

# 生活支援コーディネーターの 取り組み

---

先進地域を参考  
にしながら…

H30年9月～

- 地域ニーズヒアリング調査
- 地域資源リスト
- 「みんなでつながろう通信」の発行
- 地域ささえあい連絡会議
- サポーター養成講座
- 居場所づくり
- 困りごとのお手伝い活動

# 地域資源リスト 地域ニーズヒアリング調査

## <地域にあるものをわかりやすくする>

夕張市は地形が細長く地域性もそれぞれ。そのため、

今年度は市内2地区にしぼり込み地域資源リストを作っています。（清水沢・南清水沢地区、沼ノ沢・真谷地地区）

## <みなさんの必要としているものは何かを知る>

上記2地区で聞き取り調査を呼びかけし、在宅福祉サービス推進委員会などの協力を得ながらアンケート結果を少しずつまとめています。

☆夕張市生活ニーズ調査アンケート項目☆ （高齢者本人用）

問1. あなたの性別を教えてください

1. 男性 2. 女性

問2. あなたの年齢を教えてください

問3. あなたの家族構成を教えてください

1. 単身 2. 同居家族がいる（配偶者・子・孫・兄弟姉妹・孫・それ以外）

問4. あなたの夕張での居住年数を教えてください

1. 20年位 2. 30年位 3. 40年位 4. 50年位 5. それ以上

【生活について】

問5. 週にどのくらい外出しますか？

1. 週1~2回 2. 週3~4回 3. 週5~6回 4. 毎日

問6. どういう理由で外出しますか？（いくつでも○を）

1. 買い物 2. 通院 3. 散歩 4. 趣味活動 5. 風呂 6. その他

問7. 何を使って外出しますか？（いくつでも○を）

1. バス 2. 列車 3. 自家用車 4. デマンド交通 5. 徒歩 6. その他

問8. 家の中のことを手伝ってくれる人はいいますか？（いくつでも○を）

1. いる（配偶者・子・孫・兄弟姉妹・ヘルパー・友達・その他） 2. いない

問9. いると思えた方は何を手伝ってもらっていますか？（いくつでも○を）

1. 掃除 2. 洗濯 3. 料理 4. 金銭の出し入れ 5. 除雪 6. その他

問10. 今の生活にあたら良いと思うことはありますか？

1. ある（ ） 2. ない

問11. 昔はあって今復活させたいこと、物はありますか？

1. ある（ ） 2. ない

# 「みんなでつながろう通信」の発行

- 平成30年12月から月1回、現在第18号まで発行
- 私達の業務内容だけでなく地域行事にできるだけ参加し取材をしながら細長い町に情報が届きやすいよう工夫して市内に配布しています。



# 地域ささえあい連絡会議

〈夕張市で活動されている団体の取り組み内容を共有する〉

H30年11月から福祉機関・地縁組織・地域活動をされているみなさんに  
声かけし自己紹介と意見交換会を開いています。

(清水沢・南清水沢地区、紅葉山地区)

こんなことなら  
協力したい!

どんなことし  
てるの?

もっとこうしたら  
良くなりそう☆



## 第2回地域ささえあい連絡会議（清水沢・若菜地区）

予定していた会議が猛吹雪で延期となり…再度お声がけし2月12日(金)、2回目の地域ささえあい連絡会議を開きました！  
9つの団体、20名が集まり自己紹介。前回の会議での繋がりから、若菜地区だけではなく清水沢地区でも始まったオレンジカフェの話題を皮切りに情報交換をしました。こども食堂の今後、清水沢プロジェクトの炭鉱遺産活用、お母さんの会の食育イベント、レインボーヒルズ考案のボールターゲットゲーム、らぶらすや在宅福祉サービス推進委員会の配食サービス、夕張市のゆるりラ講座…  
様々な取り組みが光る夕張ってすごい！

いつも会場提供してくださる  
清光園さんに感謝 ✨



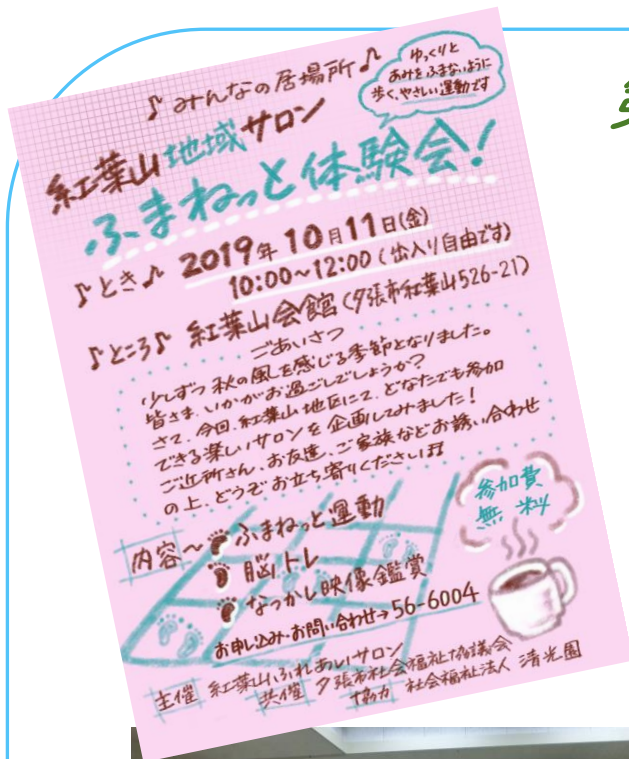
高齢者・子ども  
障がい者・文化・福祉  
ちがうこと、おなじこと  
できることは？



次年度の計画や  
取り組みを共有！

## 第3回地域ささえあい連絡会議 （清水沢・若菜地区）

3月22日(金)、8つの団体が清光園に集結し第3回目の地域ささえあい連絡会議が行われました。  
今年度の反省を含めてそれぞれの事業説明がされ次年度も協力体制を整えていくことに賛同していただきました。  
これからもよろしくお願いいたします！



## 第1回紅葉山地域ささえあい連絡会議

10月4日(金)紅葉山会館で第1回目の地域ささえあい連絡会議を開催。包括支援係、民協、地区協、町内会、博愛舎、生活支援サポーター、社協がそれぞれ活動内容を伝え合いました。

活動員の固定化、高齢化を打開するには学校との連携が必要。災害時の対応の工夫。連携と住み分けが重要。など話は尽きることなく改めて紅葉山地区のみなさんの意識の高さを感じました。

防災について博愛舎さんからは3年前にできた新居住棟に多目的ホールがあり、備蓄品や発電機も提供できるとの申し出が。とてもありがたいですね。

最後に初めて行われる「ふまねっと体験会」のお知らせと今後のサロンづくりへのご協力も合わせてお願いしました。



みんなで学ぼう！

# 生活支援サポーター養成講座



ゆうぱり支え合いネットとは？  
今なぜサポーターさんが必要なの？

11月20日(火)  
雪の中なんと30名の皆さんが来場し  
ネームプレートに名前を書いてグルー  
プごとに着席。

市役所包括支援係から「みんなで支え  
合う地域づくり」について話され、そ  
の後生活支援コーディネーターから事  
業説明とサポーターさんへの期待をお  
話しました。  
その後はいよいよ自己紹介と演習。  
「これからもあってほしいこと」「い  
ま困っていること」「誰かのためにで  
きること」など和気あいあいと意見  
交換しました。



コミュニケーションについて  
～「これであなたも聴き上手！」

12月18日(火)  
北海道総合福祉研究センター事  
務局長池田ひろみ先生を講師に  
お迎えし「あいさつ」「ご近  
所づきあい」「あいづち」など  
コミュニケーションのコツを学  
びました。

サポーターさんからは「わかり  
やすい、さっそく実践したい」  
「聴き上手になりたい！」  
「もっと聴きたいし演習もした  
い」と意欲的な声。この日は  
34名のみなさんが真剣に聞き  
入っていました☆



## 『あなたならどうする？』 ～冬の災害と避難所運営ゲーム



1月22日(火)

### 避難所運営ゲームDoHUG

(ドゥハグ)体験に25名が参加。Doは北海道、Hは避難所、Uは運営、Gはゲーム、HUGは「抱きしめる」の意味もあります。

講師である赤平市社会福祉協議会のDoはぐマスター浅野幹人さん、菅原優係長の分かりやすいリードにより最初から熱気溢れる会場！

「父親が認知症」「乳児連れの母親」「インフルエンザ疑い」「喫煙所は？」「ゴミ出しは？」と次々に課題カードがめくられ、「あら～どうしよう」「こうしたら？」と最善の解決を目指して活発にやり取りをしていました。

会場では厚真町災害派遣報告としてパネル展と災害用備蓄品の展示も行いました。



夕張市消防本部で管理されています



現地の活動と爪痕…

## みんなで楽しくレクリエーション

2月19日(火)

レクリエーションの講義と実技に28名が参加  
講師は日本レクリエーションコーディネーター、矢野美恵先生(81歳)  
専門学校などで30年に渡りレクリエーション科目を指導されてきました。



携わった卒業生は何と2000人以上！会場にもいらっしやいました(^)

「桃太郎」の歌に合わせてじゃんけんポン！勝ったらバンザイ、負けたらガッカリ、あいこで握手。



大切なのは勝ち負けで終わらせず「あいこ」でふれあい、真ん中を大事にすること。どんな立場の人でも全員で讚えること。参加者からは「レクリエーションのねらいは自立だと知り印象的だった。楽しく学べた。」と好評でした。





# H30年度生活支援サポーター養成講座修了!!

3月19日(火)老人福祉会館にて今年度最後の生活支援サポーター養成講座を開催、30名の参加者が集まりました。

生活支援コーディネーターからの活動報告と次年度の取り組み内容をみなさんで共有した後は「卒業テスト」に挑戦!!それぞれ真剣な表情で書き込んでいました。



「地域の居場所づくり」を企画する演習では「さみしくなる夕暮れ時にお茶会・場所は保育園の空き教室（たそがれサロン）」「持ち寄りお食事会・場所はバス待ちスポット（よってけカフェ）」などこれまでの学びを生かし具体的な案を発表し合いました。

最後に夕張社協横川会長より修了証が渡され今年度35名のサポーターさんが誕生しました☆ どうぞよろしくお願ひいたします!



私たちみんなが支えあえる仲間です!

みなさんで少しずつ理想の夕張を作り上げていきましょう!!

# 生活支援サポーター特別講座 ふまねっと体験会

5月21日(火)老人福祉会館で生活支援サポーター特別講座を開催しました。NPO法人ふまねっとの佐藤美智子先生、清光園の職員さん3名を講師にお迎えし、講義の後は緊張感が高まる中ステップスタート♪ ネットをふまないようにリズムに合わせて歩きます。  
「あらら！わかんない～」  
「右？左？」「できた！やった！」と和気あいあい(^.^)  
間違ってもいい、否定しない、終わったらハイタッチでみなさん笑顔◎  
とっても楽しい運動です

ほほうなるほど～



すごい!!

できた～!



そこから!

## ふまねっとサポーター講習会

6月11日(火)老人福祉会館にてふまねっとサポーター講習会が開催しふまねっとを普及するお手伝いをするべく、5時間に渡り学び合いました!



敷き方たたみ方から学びます☆

ネットの取り扱い、セリフの練習、ステップがどんどんグレードアップしていきます。クリアできたら達成感最高☆  
見事11名のふまねっとサポーターが誕生しました。

「それでは、ふまねっと運動の説明をします。」



1,2,3♪  
いち,に,つ,さん



令和元年

～夕張市委託事業～

# 生活支援サポーター養成講座

ありがとう  
子どもたち



私たちのまわりには、ちょっとした困りごとの手助けを待っている方がおられます。  
たとえば、お話し相手、ゴミ出しや電球交換、仏壇や神棚の掃除など  
「ちょっとしたお手伝い」で支え合える夕張を目指しているところです。  
昨年度はなんと、35名のサポーターさんが誕生し、地域の居場所づくりや、  
お話し活動を少しずつ進めてきました。  
人口が8千人を割り、高齢化率全国一位の夕張だからこそ皆さんの力が必要です！  
一緒に学んで活動してみませんか？  
子どもさん、学生さんも大歓迎♡皆さまお誘い、合わせご参加ください。

▼とき▼ 令和元年 11月～12月 第1・第3土曜日(全4回) 13:00～16:00

▼ところ▼ 市民研修センター他

▼定員▼ 20名

実施日(予定)	内容(予定)
11月 2日(土) 13:00～16:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>なぜ、サポーターさんが必要なの？</li> <li>みんなで一緒に活動し合おう！</li> </ul>
11月 16日(土) 13:00～16:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>かんたん介護技術</li> <li>傾聴とは？～コミュニケーションの実践①</li> </ul>
12月 7日(土) 13:00～16:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>地域サロンを楽しまう！ ～脳トレ・軽スポーツ、お茶会体験</li> </ul>
12月 21日(土) 13:00～16:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>傾聴とは？～コミュニケーションの実践②</li> <li>学びのまとめ</li> <li>修了証交付</li> </ul>

▼お問い合わせ▼ 夕張市社会福祉協議会 生活支援コーディネーター 原・禰 # (TEL 56-6004) (FAX 56-6005)



計4回、修了者15名!!

# 居場所づくり ちょっとした困りごとのお手伝い



## 清水沢地区地域ささえあい・サポーター連絡会議

6月25日(火)清光園にて清水沢地区のささえあい・サポーター連絡会議を開催。生活支援サポーター、在宅福祉サービス推進委員会、市役所包括支援係、社会福祉協議会の18名での合同会議です。

これからの生活支援活動について何ができるか、コミュニケーションやプライバシー保護など留意点を整理しました。また、地域の困りごと名簿をつくり、支援者を募集、検討しました。

今後のサロン運営についても意見交換でき有意義な話し合いとなりました。



困りごと1件  
解決☆



## 本町地区 生活支援サポーター連絡会議

7月10日(水)26日(金)、本町地区のサポーター連絡会議を開きました。(株)クオスのご協力を得て本町、末広、鹿ノ谷から10名程のサポーターさんが参加。包括支援係、社協職員も交え熱心に意見交換、地域サロン開催にあたっての具体的な内容を決定しました。

また、ケアマネジャーから情報提供を受け、シャッターを開ける「ちょっとした困りごと」支援もスタートしました！



(株)クオス様  
ありがとうございました！



# 市民の手づくりサロンがはじまりました

## 地域サロン楓楓開催!!

8月9日(金)デイサービスセンター楓楓跡地で第1回目の本町地区サロンを開きました。

同地区の生活支援サポーターさんを中心にお友達やご近所に声かけしなんと20名の参加!

ワイワイとお話に花が咲きます(^.^)

脳トレ問題、軽スポーツ、その後ゆったりと懐かしの映像鑑賞会。感想はアンケートでうかがいました。

初の地域サロン大成功! 今後は移動サロンも検討中。皆さまご期待くださいね。

一般参加者 7名



みんなで作った  
お楽しみ会



ボールを当てて  
高得点ゲット!



受付の  
打ち合わせ



## ♪地域サロン鹿の谷♪

9月13日(金)鹿の谷生活館で2回目の本町地区サロンを開催!

今回は23名の参加で鹿の谷のサポーターさんが主になり、受付や脳トレ指導、ボール運動の進行スムーズに進みました。とっても頼もしいですね☆前回の反省点を生かし、今回はなるべくゆったりとした流れに。おしゃべりの中から自然と折り袋教室も始まり和やかです。昔遊びの映像鑑賞も歓声や笑い声が溢れていました。

都合にあわせ月1回開催する予定です。

一般参加者 10名



4点!!  
すごい!



うしゃつて  
うしゃつて...

## 紅葉山地域サロン

### ふまねっと体験会



10月11日(金)紅葉山地区からの要望を受け、ふれあいサロン主催、ふまねっと運動の体験会を開催しました。

15名の参加で最初は簡単な脳トレで逆さ時計を読んだり、ひらがなの穴あき問題をしたり。

その後はお茶会でリフレッシュして、いよいよふまねっとの時間です☆

清光園から備品貸し出しと山崎インストラクターにご協力をお願いしました。緊張気味の参加者もハイタッチに盛り上がってだんだんとリラックス。

たっぴりと無理なく運動した後は懐かし映像でゆったり過ごしました。

一般参加者 7名

## 若菜地域サロンに向けて～グループホームわかなカラオケ交流会



12月4日(水)カラオケ交流会をグループホームわかなで開催、生活支援サポーターが3名参加し手拍子をして盛り上げました♪カルタ読みのお手伝いもし、これからのサロン活動の第一歩となりました。

一般参加者1名、入居者9名



## 節分交流会～地域サロンわかな

2月3日(月)グループホームわかなで節分行事が行われ、地域のサポーターさん4名が参加。恵方巻作りや豆まきを利用者さんと共に楽しみました。自分達で作ると更に美味しく食が進みます☆協力してお雛様の設置もでき大満足の日、ぜひ今後も交流していきたいですね。

一般参加者1名、入居者9名



# ちょっとしたお手伝いのつづき…

## ゴミ出しボランティア

12月16日(月)から南清水沢地区で1件、ゴミ出しのお手伝い活動が始まりました。ご自宅からゴミステーションまでゴミ袋を運ぶお仕事です。2名のサポーターさんが週1回交互に担当。冬場はほんの少しの距離でも転ぶのが怖いとの依頼者さんは安心して生活できるようになりました👍



## 小学一年生いろいろな昔あそび体験



1月28日(火)小学校からのご依頼で清水沢近郊のサポーターさん12名が昔あそびアドバイザーとなり活躍しました。サイコロ作りを皮切りに、すごろくやおはじき、お手玉などに夢中！子ども達の集中力に驚いたり、笑い合ったり和やかです。給食も一緒に食べてふれあいが嬉しいひとときでした☆



夕張に合う理想の支え合い活動とは何かを模索しながら進めています。

合言葉は「ゆる～く楽しく！」

「とりあえずやってみよう！」

これからもよろしく願いいたします。