想定されるリスクとその解決策を提案

- ・法律：SCが国交省のガイドラインの情報を提供
- ・保険：社協のボランティア保険を活用

3



市町における生活支援体制取組状況 (長崎市)

課名：長崎市社会福祉協議会
担当：岩岡
連絡先：095-828-1281

内容

買い物支援

長崎市川平地区のまちづくり協議会とSCが協働で買い物困難者への支援を行った。ニーズ調査や運行ルートの策定を住民主体で実施し、地元企業へ移動販売車の誘致を打診。地域の熱意が伝わり、イオン東長崎店による移動販売車の運行が開始された。

背景

川平地区は山間部に位置しており、高齢化率が70%を超える地域もある。また、坂の上に家があったり、バス停から家が遠いなどの課題があり、近くに商業施設もないため、住民はバスやタクシーを利用して市街地まで行き、買い物をしている状況であった。
⇒自治会長やサロン代表者から相談を受け、SCが移動販売車の誘致を提案する。

実施までの流れ

1 【自治会長の声】

- ・「近くに買い物する場所が無く、住民が困っている」と相談を受ける。
- ・他地区担当SCから近くに移動販売車の運行を実施している企業があるとの情報を得る。

1

2 【地域、企業、SCが協働】

協力企業から移動販売について地域のキーパーソンに向けた説明会を実施。
(SCが地域と企業をマッチング)

2



- ・令和6年10月21日より毎週月曜日に移動販売車が運行を開始した。
- ・運行開始後、SCは新しい地域のニーズや移動販売の利用率に関する情報を収集・共有し、地域と企業の間で調整を行っている。

4



ポイント

- ・地域の困りごとについて、スピード感を持って対応し、SCが地域に対して共に課題の解消に取り組む熱意を伝えた。
- ・ニーズを可視化し、根拠を持って企業にプレゼンできた。
- ・活動継続のために地域側が自主的に利用者が継続的に増えるように呼びかけをしていた。

3 【住民を対象にニーズ調査&運行ルートの策定】

- ・移動販売車の利用について、住民を対象に地域がアンケート調査を実施。
- ・アンケート結果をもとに、地域とSCが移動販売車の運行ルートを策定し、企業へ説明。
- ・地域の熱意が伝わり、企業から協力を得られることに。

3

市町における生活支援体制取組状況 (ハピネス：諫早市福田町)

課名：諫早市中央部地域包括支援センター
担当：生活支援コーディネーター 岩田
連絡先：0957-27-0730

内容

介護予防

北諫早小学校区の福田町では、市の介護予防教室を活用して、若返り体操の自主サークルを立ち上げ、介護予防と見守りの場として活動をしている。

背景

- 北諫早中学校区では、介護予防と生活支援の語らん場（第2層協議体）を平成29年度から開催し、地域に合った介護予防や支え合いについて話し合いを行なっている。
- 語らん場の中で福田町は、「地域が広く、人口・班も多い。高齢者の見守りは他町と同じ方法が難しい。」と福田町に合った助け合い活動はどんなものなのか悩んでいた。

実施までの流れ

《語らん場での意見》

(民生委員)

- 民生委員の仕事だけで手一杯。新たな取り組みを始める余裕はない。

(老人クラブ会長)

- 老人クラブ定例会に参加する会員をもっと増やしたい。
- 定例会会場(2階)に登れなくなって、定例会参加が難しくなった人がいるようだ。

提案

《語らん場》

「今できることは何だろう？」

⇒「福田町は**介護予防**から取り組みを広げて行こう！」

(包括より提案)

「市の介護予防教室を活用しませんか？」

老人クラブ会員の介護予防と

民生委員の見守り活動ができるのでは？

見守り
介護予防

《自主サークル「ハピネス」として活動開始！！》

- 自主サークル立ち上げへ向けて**活動支援事業を活用**
- 準備～片付けまで自分達でできるように講師より指導を受け、ついに自主サークルとして立ち上がり活動を開始！

現在も活動継続中！
参加者同士の連絡はLINEグループを活用！

市の活動支援事業を活用

教室に定期的に生活支援コーディネーターが訪問

(第2層SC)「半年後には別の教室に変更するため、今後参加者だけで続けることはできそうですか？」

(老人クラブ会長・民生委員)「若返り体操を続けたい！でも自分達だけでできるかな…？」

ポイント

- 定期的に参加者と包括職員が話し合う場を設けた。
- 「今後も体操をする場を継続したい！」という参加者の気持ちを確認しながら進めた。

【今後】

- ハピネスの活動が継続できるように、定期的に情報交換を継続。
- 町内の他の自治公民館にも広げ、福田町公民館に行けない高齢者のために、町内の他の自治公民館にも広げることを検討中。

準備
開始

介護予防教室開催

《福田町公民館で市の介護予防教室を開催するために》
包括職員や生活支援コーディネーターと随時相談をしながら勧める

- 老人クラブ会長⇒自治会長 公民館使用を相談
- 民生委員⇒見守り対象者 教室参加を勧める
- (老人クラブ定例会にて)
老人クラブ会長、包括職員⇒会員 教室参加を勧める

市町における生活支援体制取組状況 (中尾町介護予防生活支援協議会：諫早市中尾町)

課名：諫早市北部地域包括支援センター
担当：田浦
連絡先：0957-25-7030

内容

協議体

中尾町に介護予防生活支援協議会が設立され、介護予防と生活支援の取り組みが行われている。
1回/月役員会を開催し、活動状況の共有や課題があれば、改善のための手立てを検討されている。

背景

平成28年から諫早市の第二層の協議体「語らん場」の中で、中尾町の住民が地域の支え合い活動の必要性を感じられた。平成30年12月に「中尾町介護予防生活支援協議会」を立ち上げられた。中尾町自治会の補助的組織として運営されているが、自治会活動や民生委員との連携について試行錯誤しながら活動されている。

実施までの流れ

平成28年から、諫早市の第二層の協議体「語らん場」が始まった。そこで、2025年に向けた課題の共有や、地域の支え合い活動について協議した。

1



相談

情報共有

元気な高齢者を増やすため、令和元年5月「健康体操教室」を開始された。令和2年11月虚弱な方にも参加しやすい「いきいき健康体操教室」を開始された。

4

自治会で行っていただ下校時の見守りに加え、協議会で、「子ども見守りパトロール」が行われている

平成30年6月
・実態把握アンケート
・生活支援について先進事例とのマッチング

第2層SC



平成30年10月
協議会設立準備委員会
設立

2

結果

介護予防

平成30年12月
「中尾町介護予防生活支援協議会」設立
・介護予防班、生活支援班に分かれて活動開始
・毎月1回役員会を開催し、議事録は自治会役員会でも共有

3

アンケートの結果から、支援する方も取り組みやすい「ゴミ出し支援」が行われている。



生活支援

市町における生活支援体制取組状況 (天神みどり会：諫早市天神町)

課名：諫早市南部地域包括支援センター
担当：坂田 ちひろ
連絡先：0957-35-2887

内容

介護予防と集いの場

有喜地区の天神町(高齢化率32.3%) 住民が集いの場や介護予防の取りみの必要性を理解され、介護予防を取り入れたサロンを立ち上げた。

背景

天神町は有喜地区の北西に位置し縦長の地形で山や田畑に囲まれた地区で農業に従事している方が多い。高齢になると膝や腰の疾患や地形の関係もあり公民館まで行けない人が多く見られます。17年程前に介護予防のサークルが移動問題等で中止となつてからは、老人会やサロンなどの集いの場がなかった。地域ケア個別会議から地域ケア圏域会議を開催後、2層協議体(天神地区語らん場)にて介護予防を目的にしたサロンが立ち上った。

実施までの流れ

天神町のSさんは物忘れや足腰の弱りを感じてサービスCに参加しました。「卒業後も地域のみんなと習った体操を続けたい」との強い気持ちはあるが、「自分たちだけでは地域の方に声をかけたり、会を継続するのは不安がある」ことを自治会長に相談

地域ケア個別会議

- ・サービスC卒業生6名、担当理学療法士、高齢介護課等参加
- ・健康観の向上、地域活動の継続、介護予防の必要性の再認識
- ・「介護予防を目的とした活動を天神地区の住民に広めたい」
- ・サロンを立ち上げよう

- ・自治会長、民生委員、サロン参加希望者17名が参加
- ・2025年問題、サロン発足の目的共有、ボランティアの役割、移動手段、活動内容について

天神みどり会 発足



「サロン説明会」の案内会議参加者が自治会内の全世帯へチラシを配布

諫早市介護予防プログラム(DVD)を利用してサロンの前にみんな体操しよう!!

地域ケア圏域会議

- ・サービスC利用者6名、自治会長や民生委員等の地域住民、圏域内の作業療法士、市社会福祉協議会、高齢介護課等参加
- ・地域課題：地域で介護予防に取り組みたいが、地域の中に交流の場がない。

ポイント

- ・集いの場や介護予防の必要性を地域に理解してもらう。
- ・サービスCを提供した専門職の継続的な動機付けと終了後の支援。
- ・移動については住民同士のボランティアで送迎をすることとなったが、事故時の補償などの課題が残っている。今後、地域の福祉施設などの協力で移送ボランティアなどが利用できないか相談予定。

市町における生活支援体制取組状況 (早見のズンドコ節：諫早市早見町)

課名：諫早市南部地域包括支援センター
 担当：坂田 ちひろ
 連絡先：0957-35-2887

内容

介護予防

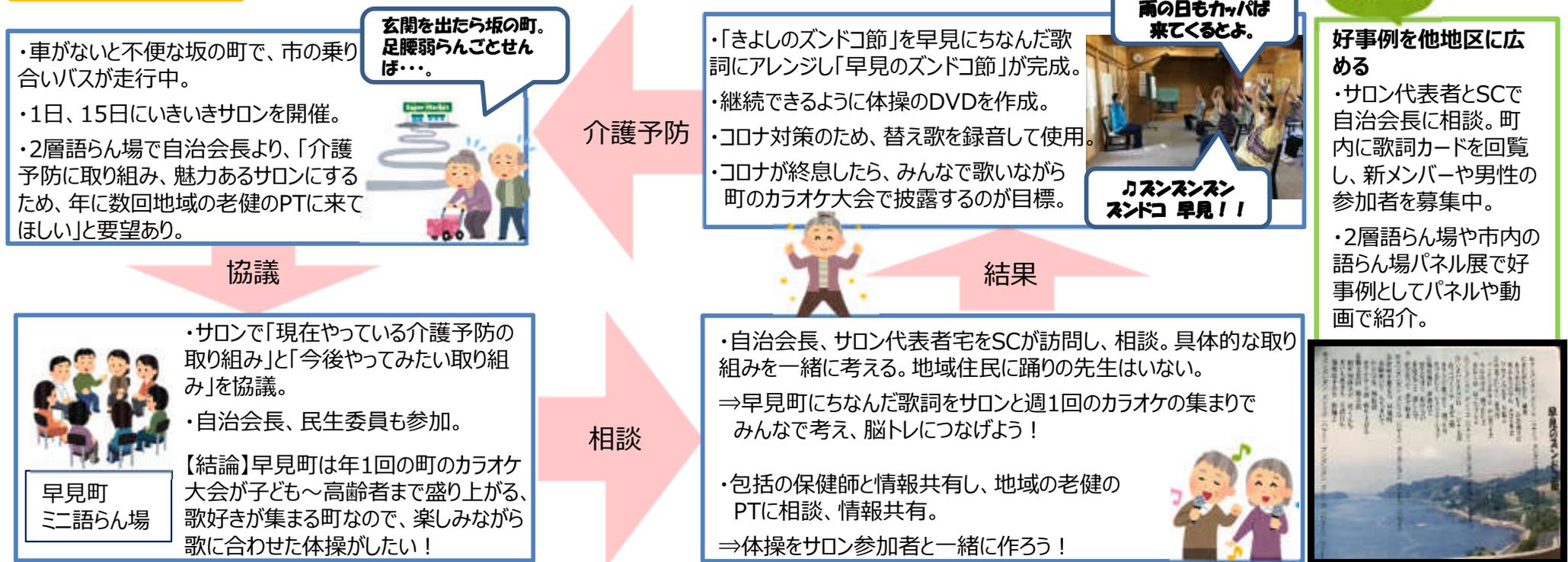
有喜地区の早見町（高齢化率46%）でミニ語らん場（3層協議体）を開催し、介護予防について協議。
 歌好き集まる早見町では住民が一丸となって替え歌を考え、地域の専門職の力を借りながら『早見のズンドコ節体操』を完成。
 「元気で長生きせんば！」と楽しみながら介護予防に取り組んでいる。

背景

- ・有喜地区は市内でも高齢化率が高い地区（40%）。H29年～開催している『有喜地区介護予防と生活支援の語らん場』（2層協議体）では2025年問題への対策として「見守り」と「介護予防」の取り組みを協議中。
- ・有喜第一町の取り組み（老人会でフラダンスに取り組み、介護予防や助け合い、地域の結束力に繋がっている）を参考に「しゃれて踊って若返り」をキャッチフレーズに各町異なる内容の踊りや体操に取り組み、発表の場を作ることを検討中。



実施までの流れ



市町における生活支援体制取組状況 (小野楠会：諫早市小野町)

課名：諫早市南部地域包括支援センター
担当：坂田 ちひろ
連絡先：0957-35-2887

内容

介護予防

地域に根付いた小野公民館を利用し、地域みんなが楽しみながら話して動いて元気になる場づくりに取り組んでいます。

背景

- 市のフレイル予防教室参加者が、一年間の活動を終わらせるのは『もったいない』と思っていたその頃、市の介護予防と生活支援の地域づくりフォーラムに参加。そこから活動発足への動きが生まれ、自分たちで自分たちのための介護予防活動を目的として活動発足！

実施までの流れ

保健師と生活支援コーディネーターが市のフレイル予防教室を訪問した際、参加者が意欲的・前向きに頑張っていることを確認！

「来てみたら楽しかよ〜」
「やっぱり自分の為やもんね」の声。

私たちが若い頃は婦人会などを通してバレーの練習や飲み会食事会など賑やかに地域の集まりがあった。
「最近集まりもなくて寂しいなあ」
「せっかく1年続けてきたのに、これで終わりになるなんて寂しい」
の声を聞かれ、市の介護予防と生活支援の地域づくりフォーラムへの参加声掛け。

R5年4月から小野楠会を発足！

月に1回：1時間30分

市配布の介護予防DVDを参考に筋トレ・脳トレした後はお喋り休憩でお口のトレーニング！

第二部は、のんこの皿踊りで閉めたり、歌声喫茶の歌を楽しんで終わるなど楠会らしい活動内容満載で継続中♪

フォーラムでの講話やパネル展による他地区の活動で情報収集し「自分達もせっかく1年頑張ってきたからまずは集まる場を作ってみよう」と発起！
保健師と生活支援コーディネーターも訪問継続。

【どんな会にしようか…】

- ※小野は昔から天満宮の長寿楠に守られている。
- ※大きな会館までは遠いけど、公民館なら近い。
- ※小さい頃からや嫁に来てからの繋がりが強い。
- ※自分たちの活動なら自分達が良いように出来る。

ポイント

「もったいない」の一言がきっかけ。もともと顔見知りだからこそ、思っている事も言いたいことも言い合えて自分たちが続けやすい活動になっている。



市町における生活支援体制取組状況 (諫早市)

課名:諫早市中央部地域包括支援センター
担当:生活支援コーディネーター(SC)岩田
連絡先:0957-27-0730

内容

見守り等

上山地区の原口町では、上山小校区の語らん場をきっかけに、毎月1回公民館に集まり、町について話す場を設けている。町内高齢者宅の見守り訪問や趣味の会立ち上げ、町内活動団体の横の繋がりをつくるための場を設けるなどの活動を続けている。

背景

- ・上山小校区では、平成30年度から介護予防と生活支援の語らん場（第2層協議体）を開催し、地域に合った介護予防や支え合いについて話し合いを行なっている。
- ・諫早市原口町は、人口1,448人、高齢化率32.9%（R7.1.1現在）。
- ・語らん場では「班のことがわからない」「（民生委員）まずは班長さんと顔見知りになりたい」という声が挙がっていた。

実施までの流れ

《語らん場での意見》

民生委員
「班のことがわからない。」
「まずは班長さんと顔見知りになりたい。」

前進

《臨時で班長会を2回開催（R1.11月、12月）》

- ・SC:語らん場での意見や原口町の高齢化率について説明する。
- ・民生委員が初めて班長会に参加。民生委員5人を中心に、担当地区の班長と顔合わせを行い、見守りのポイントを共有した。
- ・参加者より、「もっと住民同士で原口町のことを話したい!」という声が挙がる。

さらに前進

《有志を募って「かたらんば原口」を立ち上げ（R2.1）》
メンバー:自治会長、自治会役員、民生委員、老人クラブ会長、役員、健全育成会会長
「毎月1回公民館に集まり、原口町について話し合おう!!」



具体的活動③

《文化祭を開催（R5.11月、R6.11月）》

- ・町で活動している団体同士の横のつながりを作る場を設けた。（絵手紙教室の作品展示、体操自主グループ参加者と体操、町民から展示作品を募集し、展示）
- ・かたらんば原口についての活動をまとめたパネルを展示。（SC作成）

《絵手紙教室『みずえの会』を立ち上げ》

- ・町内に住む90代男性（絵手紙講師）:「住み慣れた原口町に貢献したい!」
- ・町内にはいきいきサロンが既に活動しているが、サロンで毎回絵手紙教室をすることは難しいため、かたらんば原口は主催となって活動をすることになる。
→参加者の中から世話人をしてくれる人が見付き、活動を支えている。

具体的活動②

「高齢者の見守り」に取り組みたい!!」

- ・自治会長:「話し合いだけではなく、訪問するなど実際の取り組みをしていこう!」
自治会班長へ75歳以上の高齢者（一人暮らし・高齢者のみ世帯）のリストアップを依頼。
- ・民生委員とかたらんば原口メンバーで高齢者宅を訪問。
- ・困りごとはないか等の聞きとりを行なった。

具体的活動①

ポイント

- ・SCがかたらんば原口に定期的に訪問し、かたらんば原口の活動を立ち上げたきっかけについて住民と共有している。また、他地域の活動について情報提供を行う。
- ・活動の経過や活動内容をパネルにまとめ、市主催地域づくりフォーラムで紹介した。
→活動継続のモチベーション維持のため。



市町における生活支援体制取組状況 (諫早市西諫早地区：真っ白enjoyクラブ)

課名：諫早市北部地域包括支援センター
担当：田浦
連絡先：0957-25-7030

内容

集いの場 介護予防

西諫早地区にて、市のフレイル予防教室卒業生が、介護予防を目的に、集える場を継続して作りたいという思いで、自主活動グループを立ち上げた。

背景

- ・45年ほど前にできた新興住宅地で、1人暮らし高齢者・高齢世帯の増加、今後も高齢化が急速に見込まれる地域である。
(令和6年12月現在の高齢化率：白岩町43.0%、真崎町19.5%)
- ・いきいきサロンや自主グループ活動の盛んな地域であるが、「誰でも気軽に集える場はいくつあってもよい」という考えの下、令和5年度フレイル予防教室の実施を機に、地域包括支援センター保健師、SCもサポートして、自主的な集いが新たに始動。

実施までの流れ

1
R5年4月～R6年3月 教室日：第1水曜日
フレイル予防教室開催（筋トレ、脳トレ、ロトレ、手ばかり栄養の介護予防プログラム）
4月教室の参加者は7名（定員枠25名）と少ないところから、徐々に人数が増えた。地域包括支援センターの保健師、SCも参加。市、教室講師と打合せしながら、参加者へ継続した介護予防取り組みの重要性を伝えたり、自主活動グループ化の意向を汲み取る。



4 **ポイント**
【自主学习グループの認定を受け、本格始動】
R6年4月から、月1回第1水曜日に活動開始。
グループ名は「真っ白enjoyクラブ」に決定。
フレイル予防教室をきっかけに集ったメンバーではあるが、新規メンバーも加入を続け、介護予防取り組みの継続、また、別のイベントも企画しながら、交友関係を広め、深めている。

- 毎月第1水曜日
- 参加費負担なし
- 会館使用料免除

集いの場立ち上げ

2

楽しく集える機会を作りたい

R5年10月教室で、自主活動グループ化に向け、教室参加の11名と地域包括支援センターと一緒に話し合う場を設けた。集いの目的、集いの場所選定、活動日、会館使用料、活動内容について、話し合った。立ち上げまでの試行期間として、11月から5か月間、教室以外で月1回、集まることが決定された。

支援

3

【試行的な活動開始】
R5年11月～R6年3月 第3水曜日に活動
自主グループ化に向けた準備期間として、毎月の教室と並行し、別日に集って体操する機会を作った。地域包括支援センターは継続してかわりながら、サポートを続けた。参加者は、最終活動月の3月に11人となり、いよいよ自主グループ登録や使用料免除を受ける手続き、具体的な活動について固めていった。

R6年4月から自主活動を本格始動するために、R5年度フレイル予防教室の途中から同時並行で、保健師、SCがサポートしながら、教室と別日に試行的な活動を開始した。そのことにより、参加者自身の介護予防への意識向上、自主化へのモチベーションを図ることにつながった。

市町における生活支援体制取組状況 (諫早市多良見町 野副・東西園地区)

課名：諫早市西部地域包括支援センター
担当：山田
連絡先：0957-43-3330

内容

移動販売
集いの場

移動販売を通じて、地域の集いの場づくりへ

背景

- ・諫早市多良見西地区（野副・東西園）では、地域に唯一の商店が閉店→地域住民（高齢者）が買い物に困ってしまった。
- ・諫早市多良見西地区全体では、みかん農家が多く、仕事が忙しいので「集いの場」に抵抗があった。→集いの場が少ない。
- ・語らん場（諫早市の第2層協議体）にて、地域の課題、生活支援・介護予防、地域の支え合いについて協議する中で、移動販売の活用や集いの場・交流の場の必要性について住民同士で確認。

実施までの流れ

R6年6月 多良見西地区語らん場
(諫早市の第2層協議体)

協議された内容

- ・地元商店の閉店により買い物困窮者の存在
- ・近隣にある介護事業所がすでに利用している移動販売についての情報提供
- ・集いの場、交流の場の必要性

住民から包括へ
相談

語らん場にて、閉店した商店を活用して住民による活動の場づくり(惣菜づくりをして販売等)を住民の方が提案していたが、実現難しい状態。

住民:「まずは買い物困窮者に向けて移動販売を誘致したい!」「どうしたら良い?」

包括:移動販売業者についての情報を提供

移動販売
週1回 土曜日
野副・東西園
地区8か所
10:30~



住民の方が
誘致に向けて
動き出す

R6年10月に移動販売のテスト
販売を行い、11月から本格的
に移動販売がスタート!!

住民の方から「助かる」との声もあり、高齢者のみではなく、子どもや若い世代の方の利用も見られている。今後は、移動販売利用者が集える・交流できる場としてベンチ設置や農機具小屋の開放を考えている住民の方もいる。今後、移動販売をきっかけに住民の集いの場・交流の場創出に繋がるように考えている。

住民の方が誘致に向けて動いた
結果

住民の方が主体となり、自治会長・民生委員・
班長・移動販売業者・包括職員で移動販売誘致
に向けての話し合い実施。(ミニ語らん場)

地域に移動販売誘致の希望有無アンケートを回覧板で回し、移動販売拠点の選定を行う。その後、住民の方と移動販売業者の方が開始に向けての調整を行う。

ポイント

移動販売場所の選定

今回は住民の方が事前に候補の場所を選定。その後、業者の方に伝えたことで、スムーズな実施に繋がった。

移動販売情報の周知

移動販売開始に向けての販売場所等の連絡や周知は回覧板を使用。



↑すでに、買い物後に楽しくお話している住民の方々もいます!



ミニ語らん場の様子

市町における生活支援体制取組状況 (諫早市多良見町：大草集まろう会)

課名：諫早市西部地域包括支援センター
担当：山田
連絡先：0957-43-3330

内容

集いの場
介護予防

諫早市多良見町大草地区では、市の介護予防（フレイル予防教室）を活用し、自主活動グループを立ち上げ、介護予防・集いの場として活動。

背景

- ・諫早市多良見西地区全体では、みかん農家が多く、仕事が忙しいので「集いの場」に抵抗があった。→集いの場が少ない。
- ・R5年度のフレイル予防教室に参加していた福祉協力員の方がその年の語らん場（諫早市の第2層協議体）に参加し、地域の課題、生活支援・介護予防、地域の支え合いについて協議する中で、集いの場・交流の場の必要性を認識。→福祉協力員の方が代表となり、フレイル予防教室を新たな集いの場へ。
- ・R5年度 諫早市（地域包括ケア推進課）のフレイル予防教室の実施をきっかけに地域住民の自主的な集いの場創出に繋がった。

実施までの流れ

R5年4月～R6年3月 フレイル予防教室開催

年間12回（毎月1回）介護サービス事業所および職能団体から講師を迎え、“脳トレ・筋トレ・ロトレ・手ばかり栄養”の4項目について、介護予防のプログラムに取り組む。

※ 4項目をそれぞれ2～3回に分け実施。

地域の
特徴

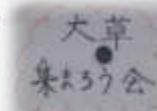
**大草地区は、住民同士の
関係性が良い！**



グループ名は
「大草集まろう会」に決定！

活動日：毎月 第4月曜日 13:30～15:00

令和5年度 フレイル予防教室が終了後も
“介護予防・集いの場が必要”だという参加者の思いから、令和6年4月から自主活動開始。
住民同士の誘い合いて、自主グループ化後から参加する方もいる。参加者同士は地縁の関係が強く、集まれば活発におしゃべりに花が咲く。



ポイント

会場予約手続き

自主グループ化した後もフレイル予防教室で使用した会場を利用するため、利用申し込みの手続きを参加者主体で行った。
※ 年間計画書の提出も必要のため、生活支援コーディネーターと住民の方々と作成し提出。

教室での取り組み

- ★元気なうちからの介護予防への取り組みや集いの場を活かした介護予防の取り組みの必要性を伝える。
- ★自主グループ化した際、住民の方がどのように取り組んだら良いかを想定し、教室内で確認しながら実施。
- ★参加者の意向を確認する話し合いの時間を教室の後に設ける。



フレイル予防教室開催時、包括支援センターから保健師と生活支援コーディネーターが参加し、参加者や講師との関係性づくり。

<関わり方>

- ◎保健師・・・参加者へ介護予防について・介護予防に向けた取り組み・介護予防の重要性を伝える。
- ◎生活支援コーディネーター・・・参加者の声を聞き、自主的な集いの場になった際の課題等の支援を行う。

参加者の方を数名のグループに分けて、グループごとで異なる宿題に取り組み、次回の教室で先生役を担当しました。

市町における生活支援体制取組状況 (諫早市青葉台：青葉台木曜会)

課名：諫早市西部地域包括支援センター
担当：山田
連絡先：0957-43-3330

内容

集いの場
介護予防

諫早市青葉台では、市の介護予防（フレイル予防教室）を活用し、自主活動グループを立ち上げ、介護予防・集いの場として活動。

背景

- ・諫早市青葉台は、30～40年程前にできた住宅地。自治会活動が盛んであり、夏祭りや餅つき等の地域行事も催されており、世代間の交流も積極的に行われている。また、子育てサロンやいきいきサロン活動もある。
- ・語らん場（諫早市の第2層協議体）にて、地域の課題、生活支援・介護予防、地域の支え合いについて協議する中で、青葉台自治会長および地域の方が高齢分野（介護予防）の集いの場・交流の場の必要性を認識。→フレイル予防教室を介護予防の集いの場へ。
- ・R5年度 諫早市（地域包括ケア推進課）のフレイル予防教室の実施をきっかけに地域住民の自主的な集いの場創出に繋がった。

実施までの流れ

R5年4月～R6年3月 フレイル予防教室開催

年間12回（毎月1回）介護サービス事業所および職能団体から講師を迎え、“脳トレ・筋トレ・ロトレ・手ばかり栄養”の4項目について、介護予防のプログラムに取り組む。

※ 4項目をそれぞれ2～3回に分け実施。

地域の
特徴

青葉台は、住民の方の
介護予防意識が高い！



グループ名は

「青葉台木曜会」に決定！

活動日：毎月 第3木曜日 10:00～11:30

令和5年度 フレイル予防教室が終了後も“介護予防・集いの場が必要”だという参加者の思いから、令和6年4月から自主活動化し、活動開始。自治会長の方やサロンの世話人・老人会の方等の参加もあり、男性の参加者多い。また、近隣の地区からの参加者もあり。皆さん、介護予防への意識が高い。



ポイント

周知方法

自主グループ化した後、会の案内を自治会から全世帯に毎月配布する“青葉台だより”に載せて情報発信。



教室内での取り組み

- ★元気なうちからの介護予防への取り組みや集いの場を活かした介護予防の取り組みの必要性を伝える。
- ★自主グループ化した際、住民の方がどのように取り組んだら良いかを想定し、教室内で確認しながら実施。
- ★参加者の意向を確認する話し合いの時間を教室の後に設ける。
- ★教室内でのグループワークを通して、介護予防の必要性・重要性を住民の方同士が話し合い、モチベーションを上げていった。

フレイル予防教室開催時、包括支援センターから保健師と生活支援コーディネーターが参加し、参加者や講師との関係性づくり。

<関わり方>

- ◎保健師・・・参加者へ介護予防について・介護予防に向けた取り組み・介護予防の重要性を伝える。
- ◎生活支援コーディネーター・・・参加者の声を聞き、自主的な集いの場になった際の課題等の支援を行う。

参加者の方を数名のグループに分けて、グループごとで異なる宿題に取り組み、次回の教室で先生役を担当しました。

市町における生活支援体制取組状況 (釜コスモス会：森山町田尻地区)

課名：諫早市南部地域包括支援センター
担当：坂田 ちひろ
連絡先：0957-35-2887

内容

介護予防と
集いの場

地域住民に馴染みのある集会所で「これまでに習った体操を今後も自分たちで継続したい！」と自主グループを立ちあげ、フレイル予防に取り組んでいます。

背景

田尻地区釜は高齢化率41.2%（R6.4月現在）。集会所ではふれあいサロンや各世代の集いが行われており、住民に馴染みの場所となっている。ふれあいサロン参加者の市独自の介護予防プログラムへの取り組みをきっかけに参加者に介護予防への意識が生まれ、自主グループ立ち上げとなりました。

実施までの流れ

諫早市では基本チェックリストを実施し、該当すると介護予防プランに基づき3~6か月の短期集中予防サービス（市独自のプログラム）を利用することができます。

森山町田尻地区釜で開催されているふれあいサロン『さくら会』に保健師が訪問して基本チェックリストを聴取。『運動』と『物忘れ』に該当した方がそれぞれ『筋トレ』と『脳トレ』のプログラムに参加しました。
参加者の皆さんが「**せっかくここまで週に1回頑張ってきたから、卒業後も自分たちで習った体操を継続していきたい!**」とやる気になっていることをモニタリング訪問時に保健師が確認。

令和5年11月より活動開始！
さくら会が開催される第3火曜日を除き毎週火曜日の午後に集まります。最初は5人から始まった釜コスモス会でしたが、他の人にも参加を呼びかけ6名で活動。
参加者みんなで声を出しながら取り組んでいます。参加時には100円ずつ集めてエアコン代に使用。まだまだ始まったばかりですが、「気の合う仲間と取り組めるのは楽しい!」と頑張っています👏

サービス終了時に生活支援コーディネーターも同席し、今後自分たちでどういう風に継続していきたいか話し合いを行いました。
『テキストカードを見ながらみんなで声かけあって頑張ろう!』
『最初は不安だから包括さんも時々顔を出してくれたら嬉しいな♡』

『釜コスモス会』は秋を象徴する花の名前を付けたいという思いから桜の「さくら会」と同様に「秋桜（コスモス）」にちなんで名づけられました。

参加者がやる気になっているうちに保健師と同行して話し合いを行いました。これまで通り、ふれあいサロンにも参加しながら自主グループにも参加することで外出機会が増え、参加者の楽しみにもなっています。



ポイント



市町における生活支援体制取組状況 (なかよし会：諫早市中通町)

課名：諫早市南部地域包括支援センター
担当：坂田 ちひろ
連絡先：0957-35-2887

内容

介護予防

地域に根付いた中通町公民館を利用し、地域のみなさんが楽しみながら話して動いて元気になる場づくりに取り組んでいます。

背景

中通町ではコロナ禍で休止となっていたふれあいサロンが数年ぶりに再開。久しぶりに集まり活動できる喜びを感じていた頃、市のフレイル予防教室が中通町公民館で開催となり、サロン参加者が教室にも参加。そこから活動発足への動きが生まれ、自分たちで自分たちのための介護予防活動を目的として活動発足となりました。

ポイント

実施までの流れ

《R5年4月～R6年3月までフレイル予防教室開催》
脳トレ・筋トレ・ロトレ・手ばかり栄養の4種類を専門職の指導を受けながら2～3か月交替で実施!!
4月に1年間のテーマを『楽しく元気で笑って、みんな仲良く健康で!』に決め取り組み始めました。

R6年4月からいよいよ『なかよし会』を発足!
月に1回集まって、市配布の介護予防DVDを参考に筋トレや脳トレに取り組んだり、民生委員さんを中心にタオル体操や竹踏み、ボールを使ったレクリエーションなどに取り組んでいます。

教室の途中では「サロンでも体操してるからサロンだけでもいいかも。」とのご意見も。そんな中で、筋トレを担当した専門職からの「外出機会を設けるためにサロンと別でフレイル予防の集まりを続けてみてはどうですか?」との助言が決め手になり、自主化することとなりました。

保健師と生活支援コーディネーターが教室を訪問した際、参加者が意欲的・前向きに頑張る姿を確認!
そして、休憩中に参加者へ個別アンケートを実施。「楽しか!」「みんなと顔を合わせる機会が増えるのは嬉しいよね!」との声も。自主化を目指して自治会長や民生委員、参加者と一緒に協議を行いました。
「これまで使用してきた媒体があれば自分たちでもやっていけそうだね。」「DVDがあればできそう。」

前年度までにフレイル予防教室から自主化した他の自主グループの動画を視聴し、イメージしてもらいました。これから頑張るにあたり、教室のテーマにある『みんな仲良く』から『なかよし会』と名づけられました。



市町における生活支援体制取組状況 (平戸市)

課名：長寿介護課
担当：第1層SC 山口
連絡先：0950-22-9132

内容

院内介助

タクシーから降りた時点からボランティア活動を開始する。
院内での介助及び薬局での薬の受け取りまでを実施。

背景

- ・利用者に視力低下と難聴があり、受診に支障をきたしている。支援している孫も県外在住であり子育てで忙しく、通院に付きそうことができない。

実施までの流れ

<困りごと>

一人暮らしであり、視力の低下、難聴等があり一人では受診できない。近所の方が介助していたが、転居のため不在となり、受診が困難となった。

1

<実情把握後>

- ・地域包括支援センターの第1層SCが相談を受け、地域の高齢者支援センターの第2層SCへつないだ。
- ・相談の結果、受付の呼び声や細々な指示が聞こえないことがわかった。

2



支援

<活動開始>

- ・担当CM、第2層SC、ボランティアで本人と面談し、タクシーから降りてからの、受付や院内指示の聞き取りと介助、薬局での薬の受け取りまでを行うよう決定した。

4



<マッチング>

- ・第2層SCが担当のケアマネやヘルパーへ状況を聞きニーズの把握を行い、地域で登録されているサポーターの中から、訪問型ボランティア2名を探した。

3



ポイント

○介助ボランティアは2名でそれぞれ行うことになり、互いの都合に合わせてどちらかが活動するようにした。

市町における生活支援体制取組状況 (平戸市)

課名：長寿介護課
担当：第1層SC 山口
連絡先：0950-22-9132

内容

見守り訪問

地域の気になる独居高齢者や高齢者夫婦に対して、週1回程度、訪問などにより安否確認を行う。
対象者はまち協でピックアップしまち協に登録する活動団体にボランティアの選出を依頼する。

背景

ひとり暮らしの高齢者や高齢夫婦世帯が増えている。自治会に加入しない人も増え、地域の人と関わりが薄くなった。となり近所が離れている場所も多く、安否確認ができにくくなった。孤独死は他人事ではなく未然に防げる町にしたい。

実施までの流れ

圏域内のまち協で見守り活動が始まった

- ・独居高齢者や高齢夫婦の世帯が多い。
- ・他者との関わりが薄い人がいる。
- ・生活や体調の変化に気づきにくい。

⇒定期的に安否確認や生活の様子が確認できる仕組みが必要

1

概ね週1回の安否確認。確認の方法は自宅訪問や集まりの場での確認でも可。訪問記録を残し、気になることがあればまち協に報告する。コロナ禍においては電話による安否確認が行われた。訪問するボランティアは無償。委託を受けた団体に対して活動費としての謝礼が発生する。

4

まち協（協議体）の活動として安否確認など、孤独死を出さないためにできることは何か。民生委員さんの活動と重複する部分で連携をどのように行うか。対象者の絞り込みをどうするか。ボランティアとして誰に訪問してもらうか調整が難航したが、先に取り組んだ地区の情報などを参考にしながら検討された。

2

対象者は年齢や生活状況などの情報をもとに必要性を判断しながらピックアップされ、定期的に見直しが図っている。ボランティアは個人ではなく、まち協に登録している活動団体（老人会やサークルなど）に依頼をし、各グループ内で対象者とのマッチングをする方式。SCは必要に応じて情報提供や地域包括とのつなぎ役としてかかわっている。

3

ポイント

活動主体は、まちづくり運営協議会。

SCはボランティアの情報交換会に参加し対象者の情報を共有。

必要に応じて包括支援センターや担当ケアマネに情報提供をしている。

市町における生活支援体制取組状況 (雲仙市)

課名：雲仙市社協
担当：柿川・中村・浜里
連絡先：0957-37-2855

内容

買い物支援

買い物に行くのが難しくなっている高齢者を対象として、大学生及び地域のスーパーとの共同で地域で行っているサロン等の居場所において買い物ができる、新しい買い物支援システムの構築を目指す。

背景

雲仙市において、山間地域には買い物ができる商店等がない。交通の便も悪い上に、高齢化が進んでいる状況。地域でふれあい・いきいきサロンを実施し高齢者の居場所はある。



協働



大学生

実施までの流れ

1

〔課題〕
免許返納
介護
引きこもり
買い物難民

拡充

4

居場所の活用
買い物課題の解決

買い物支援システム

ポイント

継続性
お助け隊の確保
機器の活用
対象者の理解
協力者の確保

協議体での協議

2

何とかしたい

〔協力者〕
長崎大学
ピープル
(スーパー)
行政
社会福祉協議会
フリーライン

試行

3

お助け隊
商品の発注
支払い
お届け

オンライン
(ライブコマース)

実践

市町における生活支援体制取組状況 (東彼杵町)

課名：東彼杵町社協
担当：末竹
連絡先：0957-46-0619

内容

協議体の立ち上げ

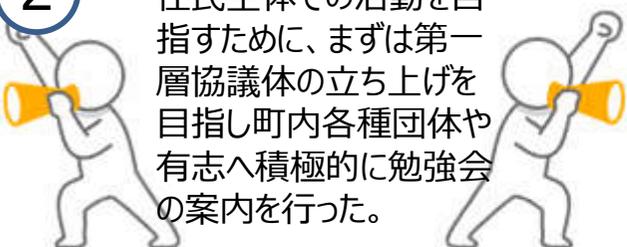
第一層協議体の立ち上げに関すること

背景

- ①平成30年から事業を開始したがS Cが専任ではないこともあり活動に限界を感じていた。
- ②平成31年（令和元年）に既存の各種団体や有志を対象とした勉強会を開催し第一層協議体の立ち上げを目指した。
- ③勉強会は4回シリーズにし徐々に理解度を高めていきながら自薦と他薦にて協議体メンバーの選出を行った。
- ④第一層協議体が立ち上がった結果、S Cの活動の幅が広がった。

実施までの流れ

1  事業が始まって間もなく参考になる情報が乏しいことや、兼務S Cということなどがあり積極的な動きが取れずなかなか住民主体な動きに繋がらなかった。

2  住民主体での活動を目指すために、まずは第一層協議体の立ち上げを目指し町内各種団体や有志へ積極的に勉強会の案内を行った。

4  第一層協議体が立ち上がったことで住民主体な活動について住民目線での意見が反映されるようになった。心強い仲間が加わりS Cが地域に入りやすくなった。

3  「目指す地域像を考えよう」「助けあいを広げるための仕組みを知ろう！」「目指す地域づくりを推進するチームを作ろう」「協議体メンバー・役割について」の4回の勉強会を経て協議体メンバーの選出を実施。

ポイント

第一層協議体が立ち上がり達成感があったが、その後フォーラムの開催を目指した際に感染症の影響で開催が出来なかった。協議体メンバーも選出された後の動きによってはモチベーションが低下してしまうため立ち上げ後の動きも重要だと感じた。

市町における生活支援体制取組状況 (東彼杵町)

課名：東彼杵町社協
担当：末竹
連絡先：0957-46-0619

内容

協議体の立ち上げ

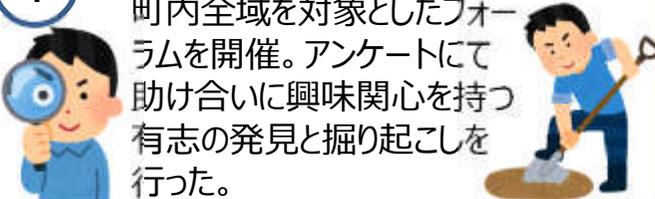
第二層協議体の立ち上げに関すること

背景

- ①第一層協議体の活動を通して普及啓発の重要性をより強く感じ一度中止となったフォーラムを開催した。
- ②町内全域を対象とした動きでは生活圈域など形が合わない場合があるため第二層協議体立ち上げを目指した。
- ③フォーラムへの参加を通じて助け合いへの理解を深めた方々を対象に勉強会を2回開催した。
- ④自薦と他薦を参考し事務局にて第二層協議体メンバーを選出した。

実施までの流れ

1 第一層協議体の活動として町内全域を対象としたフォーラムを開催。アンケートにて助け合いに興味関心を持つ有志の発見と掘り起こしを行った。



2 町内でも買い物先や通院先、使える物など生活圈域に違いがあるため、より顔の見える関係性で助け合いを考えることが必要になってきた。



4 ③で収集した第二層協議体への自薦・他薦の情報をもとに関係機関にて選出を行った。その後、第一層協議体や③への参加者を対象とした会合を開催しメンバー紹介などを行った。



3 ①の有志を対象に「目指す地域像を考えよう」「助け合いを広げるための仕組みを知ろう！&目指す地域づくりを推進するチームを作ろう！」の2回シリーズの勉強会を開催。協議体への自薦・他薦を行うグループワークを行った。



ポイント

勉強会を通じて自薦・他薦の情報を収集するためにはグループワークの雰囲気が非常に重要になってくる。県のアドバイザー派遣事業を有効に活用し、講師としてさわやか福祉財団の支援を受けることが出来れば会の雰囲気づくりが円滑に行える。

市町における生活支援体制整備状況（川棚町）

課名：長寿支援課
担当：前田
連絡先：0956-59-5886
choujyu@town.kawatana.lg.jp

内容

買い物支援

社会福祉法人長崎厚生福祉団 特養老人ホームくじゃくの家が、近隣2地区の買い物に困っている地域に地域貢献として、デイサービスの車を活用し、通いの場終了後、買い物支援を行っている。

背景

- ・東小串・三越地区には商店がなく、買い物に行くためには、車での移動が必要。タクシー代が高い。通いの場から、買い物支援などして欲しいところがないかとの声があがった。
- ・社会福祉法人長崎厚生福祉団 特別養護老人ホームくじゃくの家は、地域貢献として何かできないかと考えていた。デイサービス送迎後であれば、送迎者の活用ができ、また、スタッフは、普段から高齢者への支援を行っている。

実施までの流れ



<困りごと>
・買い物に困っている人がいる
・タクシー代が高い

東小串・三越地区住民

買い物支援

- 第1・3火曜日 AM東小串,PM三越
- 通いの場後、公民館へお迎え～町中心部商店（買い物）～公民館・自宅へ

課題を把握

相談

◎包括、第1層SCが、社会福祉法人くじゃくの家に困りごとを相談

マッチング

送迎・
買い物支援



くじゃくの家職員送迎

地区の通いの場サポーターの協力

ポイント

住民・町・企業との連携

- ・通いの場の中でサポーターを募り、通いの場の延長で買い物支援を行うようになった。
- ・社会福祉法人に相談。地域貢献として、車両を含め、送迎支援を実施。

説明会・体験会を実施



東小串・三越地区（参加者・通いの場サポーター）

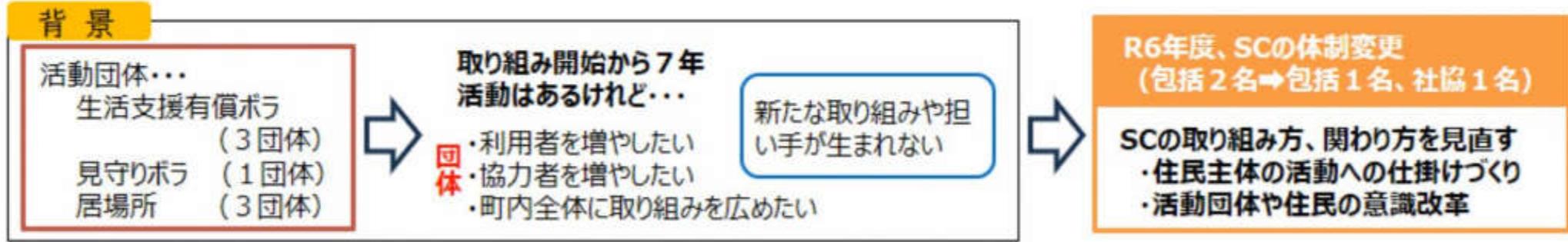
社会福祉法人くじゃくの家職員

町包括スタッフ・第1層SC

市町における生活支援体制取組状況 (波佐見町)

課名：波佐見町包括支援センター
 担当：柿本（包括）・田中（社協）
 連絡先：0956-85-2976

内容 住民主体に向けて
 生活支援体制整備事業への意識改革・多世代への周知強化・住民誰もが参加する仕掛けづくり → 新たな人材発掘・地域資源の共有



ポイント
 話し合いでは、時間はかかっても、住民一人一人の声を大切にしつつ、SCは進行に徹した。結果、参加した住民が自分事ととらえるようになり様々なアイデアがでるようになった。実際に体験する場を提供することで、住民が活動を身近なものに感じ、「自分たちでもやってみようか」の声がでてきた。

資料編

目次

- ・ 長崎市
 - 「生活支援コーディネーターの活動紹介」… P1～
 - 「移動販売利用に向けた住民アンケート」… P3～
- ・ 壱岐市
 - 「日常生活ニーズ調査」… P7～
- ・ 東彼杵町
 - 「支えあいのある地域づくり」に関する調査様式 … P13～

生活支援コーディネーターが 『あったらよかね』の実現をお手伝いします！

たとえば

近くにご近所さん
同士が気軽に
集える居場所が
あったらよかね



たとえば

近所に足の悪い人が
多くて、近くに
買い物できる所が
あったらよかね



たとえば

スマホを使えるように
なりたいけど、みんなで
スマホを学ぶ機会が
あったらよかね



南部担当 (C地区)
熊谷

仲間を集めて、公共施設や
空きスペースなどで
集いの場ができないか
話し合ってみませんか？



北部担当 (D地区)
野瀬

近くで仮設販売を
してもらえないか、
企業や商店に
働きかけます！



西部担当 (B地区)
福田

地域の学べる場を
紹介したり、
スマホ教室の講師と
おつながります

1 暮らしの上での困り事
や、『あったらよかね』を
お聞きします。

2 地域で活躍できる
場所や『活躍したか人』を
把握し、つながります。

3 地域での活動を見え
るようにし、足りないもの
は作り出します。



東部担当 (A地区)
戸畑

お問い合わせ



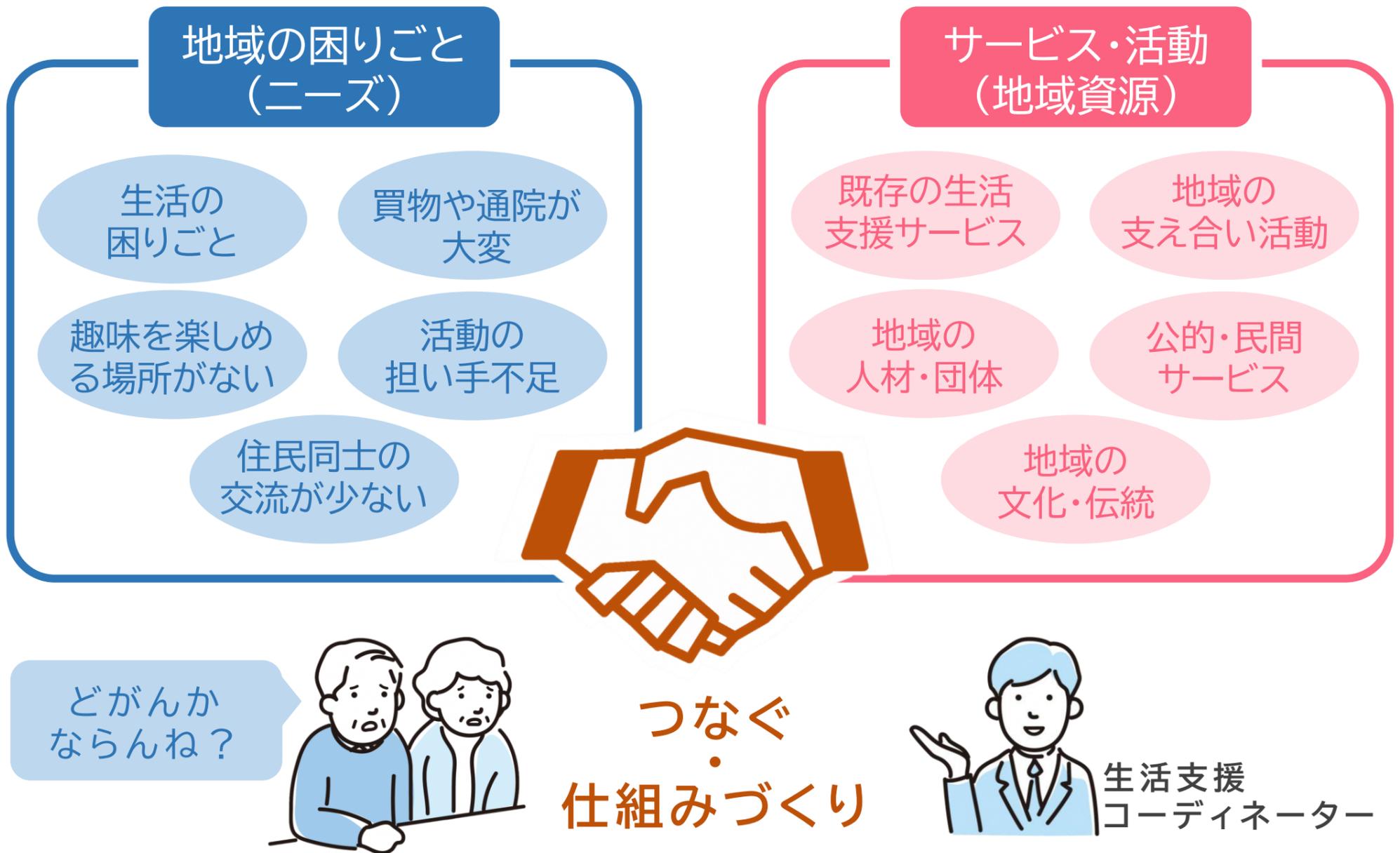
社会福祉法人 **長崎市社会福祉協議会**
長崎県長崎市恵美須町4-5 NBC3rdビル3階

095-828-1281



長崎市社協
マスコットキャラクター
ピー助

生活支援コーディネーターってどがんことばしよると？

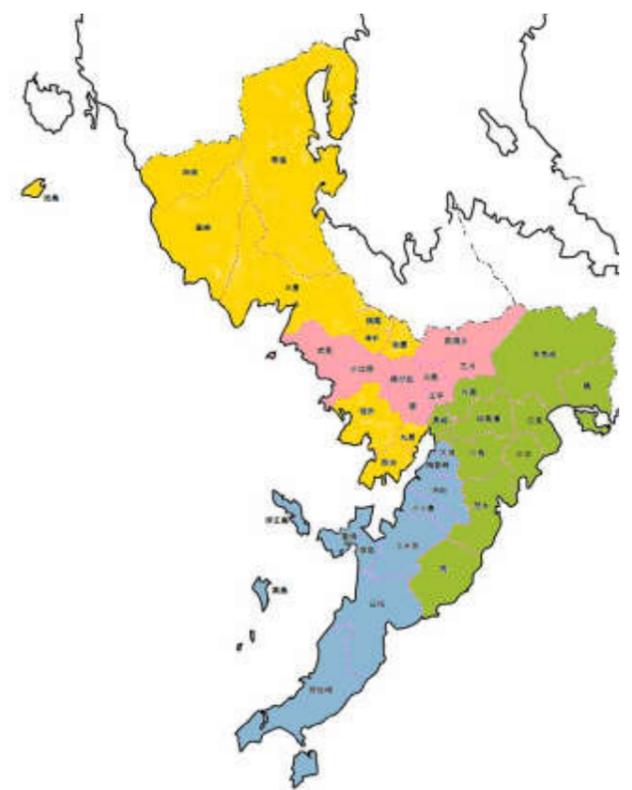


地域の困りごとや課題があれば、それを解決できる生活支援サービスや地域の支えあい活動などの情報を提供します。また、課題を解決する活動が不足している場合は、解決のための仕組みづくりを行います。

つまり、地域住民のニーズ(地域の困りごと)に対して、サービス・活動(地域資源)のマッチング(つなぐ)や資源創出(仕組みづくり)をしていくのが、生活支援コーディネーターの役割です。

第2層(地区担当)生活支援コーディネーター担当区域一覧

名前	担当エリア
とばた たいち 戸畑 太一	A地区 ①東長崎 ②日見・橘 ③桜馬場(東部) ④片淵・長崎 ⑤小島・茂木
ふくだ こうへい 福田 耕平	B地区 ①西部 ②岩屋 ③滑石・横尾(西部) ④三重・外海 ⑤琴海
くまがい としかず 熊谷 俊和	C地区 ①大浦 ②戸町・小ヶ倉 ③土井首(南部) ④深堀・香焼 ⑤南部
のせ あきら 野瀬 輝	D地区 ①江平・山里 ②西浦上・三川(北部) ③緑が丘 ④淵 ⑤小江原・式見



※地域包括支援センターの管轄エリアを基にしています

「イオン東長崎店移動販売」利用に向けた住民アンケート

川平地区にお住まいの皆様

現在、イオン東長崎店の協力のもと、「イオン東長崎店移動販売」の実施に向けた準備を進めております。この活動は、イオン東長崎店が所有する車に生鮮食品や調味料、インスタント食品などを毎週1回同じ時間に同じ場所にて販売をする、地域の皆様に対する社会貢献の活動の一環となります。（現在、月曜日か土曜日のどちらかであれば利用が可能です。）

つきましては、地域の皆様の声を参考にして移動販売の実施の可否、販売ルート作成を考えておりますので、このアンケートにご協力ください。よろしくお願いいたします。

※尚、移動販売は家の前に来るものではありません。アンケートの集計結果を基に場所を決めていきます。また、必ず実施されるものではなくアンケート結果を基に実施の可否を判断します。

※裏面に移動販売の資料を載せていますのでご確認ください。また、イオン東長崎店への直接の問い合わせはご遠慮いただきますようよろしくお願いいたします。

川平小学校区コミュニティ連絡協議会設立準備委員会
委員長

1. 基本情報（記名の後、当てはまるものに○をつけてください。）

氏名	
所属自治会	睦別当町 三ツ山町犬継 三ツ山町六枚板 川平上 川平町

2. 「イオン東長崎店移動販売」が実施される場合、利用したいと思いませんか？（当てはまるものに○をつけてください。）

- ① はい ② いいえ

3. 質問2で「①はい」と答えた方は、「イオン東長崎店移動販売」を利用したい曜日はどれですか？（複数回答可・当てはまるものに○をつけてください。）

- ① 月曜日の午前 ② 月曜日の午後 ③ 土曜日の午前 ④ 土曜日の午後

4. 「イオン東長崎店移動販売」の実施に向けて要望があれば教えてください。（自由記述）

アンケートは以上になります。ご協力いただきありがとうございました。

裏面の資料もご覧ください⇒



販売方法・・・セルフサービス

車両仕様・・・軽トラック

冷凍庫(アイスクリーム、冷凍食品など)



冷蔵庫
(ハム、ソーセージ、漬物など)

菓子
(豆類など)

菓子
(キャンディーなど)

野菜
果物
卵 など

季節商材

加工食品
(ふりかけなど)

パン
和菓子
(食パン、菓子パンなど)

加工食品
(調味料など)

冷蔵庫(刺身、肉、豆腐、牛乳など)



項目	詳細
販売人員	1台に1名、もしくは2名体制 ※ドライバーと販売員を兼任する
販売売価	店舗の通常売価と同じ
販売手数料	お買い上げ商品1点につき、10円をいただく
支払方法	現金、イオンクレジット、WAONの他、店舗の支払決済方法と同じ

引用先:イオン東長崎店移動販売説明資料

「イオン東長崎店移動販売」利用に向けた住民アンケート 集計用紙

自治会長用

1. 基本情報

自治会名: _____

2. 「イオン東長崎店移動販売」が実施される場合、利用したいと思いますか？(当てはまるものに○をつけてください。)

①はい _____名 ②いいえ _____名

3. 質問2で「①はい」と答えた方は、「イオン東長崎店移動販売」を利用したい曜日はどれですか？(複数回答可・当てはまるものに○をつけてください。)

①月曜日の午前	名
②月曜日の午後	名
③土曜日の午前	名
④土曜日の午後	名

※この集計用紙だけでなく、アンケート用紙の原本もご提出ください。

ご協力いただきありがとうございました。+

「イオン東長崎店移動販売」利用に向けた住民アンケート 集計用紙

組長用

1. 基本情報

自治会名: _____ 組: _____

2. 「イオン東長崎店移動販売」が実施される場合、利用したいと思いますか？(当てはまるものに○をつけてください。)

①はい _____名 ②いいえ _____名

3. 質問2で「①はい」と答えた方は、「イオン東長崎店移動販売」を利用したい曜日はどれですか？(複数回答可・当てはまるものに○をつけてください。)

①月曜日の午前	_____名
②月曜日の午後	_____名
③土曜日の午前	_____名
④土曜日の午後	_____名

※この集計用紙だけでなく、アンケート用紙の原本もご提出ください。

ご協力いただきありがとうございました。

日常生活ニーズ調査

吉崎市は、高齢期になっても健康で安心して暮せるまちの実現をめざし、各種施策に取り組んでいます。しかし、人口減少・少子高齢化と共に、一人暮らしや高齢者世帯が増える中、暮らしの中で支援を必要とする方も増加しているものと思われます。

吉崎市地域包括支援センターでは、地域で暮らす高齢者の方々が、日常生活でどのようなことにお困りで、どのようなサービスがあればよいと思っていられるのかを把握し、支援やサービスの更なる充実を図るため、アンケート調査を実施することにいたしました。

このたび市が選任しました生活支援コーディネーターが、皆様のお暮らしの様子などを聞き取りながら調査いたしますので、アンケートへのご回答につきまして、御理解・御協力を賜りますようお願いいたします。

吉崎市地域包括支援センター

・氏名 _____

(差しつかえなければ、ご記入お願いします。)

・年齢 _____ 歳 ・性別 _____ 男 ・ _____ 女

(問1) 家族構成について。

1. 一人暮らし
2. 夫婦二人暮らし
3. その他的高齢者世帯
4. 家族同居(隠居、本家含む)
5. その他

1. 2. 3. の方におたずねします。

島内に子供(支援者)が

ア. いる イ. いない

(問2) 日中ひとりになることはありますか。

1. ほぼ毎日
2. 週3～5日程度
3. 週1～2日程度
4. ほとんどない

(問3) 今、収入のある仕事をしていますか。(農業含む)

1. している
2. していない

(問4) 現在のあなたの健康状態はどうか。

1. よい
2. まあよい
3. ふつう
4. あまりよくない
5. よくない

(問5) 車・バイクなどを運転していますか。

1. 運転している (自家用車・バイク・キャリー・電動車・自転車)
2. 運転していない

(問6) 週に何回ほど家から出ますか。(散歩や、畑・田んぼに行く場合も含む)

1. ほぼ毎日
2. 週3～5回程度
3. 週1～2回程度
4. ほとんど外出しない

(問7) 日頃よく出かけていくところについて、あてはまるものにつけてください。
(5つ以内)

- | | |
|-------------------|----------|
| 1. 友人のお宅 | 7. 畑や田んぼ |
| 2. 子どもや親戚のお宅 | 8. 買い物 |
| 3. グランドゴルフ・ゲートボール | 9. 運動や散歩 |
| 4. デイサービス・デイケア | 10. 温泉 |
| 5. 趣味活動 | 11. 病院 |
| 6. サロン | 12. その他 |

(問8) 携帯電話を持っていますか。

1. 持っている
2. 持っていない

(問9) 要介護認定について。(分かる範囲で回答して下さい)

- | | | |
|----------|---------|---------|
| 1. 認定なし | 4. 要支援2 | 7. 要介護3 |
| 2. 事業対象者 | 5. 要介護1 | 8. 要介護4 |
| 3. 要支援1 | 6. 要介護2 | 9. 要介護5 |

(問10) 利用している介護・福祉サービスはありますか。(あてはまるものすべてに)

- | | |
|---------------------|-------------------|
| 1. 訪問介護(ヘルパー) | 7. 福祉用具レンタル |
| 2. 訪問看護 | 8. 住宅改修 |
| 3. 訪問リハビリテーション | 9. IP緊急通報/見守りシステム |
| 4. 訪問入浴 | 10. その他() |
| 5. 通所型(デイサービス・デイケア) | 11. 利用していない |
| 6. 配食サービス | |

(問11) 日常生活で困った時に、相談するのはどなたですか。(あてはまるものすべてに)

- | | |
|-----------------|---------------|
| 1. 配偶者 | 5. 近所の人 |
| 2. 同居の子ども | 6. 友人・知人 |
| 3. 別居の子ども | 7. その他() |
| 4. 兄弟姉妹・親せき・親・孫 | 8. そのような人はいない |

(問12) 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください。(あてはまるものすべてに)

- | | |
|-------------------|---------------|
| 1. 自治会・隣保班・老人クラブ | 5. 病院 |
| 2. 社会福祉協議会・民生委員 | 6. その他 |
| 3. ケアマネジャー | 7. そのような人はいない |
| 4. 地域包括支援センター・市役所 | |

(問13) ご近所付き合いについてお伺いします。

- | | |
|----------------------|-----------------|
| 1. 訪問してくれる人、訪問する人がいる | 3. あいさつを交わす人がいる |
| 2. 立ち話をする人がいる | 4. ほとんど付き合いがない |

(問14) 楽しみや、やりがいを感じることは何ですか。(あてはまるものすべてに)

- | | |
|-------------------|----------------|
| 1. 近所の人や友人との交流 | 5. 菜園・田畑などの農作業 |
| 2. 子どもや孫との交流 | 6. 趣味活動 |
| 3. 地域の行事やボランティア活動 | 7. その他 |
| 4. 仕事 | 8. 特にない |

(問15) 自分で食事の用意を週に何日程度していますか。

- | | |
|-------------|----------|
| 1. ほぼ毎日している | 3. 週1～3日 |
| 2. 週4～6日 | 4. していない |

(問16) 食事の用意ができない理由はなんですか。

- | | |
|------------------|----------------------|
| 1. 体が不自由だから | 5. 下ごしらえができない |
| 2. 家族がすべてしてくれるから | 6. 火の始末や電気器具がうまく使えない |
| 3. 調理経験がない | 7. その他() |
| 4. メニューが浮かばない | |

(問17) もし今後、食事の用意や買い物が困難になったとき、どのような食事支援のサービスを利用したいですか。(あてはまるものすべてに)

- | | |
|------------------|-----------|
| 1. ヘルパー等による買い物支援 | 3. 配食サービス |
| 2. ヘルパーによる訪問調理 | 5. その他() |

(問18) 配食サービスが必要になったとき、(利用中の場合も含む) どの時間帯を希望されますか。

- 1 . 朝食 2 . 昼食 3 . 夕食

(問19) 現在、買い物はどのようにしていますか。(あてはまるものすべてに)

- 1 . 自分でしている 4 . ヘルパーに頼んでいる
2 . 家族がしている 5 . 宅配サービスを利用している
3 . 近所の人に頼んでいる 6 . その他

(問20) 掃除はどのようにしていますか。(あてはまるものすべてに)

- 1 . 自分でしている 3 . ヘルパーに頼んでいる
2 . 家族がしている 4 . その他

(問21) 洗濯はどのようにしていますか。(あてはまるものすべてに)

- 1 . 自分でしている 3 . ヘルパーに頼んでいる
2 . 家族がしている 4 . その他

(問22) 現在、生活の中で手伝ってもらいたい困りごとはありますか。(あてはまるものすべてに)

- 1 . 食事の準備、後片付け
2 . 買い物
3 . 家屋内の掃除、布団干し
4 . ゴミの分別、ゴミ出し
5 . 窓拭き
6 . 電球、電池交換
7 . エアコン、ファンヒーター、扇風機などの季節家電の掃除、入れ替え
8 . 家屋外の環境整備(草取り、庭木の伐採や手入れ、雨どい修繕など)
9 . 軽度な農作業の手伝い(農作物の水かけ、精米など)
10 . ペットの世話
11 . 役所への各種申請手続きの代行
12 . 地区の行事代行
13 . 外出の支援(通院や買い物の時の送迎)
14 . 趣味活動の支援(楽しみを見つけるための支援)
15 . その他()
16 . 特にない

(問23) 反対に、自分が誰かのためにしてあげられる事はありますか。(あてはまるものすべてに)

1. 食事の準備、後片付け
2. 買い物
3. 家屋内の掃除、布団干し
4. ゴミの分別、ゴミ出し
5. 窓拭き
6. 電球、電池交換
7. エアコン、ファンヒーター、扇風機などの季節家電の掃除、入れ替え
8. 家屋外の環境整備(草取り、庭木の伐採や手入れ、雨どい修繕など)
9. 軽度な農作業の手伝い(農作物の水かけ、精米など)
10. ペットの世話
11. 役所への各種申請手続きの代行
12. 地区の行事代行
13. 外出の支援(通院や買い物の時の送迎)
14. 趣味活動の支援(手工芸など、得意なことを伝える支援)
15. その他()
16. 特にない

(問24) 今後、住み慣れた地域で生活し続ける中で不安に感じることはありますか。想像してみたときに、あてはまるものすべてに をつけてください。

1. 自身や同居家族だけでは身の回りのことを十分にできない
2. 緊急時に何か頼めるような人が近くにいない
3. 農業、漁業等、家業のこと(後継者、担い手)
4. 近所に話し相手がない
5. 経済的な不安がある
6. 通院、買い物などの移動手段に不安がある
8. 健康面で不安がある
9. お墓の管理やご先祖供養に関することに不安がある
10. その他()
11. 特にない

(問25) このサロンに通い始めた理由(動機)は何ですか

1. 友人、知人に誘われた
2. 家族に勧められた
3. 自分から、興味があった

(問26)あなたが「通いの場」に参加するようになって、参加する以前と比べてどのように変化しましたか

- 1．外出の機会が増えた
- 2．人との交流が増えた
- 3．気持ちが明るくなった
- 4．健康になった
- 5．勉強の機会が増えた
- 6．趣味活動の幅が広がった
- 7．その他()
- 8．特にない

(問27)ふだんから、健康や介護予防のために気をつけていることはありますか。(あてはまるものすべてに)

- 1．ウォーキングや体操など、定期的に運動している
- 2．規則的な生活を心がけている
- 3．休養や睡眠を十分にとっている
- 4．かかりつけの医師に定期的に診てもらっている
- 5．栄養バランスや、かむ回数に気をつけて食事をしている
- 6．口の中を清潔にしている
- 7．読み書きや計算など、頭を使う事をしている(新聞、日記、家計簿)
- 8．その他()
- 9．特にない

(問28)ご意見、ご要望などございましたらご記入ください。

ご協力ありがとうございました。

東彼杵町「支えあいのある地域づくり」に関する調査

○ 調査の目的

急速な高齢化が進む中で、団塊の世代が75歳以上になる2025年には介護人材の不足が起こることが予測されています。

今後、要介護状態になっても住み慣れた地域で、生きがいや役割をもって生活していくためには、介護サービスだけでなく、地域にある支えあいの力も活用して生活を継続していく必要があります。

この調査は、このような支援体制づくりを進めていくために、現在の高齢者の実態や地域にある課題や必要としている事などを把握するため、調査及びデータ分析を行い、生活支援体制整備事業の方向性を検討する基礎資料とするためのものです。

【個人情報の取り扱いについて】

本調査で得られた情報につきましては、町政の目的以外には使用しません。

また、当該情報については、役場庁内で適切に管理いたします。

○ 方法

・調査対象

東彼杵町内に在住する満65歳以上の高齢者の方

・調査手法

生活支援コーディネーター及び第1層協議体等による聞き取り調査

問1 あなたについて（「あなた」は調査対象者を指します。）
あなたの性別(どちらかに○)と年代(どれかに○)を教えてください。
男 性 ・ 女 性 年 代 （ 60代 ・ 70代 ・ 80代 ・ 90代 以上 ）

問2 あなたの要介護または要支援の認定について
（1）あなたは現在要介護または要支援の認定を受けていますか？
1. 受けている 2. 受けていない
（2）（1）で1. 受けている と答えた方は要介護（要支援）度を教えてください。
要支援 1・ 要支援 2・ 要介護 1・ 要介護 2・ 要介護 3 以上（要介護 4・5を含む）

問3 あなたのお仕事について
（1）あなたは現在お仕事をしていますか？
1. している 2. していない
（2）（1）で、1. している と答えた方は差しつかえなければ職業を教えてください。
1. 農業 2. 農業以外の自営業 3. その他（ ）

問4 あなたの家族構成について
あなたの家族構成を教えてください。
1. 1人暮らし 2. 高齢者のみの世帯(65歳以上) 3. その他の世帯

問5 お住まいの地区やご近所付き合いについて
（1）お住まいの地区(自治会)はどちらですか？
() 地区
（2）あなたがお住まいの地区に、いきいきサロン・ゲートボール・グランドゴルフ等がありますか？
1. ある 2. ない 3. わからない
（3）（2）で、1. ある と答えられた方にお尋ねします。 いきいきサロン・ゲートボール・グランドゴルフ等のいずれかに参加されていますか？
1. 参加している 2. 参加していない
（4）あなたはご近所の方と会って話をすることがありますか？
1. 毎日～週に数回 2. 週1回～月に数回 3. 年に数回～年1回

(5) あなたは現在、近所付き合い以外で、どの程度のお付き合いをされていますか？
(直接会う以外にも、電話やメール、手紙のやり取りなども含まれます。)

① お住まいの地区以外の友人・知人 ⇒	1. 頻繁に	2. 時々	3. 殆どない	4. 全くない
② 同居家族以外の家族・親族・親類 ⇒	1. 頻繁に	2. 時々	3. 殆どない	4. 全くない

問6 あなたの移動手段について

町内において外出する際の主な移動手段は何ですか？ (主なもの2つまで回答可)

1. 徒歩	2. 自転車	3. バイク (原付含む)
4. 自動車 (自分で運転)	5. 自動車 (人に乗せてもらう)	6. 列車
7. バス (町営バス以外も含む)	8. 病院や施設の車	9. 車椅子
10. 歩行器・シルバーカー	11. タクシー	12. その他 ()

問7 地域での活動について

地域住民の有志によって、老人会、サロン以外に皆が集まって体操をしたり、会話を楽しむ場所(居場所)が出来たら参加してみたいと思いますか？

1. 是非参加したい 2. 参加してもよい 3. 参加したくない

問8 助けあいについて(あなたと周りの人の「助けあい」についてお尋ねします。)

(1) あなたの心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人がいますか？

1. いる 2. いない

(2) あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人がいますか？

1. いる 2. いない

(3) 今、手助けを受けている事がありますか？

1. ある 2. ない

(4) (3) で、1. ある と答えた方にお尋ねします。どんな手助けを受けていますか？
(複数回答可)

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 1. ゴミ出し | 2. 日用品の買い物 |
| 3. 庭木の手入れ | 4. 簡単な家具の移動や電球交換など |
| 5. 家の中や庭の簡単な掃除 | 6. 食事の準備や配食 |
| 7. お風呂の支度や洗濯 | 8. 病院受診や買い物の付き添い |
| 9. 安否確認 (日々の声掛け) | 10. 交流会場へのお誘い |
| 11. 話し相手 | 12. 生活の相談 |
| 13. 病院やスーパーなどへの移動 | 14. 墓掃除 |
| 15. その他 () | |

(5) 全員の方にお尋ねします。あなたが利用したい助けあいは何ですか？(複数回答可)

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 1. ゴミ出し | 2. 日用品の買い物 |
| 3. 庭木の手入れ | 4. 簡単な家具の移動や電球交換など |
| 5. 家の中や庭の簡単な掃除 | 6. 食事の準備や配食 |
| 7. お風呂の支度や洗濯 | 8. 病院受診や買い物の付き添い |
| 9. 安否確認(日々の声掛け) | 10. 交流会場へのお誘い |
| 11. 話し相手 | 12. 生活の相談 |
| 13. 病院やスーパーなどへの移動 | 14. 墓掃除 |
| 15. その他() | 16. ない |

(6) 東彼杵町での助けあい・支えあい活動についてどのように思いますか？

- 1、必要だと思う 2、あれば助かる 3、特に必要とは思わない

(7) あなたは、自分にできる助けあい活動をやってみたいと思いますか？

- | | |
|------------------------|-----------------|
| 1. 1人でもやってみたい | 2. 仲間とならやってみたい |
| 3. 今すぐは難しいが、いずれはやってみたい | 4. やってみたいとは思わない |

(8) (7)で、1. 2. 3. と答えた方は差し支えがなければお名前を教えてください。

氏 名 ()

(9) 参加してみたい、または取り組んでみたいという活動はありますか？(複数回答可)

- | |
|---|
| 1. ご自分の地域での活動 |
| 2. ご自分の地域に限らない活動 |
| 3. 有償ボランティア(ゴミ出しや買い物、病院付き添いなど生活の困り事を支援) |
| 4. 無償ボランティア(ゴミ出しや買い物、病院付き添いなど生活の困り事を支援) |
| 5. 居場所などのつどいの場 |
| 6. 移動支援に関する活動 |
| 7. その他(具体的に:) |

アンケートは以上です。ご協力ありがとうございました。