アクティブシニア等
活躍事例集
元気な高齢者の活躍の場をひろげるために

もくじ

page

1 概論「シニア活躍の地域づくりへ」

3 パネルディスカッション「アクティブシニアの活躍と目指すべき地域福祉」

7 事例01 せたな町×OMK6、シニア福祉サポートせたネット

9 事例02 妹背牛町×（特活）わかち愛もせうし

11 事例03 白老町×（特活）御用聞きわらび

13 事例04 釧路市×ラダー・クラブ、（特活）まなざしの和、さわやか健康サロン

15 事例05 北広島市にし高齢者支援センター×（特活）ゆとりの

17 事例06 （社福）苫小牧市社会福祉協議会×ふれあいサロンやまて

19 事例07 東京都八王子市×川口福寿草の会

21 事例08 滋賀県米原市×（一社）大野木長寿村まちづくり会、世継サロン

シニア活躍の地域づくりへ

北星学園大学名誉教授
まちラボSAPPORO代表
杉岡 直人

元気なシニアのいま

一億総活躍の先頭を切るのはシニア。いまや3500万人のシニアがこれからの日本社会を就労と消費の両面で支えていくことに。実際まわりを見回しても8割くらいは、元気（そう）な高齢者が。楽しいイメージが強調される余暇活動を満喫しているだけではなく、介護予防と健康寿命の向上を目指してラジオ体操やジョギングに登山にと身体を鍛えている人は激増しています。栄養バランスに気をつけて男性も料理を楽しむ人が目立ちます。ネットでオンラインツアーへの参加、zoom会議あるいはユーチューバーとしてネット投稿を楽しむシニアもみかけられます。心身の健康を保持し、就業や地域貢献活動、文化・スポーツ活動等に多様な形で参加し共に支え合うシニア。確かに人生100年時代が到来しています。

フィットネス倶楽部（鷹栖さつき会）

ところで、元気な高齢者は好きなように楽しく過ごしていて結構ではないか、といえばそうでもありません。あちこちにいろいろな人が生活している現実のなかで、皆がそこそこ楽しく元気に生活していなければ、お互いに幸せにはなれないのが集団生活を送る動物としての人間社会です。

例えば、①誇りと生きがいをもって心身の健康を保持すること、②就業や地域貢献活動、③文化・スポーツ活動などの多様な社会活動、④住民が共に支え合う仕組みを考えてみます。そこには、どこかで必ず他者とのつながりが必要となります。そこでは「人の役に立ちたい」というニーズの把握と情報収集や地域活動を推進するリーダーの存在等が不可欠です。

シニアの参加を促すためには、退職前・退職直後のタイミングで呼びかけることが大事です。そのメニューには、自己研鑽は自分で取り組む、集団に参加して仲間とともに活動するなら、どう取り組んだらいいのかという視点が必要となります。シニアの地域活動を促す行政としては、一定の情報提供の役割を果たす上で、「セカンドライフ」の場を考えることや「多世代交流」の場を考えることは欠かせません。それらを、ムリのない活動の継続として、身の丈にあった継続する活動スタンスや活動メニューの設定とサポーターの確保あるいは会場と活動資金の確保などが考えられなくてはなりません。

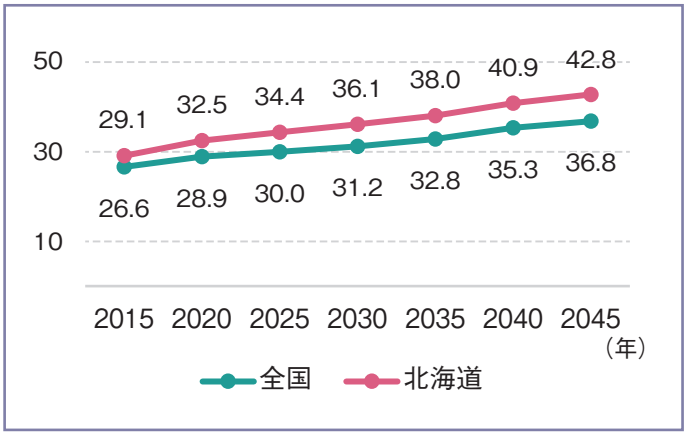


図　高齢化率の推移（単位：%）
「日本の将来推計人口（平成29年推計）」（国立社会保障・人口問題研究所）より

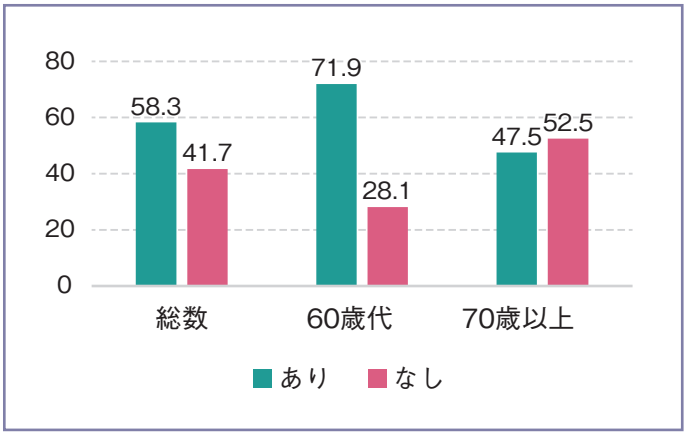


図　60歳以上の社会活動の状況（働いている・何らかの活動を行っている＝あり、いずれも行っていない＝なし）（単位：%）
「平成28年国民健康・栄養調査報告」（厚生労働省）より

自治体を動かすシニアへ

しかし、行政からの情報提供を待っているだけではシニアの活躍の道は開けません。そこで、①地域で仕事を含めて社会貢献活動をしたいというニーズを自治体につたえること、②多様な雇用の受け入れ側とシニアをマッチングする重要性を自治体に理解させること、③非営利の中間支援組織の設立と運営に参加し行政に働きかけること、④多様な雇用形態を開発してきた障がい者就労に学びマネジメントを担うシニアを支えること、が必須となります。仲間とともに雇われない働き方を実現していく上で、地域社会での活動は重要であり、奇しくも2020年12月4日に国会で協同労働の働き方を可能とする労働者協同組合法が成立し、新たなシニア参加のツールが誕生しました。多様な活動に参加するシニアは、高齢化が進む日本において21世紀型の公民連携をリードする担い手となります。

朝市（鷹栖さつき会）

アクティブシニア等活躍支援事業パネルディスカッション
「アクティブシニアの活躍と目指すべき地域福祉」

2020年11月18日 14:00-16:00

【コーディネーター】 杉岡 直人 氏（北星学園大学 名誉教授）
【パネリスト】 梅澤 美幸 氏（（社福）鷹栖町社会福祉協議会 事務局長）
澤出 桃姫子 氏（日常生活支援あつべつ・たすけ愛ふくろう 代表）
富田 彰 氏（（社福）北海道社会福祉協議会 事務局次長 兼 地域福祉部長）
星 貢 氏（（特活）御用聞きわらび 理事長）

杉岡： 今日は住民総参加のまちづくりや地域の支え合い活動の中心となっているアクティブシニア（元気な高齢者）の活躍の場を、さらに拡げていくにはどうすればよいかということについて、お話しいただきたいと思います。
最初に、星さんには役場の早期退職者としての創意工夫についてお願いします。

星 ： 介護保険の負担を増やさず民間の力で高齢者のニーズに応えようと、白老町でNPO法人御用聞きわらび（以下、わらび）を立ち上げました。

星

わらびの目的は、アクティブシニアを担い手とした介護保険外サービスの提供展開です。担い手の多くは年金受給者で、小遣いを稼げて、地域のために何かをしたいという方が約30名います。利用者は約350名（約300世帯）、常勤スタッフ約2名で事業を進めています。
わらびの代表的なサービスは福祉有償運送です。介護保険外となる通院以外の送迎を行おうと始めましたが、要支援者の通院利用が多いです。始めたきっかけは、ある地区から年金を下ろすためにタクシーを利用すると往復で約5,000円（当時）かかるという声を聞いたからです。
もうひとつの主要な活動は引っ越しです。独居の方が公営住宅等を退去して施設に入る際、原状回復のために掃除などを完璧にすることは難しいです。そこを何とかしようと事業許可を取りました。また、一般廃棄物処理業（ごみ処理）の許可も取って事業をしています。

杉岡： 経営面と、みんなが頑張れるようになるために、行政に求めたいこと等について教えてください。

星 ： わらびは白老町全域でサービスを展開していますが、基本は1時間1,200円です。（許認可の関係で福祉有償運送と引っ越しは除く）料金から最低賃金を何とか払っていますが、交通費までは払えていません。僕と副理事長は時給280円くらいです。
実情を話す機会があり、厚労省等から運営補助の話を頂いたこともありましたが、介護保険会計から捻出すると介護保険料が上昇しますからお断りしました。現在、白老町の事業補助は頂いています。要支援の方を買い物支援すると町から1回200円の助成で、年額約60万円頂きました。それでも足りないため、1回250円の助成になりました。これは、通院等乗降介助料の1/4なので、介護保険に影響のない限界の金額だと思っています。役場が気を遣って値上げしてくれたので助かっていますが、個人的には自分の賃金を70歳になるまでに最低賃金をもらえるようにしたいです。

杉岡： 次に澤出さんから、「わ・わ・わ あつべつ」で展開されてきた、地域における支え合いの場の創出についてお話しいただきたいと思います。

澤出： 私は札幌市厚別区で活動しています。1999年にボランティア団体を立ち上げ、翌年、介護保険事業を始めました。活動を厚別区に限定することで、住民とたすけ愛ふくろう（以下、ふくろう）のつながりに気を配ってきました。介護保険事業と異なり、住民とのネットワークづくりはなかなか難しいため、町内会の人たち等が直接相談に来られるような場所として、2013年にある企業のご協力により、「わ・わ・わ あつべつ」を旗揚げしました。

澤出

また、退職者の活躍の場として、空き家を借りて設けた「わ・わ・わ あおば」という拠点で開いている地域食堂を連合町内会の応援で運営することになり、手打ちそばの売り上げ1杯100円をふくろうに寄付する仕組みを作ってくれました。
課題はこの活動の維持です。地域やプロたちをつなげて頑張ってきましたが、札幌市は総合事業

のB型・D型をやっていないので、白老町は素晴らしいと思いました。

杉岡： 厚別区の中で仲間づくりをしてきた点について、もう少し詳しくお伺いします。

澤出： 様々な機関団体の代表で構成されるあつべつ区民協議会に参加していますが、ここでは年に2・3回話し合いの場があります。20年も経つとみんな顔見知りになってきます。

また、地域包括支援センターとふくろうができた頃、社協を加えた3者によって関係者同士がつながりました。このネットワークにより、オレンジサポーターあつべつのパンフレットを区内全町内会に回すこともできました。

ふくろうには、無理せず特技を活かして社会に役立ちたいという有償ボランティアスタッフがいます。収入の多い人で3～4万円くらいですから、お金に困っている人にはもっと稼げる事業所等を紹介しています。

杉岡： 担い手の見つけ方や、マネジメントのポイントはどんなところにあるのでしょうか。

澤出： 「（将来）利用する人にもなるので、一緒にやりませんか」ということです。町内会にも「自分たちの地域は自分たちで（守りましょう）」と話しています。あとは、社協や町内会、民生委員等からの紹介です。

杉岡： 鷹栖町は町民の健康づくりを積極的に進めてきました。梅澤さんには、そのような中での住民総参加を促進する取組みや、支え合いの内容についてご紹介いただきたいと思います。

梅澤

梅澤： 鷹栖町は人口7千弱、高齢化率34%の町です。当社協では介護保険事業は行わず、公的サービスの隙間を埋められるような事業に取り組んでいます。「ここ（鷹栖）で最期まで暮らし続けたい」という住民の願いを叶えることを使命としています。

そのためにはニーズ調査を行い、住民の声を大事にします。また、住民に未来を考えてもらうと、必ず行動に移す方が生まれます。しかし、住民だけでの活動は難しいので、社協が支援するいろいろな仕組みを作っています。

まちづくりを支えているのは高年齢者です。後期高齢者が増える2025年問題は、地域で活躍する人が増える好機と考えています。

その一方、後継者問題があります。今の若い世代には地域の活動が見えづらくなっています。人はふつう支えられる側になることを好みません。しかし、支えられる側となったときの安心のために活動したいと思ってもらえるように、若い世代も巻き込んだ住民総参加型の活動にする必要があり、そのための情報提供が大切だと思っています。

コロナ禍では、今までの地域活動がとてもしづらくなりましたが、感染リスクなどの責任を全て負うことが「大きな負担」という意見から、行政や社協が一定の責任を持って一緒に活動するようにしたところ、新たなつながりを目的としたお弁当の配食サービス等の活動が生まれ、地域振興にもつながっています。

これからは、高年齢者にとってもいろいろな形の対価が生まれ、達成感が得られるような仕組みづくりも行っていきます。

杉岡： 出番を多様化することでみんなが参加できる仕組みを、社協にうまく位置付けることが重要ですね。続いて富田さんには、道社協の基本的な考え方と、市町村社協の支え合いの進め方の経過について、ご紹介いただきたいと思います。

富田

富田： 道社協では、ボランティア活動の支援としてボランティア・市民活動センター等の組織を構え、全道イベントや道内各地区でボランティアの

交流等の場を提供する事業を行っています。
市町村社協のボランティアセンターに登録されている数は、約1.35万人・約4千団体（構成人数約12.3万人）ですが、団体に新しいメンバーが入ってこないという課題があります。
また、ボランティアセンターを設置している市町村社協は154か所で、センターは無いが同様の機能があるという社協が11か所です。昨今、有償のボランティア活動も増えていますが、社協が携わっているボランティアの方々は無償活動が多い印象があります。
高齢者の地域活動としては、北海道長寿社会推進センター事業を展開し、高齢者の社会参加や健康づくりの支援や助成金による活動グループづくり等を行っています。課題は1～2年の助成期間が終わると活動資金が枯渇してしまうことと、高齢の方々には助成金の申請事務が意外に負担になることです。活動歴の長いところは、資金など、何らかのサポートを受けているという印象を持っています。
地域福祉の推進としては、住民を主体とした小地域福祉活動を市町村社協と共に取組んでいます。104社協で小地域ネットワーク活動という顔の見える範囲の見守り・支え合うような事業と、134社協で地域の中で集まれる場を作っていくサロン活動を中心に行っており、これからも各社協と共に進めていきます。
また、市町村社協には生活支援コーディネーター（以下、生活SC）を配置している社協が、平成31年4月現在、第1層で87か所、第2層で24か所あります。
特に社協には、先駆的な取組みや制度の隙間を埋める取組を期待されていると思っています。

杉岡： 民間福祉をリードする役割を果たしている道社協において有償ボランティアの推進が難しいとなると、北海道全体でどうイメージを描けばいいのか悩ましいところですね。

杉岡

まとめとして、シニアが参加・活動しやすい体制にするための課題と具体的な方策についてお聞きしたいと思います。
白老町ではどんな課題があるのでしょうか。

星　： マスコミなどの記事は影響力と信頼度が高いので、僕は新聞社を回り、わらびが目指していることやアクティブシニアが高齢者をサービスして喜ばれていることを説明して回り、報道してもらいました。その後、保健師等から仕事の依頼が増え、記事を読んだ高齢者が安心して利用してくれました。スタッフ集めも同じですが、「稼ぎたい」人は僕らの趣旨とは異なりますので、そのような人が来てしまうことは課題かもしれません。
以前、テレビ番組で紹介された後に、全国から「許可の取り方を教えて欲しい」という問合せが増えましたが、必要な許可を取ることが拡がり方のポイントになるのかもしれません。

杉岡： 稼ぎたい高齢者は、仕事を見つけづらいのでしょうか。

星　： 既存団体が生活支援の分野に参入し、高齢者に紹介する業種を増やす必要性があると思っています。それにより、経営的に厳しくなったとしても、資金調達をしっかり行えば、利用者もスタッフも自ずとついてくると思っています。

杉岡： スタッフを増やさなくてもよいのでしょうか。

星　： いいえ、草刈りや除雪は困っています。僕は助手席にスコップを積んで福祉有償運送の空いた時間に除雪をしています。白老は雪が少ないですが重労働で、氷割りはさらに大変ですから、無償では無理だと思います。せめて、保険料や交通費負担等の支援があればと思っています。除雪の決算はずっと赤字ですが、やめられません。約130名の利用者は生活保護受給者で、値上げをしたら事実上サービスを利用できません。福祉有償運送では町内で値上げした事業者がありますが、わらびはいくつかの理由で値上げできませんでした。

杉岡： 社協やNPO等の連携があるとまた違うと思いますが、澤出さんのところでは困りごと相談の割り振りなどの調整をしていますか。

澤出： ネットワークがあることによって、うちで対応できないところは他に紹介することができています。
アクティブシニアの活躍の場は、マネジメントが重要で、自分の力を貸そうという人たちを守ることも必要不可欠です。
行政からお金をもらわずに続けることは不可能ですが、支援がないので、ホームヘルパーノアが家賃としてふくろうに年間約90万円を10年間支援してきました。一方、行政の社会的資源が余ってきますから、施設などを提供していただける

と、もっと活躍したいという方たちが活動しやすくなると思います。

星　： 施設の利用については、施設管理者が免除規定を概ね設けていますから、制度を作って申請すればできますし、施設を無料で貸すことは、管理条例で記述すれば可能になります。
また、国はB型・D型の制度を作ればお金を出しますので、役場に話をして、３年前に「白老町住民主体による訪問型サービス事業実施要綱」ができました。要綱は、法務能力の高い職員が一人でもいれば作ることが可能だと思います。

杉岡： 法務能力のあるアクティブシニアに地域をサポートしてもらうことも必要ですね。

梅澤： 鷹栖町にも助け合い活動のNPO法人ができましたが、知名度が低くて苦戦しています。その方々の思いや必要なことを行政に訴えていくことに社協の存在意義がありますし、それにより行政もそこに向き合い始めると思っています。ネットワークづくりは、誰かが担わなければ点から面へと拡がりません。

杉岡： サポートする側が組織を動かすノウハウを持ち、支援の仕組みを作ることが重要ですが、アクティブシニアの受け皿は、各地域に支援のプラットホームを作ることが必須です。一方、web上にアクティブシニアの活躍がたくさん出てくれば、惹きつけられるのではないかと思っています。最後に提言的なことを含めて一言お願いします。

梅澤： 今夏から高年齢者の就労に力を入れました。みなさん、それぞれの得意分野で活躍できる場が偶然就労の場であり、いつまでも社会の一員でいたいという思いを感じました。

杉岡： 働きたい人は日々出番を求めているはずですから、働けそうな場所を作ることは重要です。澤出さんはどうでしょうか。

澤出： 今日はコンプライアンスの必要性と、支援を必要としている人に補助の仕方を伝える工夫が必要だと思いました。私自身も過去の経験を踏まえて、各種制度を取り入れていきたいと思いますが、自治体の人たちも自らを見直していただき、制度を活用する仕組みをわかるようにして欲しいと思いました。

杉岡： 富田さんから、できては消えるボランティア活動を元気にするためのご提案等はないでしょうか。

富田： 福祉色を出さないボランティア講座を企画し、今までとは違う方々が参加してくれたという話を全国社協の会議で伺いました。社協は福祉ボランティアが中心でしたが、住民は考えや興味も様々ですから、社協としてもう少し対象を拡げて考え、福祉を啓発していこうと思います。

杉岡： うまく社協や行政を使う仕掛けを、社協自身が考えていくことが大事かもしれません。社会福祉法人は事業をしやすい部分がありますので、幅を拡げていって欲しいと思います。星さん、最後に一言お願いします。

星　： 生活SCには問題点が２つあります。それは、生活支援サービスの開発と、ニーズとサービスのマッチングです。これらは事業者が主体的にやるべきことです。本来すべきニーズ調査ができていないので、多くの調査結果には介護保険でできる生活支援しか書かれていません。入院した独居の方に必要なものを届けることは介護保険外ですが、ニーズは多いです。
高齢者ニーズに対応するために専門業者に依頼することもありますから、アクティブシニアも福祉とは関係ない分野の人が必要です。白老では民間企業を含めた担い手一覧を冊子で配布していますが、これを生活SCが更新しており、内容が充実しています。
生活SCの活動範囲は役場との契約の問題ですから、役場の生活支援に対する認識を高めなければ変わりません。多くの市町村で生活支援に対する認識が低く、担い手も狭い範囲で考えられていますから、行政が財源まで含めた具体的な計画を作ることが一番肝要だと思います。

杉岡： アクティブシニアが活動に入りやすくするためには、役所が窓口をうまく作れるかというのがポイントかと思います。生活支援においても、信頼できる輪を作って不正が起きないようなチェック機能も必要でしょう。
それではみなさん、ありがとうございました。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、無観客にて開催しました。

事例 01

せたな町

～輪になって つなぐ「せたな」の 夢未来～

せたな町のシンボル三本杉岩

町の素顔

人　口　7,625人（R2.9.30）
高齢化率　46.4%（R2.9.30）

檜山北部の日本海側に位置し、一級河川後志利別川が流れ、道南の最高峰狩場山をはじめとする山々が連なるなど、豊かな自然環境を有す。平成17年、3町の合併により誕生。

担当部署　せたな町保健福祉課・地域包括支援センター

事例に関するワンポイント

- 高齢者世帯に占めるひとり暮らしの割合：35.7%（平成27年）
- 要支援・要介護認定率：20.4%（平成29年）
- 生活支援ニーズは、「移送サービス」、「外出同行」の順に多い
- 多職種連携による課題共有や在宅医療・介護提供体制の構築を推進
- 条例等による介護保険以外のサービスも展開中

せたな町には介護・福祉の分野におけるスタッフの人材確保や財源の確保という課題があり、地域の中で住民同士が支え合うことで、安心して暮らせる環境を整備する必要がありました。一方、福祉サービス等について地域住民と行政が意見交換を行った「住民参加型高齢者生活支援等推進事業」（平成25年度:道補助）がきっかけとなり、サロン活動やお弁当配達サービスなど、各地区で住民主体の活動も見受けられるようになりました。

総合事業の見直し時に、生活支援を必要とする高齢者の日常生活を支援することや、住民主体のサービスを実施しようとするボランティア団体等への支援を目的とした「せたな町生活サポートセンター」を開設し、訪問型・通所型のサービスBに対しての補助を行うなどの支援を行っています。現在、同サービスは訪問型と通所型において各3団体が担っていますが、サービス単価等は支える側の善意に依存しないように各団体が運営費等の必要経費を賄えるように設定しています。

同町における生活支援サービスは、サービス提供側から利用者側への一方通行の関り方ではなく、アクティブシニアが利用者の生活を支援することを通じて「新たな生きがい」を生み出すことにつながることも期待しています。このように、住民が主体となった動きが活発化し、町と連携した取組みが増えてきていますが、「地域の支え合いの力を活かすことで、安心して暮らせるまちづくりを推進していきたい」（保健福祉課）と考えています。

サービス単価と利用者自己負担額

	サービス提供時間	サービス単価	利用者自己負担額（2割）
訪問型サービスB	30分未満	500円	100円
	30分以上～1時間未満	1,000円	200円
	1時間を超える場合	30分未満を1単位として500円を追加	サービス単価の2割
通所型サービスB	1時間以上3時間未満	1,000円	100円
	3時間以上～5時間未満	2,000円	200円
	5時間以上～7時間未満	3,000円	300円

OMK6（オー・エム・ケー・シックス）

代 表 者　大関 昭司
サポーター（団体構成員）数　7名
設　　立　平成29年

サービス中の一コマ

OMK6は平成29年から訪問型サービスBによる生活支援を行っています。団体名の由来は3組（6人）のご夫婦の姓の頭文字で、ヘルパー経験のある大関和子さんと10年以上一緒に仕事をした元同僚の計7人で活動しています。設立のきっかけは包括支援センター所長からの声かけで、元々地域で支え合いの活動が必要と感じていた和子さんは、ご主人（代表）らと共に団体を立ち上げました。

利用者は北檜山区に居住する70代後半から90代前半までの男女6人で、掃除やゴミ出し、買い物代行、簡単な調理などのお手伝いが中心になっています。1年間の利用計画を用意している方や「次、いつ来るの?」と言う方もおり、利用者ニーズの高さを伺い知ることができます。

「この活動は生活するための収入を得ることは無理だけど必要なもので、ヘルパーを利用する前段階」と和子さんは話します。介護計画に縛られるヘルパーと異なり、介護保険枠外のサービスを気楽に提供できることが魅力で、男性陣も大工や草むしり等で活躍していますが、ヘルパーと混同されているようで「仲間がなかなか増えない」（和子さん）のが目下の課題となっています。

シニア福祉サポート せたネット

所 在 地　久遠郡せたな町北檜山区北檜山267-1
代 表 者　道高 睦子
サポーター（団体構成員）数　8名

サロンに集うみなさん

せたネットが運営する「なごやかサロンすまいる」は、代表の夫で副町長経験者でもある道高勉さん（現・町議）が北檜山区市街地にある元旅館をサロンの場所として買い上げ平成27年に開設し、平成29年から通所型サービスBに移行しています。活動場所は台所等を含めて約150平米あり、特に冬季は維持が大変な部分もありますが、公共施設と異なり「自由度が高い」（勉さん）ことがメリットです。現在、3組（1組約10名）が週1回ずつ（月6回開催）、午前10時から約6時間（冬季を除く）、茶話会やミニ講和、カラオケなどをして過ごします。現在、ご夫婦を手伝うサポーターは70代が中心で、利用者は70～80代の女性が多くなっていますが、「年金の範囲内でフレイル予防になる活動を続けていくことが、町の将来のためにも重要」と勉さんは力を込めます。

また、サロン以外の活動としては、道社協の助成金を活用した「シニアカラオケ交流会」を毎年開催。歴代のグランプリが各地域に出向く慰問活動では、得意なことで拍手をもらい役に立っている実感を得ているそうです。今後の課題は「サロン等へ通う高齢者の移動手段の確保です」（勉さん）

事例 02

妹背牛町

～人輝き・笑顔あふれるまち・もせうし～

黄金に輝く稲穂

町の素顔

人　口　2,840人（R2.9.30）
高齢化率　46.6%（R2.9.30）

北海道では3番目に小さな山のないまち。季節による寒暖の差が大きい日本海側の内陸気候で、米づくりを主体とした農業が基幹産業。

担当部署　妹背牛町健康福祉課

事例に関するワンポイント

- 高齢独居世帯率：15.5%（平成27年）
- 要介護認定率：16.4%（平成27年）
- 高齢者の社会参加への意向は、参加したい・参加していないが半々
- 町内に介護事業所がない

通所型サービスBを始めたきっかけは、平成25年9月の「Aコープもせうし店」の閉鎖で、閉鎖後の空き店舗の利活用を関係各機関で検討したものの結論が出ませんでした。ちょうどその頃、妹背牛町社協が「地域福祉実践計画」（※1）の策定を行っていたこともあり、住民から「住民が集まる拠点にしたい」という意見が出されたことを踏まえ、町が旧店舗を改装し「わかち愛もせうしひろば」が誕生しました。また、拠点の運営については、有志やボランティアだけでは継続が難しいと判断され、集まった住民により（特活）わかち愛もせうしが設立されました。

同法人の最初の活動は、人が集まるためには食べるところが必要という視点から「わかち愛もせうし食堂」をオープン。徐々に人が集まるようになり、次のステップとして、住民自らインストラクター資格を取得して「ふまねっと」が始まるなど、現在に至っています。

当初、役場内では「国から『総合事業をやりなさい』と言われてもね…」というようなやや消極的な雰囲気があったものの、住民に通所型サービスBへの移行を打診し、共に勉強会を重ねていくうちに、役場もきちんと支援しようということになりました。同ひろば内にあるテーブルやソファなどの備品は、町内にある温泉入浴施設「ペペル」からの払い下げ品を利用していることも含め、「空き店舗の発生」、「住民からの発意」、「総合事業への移行期間」と重なったことで「非常にタイミングが良かった」（健康福祉課 河野課長）といえます。

また、同法人への助成金は年間約100万円で、町財政への影響はほとんどないことに加え、正確な要因は不明なものの「介護保険の負担が減っていることが確認され、通所型サービスBによる効果かもしれないので、今後精査したいと思っています」（同）高齢化率は今も上昇中ですが、状況によっては、来年（第8期）から介護保険料が下がる方向で改定される可能性があるそうです。

わかち愛食堂

（※1）地域福祉実践計画…社会福祉協議会が、住民主体により中長期の視点で策定する計画で、計画の名称は北海道独自のもの。

（特活）わかち愛もせうし

所在地　雨竜郡妹背牛町字妹背牛5200番地
代表者　水上　明
スタッフ数　21名
会員数　正会員21名
　　賛助会員　個人118名　団体17
会費　正会員2千円
　　賛助会員　個人2千円　団体5千円
事業規模（収入ベース）　3,164千円（平成31年度）
法人化　平成26年

旧Aコープ店舗だった外観

（特活）わかち愛もせうしは、前頁のとおり「わかち愛もせうしひろば」の管理運営を主体とする団体ですが、同ひろばを拠点に妹背牛の情報発信を行う「まちの駅機能の活用を図る事業」や交通安全運動期間中に実施する「地域の安全の啓発を図る事業」なども行っています。

最初に始めた「わかち愛もせうし食堂」（週1回）は、週替わり定食（500円）を提供しており、調理場の担い手は60~80代のボランティアです。

同ひろばで実施している通所型サービスBは、総合事業に移行する前と後では、利用者の延べ人数が約4倍に増えています。

利用者は、地域包括支援センターだよりや口コミ、他機関からの紹介等で増えています。作業療法士等の専門職の派遣を受けるとともに、社会福祉協議会のサロン等と共同での実施、ふまねっとインストラクターやいきいき百歳体操サポーターの協力で運営されており、新たに町内歯科医院との事業も平成29年3月に実施し、今後も継続することとなっています。

また、ひろばは道路側の窓が大きく、外から中がよく見えることもあり、「何かやってるね、参加してみたい」という声をお聞きすることがあるそうですが、他の地域のサロン同様に女性の利用が多く、男性の利用が少ない状況にあることから、ビールとおつまみを提供する「夕暮れサロン」を月1回開催し、男性の参加を促す工夫も行っています。利用者の自宅とひろばとの移動手段は、徒歩か、農村部に居住している人は定額制のタクシーを利用しています。

人材確保については、利用中から支援者になってもらえるような働きかけを検討するとともに、将来担い手が不足してくることがはっきりしているので、5年後、10年後の保険をかけているもりで活動しています。

わかち愛ひろばもせうしの様子

最近のひろばの利用状況

曜日	月	水	金
AM	総合事業（運動） （12~13名）	ふまねっと （約15名）	サロン 「ほっと茶屋」
11:30~ 14:00	食堂の営業		
PM	総合事業（交流） （12~13名）		いきいき 100歳体操
夕方	夕暮れサロン ※第3週のみ		

事例 03

白老町

～北海道にある、元気まち～

ウポポイ内にある国立アイヌ民族博物館

町の素顔

人　口　16,394人（R2.9.30）
高齢化率　45.6%（R2.9.30）

胆振総合振興局管内のほぼ中央に位置し、東西に長い町域が特徴。夏涼しく、積雪も少ない。2020年民族共生象徴空間「ウポポイ」がオープン。

担当部署　白老町高齢者介護課

事例に関するワンポイント

- 介護保険サービス以外で一番利用したいサービスは「送迎サービス」
- 地域活動に参加してもよい高齢者は半数を上回る
- 「地域ふれあいサロン」…生活支援コーディネーターが中心となり立ち上げ及び継続支援を行っている

白老町が訪問型サービスDを開始した背景には、「移動困難者への支援をどうするか」という課題がありました。町内では4事業所で福祉有償運送による通院送迎を実施している他、その内の2事業所では、買い物や役場・金融機関での用事足し等の送迎支援も行っています。訪問Bについても、すでに地域の困りごと支援として有料ボランティアサービスが展開されていたので、併せて実施することになりました。

同サービスは実施団体の要件として法人格を必要とすることや、最小限のサービス内容から始めるべき等の意見を踏まえ、平成30年に開始されました。実施するにあたって設けられた「白老町住民主体による訪問型サービス事業実施要綱」には、「軽度な支援を必要とする高齢者（要支援1・2、事業対象者）を高齢者自身が担い手となり、地域の介護予防を促進すること」が目的として記され、生活援助を提供する団体を町が選考・登録し、運営に必要な経費に充てるための助成金を交付するものとなっています。

令和元年度、Bは約30名、Dは約90名の利用者がいますが、この要綱は令和2年4月に一部見直され、Bでは法人格がない団体でも担い手になれるようになったほか、B・Dともにサービス内容を拡充、社会情勢に合わせ、助成額の見直しも行っています。

町では、今後も利用者に合わせたサービスの見直しを図るとともに、実施団体の担い手育成なども検討していきたいと考えています。

訪問型サービスB・Dの主なサービス内容　※**太字**は令和2年度に追加されたサービス

訪問型サービスB	訪問型サービスD
掃除（居室内、トイレ、家庭ごみの分別・整理・**廃棄**）／洗濯、洗濯物の乾燥・取り入れ等／ベッドメイク／衣類の整理／一般的な調理の援助等／買い物・薬の受取／日常生活に必要な屋内外の軽作業（電球の交換、**ねずみや害虫の駆除**等）／家具の移動、家財処分／生活支援に伴って行われる相談支援／除雪、氷割り／入院前後の荷物の準備・片付け、入院中の洗濯・買い物・自宅からの物品運搬／**外出時の安全な環境を確保するための草刈り、草むしり**	● 通院等をする場合における送迎前後の付添い支援（通院、日常の買い物、役場や金融機関等での用事足し、**墓参り、冠婚葬祭、病院、施設などのお見舞い、町外の通院のためのバス停や駅までの移動、理美容、入浴施設** ● 住民主体の通いの場や一般介護予防事業における送迎（一般介護予防事業への送迎、高齢者大学への送迎、住民主体の地域サロン等への送迎、**趣味や信仰の集いへの送迎**
助成額：（1件につき）30分未満300円 30分以上60分未満500円	助成金：（1件につき）片道300円・往復500円 任意の自動車保険料1台につき22,000円

（特活）御用聞きわらび

所在地　白老郡白老町東町3丁目10-8
理事長　星　貢
スタッフ数　約30名
会員数　386名（利用会員343名、協力会員（正会員）40名、賛助会員3名）
会費　2千円
事業規模　14,734千円（令和元年度・収入ベース）
法人設立　平成24年
※団体の立ち上げと運営については、パネルディスカッション（P3-6）もご参照ください。

高齢者買い物支援（福祉有償運送）

（特活）御用聞きわらびは、日常生活に不便を感じている高齢者や障がい者の方へサービスを提供する会員制の互助組織で、星理事長が白老町役場を早期退職後、介護保険サービスの隙間を埋めるべく立ち上げました。

現在、運営面では大変厳しい状態ですが、収益性のある貨物軽自動車運送事業（引っ越し）や一般廃棄物処理業（ごみ処理）などの許認可事業を行うことで、福祉有償運送をはじめとする収益性の低い生活支援業務をカバーしています。平成30年度の訪問型サービス助成金収入は約26万円となっており、貴重な事業補助となっています。

事業収入の一例（令和元年度）

事業名	受益者	事業収入
生活支援サービス（草刈・草取り・除雪・窓ふき等）	高齢者等201名	2,749千円
福祉有償運送事業	高齢者等164名	3,235千円
引越し・不用品運搬処分事業	高齢者等　28名	2,233千円
その他集積事業（会員外草刈り・インフォセンター管理・公営住宅等夜間・休日管理など）		2,893千円

さらに、「このまちのために」と星さんと同じ志を持ち、お小遣い程度を稼げれば良いという会員が一体となって、山菜の“わらび”が根を張るようにサービスを支えており、訪問型サービスB・Dは、屋内外の軽作業や除雪、通院や買い物などの送迎など、特に独居高齢者にとっては必要不可欠なサービスとなっています。入院中のサービスでは、特に独居の方が入院された場合、スタッフが留守中のお宅に鍵を開けて入ることもあり、利用者との深い信頼関係が築かれていることが垣間見えます。また、掃除については、白老町でも都市部と同じようにいわゆるゴミ屋敷が相当数あり、作業に2日以上かかることも珍しくなくなっています。

高齢者宅お庭の草刈り

ニーズが高くても収益の上がらない生活支援を行う理由のひとつとして、星さんは「高齢者の生活に『選択肢が増える』から」と言います。例えば、入院を拒んでいた理由が飼っている猫や花の世話ができなくなるからといった場合、「サービスを提供することで、身の回りのことを心配することなく入院できるようになります」（星さん）。依頼がなくても要望を伺いに来る地域の“御用聞き”を目指す同法人ならではのニーズの掘り起こしで、利用者が喜ぶ声に加えて、遠方の町に居住するご子息から「うちの親もみてほしい」という声も多数届いています。

事例 04

釧路市

～つながる まち・ひと・みらい
ひがし北海道の拠点都市・釧路～

黄金に輝く夕日と幣舞橋

町の素顔

人　口　166,089人（R2.9.30）
高齢化率　34.1%（R2.9.30）

北海道東部の太平洋岸に面した、2つの国立公園を有する水産都市。夏は冷涼な気候で、道外からの長期滞在者も多い。合併により平成17年に新生「釧路市」としてスタート。

担当部署　釧路市福祉部介護高齢課

事例に関するワンポイント

- 要介護認定者の割合：21.5%（令和元年度末）
- 要介護認定者数等に占める認知症高齢者の割合：約60%
- 介護予防の観点からアクティブシニアを重要なものと位置付け
- 地域全体で高齢者を支えるための「釧路市高齢者地域安心ネットワーク」を推進

道東の中核都市釧路市では、介護予防を目的とした「おたっしゃサービス」という名称の「通所型サービスB」が平成29年6月から展開されており、令和2年9月末時点で20団体32会場が登録しています。このサービス導入の背景は、高齢化率の上昇と、担い手の減少により介護サービスの専門職の増加が期待できないことから、多様な主体の多様なサービスを利用できるようにし、介護予防に取組むことのできる仕組みをつくっていこうという考えからで、そのサービスの概要は以下のとおりです。

通所型サービスB「おたっしゃサービス」概要

参加対象者	釧路市在住の65歳以上で、要支援認定者または基本チェックリスト該当者
参加費用	100円／回（食費・教材費等は実費負担）
サービス内容	場所：介護事業所の地域交流スペース、医療機関や店舗の空きスペース、地区会館、老人福祉センター等 内容：「運動機能向上の取組み（軽体操・ストレッチ等）」、「認知症予防の取組（脳活性化トレーニング、ゲーム等）」、「参加者同士の交流」 時間：1回あたり1時間以上（週1回:月4回程度）

また、補助金の交付申請については、次のとおりとなっています。

補助金の交付申請

基本補助	参加対象者1人1回あたり	200円
送迎費補助	参加対象者の送迎を実施する場合（1人1往復あたり）（往復タクシー利用時は利用者本人に補助）	300円
会場費	事業所以外の有料の会場で実施する団体の場合	1日4時間を上限として会場費の全額
	運営主体が保有する事業所や店舗の空きスペースなどの会場を利用する団体の場合の使用料（光熱水費等）	500円
	賃料が発生しない会場の場合	補助なし
専門職加算	マシンなどを利用して専門的な指導を行う場合、安全面に配慮し、必要な場合にはリハビリ専門職または看護職を配置した場合1回あたり	500円

サービス開始から2年半で、実施会場数は約1.7倍、参加者数は約3.3倍に伸びていますが、今後も全小学校区へのサービスの設置を目指すとともに、校区内において徒歩で通えない方に対する通所方法も検討しています。

ラダー・クラブ

会　長　坂口 とし子　会員数　19名
スタッフ数　5名（スタッフ兼役員・70代中心）

「ふまねっと」をする前の準備体操

同クラブは元々「ふまねっと」を行うサークルで、市から「おたっしゃサービス」への参加打診を受け、同サービスの実施団体になりました。昨年、前会長の退任を機に、サポーターの資格を持つ坂口さんが会長に就任。同サービスは約15人／回が月4回利用し、その多くは自分で車を運転して参加しています。コロナ禍以前は、第4週に調理とお食事もしていました。参加者の方々に「来るのが楽しみ」と言ってもらえる場所づくりを、これからも引き続き行っていくこととしています。

（特活）まなざしの和

理事長　島貫 こずえ　会員数　約20名
スタッフ数　10名　設　立　平成30年3月

ソーシャルディスタンスをとっての歓談

当初から地域食堂を開こうと考えていた島貫さんらは、地域食堂の視察を通じて「出張地域食堂」を開こうと法人を設立。市から「おたっしゃサービス」への参加依頼を受け、同サービスの実施団体となりました。同サービスの利用者は65～90歳で「まだまだ元気な人が多く」（島貫さん）、「私たちにも何かできない？」と言ってスタッフになる方もいて、厨房担当者の一人は90歳の女性です。利用者から「来るところがあって良かった」という声も多く、将来は多世代交流の場にするなどの夢も膨らんでいます。

さわやか健康サロン

会　長　高辻 邦子　会員数　55名
サポーター　8名　設　立　平成19年度

みんなで楽しく体操

同サロンは、高辻さんが「自分の足で通年通える活動場所があれば」との思いで立ち上げ、今では延べ1.7万人以上が参加。サポーターは高辻さんの思いに賛同した8名で、「サロンがボケ防止に」との声も。「おたっしゃサービス」を開始してからは会場費負担が減り、会費を下げつつも活動内容を拡げています。サロンでは体操等を行い「参加してくれる人がいることがうれしくて、やりがいを感じます」と高辻さん。会員は増加傾向にあるもののサポーターの高齢化が課題となっています。

おたっしゃサービス実施団体　（特活）グルスの杜あかん／（特活）和（なごみ）／（特活）桜が丘ひぶなクラブ／ラダー・クラブ／オリーブの会／（株）N3ライフ／（医）資生会 クリニック養生邑／（医）道東勤労者医療協会／わたすげ体操教室／（社福）釧路創生会／おたっしゃサロン共和／ほっとサロンわたすげ／花サークル すずらん／（特活）まなざしの和／（特活）縁 ゆめくらぶ／おたっしゃサービス 糸の会／ふまねっとぬさまい／さわやか健康サロン／（特活）わたぼうしの家／ふまねっと946　（順不同）

事例
05

北広島市にし 高齢者支援センター

所在地　北広島市大曲南ヶ丘1丁目1-5
受託者　医療法人社団 翔仁会
開設　平成18年

支援センターの外観

町の素顔

北広島市　人口　市全体58,150人　西地区20,932人（R2.9.30）
高齢化率　市全体32.4%　西地区25.8%（R2.9.30）

都市機能と緑豊かな生活環境を有する。札幌市と新千歳空港の中間に位置し交通至便。クラーク博士が「ボーイズ・ビー・アンビシャス」の名言を残したゆかりの地。

北広島市では、地域住民がともに支え合う地域づくりを進めるために、地域の課題を話し合う「第2層協議体」を市内に4か所ある地域包括支援センターに所属の生活支援コーディネーターが開催しています。その協議体の構成メンバーの一つとなっている高齢者支援センター（地域包括支援センター:市内4か所配置）のうち、「にし高齢者支援センター」は、札幌市清田区などと隣接し一番高齢化率が低い地区を受持つセンターです。

この地区は、市中心部に出るより札幌市清田区に出た方が交通の便が良いこともあり、市内でも比較的若い世代が多く住んでいますが、昔から住んでいる人も多く、世代間の調和が取れた地域となっています。何か困りごとがあっても「市役所にお願いするより、自分たちのことは自分たちで解決しようという人が多いと感じています」（佐藤センター長）。同市大曲を拠点として、地域の方々に活動の場を提供している（特活）ゆとりの（次頁）の代表者もそのひとりです。

センターを開設した頃から、ふらっと立ち寄ってくれる人が多く、何か困っていそうな人を見つけたら教えてくれる人もおり、「近所の人がしばらく外出していないようだ」と80代の方が教えに来てくれたこともあるそうです。そのような環境にあることから、他のセンターから「『にしはいいね』なんて言われることもあるくらいです」（同）

支援センターのみなさん

一方、総合事業のB型の導入については、住民主体の活動は多いもののサロン運営などをB型で行うと、要綱に縛られて運営が窮屈になることを懸念しています。このことに関しては、北広島市にあるサロンの運営に対する助成金（※1）の申請や報告書の作成が、住民にとっては煩雑過ぎるため改善を要望しているものの、簡素化に至っていないことなども関連しています。

また、アクティブシニアのすそ野を拡げることについては、キーパーソン・クラスを増やすことはなかなか難しいとした上で、「地域を見ていると何かできそうな人が点在していることがだんだんわかってきます。何か困っている人に、何かできそうな人を紹介してつなぐことで、点から面へと良い関係が拡がっていくことができるのではないでしょうか」（同）とヒントを示します。

現在、同センターの受持ち地区の高齢化率は低いものの、10年後は高齢化率が高くなることがほぼ確実となっているため、他の地区も参考にしながらさらに積極的に地域に入っていこうとしています。

（※1）**北広島市介護予防拠点助成金**…高齢者の「通いの場」を提供する団体に対し、1年度につき24万円を上限として助成金を交付。

（特活）ゆとりの

所 在 地　北広島市大曲緑ヶ丘5丁目12-1
代 表 者　開発 好博
スタッフ数　約20名
会 員 数　約40名
会　　費　入会金2千円　年会費3千円
事業規模（収入ベース）　135千円（平成30年度）
法 人 化　平成28年

地域のあそび場ゆとりの入口と
ゆとりのボーイ

団体が設立されるきっかけは、理事長の奥さんが、認知症の人の傾聴や介護予防のボランティアとして地域の高齢者支援センターとともに活動している中で、地域の高齢者が気軽に足を運べる場所があったらいいねという話から。そんな地域の声に応えることを模索している内に、自宅開放を思い立ち、具体化に動いたことによります。

活動の拠点となった場所は、開発理事長の実家がかつて酪農を営んでいたことから、自宅や倉庫、家庭菜園など十分な広さがあり、約471坪を全面に開放することにしました。屋内（部屋ごとに特徴のある9つの活動室）はもとより倉庫（木工や冬の椎茸栽培など）、庭（芝生にピザ窯、燻製窯、木登りができたりスラックラインのできるスペースも）、畑（各種野菜や果実など）などを使って様々な活動の展開が可能になりました。具体的には、季節的な活動として「百人一首」などがあり、通常は「百歳体操」「ふまねっと」「脳トレ」「絵本の会」「麻雀を楽しむ会」など。企画ものとして「バルーンアート」「篆刻の会」大学と連携した「バーチャルボーリング」「スラックライン」など。平均年齢70歳ほどのスタッフによる「カフェゆとりの（毎週木曜日）」なども行っていました。スタート当初は「百歳体操」「ふまねっと」の介護予防を意識した活動でしたが、その他の活動は参加者や会員などから「やってみたい、あったらいいね」という声を吸い上げる形で具体化し、利用している方々の気持ちを大事にしてきました。コロナ禍の影響を受けて3ヶ月近く活動を休止していましたが、再開を望む声を受けコロナ禍の対応を工夫して「百歳体操」「ふまねっと」から、さらに「脳トレ」「絵本の会」などを順次再開して現在に至ります。利用者数は平時であれば月300人以上ですが、現在は月約200人程です。スタートした当初、ボランティアで関わっていた人たちや支援センターなどからの発信の口コミで利用者が増加してきました。利用者は原則徒歩圏内ですが、自転車やバスなどで楽しみに来て下さる方も。また、利用者の9割は女性で、男性を増やすことが課題です。

楽しくふまねっと

運営面においては、玄関のバリアフリー化工事、保険料補助など北広島市から、その他北海道社会福祉協議会からの助成など受けていますが、土地住宅等の固定資産税や冬期間の光熱費、修繕代などはまだまだ個人負担となっているのが現状です。理事長は令和2年3月で定年退職等で同法人に専従できることになったので、野菜作り、お知らせ文書作成、木工等多忙の充実した毎日です。

まだまだ理事長夫妻が活動の核として取り組んでいますが、会員の中から活動のリーダーとして活躍する人たちが育っていて法人として形ができつつあるようです。法人としてはまだまだ整備しなければならないことがたくさんありますが、コロナ禍の今は、じっくりコロナ禍後にむけての準備に余念がありません。

事例
06

（社福）
苫小牧市社会福祉協議会

担当部署　地域福祉課地域福祉第1係

社協事務所のある市民活動センター

町の素顔

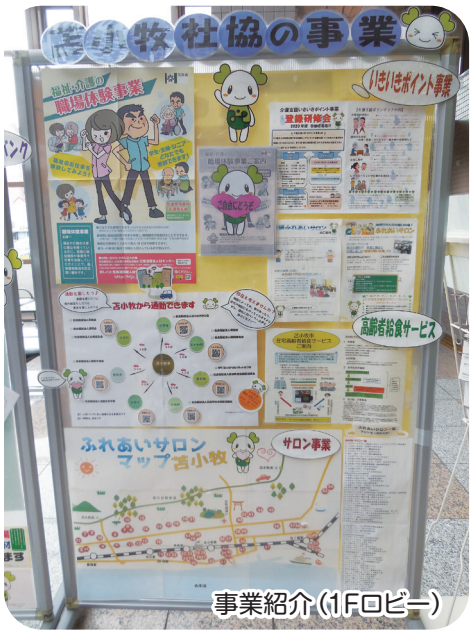
苫小牧市　人　口　170,370人（R2.9.30）　高齢化率　29.31%（R2.9.30）

苫小牧港と新千歳空港のダブルポートを擁する交通至便な工業都市でありながら、樽前山とラムサール条約湿地指定のウトナイ湖がある自然豊かな都市。

苫小牧市内でのサロンの開設は、平成21年4カ所からのスタートで、平成23年度に苫小牧市が重要課題として掲げた「みんなでふくし大作戦」（※1）にてふれあいサロン事業を市民へ広げようと提案し、苫小牧市長を交えたふれあいサロン運営者交流会が行われました。34か所（平成29年）と比べ、現在は68か所と倍増しています。ただし、1つの町内会に2つ以上のサロンがある町内会がある一方で、活動場所となる会館のない町内会があることから全84町内会にサロンを開設できないため、サロンのある町内会は約半分程度にとどまっています。

サロンが増えた理由としては、町内会の会館などを利用し、必要なものをそろえてすぐ開設できるようにした社協の出張サロンで、サロンの開設が容易になったことが考えられるものの、サロン開設に対する助成はサロン保険のみとなっており、ここまでサロン数が伸びたのは「市民のみなさんの力が大きい」（千寺丸係長）としています。

各サロンの様子は、どのサロンもおしゃべりを遮らないと入れないほど楽しそうな雰囲気で、利用者は圧倒的に女性が多くなっています。男性限定の燻製づくり初級編（参加費500円）では、定員超の18名が参加され、男性が参加しやすい内容も試行されています。また、独居の高齢者も多いので、もっと気軽に参加できるように工夫していく予定となっています。



事業紹介（1Fロビー）

キーマンとなるアクティブシニアの発掘について伺うと、「サロンの運営をはじめ、地域のために何かしてくれるキーマンはどこにでもいます。どこにでも顔を出すようにすると、何とかしてくれる人がいて、何かしてくれそうな人を自然に見つけられるようにもなります」（同）さらに、ボランティアセンターが催したセミナーの参加者同士のつながりなども大事な要素となっています。

コロナ禍での活動においては、市営住宅の花壇づくりなどは屋外活動なので良いと思われるものの、各老人クラブがやる気満々で毎年行われるコンテストも今年度は中止になるなど、厳しい状況が続いています。現在、サロンの内容は触らないレクリエーションや体操がメインになっていますが、社協職員が100円均一ショップで集めたグッズでゲームを考案したり、毎月1回脳トレの冊子を4,500部程手づくりして配布するなどの努力と工夫を重ねています。

（※1）苫小牧市では、毎年、市政の重要課題などにまちぐるみで取り組む「大作戦シリーズ」を実施

ふれあいサロンやまて

代 表 者　平間 敬子、山谷 寿郎
参加世帯　市営住宅170世帯
参 加 費　無料（月1回開催）
開　　設　平成30年9月

カードゲームで頭を悩ませている利用者のみなさん

苫小牧市内に68か所あるサロンのひとつ「ふれあいサロンやまて」（以下サロン）について、運営者のひとりであり山手地区の民生委員でもある山谷寿郎さん（小樽市出身）からお話を伺いました。

山谷さんはサロンとは別の社協で募集中の運転ボランティアにおいて、自身の参加に加え、複数名の運転ボランティアもコーディネートするなど、多方面で活躍しています。

サロンは、元々自主的にサロンを開いていたご高齢の方から、道具の持ち出し準備や運営費等が負担になってきたのでサロンを終了すると聞き「誰かがやってくれるのなら引き継いで欲しい」とのことで、山谷さんが引き継いで始めました。

サロンの運営にあたっては、運営費を自己負担とし、どこにも制約を受けず思い通りに運営できることが良いとしつつ、「社協が職員派遣等のバックアップをしてくれたことが大きく、サロンの開設に対しても人数などの条件によるしばりがなかったことも良かったです」とする一方で、山谷さん自身も社協のパンフレットを戸別配布するなどサロンのPRを行い、さらに毎回電話による案内をしたそうです。

また、自治会長が代わってからサロンの開催に好意的になり、飲料などの差し入れを提供してもらえるなどの協力もあり、自治会ではそれまでになかった盆踊り会やクリスマス会を開催しサロン利用者の多くが参加するなど居住者と自治会との連帯感が生まれ、10名足らずでスタートした参加者も20名以上に倍増するなど地域住民の交流の連鎖ができつつあります。

隣近所で付き合いのなかった人が、お互い顔の見える関係になるなど、民生委員の活動にも良い影響が得られるようになり、「参加費無料で利用者の満足度が高く、『楽しかった』と言ってもらえることが何よりうれしいです」と明るく話します。

「昔は自分自身のことで精いっぱいで他人のことなど考えられなかった」とも話す山谷さんですが、赤十字奉仕団に入団してから奉仕の精神が芽生え、何かしたいけどなかなか一歩を踏み出せない人がいる一方で、負担にならない範囲で何かしたいという人も多いと感じられています。

近年、社協は生活支援コーディネーターが配置されてからさらに相談しやすくなった分、業務増大により以前より大変そうに見えることから、「今後はサロンの運営に関して社協への依存度を減らしたいと思う一方で、マンネリ化防止や各種情報提供を得るためには、今のままで良いかとも思っています」と胸中を語っていただきました。

輪投で体をほぐし楽しんでいるみなさん

事例 07

東京都 八王子市

～あなたのみちを、あるけるまち～

高尾山ケーブルカー

町の素顔

人　口　561,872人（R2.9.30）
高齢化率　27.20%（R2.9.30）

東京都心から西へ約40kmに位置する東京都初の中核市。21の大学を抱えた学園都市として発展中。姉妹都市のひとつに北海道苫小牧市がある。

担当部署　八王子市福祉部高齢者福祉課

事例に関するワンポイント

- 要支援･要介護認定者の割合：18.7%（令和2年9月末）
- 生活支援提供団体の利用者：80歳代と介護保険認定者がそれぞれ5割以上、生活に安心感が得られている方が6割以上（平成28年度）
- 地域の活動を尊重し、その活動を阻害しない柔軟な支援制度

平成29年度から住民主体による訪問型サービスを本格実施している八王子市では、現在29団体が活躍し、年間6千人以上（令和元年度）がそのサービスを利用しており、将来的な高齢者人口の増加と地域で起こり得る多様な課題に自ら“備えるための地域づくり”を住民主体による活動支援の視点として取組んでいます。そのため支援内容等を行政側の枠にあてはめるのではなく、「困っている住民がいれば、自分たちができる範囲で、できることをする」という実践者の意見を基に、「自分でできる範囲を広げる」、「高齢者が地域とつながる」、「今の活動が継続できる」といった3点から、利用者個人を支援するだけではなく、「自らも参加しやすく、かつ団体が継続し活動できる仕組み」の構築を目指しています。

そのために設けられている補助制度は、サービス提供団体の活動を尊重し、その活動を阻害しないように支援が行われていることが大きな特徴で、サービス内容についても多様な困りごとを支援するためにその内容や利用者負担を各団体に委ねることで、柔軟な支援を実現しています。

補助制度には、団体と市等とを調整する助け合いコーディネーター（※1）への「人件費」（上限3万円／月･使途不問（食糧費、工事費等を除く））を基本とし、家賃や自動車等への「賃借料」（上限2万円／月）、担い手の「介護予防」を目的にした事務費の加算（上限1～2万円／月。従事者数により変動）があります。

これに加えて、令和元年度から事務費として「地域課題チャレンジ加算」と「通いの場加算」の2つの加算枠（いずれも上限1万円／月）が設けられ、活用効果を踏まえ、より良い制度の検討が続けられています。なお、これらの加算額は上限5万円／月となっています。

地域課題チャレンジ加算と通いの場加算の活用例

散歩道に休憩できるベンチを設置／救急医療カードの作成･配付／認知症の方の居場所づくり／社会参加のための街の花壇整備／大学と連携した脳トレツールの活用実験

また、活動団体が補助制度を活用する準備段階から生活支援コーディネーター（以下SC）（※2）が関わりを持ち、地域ニーズを取り入れた継続的な活動となるよう伴走支援を行うほか、助け合いコーディネーターとSCが連携し、地域の課題解決を図るなど、生活支援体制整備事業と連動した取り組みとなっています。

（※1）助け合いコーディネーター…サービス提供団体のスタッフの中から1名を指名し、主に市や地域包括支援センター等との連絡調整を行う。SCの第三層的な役割を期待。
（※2）SC…八王子市のSCは、第一層が高齢者福祉課の職員等、第二層が市社協の職員。

川口福寿草の会

所在地　東京都八王子市川口町1473-7
代表者　白鳥 信行
スタッフ数　31名
利用料　1時間500円
設立　平成30年

「ちょこっとベンチ」とスタッフ

八王子市北西部に位置する川口町に拠点を置く川口福寿草の会は、拠点周辺地域を中心に活動を展開しています。地域の高齢化が進むなか、高齢者が少しでも安心して生活ができるよう、住民同士でお互い様の助け合いができないだろうかという地域内での会話をきっかけとして、活動が始まりました。団体の立ち上げ当初は、生活支援の依頼は少なかったものの、利用された方々の口コミや町会の協力を得てチラシを配布するなど、PR活動を積み重ねたことにより徐々に活動が浸透し、現在では月に延べ100件の活動を行っています。70代のスタッフを中心に80代までのスタッフが活躍し、その3割は男性です。

同団体が行っている生活支援は、掃除、外出付き添い、軽作業等、多岐に渡り、地域住民から直接の依頼のほか、地域包括支援センターとの連携により紹介される依頼（草むしり・家事援助など）もあります。なお、利用料は1時間あたり500円（1人）（材料費は実費負担）です。

生活支援における活動内容（川口福寿草の会）

掃除	室内清掃、室外清掃、庭作業（剪定・草取り）、家具移動、窓ふき
洗濯・調理	洗濯、調理
外出付き添い	買い物付き添い、買い物代行、通院・散歩付き添い、車を利用した外出付き添い
見守り	見守り・傾聴、安否確認
その他	軽作業（家具修理、電球交換、裁縫等）、PC等操作補助

生活支援以外の活動としては、地域交流の場づくり（第2日曜日:麻雀、第3金曜日:カフェ、第3土曜日:サロン（食事、脳トレ、出前講座））を実施しています。※新型コロナウイルス感染症により4月から休止中。

また、企業との連携により、民間企業所有の空き地を活用し、ひと休みできる『ちょこっとベンチ』を製作するなど、地域住民が立ち寄れる場づくりにも取組んでいます。八王子市のホームページ（https://www.city.hachioji.tokyo.jp/kurashi/welfare/001/houmon_b.html）では、東京造形大学（市と包括連携協定を締結）と連携し、大学の持つ専門性を活かした地域活動紹介動画を制作し公開しています。

八王子市で訪問型サービスBを実施している全団体

いきいきらいふの会／（特活）めじろむつみクラブ（MMC）／（特活）長寿社会を考える会／片倉台福祉ネットワーク／絹一ふれあいネットワーク／ハッピーステーション きよぴー／どんぐりの会担い手サポートセンター／きたご助け合い活動（互助ネット）／めじろ台安心ねっと／ティータイム「頼もう会」／川口福寿草の会／いきいき支援クラブ／（特活）小津倶楽部／川口ブラボークラブ／「つくしの会」／フキノトウ／バラエティクラブ八王子／高尾台自治会高齢者支援連絡協議会／ハモニカ／ネットワーク ふぁいん美山／おだのみや会／みんなの居場所「暖炉」／TID お助け隊／ふれあい タッキー／北野台助け合いほっとライン／館ヶ丘自治会／たまり場「諏訪荘」／ホーメストタウンおたすけ隊／南大沢お助けクラブ

※**太字**は団体単独で動画が公開されている団体

事例 08

滋賀県 米原市

～ともにつながり ともに創る 住みよさ実感～

雪化粧の伊吹山と三島池

町の素顔

人　口　38,614人（R2.10.1）
高齢化率　29.35%（R2.10.1）

近畿圏における京阪神・東海・北陸の交通の要衝。琵琶湖と岐阜県に接し、伊吹山などがそびえる自然豊かなまち。平成17年に4町が合併して誕生。

担当部署　米原市くらし支援課

事例に関するワンポイント

- 高齢者のうち後期高齢者の割合：53.0%（滋賀県は46.9%）
- 要介護認定率：19.68%（令和2年）
- 高齢者単身世帯・夫婦世帯の割合は43.1%（増加傾向）

米原市では、ひとり暮らし高齢者の増加に起因するコミュニケーション不足や民生委員等の負担の増加、地域活動の担い手不足から、アクティブシニアに地域を支える主体になってもらおうと2年間のモデル事業を経て「地域お茶の間創造事業」を平成27年度に創設しました。

この事業は、「立ち上げ支援事業」「地域支え合い活動事業」「居場所づくり事業」の3つで構成され、事業により1団体あたり上限2～40万円／年を補助する仕組みとなっています。この事業に取り組まれている団体は35団体で、毎年少しずつ増加しています。実施主体となる団体（お茶の間団体）は、「自治会型」（※1）、「自治会承認型」（※2）、「独立型」（※3）の3つに分類され、自治会承認型であれば活動場所や地域行事などの面で自治会と連携がしやすくなるなど、それぞれ特徴を活かして活動しています。

地域お茶の間創造事業を構成する3制度の概要

事業名		内容	補助額等
立ち上げ支援事業		新たに本事業を実施する団体	1団体あたり上限20,000円／年（1回限り）
地域支え合い活動事業		●日常の生活支援 ●困りごとの支援	1団体あたり上限100,000円／年
居場所づくり事業（～いずれかを選択）	居場所設置事業	居場所の開設	1,000円／回（上限80,000円／年）
	介護予防活動拠点事業	＋介護予防運動	3,000円／回（上限240,000円／年） 隊員（※4）2名以上の配置
	地域まるごと拠点事業	＋見守りおよび介助等	5,000円／回（上限400,000円／年） 有資格者（※5）2名以上配置

（※1）　**自治会型**…自治会が主体的に実施
（※2）　**自治会承認型**…自治会で承認を得た任意団体
（※3）　**独立型**…（※2）以外の団体
（※4）　**隊員**…ご近所元気にくらし隊員。市が実施する同隊員の養成講座修了者
（※5）　**有資格者の配置**…介護職員初任者研修修了者または医療・福祉の国家資格者

(一社)大野木長寿村まちづくり会

所在地　滋賀県米原市大野木1090
代表者　清水 清市
会員数　約60名
会　費　なし
法人化　平成29年(設立:平成23年)

子どもたちとの交流

大野木区は、岐阜県との県境に近い人口約400人(高齢化率36.5%:平成30年10月)が暮らす集落です。限界集落に陥るという危機感から自治会主導で検討を重ねたものの解決には至らず、平成23年、有志により同法人の前身団体が設立されました。「地域の課題は地域で解決」などをはじめとする4つの理念と、田舎のしがらみを断ち切るための「インフォーマル」性、継続性を生むための「有償」性などの7つのこだわりを基に活動を展開しています。役員には、自治会役員と非兼務、10年間非改選という特徴があります。

ふるさとづくり大賞など、数々の賞も受賞されている活動は、軽乗用車主体の福祉有償運送に始まり、拠点の「よりどころ」(元空き家)における地域資源を駆使した商品販売を中心とした高齢者ビジネス、放置し続けると地域の衰退に拍車がかかる空き畑などでの野菜の栽培と収穫した野菜の提供など多岐に渡り、それぞれが結びつき相乗効果を生み出しています。

また、40~50代の住民による会議や中学生の里山体験などを通じて、次世代育成を行うとともに、今後は、地域で最期まで暮らせるようにと、看取りや葬儀まで手掛ける予定です。

世継サロン

所在地　滋賀県米原市世継572-5(世継会館)
代表者　北村 せつ子
会員数　25名
会　費　なし

棒体操や認知症予防の取組

世継区は、琵琶湖に面し肥沃な農地を有する地区で、約570名(高齢化率31.9%:令和2年)が暮らしています。80歳以上が非常に多く、地域内での安心した暮らしを実現するために設立しました。活動趣旨は、「居場所づくり」「日常不安の解消」「活動場所の提供」です。特に「活動場所の提供」は、アクティブシニアには自由に活躍できる場所が必要との考えからです。

お茶の間創造事業では、介護等の予防体操や配食サービスをはじめ、移動販売も行われるとともに、高齢者に限らず区民誰もが参加できるように配慮していますが、お茶の間に来れない人への対応を重要視しており、今後どのような支援を行っていけばよいか検討しています。

また、ボランティアの募集においては、「自治会内在住」「70才以上」「傾聴できる」「有償」「月1回から参加可能」「5つの条件を満たす人と個別相談」という要件を設けていますが、自由度が高く、担当ボランティアを記すホワイトボードには空欄がない程です。また、80~90代の元気な姿を見て、ボランティアへの参加意欲を持つという好循環を生むことで、同地区が未来永劫続くことを目指しています。

※区…行政区≒集落　各自治体によって異なる。自治体を構成する最少単位となる場合もある。

アクティブシニア等
活躍事例集
元気な高齢者の活躍の場をひろげるために

令和3年3月発行

北海道保健福祉部高齢者支援局高齢者保健福祉課
お問合せ　TEL 011-204-5272

- 本冊子に掲載の事例は、学識経験者等を委員とした「アクティブシニア等活躍事業 事例選定検討委員会」を設けて選定しました。
- 掲載内容は、取材時（令和2年11月～令和3年1月）のものです。