

特集 地域の支え合い活動をつなぐ

# 生活支援コーディネーター

現在、日本は総人口に対して65歳以上の割合が21%を超える「超高齢社会」であり、医療や介護給付費、介護職員などの不足が問題となっています。佐世保市においても人口の約32%（令和4年10月1日現在）が65歳以上であり、同様の課題を抱えています。それらを補うために、同じ地域に住む人同士で生活支援や介護予防を行う、支え合う地域

づくりが求められています。

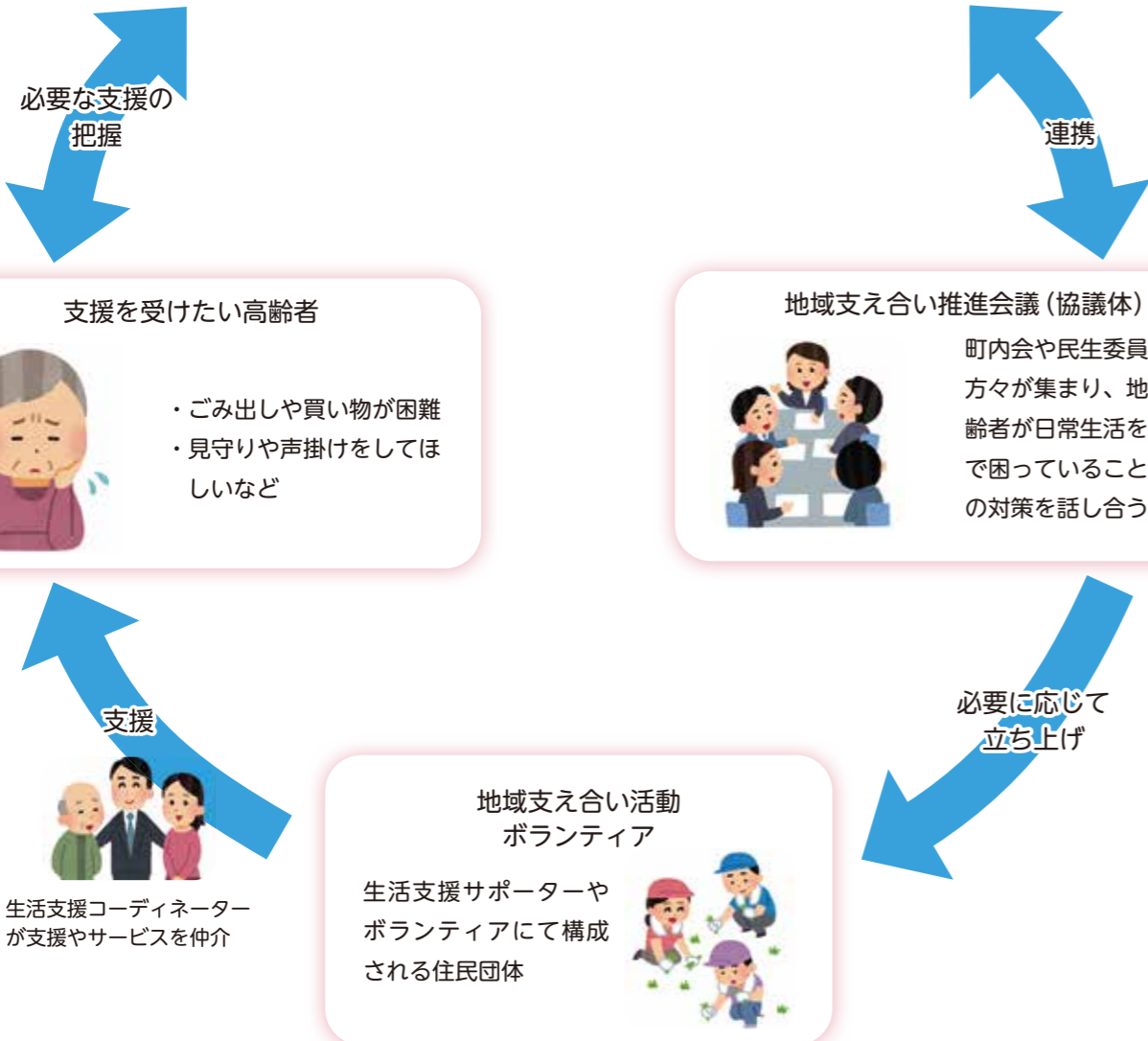
今回の特集では、地域の支え合い活動のつなぎ役である「生活支援コーディネーター」の役割や支え合い活動の内容を紹介します。生活支援コーディネーターと地域の支え合いが身近になり誰もが「この地域で生活をして良かった!」と思える地域づくりを目指し、まずは知ることから始めてみましょう。

## 生活支援コーディネーターの役割

### 地域の支え合い活動の支援

#### 生活支援コーディネーター

地域課題や住民ニーズを十分に把握し、住民主体の助け合い機能を作り出すサポート役です。地域支え合い推進会議（協議体）の運営の調整も担っています。



#### 支援を受けたい高齢者



- ・ごみ出しや買い物に困難
- ・見守りや声掛けをしてほしいなど

#### 地域支え合い推進会議（協議体）



町内会や民生委員などの方々が集まり、地域の高齢者が日常生活を送る上で困っていることなどへの対策を話し合う機関

#### 地域支え合い活動ボランティア

生活支援サポーターやボランティアにて構成される住民団体



## 地域の支え合い活動

生活支援コーディネーターは生活支援と介護予防の提供体制の構築に向けて地域のボランティア団体や生活支援サポーターを通じ、お互いに支え合える地域づくりを推進しています。生活支援と介護予防を行うことで健康増進や地域住民同士の交流などにもつながります。

### 生活支援

#### 日常の軽い困り事を地域で支え合う活動

有償を含むボランティアや同じ地域に住む人がお互いに生活を支え合うことで、高齢者が住み慣れた地域で自立した生活を続けていくことが期待できます。地域全体で取り組めば、さまざまな世代の交流が促進され、地域の助け合いにもつながります。



介護タクシーを利用した病院の付き添いボランティア

### 介護予防

#### 元気に暮らすため、サロンや介護予防体操などを開催

社会活動への参加や人との交流が多い地域では、認知症やうつ病の発症リスクが低い傾向が見られます。5mの歩行に9秒かかっていた人が介護予防体操を続けたことで3カ月後には3秒で歩けるほど元気になったという事例もあります。



介護予防体操（いきいき百歳体操）

本市では全27地区自治協議会圏域に生活支援コーディネーターの設置が完了しています。ボランティア団体と支援を受けたい高齢者をつなげた実績は令和2年度が82件、令和3年度が336件と増えており、また令和4年7月時点で地域住民による生活支援団体が23団体設立されているなど、市全域にボランティア活動が広がっています。



ごみ出しボランティア (ふなこし生活支援ボランティア)



生活支援コーディネーターと地域住民のレクリエーション



庭の草刈りボランティア (ふなこし生活支援ボランティア)



生活支援コーディネーター定例会



外出の付き添いボランティア (よしいこ会)



紙面では紹介できなかったインタビューの内容や介護予防体操、生活支援の様子を動画でご覧ください。



生活支援コーディネーター公式サイト



生活支援コーディネーター公式LINE



愛宕地区  
コーディネーター  
大峯 和也さん

地域で支援ができるよう、生活支援サポーターとつながりをつくっています。生活支援サポーター制度は市が推進している取り組みであり、安心して参加できるボランティア活動です。自分に役目があり、頼りにされることがうれしいと思えるような、そんなボランティア活動ができる体制をつくっていきたいです。



西・九十九地区  
コーディネーター  
中尾 浩子さん

地域の活動や行事に顔を出し、皆さんと顔なじみの関係性をつくることを大事にしています。生活支援コーディネーターの活動はまだ広く知られていません。ボランティアに参加したいと思っている人や、困り事をどこに相談したらいいかわからない人など、一人でも多くの人に支援活動を知ってもらい、支援の輪を広めていきたいです。



吉井地区  
コーディネーター  
立木 昭夫さん

必要とする支援について、しっかり話を聞いて、気持ちに寄り添うことを大事にしています。生活支援を続けていくため、多岐にわたるニーズに対応できるようサポーターを増やし、ちょっとした困り事でもサポーターがいるから対応できるということを発信して、困っている人が支援を受けられるようにしていきたいです。



ふなこし生活支援ボランティア  
代表 鶴岡 恵子さん

生活支援ボランティアは自らの「老い」を感じ、地域で助け合うことの大切さを考えるようになったことがきっかけで始めました。6年前に講座を受講し、立ち上げにさまざまな人の力を借り、現在に至ります。当ボランティアは「助けられたり、助けたり」「できることをできる人が」をモットーに活動している、キラキラしている団体です。



よしいこ会  
会長 川内野 公隆さん

ニーズが多かった「外出支援」について、生活支援コーディネーターを中心に検討していただき、ボランティア「よしいこ会」を立ち上げることができました。自立した生活ができている利用者も多いので、手を添えるべきところは手を添え、本人の意向に沿った支援をしていくことを大事にしています。

## 連絡先

生活支援の相談やボランティア活動への参加希望など、詳しくは近くの地区の生活支援コーディネーターへ連絡してください。

担当地区	連絡先	担当地区	連絡先
宮・広田 ・針尾・江上	社会福祉法人 江寿会 ☎ 58-3707	大野・柚木	社会福祉法人 アソカ仁寿会 ☎ 49-6010
三川内	社会福祉法人 光の子福祉会 ☎ 30-6666	黒島	佐世保市社会福祉協議会 ☎ 080-1753-5772
早岐・北 ・中里皆瀬	佐世保市社会福祉協議会 ☎ 23-3174	相浦	有限会社 RAIMU ☎ 28-4649
日宇	社会医療法人財団 白十字会 ☎ 33-7151	小佐々	佐世保市社会福祉協議会小佐々支所 ☎ 41-5050
崎辺・南・山澄	医療法人 光省会 ☎ 59-7671	吉井	佐世保市社会福祉協議会吉井支所 ☎ 64-3117
中部	社会福祉法人 幼老育成会 ☎ 59-7111	世知原	佐世保市社会福祉協議会世知原支所 ☎ 76-2279
西・愛宕・九十九	医療法人 翠山会 ☎ 26-4055	江迎・鹿町	佐世保市社会福祉協議会江迎・鹿町支所 ☎ 65-3333
清水	社会福祉法人 佐世保白寿会 ☎ 59-7770	宇久	佐世保市社会福祉協議会宇久支所 ☎ 0959-57-3688
市内全域 エフォートケアシステム ☎ 37-6441			

特集に関する問い合わせ 長寿社会課 ☎ 24-1111