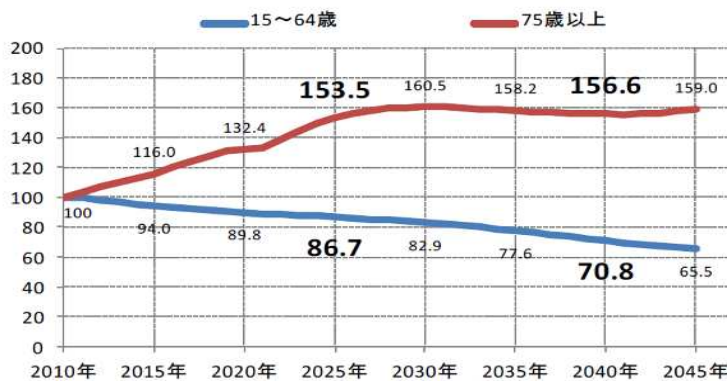


# 住民同士の支え合いを広げませんか？

## ～ 安曇野市生活支援体制整備事業 ～

介護保険制度が改正となり、より高齢者の方が自分らしく地域で暮らし続けるために、生活の基盤である『地域』が、着目されています。

団塊の世代が後期高齢者となる 2025 年から、少子高齢化はさらに進展！



認知症・一人暮らし・高齢者のみ  
世帯が増える！  
ちょっとした困りごとや、  
要介護状態になる人も増える？！



**ちなみに...安曇野市の高齢化率は 30.5 パーセント！！**

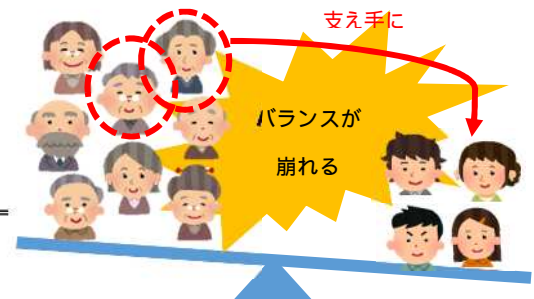
(平成 30 年 10 月 1 日現在 安曇野市住民基本台帳より)

**2025 年の安曇野市の介護保険料は、現在の 5,700 円 7,000 円程度と予測！？**

(第 7 期介護保険事業計画より、月額介護保険料基準額)

**高齢者が増える一方で支え手となる若い人は減少！**

高齢者が増えると、介護を必要とする人も増えます。  
一方で、介護を担う若者の人口は、減少しています。  
つまり...これからは若い人の介護負担が増加し、  
若い人だけでは、高齢者を支えることが難しくなります。  
元気な高齢者が、支え手側になる事が期待されています！



**元気でいれば、介護保険料の軽減にもつながる！**

元気で楽しく生活するためには、『**介護予防**』が大切です。

趣味・ボランティア活動、サロンに参加など『**社会参加**』することも介護予防なのです！

**日常のちょっとした困りごとは、『互助』で支え合う『生活支援』**

どんなに介護予防に取り組んで元気でいても、年齢と共に生活上の困りごとは増えてきます。しかし、介護保険を使わなくても、日常のちょっとした困りごとは、お互いに支え合うことで解決できることがあるはず。これからは元気な高齢者は支え手として、「互助」で支え合う『**生活支援**』が必要になります。

**これからはこの3つが大切！**

いつまでも元気で地域で暮らしていくために...『**介護予防**』

日常生活上のちょっとした困りごとは互助で支え合う...『**生活支援**』

元気で支え合うために、いろんな所へ参加し人とつながる...『**社会参加**』

この3つを推進するために、介護保険制度が改正され

新しく『**生活支援体制整備事業**』がはじまりました。



## 生活支援体制整備事業とは？

高齢者が地域で安心して自分らしく暮らせることを目的に、住民同士の支え合いを推進する『生活支援コーディネーター』が、市内5地域で活動しています。また、地域に住むさまざまな立場の人たち（NPO・シルバー・地区社協・民生委員など）とともに『協議体』を組織し、支え合いの地域づくりに向けた活動をしています。

## 生活支援コーディネーター・協議体はこんな活動をしています！

『生活支援コーディネーター』は地域に出向き、皆様の支え合い活動を把握し、人と人をつなげることや、健康体操のグループや高齢者サロンなどの立ち上げや、企画・運営などを助言し、団体の活動をサポートしています。

『協議体』は、地域にあるつながりを大切に、地域課題に対して、さまざまな団体と協働・連携した新たな取組を進めています。

みつける！  
はぐむ！  
つなげる！



### 生活支援コーディネーター・協議体の取組

地域にある支え合い活動や、生活支援・介護サービスなどの情報をもっと多くの方に知ってもらい、活用して頂くために、『生活支援サービスガイドブック』を作成しました。



延べ489件  
の情報

安曇野市役所・各生活支援コーディネーターの窓口にて配布しています。

市のホームページからもダウンロードできます。(http://www.city.azumino.nagano.jp)

## 生活支援コーディネーター・協議体と共に支え合い活動をすすめませんか？

生活支援コーディネーター・協議体は地域の支え合いを広げるために、自分たちの地域で生活支援や介護予防を話し合う「地域学習会」の開催をはじめ、地域の人、モノ、場所をつなげ、活動を支援することで、住民の皆様の「できること」や「やってみたい」を応援します。



# 住民同士の支え合いを広げましょう

### 安曇野市生活支援体制整備事業に係るお問い合わせ

安曇野市保健医療部介護保険課 0263-71-2472

生活支援コーディネーターは、各地域に配置しています。お気軽にご相談ください

豊科地域：NPO法人 JA あづみくらしの助け合いネットワークあんしん 0263-71-2828

穂高地域：社会福祉法人 安曇野市社会福祉協議会 穂高支所 0263-82-2940

三郷地域：社会福祉法人 安曇野市社会福祉協議会 三郷支所 0263-77-8080

堀金地域：社会福祉法人 安曇野市社会福祉協議会 堀金支所 0263-73-5288

明科地域：社会福祉法人 安曇野市社会福祉協議会 明科支所 0263-62-2429