

平成 30 年度地域づくり支援セミナー 第 2 回講座録

日 時：平成 30 年 11 月 20 日（火）19:00～21:00

会 場：愛媛大学 社会連携推進機構 2 階 研修室

参加者：受講生 14 名（欠席 5 名）

スタッフ 愛媛大学社会連携支援部社会連携課 田中
松山市民参画まちづくり課 福岡、丹下

1. 講義① 「愛媛大学の取り組み」

○愛媛大学 社会共創学部・地域資源マネジメント学科 牛山先生

- ・日本の地域課題＝産業の衰退、少子高齢化、若者流出、地域活性化、コミュニティの再生など
- ・高齢化は世間に良いイメージで報道されず、そういうニュースが流れることによって、シニアは肩身が狭くなり、生きづらさを感じているのでは、ということに学生が着目した。
- ・単に長生きではなく、アクティブ・シニア＝健康長寿を増やすことが日本の目指す姿ではないか。
- ・日本の平均寿命＝男性 80 歳、女性 86 歳
日本の健康寿命＝男性 71 歳、女性 74 歳
- ・宮崎秀吉さんは 108 歳で 105 歳以上の短距離走で世界記録を保持。
- ・沖縄の小浜島では K B G 84 というアイドルグループが活動。小浜島の P R ソングも歌っている。
- ・K：小浜島の B：ばあちゃんたちの G：合唱団 84：平均年齢
- ・K B G 84 は 80 歳以上から入団可能。70 代以下は研究生扱い。152 か国で C D を発売している。
- ・現在メンバーは 33 人おり、最高齢は 98 歳。小浜島は「80 歳になって一人前」という考え方。
- ・離島でのどかなので、観光地としては最適。しかし、本島と違って何もない印象を持たれてしまう。
- ・悩んでいるだけでは変わらないので、今できる幸せの新しい価値を創造しよう！と考えた。
- ・新しい「幸せ」の形＝健康寿命が長い
- ・K B G 84 のインターネットなどによる情報発信や C D 販売で小浜島を活性化。
- ・やりがいをもって生活するシニアが増え、その波及効果により島の地域活動が増え、コミュニティが活性化。みんなが誘い合ってイベントに参加するので、孤立する高齢者がゼロ！
- ・K B G 84 は農山漁村と文化資源とスポーツ資源の融合によって成功したアクティブ・シニアによる地域活性化の良い事例と言われている。
- ・愛媛大学は社会連携の人と共に「佐田岬しあわせプロジェクト」の実現のため活動開始。
- ・誰か 1 人が力を入れるのではなく、中の絆がつながっていないと成功しない。
- ・いろいろな人をつなぐために着目したのが亀ヶ池温泉
- ・亀ヶ池温泉の周りにはたくさんの野草があり、その中に食べられるものや薬膳になるものもあったのでそこに着目し、シニアの力を創出するため、野草を栽培してもらい亀ヶ池温泉の薬草や薬膳料理などの名物作りにつなげようと考えた。
- ・もう一度畑をもってみたいが体力がないというシニアの声が上がり、健康教室も併せて開催することになった。



- ・地元の高校や愛媛大学の学生も巻き込みながら、さまざまなアイデアを出しあった。
- ・それ以外にも愛媛大学のダンス部、チア部、落語研究会もそれぞれの得意分野を活かしてイベントを開催。
- ・伊方町でフィールド型公開講座も実施。フジバカマという植物にアサギマダラという蝶が集まることを発見。→新たな観光資源の可能性を検証
- ・小さな一歩だと周りからは思われるかもしれないが、だからこそ地域の人とも分かり合えた。
- ・松山市でもまちづくり提案制度を活用してSSD80プロジェクトを実施。
- ・S：シニア S：ソング D：ダンス 80：平均年齢
- ・「八坂ふれあいカフェ」に参加している60代～80代19名に実施。
- ・約1ヶ月間聞き取り調査をし、シニアから八坂地区の特徴や魅力を伝える歌詞とダンスを作成。
- ・効果がないとモチベーションが続かない。そこで、交換日記を用いて心拍数と元気を調査。
- ・全体平均で心拍数は2.6、元気度は0.3上昇した。→軽度の身体的・心理的効用があると推察。
- ・SSD80の活動を通して学生とシニアの共創が生まれたことが何よりの成果に感じた。
- ・アクティブ・シニアを増やしていくことはこれからも意識していきたい。
- ・活動するにあたって一区切りの期間を設定し、目先の結果にとらわれすぎないように無理せず継続することが大切。シニアの方には丁寧な説明、連絡、報告が必要。
- ・一人ではなく、いろんな人に相談できる場所を作っておくことで活動を進めていくコツが掴める。



2. 講義③ 「松山市の取り組み」

○介護保険課 橋口

松山市社会福祉協議会・サロンコーディネーター 福島氏

【地域包括ケアシステムについて】

- ・地域包括ケアシステム＝厚生労働省において団塊世代が75歳の後期高齢者となる2025年を目途に高齢者の尊厳の保持と自立生活支援のもとで、可能な限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを最期まで続けることができるよう、全国的に実施。
- ・松山市といった広い地域ではなく、約30分で必要なサービスが提供される地域＝日常生活圏域
- ・松山市では高齢者福祉事業及び介護保険事業の更なる充実を図るため「松山市高齢者福祉計画・介護保険事業計画」を3年ごとに策定。現在第7期の計画期間（H30～H32）

【地域包括支援センターについて】

- ・地域包括支援センター：H18から介護保険法に基づいて設置。現在松山市内に10カ所設置。
- ・現在、地域包括ケアシステムの中核的役割を担っており、地域に根付いた支援にも取り組む。
- ・出張相談会など地域に出向くことで、地域包括支援センターの認知度を地域で高めている。
- ・地域包括支援センターには保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員の3職種が設置され、高齢者への総合的な支援を行う。

【認知症サポーター養成講座について】

- ・ 認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく支援する「認知症サポーター」を養成
- ・ 10名以上の参加があれば、地域に向いて勉強会を開催。（開催希望の約1ヶ月前まで）
- ・ これまでに3万人近いサポーターが養成された。



【生活支援コーディネーターについて】

- ・ 松山市では、既存の取り組みや地域活動団体による支え合い活動を推進している。
- ・ H29より松山市社会福祉協議会に事業委託し、生活支援コーディネーターの配置や協議体（＝地域のさまざまな団体の意見交換の場）の設置を実施。
- ・ 生活支援コーディネーターは地域ニーズや困りごと等を集約し、地域の支え合い活動を推進

【ふれあい・いきいきサロンについて】

- ・ 高齢者の心身機能維持向上や地域での介護活動予防活動を推進するため、サロン活動を行う住民団体を支援。ふれあい・いきいきサロンとは、住民が主体となって介護予防に取り組む通いの場
- ・ 継続的な活動ができるよう、サロンコーディネーターを社会福祉協議会に設置し、活動に関する相談や情報提供などの支援や活動経費の支援などを行う。
- ・ サロン活動支援金：サロン1開催につき4000円～6000円を支援
- ・ 講師謝礼支援金：1サロン年間20000円を上限に支援
- ・ 会場使用料等助成金：1サロン年間1000円×年間サロン開催回数を上限に支援
- ・ 支援を受けるためにはサロン登録が必要で、月2回以上開催、毎回30分以上の介護予防メニューを取り入れる等いくつか条件がある。
- ・ 介護予防メニュー以外の時間は各サロンで工夫された活動が行われ、高齢者の生きがい作りにつながっている。
- ・ 地区社会福祉協議会と松山市社会福祉協議会が連携、協働しながら事務的な処理や相談など地域住民による主体的な介護予防活動の側面的支援を行っている。
- ・ 活動拠点が見つからない、参加者の募集方法がわからない等自分たちだけで解決できない問題があれば、サロンコーディネーターがサポート。
- ・ サロンの立ち上げ等についての説明がリーダーさんだけでは難しい場合は、参加者にサロンコーディネーターから説明することも可能。
- ・ サロンの活動が始まった後も、サロンへの総合的な支援としてサロンコーディネーターが随時サロンに訪問し、相談対応や介護予防メニューの情報提供を行っている。



3. アンケート記入・終了

次回について

日時：11月27日（火）19:00～21:00

内容：○「助け合い体験ゲーム」（愛媛大学 前田眞教授）