

# ご存知ですか？

## 生活支援コーディネーター

市の高齢化率は3割を超え、3人に1人が高齢者の時代となりました。少子高齢・人口減少の中、変化するこれからの高齢者支援とそれを支える生活支援コーディネーターの活動を紹介します。

### 高齢者が高齢者を支える時代

近年、「支え合い」という言葉をよく聞くようになりました。なぜ今「支え合い」が求められているのでしょうか。

一つは少子高齢化などの社会情勢の変化です。高齢化により、元気なシニア世代が増える一方で、ゴミ出しや買い物など、ちょっとした手助けを必要とする高齢者も増えています。介護が必要になったときには、暮らしを支える介護サービスはあります。しかし、日常生活上のちょっとした困りごとはサービスでなく近所の支え合いで解決できることもあります。もうひとつは介護保険制度の改正です。高齢者を支える若い世代が

減少する中、これまでのような専門職による高齢者支援では、支援が十分に行き届かないことが予想されます。国は、介護保険制度を改正し、生活支援や介護予防の取り組みについては、市町村が地域の実情に応じて行う仕組みに移行しました。

これを受けて市は、地域のつながり、支え合いを広げていくための「生活支援体制整備事業」を推進しています。

### 生活支援体制整備事業とは

介護予防で元気なシニア世代を増やしなが、区をはじめとした住民組織やNPO法人、民間企業など多様な主体が連携して、地域の中で支え合いによる生活支援を

進めています。具体的には、豊科、穂高、三郷、堀金、明科の5地域に「生活支援コーディネーター」を配置しているほか、地域ごと生活支援や介護予防に取り組んでいる団体と「協議体」を組織し、支え合いの地域づくりに向けて協議しています。

### 生活支援コーディネーターとは

地域に向いて地域の中の支え合い活動を把握し、人と人をつなげたり、健康体操のグループや高齢者サロンなどの企画・運営を助言するなど、支え合いによる生活支援の活動をサポートしています。また、介護予防・生活支援の活動を始めたい人や団体の立ち上げ支援、区で必要とする介護予防・生活支援の活動や仕組みづくりの相談に応じます。

## 生活支援コーディネーターってどんな活動をしているの??

地区の公民館で学習会を開いたり、ワークショップやサロン活動等の企画運営を補助しています。

等々力町区からの相談で行われた「支え合いについて考える学習会」では、市社会福祉協議会から講師を招いて介護予防について学習したり、地域にあるお宝（人・場所・活動等）をワークショップで出し合い、地元の魅力を再発見したりしました。最後はみんなで手作りの料理を食べて交流しました。



穂高地域生活支援コーディネーター  
(市社会福祉協議会穂高支所)

竹内紀子 さん

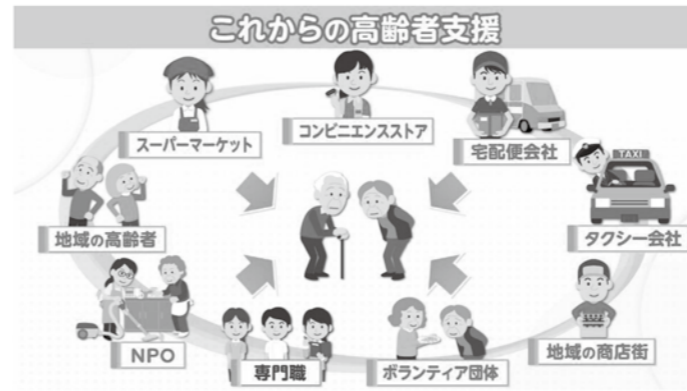
地域には、すでにたくさんの素敵な活動があります。今ある活動を大切にしながら、地域の皆さんと一緒に無理なくできることを考える機会から始めて、支え合いの地域づくりを進めていきたいと思っています。

協議体では、高齢者サロン・健康体操など地域の身近な情報を集め、ガイドブックとしてまとめました。希望者には、介護保険課(1階11番窓口)で配布していますので、ぜひご利用ください。



### 協議体とは

地域にあるNPO法人・シルバー人材センター・地区社協・老人クラブ・民生委員・社会福祉法人・介護事業者など、さまざまな立場の人たちが集まり、支え合いの地域づくりに向けた話し合いをしています。協議体では、地域のつながりを大切にしながら、地域課題に対して、さまざまな団体の特性や強みを生かし、協働・連携した取り組みを進めています。また、高齢者を支え、地域づくりを担う人たちがつながる場としての役割も担っています。



出所) 三菱UFJリサーチ&コンサルティング「地域包括ケアシステムの構築に資する新しい介護予防・日常生活支援総合事業等の推進のための総合的な市町村職員に対する研修プログラムの開発及び普及に関する調査研究事業」

# 1,103人が新成人 ～令和初、令和癸。～

令和初開催となる安曇野市成人式が1月12日、スリス村サンモリッツ（豊科南穂高）で開かれました。本年の新成人は1,103人（男性563人、女性540人）となり、式典には796人が参加。晴れ着姿の友人との再会に、記念撮影や談笑する姿が見られました。



## 協議体の活動紹介

生活支援コーディネーターへの組織的な支援や、地域から寄せられた支援ニーズの調整を行い、情報共有しています。また、講座や研修会を開催し、地域における高齢者支援の活動をサポートしています。

会議はそれぞれが集まりやすい時間にお茶を飲みながら行うなど無理なくできるよう工夫しています。



明科地域協議体が企画・運営する「あいらすdeサロン」（令和元年9月4日開催）。介護予防のための健康体操や消費者被害など、暮らしに役立つ講座を開いています。

NPO 法人全国移動サービスネットワーク副理事長河崎民子さんによる「高齢者の移動支援を考える」研修会（令和元年7月22日開催）。



民生児童委員として高齢者を支える活動をしています。「協議体」は、高齢者を支えるために、さまざまな団体や専門職の人と一緒に地域を考える機会になりました。地域にはいろいろな課題がありますが、多くの団体・人がつながり、顔が見える関係ができることで、これまでになかった支援・支え合いの地域が広がると期待しています。



民生児童委員 須坂節子さん

### 生活支援コーディネーター等の連絡先

- 市内全域：介護保険課（☎71・2472）
- 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（☎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（☎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（☎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（☎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（☎62・2429）

支え合える地域を目指して  
一人一人の思いや意識、活動から地域は変わっていきます。住みやすい、住んでいて良かったと思える地域に向けて、支え合いの地域づくりを進める生活支援コーディネーターをご活用ください。必要な情報や生活支援コーディネーターの活動は市HPでも随時公開していきます。

## 地域支え合い推進フォーラムを開催します！

支え合いや助け合いの意識を広げ、地域住民一人一人が主体的に関わる地域づくりをすすめるフォーラムを開催します。基調講演のほか地域の支え合い活動等を紹介します。

- 日時 2月23日（日）午後1時～4時（開場 午後0時30分）
- 場所 市役所4階大会議室
- 内容 ◇基調講演 「地域のつながりからみる健康長寿」  
講師 宮國康弘さん（一般社団法人 日本老年学的評価研究機構（JAGES）理事）  
◇パネルディスカッション 「地域のつながりで、いきいき健康長寿」  
報告者 ①ひといちばシニアクラブ ②岩原区  
③ NPO 法人 社会生活サポートチーム風を詠む
- 対象 どなたでも参加できます。
- 参加費 無料 ○申し込み 不要（定員200人）
- その他 駐車場に限りがあります。乗り合わせなどにご協力ください。
- 問い合わせ先 介護保険課介護保険担当（☎71・2472 FAX71・2503）



## 新年への想いをこめて

1/3 新春！イルミでみんなで餅つき大会

2020年の新年を祝い、新春餅つき大会が国営アルプスあづみの公園堀金・穂高地区で行われました。集まった参加者を代表し、20人が掛け声を掛けながらお餅をつきました。ついたお餅は公園で活動するボランティアがきな粉とごまをあえて、訪れた200人に振舞われました。

諏訪市から来たという田中咲綾さん（6歳）は「毎年楽しみにしている。お餅がつきたてで温かくてとても美味しい」と話してくれました。



ちいきのわだい  
安曇野日和

