

# 気仙沼市 生活支援体制整備事業 報告書

～地域支え合いづくりに関する取り組みと課題～

令和4年3月

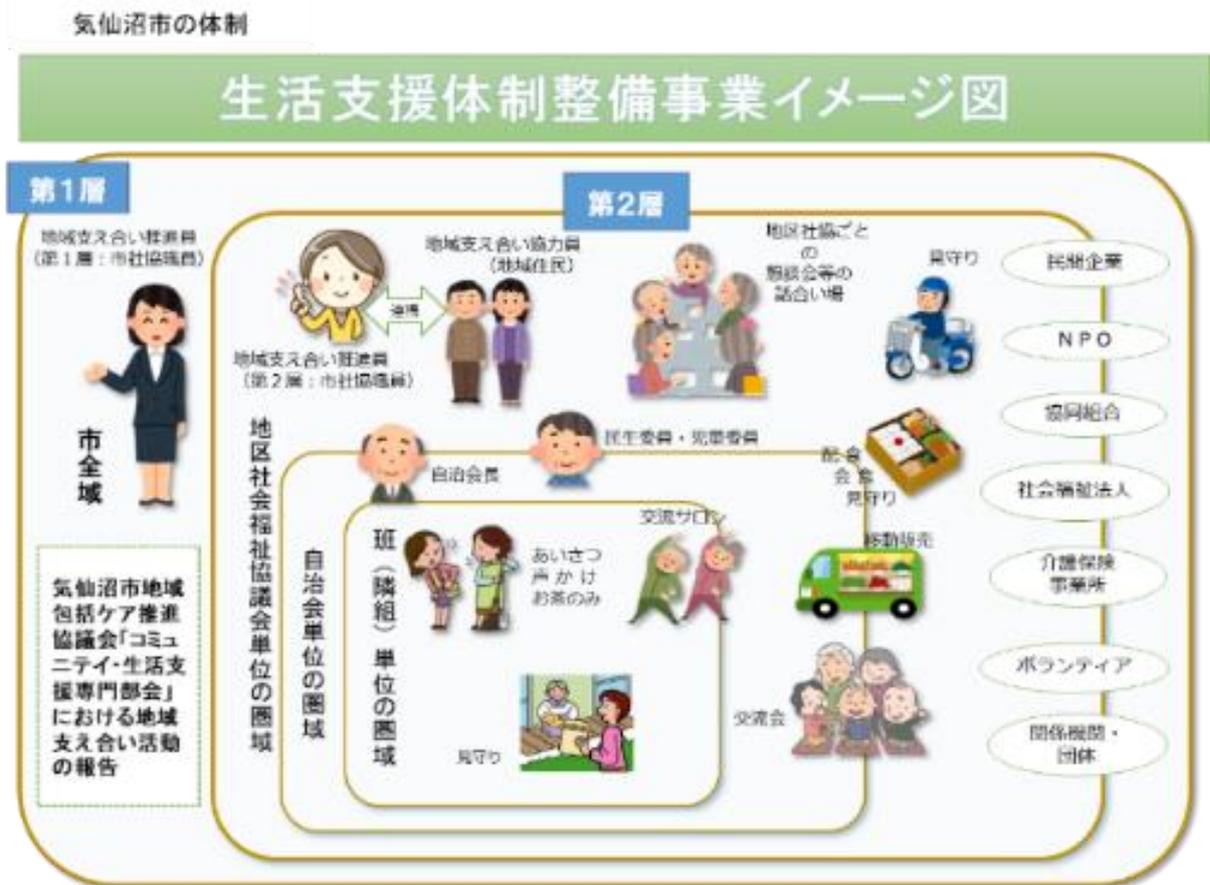
気仙沼市保健福祉部地域包括ケア推進課  
社会福祉法人気仙沼市社会福祉協議会

## 目 次

1	気仙沼市生活支援体制整備事業のこれまでの取り組み	2
2	令和3年度地域支え合い推進員の活動報告 ～実績と成果～	
	(1) 16地区社協圏域における「住民主体の通いの場」について	4
	(2) 社会資源の見える化、啓発普及	5
	(3) ネットワークづくり	9
	(4) 地域包括ケア推進協議会専門部会（第1層協議体）での発表	10
	(5) 第2層協議体の開催状況と今後に向けての方向性	11
	(6) 16地区社協圏域ごとの推進員報告	13
	(7) 地域支え合い協力員との連携状況	29
3	地域包括ケア推進課における取組みについて	
	(1) 介護予防と地域づくりの一体的な取り組みについて	30
	(2) 人と人をつないだマッチングについて	33
	(3) 人材育成に関する研修について	34
4	令和3年度事業実施を通して	35
5	令和4年度以降の事業展開・方向性について	35

# 1 気仙沼市生活支援体制整備事業のこれまでの取り組み・沿革

本市では、平成29年4月より、生活支援体制整備事業を開始し、「地域支え合い推進員（生活支援コーディネーター）」を第1層（市全体）に1名配置し、第2層については16地区社会福祉協議会圏域に「協議体」を設置し、住民主体の活動を活発化し、地域全体で高齢者を支える体制づくりに取り組んできました。



## 地域支え合い推進員（生活支援コーディネーター）とは…

事業は気仙沼市社会福祉協議会に委託し、第1層（市全体）に1名地域支え合い推進員を配置、第2層については、令和3年度より16地区社協圏域を9名の推進員が専任配置され、地域に出向き、地域のお宝さがしや地域の困り事の把握・支援に努めてきました。

なお、地域をきめ細やかに状況把握するために、地域支え合い協力員を各地区に配置し、地域支え合い推進員（生活支援コーディネーター）と協力し、活動をしてきました。

## 協議体とは…

協議体とは、地域に支え合いの輪を広げて行くために、地域住民同士で話し合う場です。本市においては、16地区社協単位で地区懇談会を開催しており、その場を活用しながら、地域の課題や解決に向けての方向性等話し合いをすすめています。

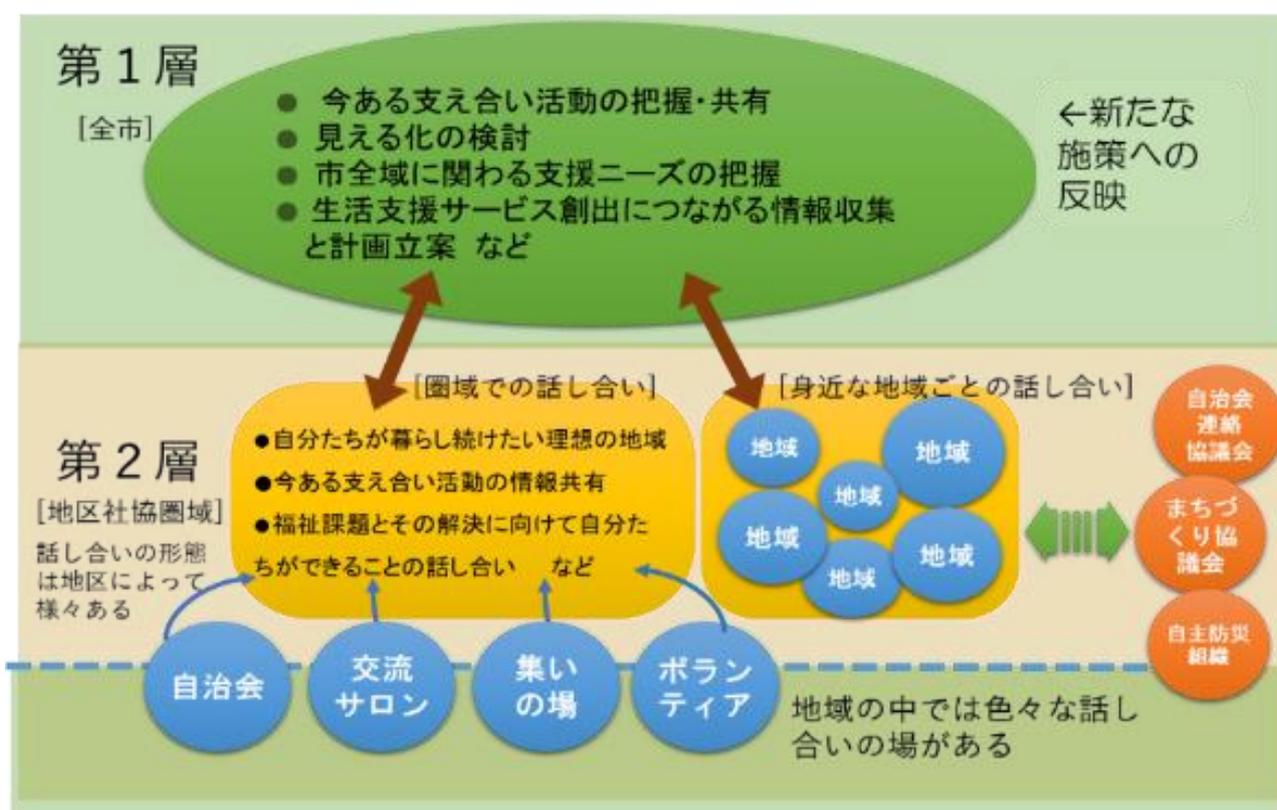
協議体の主な役割として、(1) 地域における生活支援のニーズや既存の社会資源の情報交換、見える化の推進 (2) 生活課題の解決に向けた取組の調整 (3) 関係団体への働きかけ・連携構築としています。

なお、協議体の構成員・団体については、地域支え合い推進員・地区社会福祉協議会・民生委員児童委員・自治会連絡協議会・老人クラブ・ボランティア団体等となっております。

## 第1層協議体と第2層協議体の関係

第2層協議体は、身近な地域での助け合いの仕組みを作るため、課題や資源の情報を集め、解決策を検討します。第1層協議体は、第2層で話し合われたことや市全体で考えていくべきことを整理し、第2層が自主的に活動しやすいような仕組みを考えることや市に解決策等の提案をする役割をもっており、連携し活動を行います。

本市の場合、「気仙沼市地域包括ケア推進協議会」のなかの「コミュニティ・生活支援専門部会」を第1層と位置づけ、第2層の取組や好事例を報告し、情報共有を図っています。



## 2 令和3年度地域支え合い推進員の活動報告 ～実績と成果～

### (1) 16 地区社協圏域における「住民主体の通いの場」について

「地域のお宝探し」として、住民主体の活動を実施している団体への訪問活動により、「住民主体の通いの場」を把握し、他の団体への情報提供に努めました。

※「市の交流サロン」「老人クラブ」「住民主体で通いの場」に分類し、16 地区社協圏域別に集計し、月1回以上活動している団体のみ計上。(令和4年3月時点)

種 別 団 体 数	交 流 サ ロ ン	老 人 ク ラ ブ	住 民 主 体 の 通 い の 場
	地 区	<b>44</b>	<b>4</b>
西地区	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>6</b>
上地区	<b>4</b>		<b>3</b>
中央地区	<b>1</b>		<b>1</b>
魚町地区	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
南町・柏崎地区			<b>1</b>
南地区			<b>2</b>
鹿折地区			<b>10</b>
松岩地区	<b>12</b>		
新月地区	<b>5</b>		<b>6</b>
階上地区	<b>3</b>		<b>1</b>
大島地区	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
面瀬地区	<b>6</b>		<b>3</b>
唐桑地区	<b>2</b>		<b>6</b>
津谷地区	<b>1</b>		<b>1</b>
小泉地区			<b>1</b>
大谷地区	<b>2</b>		<b>3</b>

参考：気仙沼市 16 地区社会福祉協議会圏域



## (2) 社会資源の見える化、啓発普及

### ①地域支え合いセミナーの開催【新規事業】

今、求められている支え合いの大切さについてあらためて理解を深めていただくとともに、地域住民が主体となった活動の拡がりを目指し開催しました。

日時：令和3年12月4日（土） 午前の部、午後の部の2回開催

内容： 講演「今、求められている地域の支え合い

ー生活支援体制整備事業推進で住民のありたい姿実現しようー」

講師：東北こども福祉専門学院 副学院長 大坂 純 先生

活動発表「コロナ禍でも身近なつながり・支え合い」

- ・東中才2区ひだまりの会ラジオ体操
- ・こぶつきの森の会
- ・地域支え合い推進員の活動

○コーディネーター

宮城県地域支え合い・生活支援連絡会議事務局  
情報提供「交流サロン事業について」

市地域包括ケア推進課

参加者：延べ 58人



## ②パネル展の開催

支え合いの地域づくりの推進に向け、生活支援体制整備事業説明と各地区の活動を紹介するパネル展示を市内4会場で行いました。市民の皆様は活動を身近に感じていただく機会となり、また関連するパンフレット等の配布も行いました。

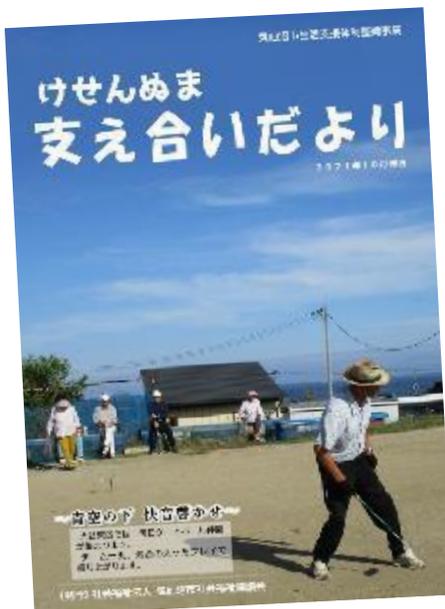
場所	展示期間
地域支え合いセミナー	令和3年12月4日
唐桑福祉アート展	令和3年12月5日 ～12月7日
ワンテンビル情報プラザ	令和3年12月8日 ～12月17日
市民福祉センターやすらぎ	令和4年1月19日 ～1月31日



## ③広報紙 気仙沼市生活支援体制整備事業「けせんぬま支え合いだより」発行【新規事業】

生活支援体制整備事業の説明と、各地区の多様な支え合いやつながりづくりの取り組み、高齢者の社会参加活動、地域支え合い推進員の紹介を掲載した広報紙を発行しました。

【配付先】第1層協議体構成団体、地区社協会長、自治会長・振興会長、民生委員・児童委員、ボランティア団体、公民館、包括支援センター、関係機関・団体等



#### ④広報紙 気仙沼市社協だよりへの「地域のお宝紹介」

地域とつながりながら、役割を持って元気に暮らす高齢者の方や、地域活動団体の皆さんを「社協だより」の表紙や「地域のお宝コーナー」で紹介しました。



【交流サロンメンバーの環境美化活動】



【地域ぐるみの子ども見守り隊】

#### ⑤「☆あるいて☆あいさつ☆気分は気仙沼一周！おさんぽすごろく」作成・配付【新規事業】

コロナ禍で高齢者の活動機会が減少していることから、散歩をとおして、高齢者の健康と地域のつながりづくりを目的に作成しました。市内の名所を巡るすごろく形式です。

【ルール】 近所を30分散歩するごとに1マス進み、出会った人に挨拶をしよう。

【配付先】 自治会長・振興会長，民生委員・児童委員，交流サロン実施団体，ボランティア団体，老人クラブ，地域団体等 297 団体



#### トピック こんな風に活用しました！

- ・コロナ禍で集まれないので、メンバーにおさんぽすごろくを配付しました。すごろくの一周が終わり、2枚目になるメンバーもいます。集まなくても仲間と同じ活動で頑張れます。
- ・ご近所で使用します。ラジオ体操をしたら1マス塗り、散歩をしたら1マス塗るなど、運動したら塗ることとしました。



⑥「けせんぬま地域活動団体紹介あづまっページ」（令和3年度作成）の更新

地域活動への理解促進と、何らかの支援が必要になっても地域とのつながりを途絶えることなく暮らし続けられる地域づくりを目指し令和2年度に作成しました。

市社協登録ボランティア団体や老人クラブ連合会加入団体の40団体を紹介していましたが、令和3年度には新たに通いの場実施団体など20団体を追加し、掲載は60団体になりました。

【配付先】 市内居宅介護支援事業所（ケアマネ事業所）や公民館、関係機関等



… タイトル内の「あづまっページ」について…

気仙沼の方言である「あづまっぺ(集まろう)」とページを組み合わせ、親しみやすいネーミングにしました。

⑦モデル地区社協指定

気仙沼市社会福祉協議会地域支え合い活動推進モデル地区社会福祉協議会指定事業

- ・モデル地区社協指定2年目（終了年度）

指定期間 令和2年10月1日～令和4年3月31日（1年半）

<p><b>上地区社協（実施主体 上地区社協）</b></p> <p>事業名：上地区みんなで取り組むフレイル予防からの見守り，つながり推進事業  <b>【地域支え合い推進員のかかわり】</b>                  事業推進に向けた地区社協の話し合いへの参加と，活動内容の相談対応。実施に当たっての参加・協力等</p>
<p><b>鹿折地区社協（実施主体 鹿折地区振興協議会）</b></p> <p>事業名：「鹿折子ども見守り隊」による地域の見守りつながりや健康増進推進事業  <b>【地域支え合い推進員のかかわり】</b>                  「鹿折子ども見守り隊」への参加と，広報紙での活動紹介。また，住民懇談会での活動の振り返りの支援等</p>

### (3) ネットワークづくり

①地域ケア会議への出席

②地区民生委員児童委員協議会定例会出席（月1回）

③まちづくり協議会，地区社協，自治組織など地域団体と連携・協働（随時）

④地域支え合い推進員連絡会議開催（月1回開催）

【目的】地域支え合い推進員のスキルアップと関係機関との情報共有を目的に開催

【参加】地域支え合い推進員，市社協地域福祉担当職員，市地域包括ケア推進課職員  
県地域支え合い・生活支援推進連絡会議事務局（県社協）職員

【内容】事例検討（3回），研修（2回），ワークショップ（3回），情報交換（4回）  
など。

毎月，県地域支え合い・生活支援推進連絡会議事務局（宮城県社協）職員の参加を  
いただき，事例検討後のアドバイスや他市町の活動状況，先行事例の紹介，活動の  
展開に向けたヒントなど，実践的な助言を受けています。



【市地域包括ケア推進課職員を講師に研修会】



【県社協職員からのアドバイス】

## コラム

「地域支え合い推進員」について，東日本大震災発生後，  
「復興支援コーディネーター」「生活支援相談員」として，  
被災者支援業務に携わってきました。

今まで培ってきた活動のノウハウを活かし，令和3年4  
月より，「地域支え合い推進員」として9名が専任配置され，  
16地区を担当。すでに，地域の方々と「顔なじみ」となっ  
ており，スムーズに地域活動に移行することができました。



#### (4) 地域包括ケア推進協議会専門部会（第1層協議体）の開催

11月19日開催の気仙沼市地域包括ケア推進協議会コミュニティ・生活支援専門部会（生活支援体制整備事業第1層協議体）において、地域での見守り活動や支え合い活動について事例発表を行い、それを踏まえて意見交換を行いました。

##### ① 配食サービスを通じた見守り活動について

発表者：階上地区ボランティアクラブ 会長 芳賀裕子さん

階上地区ボランティアクラブで取り組んでいる、配食サービスを通じた見守り活動について発表を頂きました。対象は、地区内の一人暮らし高齢者もしくは高齢者のみの世帯など18～20軒。訪問を楽しみにしている方が多く、利用者との会話も楽しみながら活動しているとのこと。訪問時のコミュニケーションの様子や、お弁当が食べられない方にはヨーグルトを持参するなどの工夫点、民生委員や自治会長との連携、今後の課題やボランティアとして活動時の心がけなど、地域に根差した活動の発表をいただきました。



【配食サービスの準備】



【訪問の様子】

##### ②生活支援体制整備事業における地域支え合い活動について

発表者：気仙沼市社会福祉協議会地域福祉課長（第1層地域支え合い推進員）鈴木美紀

令和3年度より、第2層地域支え合い推進員9名が専任になりました。

地域支え合い推進員が関わらせていただくことで、地域に新しく生まれた支え合い活動「産直所まっちゃん」・「南が丘地区みんなが集うラジオ体操」の取り組みを紹介しました。地域支え合い推進員が、住民の「やりたい」が叶うよう、声を聞き、一緒に話し合い、活動の大切さ伝え、みんなの力を活かし、必要な団体や関係機関につなぎながら、支援を行った様子も併せてお伝えしました。

**みんなが集う場「ラジオ体操」**  
【南：南が丘地区】

- 「フレイル予防講座」最終日  
⇒自治会長から「ラジオ体操始めたい！」を伝える。
- 3名の協力者を得て  
自治会主催「ラジオ体操」  
11月9日より気仙沼公園で  
スタート（毎週火曜日）

**「産直所まっちゃん」オープン！（11月7日）**

メンバーみんなが、この活動を通して「食まがいを持って、支え合い、助け合って笑顔になろう」と元氣いっぱい。  
お客さんにもフレイル予防のパンフレットを配布しました

## (5) 第2層協議体の開催状況と今後に向けての方向性

協議体・住民懇談会を16地区中、3地区社会福祉協議会で計4回開催し、意見交換等われました。その他の地区では、新型コロナウイルス感染拡大等に伴い、開催を見合わせました。

### ・開催状況

No.	開催日	地区社協名	テーマ・内容	参加者数
1	9月25日	上地区	フレイル予防活動の取組みについて	40人
2	12月2日	鹿折地区	地域の活動紹介、鹿折子ども見守り隊の活動について	25人
3	11月30日	津谷地区	役員選出、今後の予定、地域活動の情報交換	28人
4	3月30日		協議体の名称、地域課題の把握方法について	25人

## 住民懇談会開催状況

【上地区】 高齢化率が高い地域であることから、食生活改善、引きこもり対策等に取り組んでいるが、あらためてフレイル予防について市地域包括ケア推進課職員を講師に学んだのち、各団体が行っているフレイル予防活動について、アドバイスや情報交換を行いました。各団体で今後の活動に活かしていくこととしました。地区社協では住民懇談会のほかにも、関係地域団体が集まり、情報交換会を開催しながら、地区全体での活動の方向性を確認しています。



【鹿折地区】 第1部では地域支え合い推進員から地区活動の紹介と、参加者から取組みの様子の発表がありました。第2部では子ども見守り隊発足後、1年間の振り返りと今後について話し合いを行いました。子どもたちの為に始めた活動でしたが、自分たちも子どもたちから元気をもらい、また防犯に一役かっている地域ぐるみの活動になりました。現在、小学生を対象にしていますが、保育所等幼児の見守りや交流も検討してはどうかという意見も出ました。



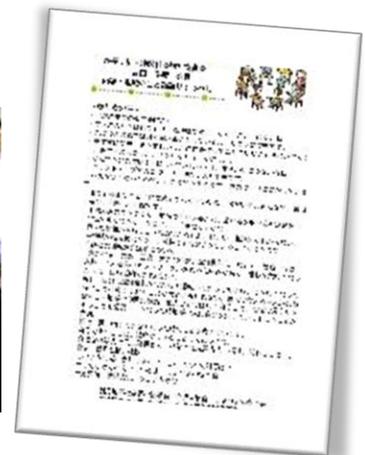
## 協議体

【津谷地区】 令和3年11月に第2層協議体を設立しました。第1回目の協議体全体会議では、正副会長の選出や今後のスケジュールについて協議した後、地域ごとに分かれ情報交換を行いました。3月の第2回目全体会議では、津谷地区らしい「協議体」となるよう、親しみやすい協議体名称の相談を行い、「津谷地区支え合い推進会議」と決めました。また、住民の課題把握方法としてアンケートを実施することになりました。津谷地区では、協議体のほかにも住民懇談会を地域ごとに開催しており、広く住民の声を伺いながら、地域づくりをすすめています。



## コラム

新月地区社協では、自治会等の単位で座談会を2地区で開催しました。包括支援センター職員を講師にフレイル予防の勉強会に続き、参加者同士で暮らしの中で感じている事を出し合いました。一つの開催地区では座談会に参加出来なかった住民にも伝えたいと、懇談会の様子や参加者からの声をまとめて毎戸に配付しました。



## 西地区

九条・田中・田中前・  
神山・本郷・南郷・  
田谷・四反田

# 西地区内集いの場の 情報交換会

地域支え合い  
推進員

藤村由喜

### これまでの経過 【2年ぶりの情報交換会】

令和元年度に「西地区交流事業実施団体の情報交換&交流会」を市社協主催で開催した際に、次回以降は西地区社協が主催して実施出来るよう働きかけて来ましたが、コロナ感染拡大もあり、開催が出来ない状況が続いていました。

そのような中、西地区内で活動されている交流サロンやお茶会等に参加させてもらった際に、お世話役の方などから、「現在、西地区内で行われている活動や取り組みの情報を知りたい」「現在の活動内容がマンネリ化している。他のサロンやお茶会でどのように取り組んでいるのか?」「2年前に開催したような交流会や情報交換会が出来ないものか」と意見や情報交換会の開催についての要望を受けました。

このことから、地区社協会長等と情報共有の場を設けることとして調整しました。

### 地域支え合い推進員のかかわり 【開催までのプロセス】

西地区社協会長及び地域支え合い協力員との情報共有の場で、交流サロンやお茶会のお世話役の方から、他の交流サロン活動の情報を知りたいことや運営方法等について悩んでいることを伝え、市社協と西地区社協が情報交換会を共催で進めることとなりました。

情報交換会実施に当たって、資料に工夫を凝らし、各通いの場や交流サロン等の活動紹介カードや各団体の活動状況について、見える化に努めました。



### 活動の展開 【参加者の固定化と男性参加の呼び掛け】

情報交換会では、「参加者の固定化」と「男性の参加が少ない」という声が多く出されました。

グラウンドゴルフやパークゴルフに男性参加が多く見受けられるので、皆さんの活動に取り入れてみてはどうかとの話しが出るなど、これからの活動へのヒントが共有できました。



### 今後に向けて 【これからのかかわり】

西地区社協会長は、「地区内のサロン活動やお茶会等に参加しながら活動状況の把握に努めるほか、活動の充実を目指して情報交換会開催による地区内のネットワークづくりに取り組んでいきたい」また、「住民懇談会を開催する際には、交流サロン等の声も反映させていく」と話していました。地域支え合い推進員として地域支え合い協力員と一緒にサロンやお茶会等の活動の充実に向けた支援に努めます。

## 上地区

本町・館山・古町・  
滝の入・新町・福美  
町・化粧坂

# 上地区社会福祉協議会 ～ 青空喫茶店とのかかわり～

地域支え合い  
推進員

松村 玲子

### これまでの経過 【 ちょっと立ち寄りませんか？ 】

地域にあったスーパーが閉店し、買い物に困った住民の要望により移動販売が駅前コミュニティセンターに来てくれるようになりました。上地区社協では買い物を待つ人や散歩をしながら立ち寄ることが出来るように、コロナ感染対策としてテントを張り、青空の下、お茶を飲みながら会話も楽しめる「青空喫茶店」を企画しました。令和2年8月より移動販売に合わせて月1回（第3月曜日）開催しています。内容の軸には「フレイル予防」をおいています。

### 住民の声 【 今日、用がない？ 】

コロナ感染予防の為に自治会行事の自粛や通う場の減少により、「人に会うことが減った」「行くところが無くなった」などの声を伺いました。

### 働きかけ 【 みんなの笑顔が見たい 】

フレイル予防にはいろいろな取り組みがあります。参加者の「やりたい」を活かしながら、運営する上地区社協とは毎月開催内容について一緒に検討し、アイデアを出し合いました。みんなが笑顔で楽しんでいる姿を思い描きながら。（脳トレ・体操・栄養・作り物 など）



### 活動の展開 【 手を取り合って 】

上地区内の各地域で実施しているサロンのお世話役の方々や、地域支え合い協力員にも青空喫茶店に参加していただき、住民の声を伺う等、生活の状況の把握に努めながら、サロンの情報共有を行っていただきました。時には、個人からの相談を受け、対応したこともあります。

上地区社協と協働し開催する事で、各地域の民生委員との情報共有や、各地区自治会長から地域の現状についてお話を伺うなど、つながりが広がっています。

### 参加者の感想 【 自由な発想で 】

青空喫茶店は月に一度、買い物兼お茶会を楽しみにしている方や、買い物はしないがお茶会でお話や活動メニューを楽しみにしている方など、自由に出入り出来る集まりを楽しんでいる様子です。サロンの運営をしている方々からは、活動のヒントになったり、アイデアを持ち帰ることが出来て役立つという声もいただいております。

### 今後に向けて 【 コロナに負けず 】

コロナの発生状況により、参加者の出席が大きく変動しましたが、継続することで見えて来るものもあると思います。上地区社協は次年度も青空喫茶店の継続を計画しています。住民が元気に地域で暮らしていくために何が必要か、多様な社会参加の場にかかわりながら、支え合いのお宝発見や、地域の現状を捉え、上地区社協と話し合いながら、事業の継続や展開を応援していきたいと思っております。



## これまでの経過 【 コロナで催しできないね】

コロナ禍で多くの地域活動が休止となっている中、活動を継続している地区ボランティアクラブの定例会に参加、活動内容等を伺った際、会員から「他地区の活動状況を教えて欲しい」と相談があり、市内の通いの場に関する情報を提供しました。

## ボランティアの声

定例会の中で、「地区に集会所がないので、行事を行う際は毎回場所を確保するようなので大変」「月に1回の配食サービスを届けながら声かけや福祉施設へゴミ袋を届けている」「勇み船体操と他地区の活動を見てみたい」との声がありました。



## 活動の展開 【 コロナが収束したら何できる？今のうちから計画しよう】

定例会での声を受け、新たな活動展開へのきっかけづくりとして、市内で活動しているハイブリッジズ※<sup>1</sup>の「勇み船体操」をマッチングしました。学んだ体操を地域の催しで披露する予定としましたが、コロナ禍のため中止となりました。せっかく学んだ体操を出来るだけ多くの住民に伝えていくことも必要と考え、地域のサロンに出向いて伝えてはどうかと提案し調整しましたが、残念ながら既に年間計画が決まっており、実施には至らず次年度以降に調整することとなりました。このほかの動きとしては、地域内の各自治会や地域住民の方々との関わりを通して、地域の通い場のあり方、今できることは何だろうと考えながら、ボランティアクラブ役員との意見交換会も実施しました。

## 活動の展開 【 野外での活動も視野に！】

意見交換会では、「集会所がない。気軽に集まれる場所があれば！」「高齢者が多い為、冬場は足元が不安定なので危ない」「暖かくなったら、地域住民が気軽に立ち寄れるお茶会を開催したい」などの意見から、通い場を集会所ではなく野外で開催してみる方向で検討することとなり、先進事例となる、上地区社協の「青空喫茶店」へ一緒に参加し開催するきっかけや運営の仕組み等学びました。



## 今後に向けて

今ある地域の課題や想いを、「どうしたら実現できるだろうか」という視点で一緒に考え話し合いを進めています。来年度に向けて、青空喫茶店を参考に中央地区ならではの活動に発展させていくサポートや、他地区の良い活動も参考にしながら、多くの住民が集い、新たなつながりや支え合いが生まれるよう今後も応援します。

※<sup>1</sup> ハイブリッジズ・・・気仙沼の昭和歌謡家族バンド。2021年に高齢者の健康体操「勇み船体操」を考案し、市内各所に出向きながら普及を行っており、活動の様子をユーチューブでも発信しています。

**これまでの経過 【地域の強い味方！地域支え合い協力員】**

魚町内湾地区は、東日本大震災で壊滅的な被害を受け、これまで築いてきたコミュニティの状況が大きく変わりました。地域支え合い協力員は令和元年8月から配置となり、地域支え合い推進員と共に情報共有や情報交換、住民懇談会への協力のほか、自らも地域活動に貢献されています。

**働きかけ 【地域を支えたい！支え合いながら！実情に合わせた活動を】**

地域支え合い活動推進モデル地区社会福祉協議会指定事業について地区社協会長へ相談し、その後開催された役員会での協議の際には、地域支え合い協力員が地域の現状について説明を行いました。協議の結果、震災の影響により地域活動が未だ落ち着かないということで、事業指定には至りませんでした。この協議の場が地域の実情を共有する大変貴重な機会となりました。

**取り組み 【住民の声の視覚化】**

地区社協役員との話し合いで把握した地域の実情を踏まえ、行政区ごとの住民の声を視覚化した資料を作成し、地域支え合い協力員と共有しながら地域への関わり方や活動展開方法を検討して「地域でできること」を話し合うミニ会議を実施しました。

**活動の展開 【今あるものを大切に・共通目標を持つ】**

《ミニ会議の結果》

行政区によっては「自治会組織の構成ができない」「地区に通う場がない」ことも地域の課題となっています。また、住宅や商店も再建途中である地区の現状を踏まえ、次のように共通目標を持つことができました。

『今できる事は、今ある地域活動を継続していくこと。そして、人口が減少するなか、今後は支える側・支えられる側と分けるのではなく、誰もが積極的に地域活動に参画していくことが必要。お互い様の気持ちを大切にして、孤立しないような地域を目指し、小さな単位に焦点をあてて活動していこう』とまとまりました。

**今後に向けて 【協力・連携・話し合い】**

自治会ごとに特色や特性がある一方で、地域住民の高齢化という共通の課題もあります。今後も機会を捉えて、地域住民との話し合いや意見交換を重ね、住民の「こうありたい」が実現できるように、地区社協・地域支え合い協力員と力を合わせ活動してまいります。

# 形にとらわれない だれでも参加できる通いの場

## これまでの経過 【震災に負けない！頑張る地域】

東日本大震災による津波被害が大きかった気仙沼の海の玄関口である内湾地区を構成する南町・柏崎地区では、早期復興に向けて地域一体となり力を入れてきました。

震災以降、さらに人口減少と高齢化が進み、自治会活動は最盛期のような取り組みには至っていません。

しかし、内湾に整備された商業観光施設の迎（ムカエル）にある広場では、ほぼ毎朝「気仙沼健康の会」によるラジオ体操が行なわれています。地区内外から住民が集まり、個々の健康増進や体操を通じた仲間づくりの場になっているほか、商店や飲食店も住民の集まる場になっています。



## 働きかけ 【出会いを大切に、人と人をつないで】

南町・柏崎地区社協会長も、このラジオ体操に長年参加していたことから、住民主体による良い取り組みとして、今年度の社協だよりに写真付きで紹介したところ、さらに参加者が増えているとのことでした。これをきっかけに、地区社協と地域活動について情報交換する機会が増え、情報交換会では、生活支援体制整備事業と介護保険改正から介護予防の考え方、地域活動団体の紹介、活動の意味づけ、地域活動の効果などを伝えました。また、この話し合いから、地域支え合い推進員が地域の現状を発信していくことや住民と一緒に通いの場づくりの支援をする事についての理解をいただきました。

## 活動の展開 【地域から支えられる？地域支え合い推進員】

地域支え合い推進員として、南町・柏崎地区の地域特性を活かした活動とは何だろうと考えながら、地域活動団体や、子ども食堂等を実施している団体、商店街に出向き地域に関わる住民の現状等話を伺っています。その中で、南町2区自治会長に地域の通う場についてお話を伺った際に、高齢者の通いの場づくりについて考えており、地区内に整備された公園の東屋を拠点に「誰でも参加できるお茶会」の開催に至りました。

## 参加者の声 【会って話して、また会おう】

「新しい公園で気兼ねなく集まるのも良いね」との声や散歩中の人に声をかけ参加もらうなど、環境を活かした通う場を楽しんでいる様子が見られました。また、日頃の交流の様子や趣味活動の話題もでていました。



## 今後に向けて 【地域と一体となったコミュニティづくり】

今後も地域に関わる中で、住民のこうありたいという思いの把握に努めながら、地域活動の推進について地区社協や各自治会長等と連携しながら各地区で支え合いの大切さを伝えてまいります。また、商店街が自然な住民の見守りや情報交換と交流の場になっていることから、商店とのネットワークも視野に入れ、小さな通いの場を広げていければと思います。

## 南地区

港町・河原田・南が丘・幸町・仲町・魚市場前・弁天町・潮見町・内の脇・川口町

# ラジオ体操だっ！ 住民さん集合！

地域支え合い  
推進員

松村 玲子

### これまでの経過 【震災10年…経過して】

南が丘の気仙沼市民グラウンドに仮設住宅があり、被災者支援担当者として関わる中で、地域の方々とは仮設住宅や再建された方々の交流の場として約8年間毎週火曜日にラジオ体操を行っていましたが、被災者支援の終了と共にラジオ体操も令和3年3月で終了しました。

### 住民の声 【耳を澄ませば】

習慣化していた南が丘地区の皆さんから「ラジオ体操を再開したい」という声があちらこちらから聞こえて来るようになりました。はじめは体操をするだけの集まりでしたが、地域の方々のお話しをする場や見守りが自然に行われている場に変化していました。「人と会って話したい」「体を動かしたい」など、道で皆さんと会うたびに話しをいただきました。

### 働きかけ 【みんなの声に背中を押されて】

地域の声を自治会長にお伝えして、通いの場の確保や運動の大切さを話し合いました。コロナ感染予防の為、自治会行事も自粛している状態の中、高齢者の心身の機能低下が危惧されるとの認識を共有しました。そこで「ラジオ体操」の再開に向けて何が必要か考えて、「今できること」から動き出すことにしました。

### 活動の展開 【力を合わせて】

市地域包括ケア推進課の協力を得て、「フレイル予防講座・運動編」を自治会主催で開催する事により、通いの場の楽しさや、体を動かす事の大切さを参加者と共有しました。

講座を3回行う間に皆さんとお話をしながら、ラジオ体操開催の協力者を探しました。最終回に自治会長から参加者の皆さんに、ラジオ体操を開催しませんかと提案したところ、賛同していただき「ラジオ体操」を自治会行事として11月から開催する事になりました。



### 参加者の感想 【生活の栄養剤】

「燃えるゴミ」の収集日に合わせて毎週火曜日にラジオ体操を実施し、気仙沼公園まで来るだけでも運動になるとか、久しぶりに顔を合わせて近況を語り合う姿が見られるなど、人とつながり、集まることを楽しんでいる様子でした。



### 今後に向けて 【継続は力なり】

高齢化が進む南が丘地区で元気に暮らしていくために、適度な運動と社会参加が継続できるような仕組みが定着していくには、住民同士の意識の共有と助け合いが必要だと自治会と共に考えています。時折「健康教室」や、イベントを提案し、地域の「やりたい」を応援していきたいと考えます。



## これまでの経過 【他の地区はどうしているの？】

地区の民生委員から、「新型コロナ感染症拡大で、これまで活発にやってきた地区行事やサロン活動が自粛となっており、特に高齢者のふれあう場が減っているのでは何かと心配している。次に開催する自治会役員会で他地区の様子や屋外でできる活動などを教えて欲しい」と相談を受けました。

## 働きかけ 【地区内で活動している団体がありますよ】

出席した役員会では、屋外の活動としてグラウンドゴルフの集いや、感染対策をしながらサロンを継続している団体が地区内外にあることをお伝えしたほか、地区内の有志でラジオ体操をしているグループが出来たことも情報提供しました。

役員会での話し合いの結果、自治会行事としてグラウンドゴルフを体験することとなり、早速、講師役として鹿折地区グラウンドゴルフ協会とのコーディネーターに携わりました。その後、鹿折みどりのふれあい広場を会場に、東中才二区グラウンドゴルフ体験会が実施され参加者には大変好評でした。

地域支え合い推進員としては、その他に地域ケア会議の開催に向け市地域包括ケア推進課に働きかけも行いました。元気で健康に暮らせる東中才二区を目指して、地区の役員5名と市地域包括ケア推進課ほか関係機関とともにこれからの取り組みについて話し合い、「フレイル予防講座・運動編」を開催しました。



## 参加者の感想 【仲間と一緒に楽しだね】

グラウンドゴルフの後には、「初めて体験したが、丁寧に教えてもらって、とてもよかった」「これをきっかけに、自治会の行事を行いたい」と、とても好評でした。

また、フレイル予防講座参加者からは、「みんなと顔合わせができて、とてもよかった」「またサロン活動でみんなと楽しく会いたい」「体を動かしてとても気持ちがよかった」という声が多かったほか、役員からは「今後、サロン活動の再開につなげていきたい」という前向きな声も伺うことが出来ました。

## 今後に向けて 【地域から笑い声が聞こえます】

地区においてサロンなど通う場が再開し、高齢者のふれあう場が増えることに伴って運動や外出の頻度が増え、フレイル予防につながるという効果なども積極的に伝えながら、通う場づくりの支援に努めます。

また、東中才二区では、これまでやってきた地区内にある鹿折児童館との交流活動も早期に再開したいと考えていることから、高齢者との世代間交流の場づくりについても、関係機関と連携しながら支援していきます。



## これまでの経過 【 一歩、前へ! 】

片浜地区は、防災集団移転(防集)団地を含んでおり、数年前に自治会が再編された地区です。昨年度まで被災者支援担当者として継続的に関わっていました。

今年度秋に開催されたお茶会へ参加した際に、お世話役の婦人部代表から「今は年に数回お茶会をしているが、今後は定期的に開催したい」という思いを伺ったことから、他地区の情報等を提供し、開催に向けての進め方等具体的な支援に取り組みました。

## 参加者の声 【 俺の話を聞いて 】

この時のお茶会には20名が参加しており、このうち男性の参加者が「一人暮らしなので、普段はしゃべる機会が少ない。今日の日を楽しみにしていた」と嬉しそうにお話しされていたのがとても印象に残りました。そのほかの参加者もお茶会を楽しんでおり、婦人部代表から定期的なお茶会を開催したい旨の呼びかけに対し、賛成する方がほとんどでした。

## 推進員としての動き 【 今は充電中 】

地域支え合い推進員として、参加者に対して事業の説明や地域支え合い推進員の役割を伝え、お茶会が良い外出の機会やつながりづくりの役割を持っていることなどへの理解を得ることが出来ました。

コロナ感染拡大によりお茶会の開催が自粛となりましたが、定期的なお茶会開催に向けた話し合いを進めるため、他地区の取り組み事例やコロナ禍での工夫した活動の進め方などを参考資料として婦人部代表へお届けしながら、話し合いのタイミングを伺ってきました。しかし、なかなか感染収束の様子が見えない状況もあり、お世話役との内容等計画づくりの話し合いまでには至っていません。

## 今後に向けて 【 明日はきっといい日になる 】

参加した秋のお茶会以降、婦人部代表宅への訪問や地区内を通った際に、お茶会に参加されていた方と立ち話をする機会がありました。その方から「ここの地区は新しく整備されたこともあり、普段からの交流はほとんどないの。ましてコロナでさらに会う機会がなくなったね」と伺い、日中一人になる高齢者も多いことや、お茶会が外出機会・社会参加の大きな役割を担っていることを改めて感じました。これからも婦人部代表とこまめに連絡を取りながら、コロナ感染予防で休止しているお茶会を、出来るだけ早期に再開できるように支援をしていきたいと思えます。



これまでの経過 【プロローグ 「まっちゃん」の物語】

早稲谷地区住民より高齢者が集う場をつくりたいと相談があり、相談者とともに地域住民へ呼びかけて、地域でできることを話し合う方向となりました。



みんなの声 【第1章 人柄と地域性】

そんな中、住民の一人から「大切に育てた野菜をおすそ分けして、食べ切れない分は廃棄している。もったいない。みんなに食べてもらいたい」という話があり、住民の多くが農業をしているという地域特性に焦点を当て、話し合いを進めました。

地域支え合い推進員からの事業説明や、新月地区社協主催のフレイル予防講座と座談会がこの地区で開催され、支え合いの地域づくり、フレイル予防について住民に関心を持っていただけたことが、話し合いの継続につながっています。

活動の展開 【第2章 和衷(わちゆう)協同(きょうどう)】

2回目の話し合いには有志7名が集まり、「なりたい姿をイメージしよう」をテーマに話が進み、みんなの目標が決まりました。

目標

野菜づくりの経験を活かしながら人とふれあい社会参加をする。  
それが生きがい健康づくり、支え合ってみんなで笑顔になろう

3回目の話し合いの結果、知識のある人の力を借りて、野菜の販売にチャレンジすることになりました。その後、話し合いを重ねて、販売所となる建物の所有者に了解いただき、地域の仲間と協力して販売所の掃除など準備を進めました。そして、市内の高台にある高齢者の多い地域で「お試し まっちゃん 移動販売」を実施。多くの方の参加を得て、成功体験が自信につながりました。



実施とみんなの声 【第3章 自慢の野菜が人とひとをつないでくれる】

令和3年11月7日(日)地域の集う場 産直「まっちゃん」がオープンとなりました。

11月28日、12月18日と開催。メンバーからは「回数を重ねることで工夫とアイデアが生まれるね。忙しいけれど予定があるっていいね」「共同農園をつくろうか?」「冬場は体力づくりをしながら春からの活動を準備しよう」「お客さんとの交流も楽しい」など、話がつきません。そして笑顔も溢れます。

今後に向けて 【これからも続く「まっちゃん」の物語】

集う場「まっちゃん」では「共同農園」「野菜の販売」「体力維持の活動」「ほかの通いの場への訪問と情報共有」など、やりたいことについて話し合いを重ね、活動を続けていく方向です。地域支え合い推進員として、みんなの「やりたい!」と、生きがい、健康、支え合いの目標に向かって応援していきたいと思えます。



# 「長磯浜お茶会」を介した 健康づくり・つながりづくり

## これまでの経過 【 関わりはラジオ体操から 】

長磯浜地区の公営住宅では、集会施設の「ふれあい館」を会場に、毎週火曜日にお茶会が行われています。参加されている住民は、七半沢仮設住宅時代からの仲間が中心で、毎回7名ほどが集まっています。昨年度、被災者支援事業で「ふれあい館」を会場としたラジオ体操による通いの場支援に関わった際に、「今のままの生活を続けたい」「子どもに迷惑をかけられない」という声や「(ふれあい館での集まりに来れば) 気の合う友人に会うことができる」という話を伺っており、通いの場の重要性を感じていました。

## 地域支え合い推進員のかかわり 【 話し合いから次のステップへ 】

今年度、階上地区担当の地域支え合い推進員として参加した、長磯浜お茶会に関する地域ケア会議での話し合いの結果、8月から3回シリーズでふれあい館を会場とした「フレイル予防講座・運動編」が実施されることとなりました。

お茶会に参加している方々には、これまでお話しを聞かせていただいた中で、「健康」と「仲間」への関心が高いことを感じていました。

「フレイル予防講座・運動編」は、まさに健康を気にしている参加者にピッタリな取組みとして大変好評でした。地域支え合い推進員として、講座に関わりながら体を動かすことの必要性を繰り返し伝えてきたほか、介護予防体操（海潮音体操）や脳トレ運動等を提供しながら、継続的にみんなで楽しく集まれるよう支援をしています。



## 参加者の感想 【 たまにはいいなあ 】

フレイル予防講座終了後のお茶会では、「若い人達と楽しい時間を過ごすことができ良かった」「体が不自由だが、講師を見ながら体を動かすことができ良かった」などの感想が聞かれ、講座や運動の機会を今後も望んでいるように感じました。

## 今後に向けて 【 参加者の「こうありたい」を慣れ親しんだ地域でいつまでも 】

フレイル予防講座をきっかけに、楽しく集まるだけのお茶会から、少しずつですがフレイル予防に関する話題が増えてきたようです。

「今のままの生活を続けたい」や「気の合う友人と楽しい時間を過ごしたい」という思いで集まっているお茶会が、これからも参加者主体の居場所として介護予防やつながりづくりの場として、小さな集まりでもお互いの見守りができる大切な場であることを伝えていきます。



## これまでの経過 【男たちが集まっている場所を発見！】

各地区の自治会長宅を訪問しながら、地区の通いの場などの様子を伺っていた時に、「毎日のように高齢の男性が集まってお茶のみをしている所がある」という情報をいただき、早速伺ってみました。

昔、漁船に乗船していた男性5～6人が、仲間の一人暮らし男性宅に集まっています。暖かい時期は近くの浜でおしゃべりしながら情報交換をするそうですが、寒くなってからは、男性宅に集合しています。そこでは、にぎやかな場というよりは、近くに座って新聞を読んだり、時々おしゃべりしたりと穏やかな時間が流れています。

## 参加者の声 【今日、マグロ漁のテレビあつから見さ来ねすか？】

集まっていた男性たちに、話を聞かせていただくと、この家主の男性から「何してだ？用事無ければ(自分の)家まで来たら」とか「今日、テレビでマグロ漁の番組あつから、見に来たら」と午前中に電話が掛かってくるとのこと。その日に集まった者同士で、番組を見ながら、船に乗っていた頃の思い出話や、趣味のこと、最近の出来事などを一通り話し終えたら、お昼前にそれぞれの自宅に帰っていくそうです。

## 推進員としての働きかけ 【いつもの集まりで、もっと元気に】

男性たちの健康面や栄養面が気になり、集まる場所に大島地域包括支援センターも訪問してもらえるように調整し、一緒に伺うことが出来ました。大島地域包括支援センターからは、集まった男性たちへの健康チェックや、また救急キット、介護予防体操（海潮音体操）を紹介しました。地域支え合い推進員からは事業説明と、この集まりがコミュニケーションや見守りの場になっていることのお話をしました。

## 今後に向けて 【願いをかたちに】

いつもはおしゃべりだけの集まりですが、体操や簡単なゲームを取り入れてもらったところ、「体操することはいいんだよなあ」「1人でいるとテレビばかり見ているので声を出すのがいい」「ここでのんびりと暮らしていきたい」という声が聞かれました。

普段からお互いに気にかけてあえる関係を続けながら、フレイル予防や介護予防体操に興味・関心を持ってもらい、この場が身近な地域の大切なつながりになっていることを伝えていきます。



### これまでの経過 【 みんなであつまりでえなあ のつぶやきから 】

コロナ感染拡大前は交流サロンが開催されていましたが、コロナ禍で活動を休止せざるを得ない状況が続いていました。そのような中、住民より再開を望む声が多く寄せられたとのことで、会の代表から市地域包括ケア推進課へ相談があり、地域支え合い推進員として一緒に「フレイル予防講座」による通いの場づくりについて企画立案から関わらせていただきました。

### 動きかけ 【 みんなであつまっとおもしろいよ 】

講座開催前に行われる地区の方との地域ケア会議に出席しました。住民からは、「地区内に一人暮らしが増えている」「特に男性一人暮らしが多いが、社会参加がなく交流がない」「コロナ禍でより一層、人との触れ合いが減少している」「お茶会を通して仲良くなれる事がある。活動しているとしていないでは、(住民同士のつながりが) 全然違うと思う」などの声がありました。

地域支え合い推進員として、地域の現状を伺いながら、事業の説明と高齢者の社会参加と通いの場の必要性を伝えました。



### 活動の展開 【 再開して再会 】

「フレイル予防講座・運動編」に参加し、集まる事の楽しさや、通いの場の必要性を参加した方々に働きかけたことで、参加者からも続けたいといった声や意欲が伝わってきました。

2回の同講座終了後、お世話役の方から通いの場の継続について提案があった際には、参加者から「やりたい」との声が多かったこともあり、お世話役の方が中心となって、住民主体の通いの場が再開しました。再開後は18名の参加があり、海潮音体操や昔話の朗読、地区の方の特技披露など気軽に参加できる内容となっていました。

地域支え合い推進員として、この通いの場が更に充実した内容となり、交流が生まれるように、地区内の特技を持っている方が講師として参加してもらうことの提案をしました。



### 参加者の感想 【 素晴らしき日常 】

「自宅に居ても夫とはあまり会話もなくテレビばかり見ている」「同じ地区の人と集まって世間話をするだけでも楽しい」「何歳になっても、みんなと集まれるのは幸せだと思う」との声が参加した住民から自然と出たことはいうれしく思いました。

### 今後に向けて 【 可能性は無限大 】

会が再開し、お世話役の方々が意欲的に活動している様子が見受けられました。

「今後は体を動かす事も積極的に取り入れて行きたい」「(コロナが落ち着いたら) 月1回のお食事会もしたい」と前向きなお話を伺っています。また参加者の皆さんは、声を掛け合い一緒に集会所まで歩いて来られます。通いの場で出来た仲間が、普段の見守りや支え合いにもつながることも伝えながら、みんなが楽しんで参加できるよう応援したいと思います。



# 崎浜 老人クラブ 福寿会 いきいき元気に!

## これまでの経過 【集まるきっかけづくり】

福寿会会長より、「集まりを持ちたい、お茶会、何かしたい。中井公民館の行事があれば参加をしているが、福寿会として活動をしたい。どうしたら良いか?」と相談を受け、何度か話し合いを行いました。

## 働きかけ 【地域に密着・連携】

福寿会総会に参加した際、会員の方からも「集まって何かをしたい」「コロナ前の生活に戻りたい」などの声があり、地域支え合い推進員からは、社会参加の必要性和通いの場の大切さを伝えました。

ちょうどその頃、唐桑総合支所保健福祉課保健師から「集いの場確保事業 いきいき健康教室」実施地区の相談を受けていたこともあり、福寿会を紹介し、「いきいき健康教室」につなぐ事が出来ました。せっかくの機会なので、地域支え合い推進員から「会員以外にも参加の声掛けをしてみても」と提案し、地域の方々にも声掛けをしてもらい、参加がありました。

## 活動の展開 【つながりが出来た】

唐桑総合支所保健福祉課主催の「いきいき健康教室」7回のうち6回開催となり、内容は体操・ミニ講話（唐桑総合支所保健福祉課、鹿折・唐桑地域包括支援センター、地域支え合い推進員が支援）でした。最終日の7回目はコロナの影響で中止となりましたが、コロナが落ち着いたら反省会を行うことになりました。

地域ケア会議を開催し「いきいき健康教室」終了後は、フレイル予防講座・運動編を3回行う予定にしていたが、コロナの影響で延期となっています。

このような状況を踏まえ、会員の方と相談し今後の活動のため連絡網を作成しました。



## 参加者の感想 【皆と集まると楽しい】

「今後も継続して集まりたい」「会うことで皆が元気が確認できる」「体操をしたら調子が良くなった」「一人では体操をしないが、皆と集まると楽しく体を動かす事が出来た」の話を伺い、皆と集まる楽しさと大切さを実感されたようでした。



## 今後に向けて 【やりたい事探し】

会としては、若いメンバーに活動を盛り上げてもらいたいと期待をしています。いきいき元気に暮らしていけるよう、皆のやりたい事を一緒に考え、情報の提供をしながら支援していきます。そして、地域の方々にも会の取り組みを紹介していければと考えています。



### これまでの経過 【仲間とつながり続けたいという思いを新しい活動に】

地区内の高齢者施設でボランティア活動をされていた方々が、新型コロナウイルス感染拡大により施設での活動が出来なくなりました。

「これまでの活動がなくなったことで、仲間との交流も終わってしまうのはもったいない」「別な何か集まる場をつくろう」と話し合い、「浜の笑楽幸(しょうがっこう)」が出来ました。

立ち上がったから間もなくして、立ち上げメンバーの1人から「何か集まるきっかけや自分たちが出来る活動があれば教えて欲しい」という地域支え合い推進員への問い合わせをきっかけに、活動支援の提案が始まりました。

### 働きかけと活動の展開 【みんなでやってみる】

立ち上げメンバーとの話し合いの中で、地域支え合い推進員から「これからは地域に住む方々も対象に、地域で楽しみながら通いの場を作ってはどうですか」「男性の参加や地域住民の意見も取り入れた活動をしてはどうですか」などの提案をし、皆でやってみようとサロン活動がスタートしました。サロンに参加し、地域支え合い推進員の役割や事業の説明をしたほか、語り合う場、軽い体操、レクリエーション活動を提供しました。

### ★男性による魚のさばき方講座も好評

ある時のサロンは、地区の振興会長が男性の参加者数名と魚一本を持って参加され、急遽、魚のさばき方講座になり試食するなど、参加者には好評でした。



### 参加者の感想 【子供の頃のように】

「外へ出る事が少なくなったが、地域の方々の様子が気になり月1度のサロンに参加した。レクリエーションは、子供にかえった様で楽しかった」「自宅では声を出すことがほとんどないので、集まりがあることは良い」「サロンに参加して皆さんとお会いして、情報交換や見守りをしてもらえる」など、社会参加が増えたり、見守り・見守られる関係づくりになっていることが伺えました。

### 今後に向けて 【地域全体での交流の場へ】

参加された方は「これからは、地区内の幅広い年齢層、特に子育て中の若い世代にも声を掛け、高齢者との交流の中で、地域にある昔の話や人生の教えなどを聞きながら、楽しく集まれば良い」と話されていました。これからも住民主体でその地域らしく通いの場として継続できるように関わりや働きかけを行っていきます。

## これまでの経過 【ここからスタート】

8月に津谷地区の地域支え合い協力員2名配置になったことから、今後の活動について地域支え合い協力員と市社協本吉支所職員、地域支え合い推進員とで打ち合わせ会を開催しました。今後の地域の取り組みとして、まず「第2層協議体」を設立し、話し合う場を持ちながら、みんなで地域の支え合い活動を考えていくこととなりました。

## 働きかけ 【地域支え合い協力員との活動】

地区社協会長や地域支え合い協力員と話し合いを重ね、第2層協議体メンバーは地域性や所属等を考慮して、依頼することになりました。第1回協議体全体会議開催にあたっては、地域支え合い協力員に同行をいただき各振興会長宅へ伺い、開催案内とあわせ地域支え合い推進員、地域支え合い協力員の紹介をすることができました。顔見知りの地域支え合い協力員につないでいただくことで、心強く、強い味方だと感じ、共に地域へ出向いた最初の活動となりました。



## 活動の展開1 【協議体の雰囲気づくり】

第1回目の協議体全体会議には、28名の参加があり、初めに生活支援体制整備事業の説明、正副会長の選出、今後の予定が話し合われ、その後地域毎に分かれ「交流事業や支え合い活動について」をテーマに情報交換を行いました。地域支え合い推進員として進行役を担い、話しやすい雰囲気づくりに努めました。

地域毎の情報交換では、地域の高齢化が進み一人暮らしが増えている、広報配布時に声掛けなど心掛けている、子供達の登下校の際の安全対策など地域での見守りをしているなど、たくさんの声があり、全体でも共有しました。和気あいあいと話し合いが進みました。



## 活動の展開2 【協議体の名称決定】

第2回目の協議体全体会議には25名の参加があり、協議体の名称については「津谷地区支え合い推進会議」になりました。地域課題等の把握方法については、アンケートを実施することとなりました。コロナ感染予防対策のため短時間での開催となりましたが、参加者からはたくさんの意見を聞くことが出来ました。

## 今後に向けて 【住民との地域づくり】

協議体では、今後、地域課題等の把握や共有、解決に向けた話し合いを進める予定です。また、地域にある支え合い活動の紹介も行います。住民の方々が安心して暮らしていけるよう、協議体とともに支え合いの地域づくりに向けて活動していきます。



## これまでの経過 【いつまでも健康で元気に安心して暮らしたい】

大谷地区社協では、地域づくりに向けた具体的な取り組みとして、住民懇談会を開催し、地域の現状や課題の把握を行っています。

昨年度の懇談会では、「いつまでも健康で、元気に安心して暮らしたい」という願いや、「運転免許証返納後の足の問題」「集う場がない」などの地域課題、「若い世代へも呼びかけ、話し合える場を増やして欲しい」など、話し合いの場を求める声もありました。



## 地域支え合い推進員のかかわり 【地区のキーパーソンとのつながりづくり】

今年度は、これまでの住民懇談会で出された課題の解決に向けた話し合いを計画していましたが、コロナ禍で開催できない状況が続いています。そこで、まずは前任者と一緒に大谷地区社協の会長や役員をはじめ、地区内の振興会長へ挨拶に伺いながら、生活支援体制整備事業についての説明を行いました。地区社協役員から「今度、地域活動や集う場を開催する時には、声をかけるから」とお話しをいただき、地区のキーパーソンと繋がるきっかけになりました。

## 活動の展開 【楽しく健康に暮らすチャンスを一人数でも多くの人に】

振興会長等への訪問をきっかけに、振興会の通いの場やボランティア活動、老人クラブ活動等に伺う場面も増えてきました。訪問時には、事業の説明と併せ、活動状況などを把握しましたが、多くの地区は、コロナ禍のため、これまで取り組んできた高齢者の活動を自粛しているとのことでした。

その後、集まれなくても出来る健康づくり・つながりづくりの取り組みとして作成した「☆あるいて☆あいさつ☆気分は気仙沼一周！おさんぽすごろく」を振興会長等に紹介しながら配付しました。活用いただいた地区からは、「近所の人と一緒に始め、最初は30分だった散歩が、今では1時間くらい歩けるようになった」「楽しいし健康づくりにもつながっている」などの声も伺うことができました。

また、今年度作成した「支え合いだより」の表紙には、屋外で活動しているゲートボールの集いを紹介しました。メンバーからは大変喜ばれ、活動意欲の継続にもつながったと感じました。



## 今後に向けて 【つながりを切らしたくない】

地区社協会長からは「地域の高齢化問題を解決できる方法を地域みんなで考えていきたい。活動再開は大変だが、つながりが薄れていくことは避けたい」という思いをお聞きしています。

まずは、昨年までの住民懇談会で出された課題の解決に向けた話し合いの場が早期に実現できるように、地区社協や地域支え合い協力員と一緒に検討を進めてまいります。

## (7) 地域支え合い協力員との連携状況

### 地域支え合い協力員とは

本市の特徴の一つとして、住民と共にこの事業を進める観点から、16 地区社協より、地域をよく知る住民1～2名を「地域支え合い協力員」として推薦いただき、地域支え合い推進員と連携して地域づくりに取り組んでいます。

### 【地域支え合い協力員活動の紹介】

地域支え合い推進員の活動に協力いただいています。

#### 《活動内容》

#### 情報提供

・地域の通いの場や支え合い活動の情報提供

#### 地域とのパイプ役

・地域の役員などへ、地域支え合い推進員の紹介。同行訪問

#### 参加・伝える

・地域の交流会等への参加をとおした状況把握

・通いの場や交流会、日常生活の中で、支え合いの大切さを住民へ伝える。

・協議体及び住民懇談会開催に向けての話し合いと参加

#### 情報交換

・地域支え合い推進員との情報共有、情報交換（地域の状況や課題、課題解決に向けて）など

※活動内容は、地区の状況により変わります。



【通いの場への参加】



【住民懇談会での司会】

### 【地域支え合い協力員の配置状況】 10地区社協 16名（前年比 1名増）

- |          |          |          |          |
|----------|----------|----------|----------|
| ・西地区 2名  | ・上地区 2名  | ・魚町地区 2名 | ・鹿折地区 1名 |
| ・松岩地区 2名 | ・大島地区 1名 | ・面瀬地区 1名 | ・小泉地区 1名 |
| ・津谷地区 2名 | ・大谷地区 2名 |          |          |

### 3 地域包括ケア推進課における取組みについて

#### (1) 介護予防と地域づくりの一体的な取組みについて

市では、平成30年11月に東京都健康長寿医療センターと「包括的連携に関する協定書」の締結をし、地域の介護予防を推進する人材養成と高齢期における「フレイル予防啓発普及」を目的とし、令和元年度より「フレイル予防サポーター養成講座」を開催しております。

令和3年度より、「地域支え合い推進員」が16地区社協圏域に9名専任で配置され、推進員のうち、「フレイル予防サポーター養成講座」を受講した方4名にリーダーを担って頂き、市民サポーターと一緒に、3班体制でフレイル予防サポーター活動を実施しました。

「フレイル予防講座」を実施する場合、事前に地域の課題を共有し、解決に向けて、住民主体でどのように活動していくか、「地域ケア会議」を開催しています。

#### ① 地域ケア会議について

「個人」だけの取組みでは健康づくりや介護予防の取組みは継続できないことから、市では「地域全体」でフレイル予防に取り組むよう、啓発しております。

講座の開催前に、地域の代表者や関係者と、「どのような講座にするか。」「講座終了後、どのようなことを地域で取り組むか。」などを協議しており、地域支え合い推進員も会議に出席し、他地域の取組み状況やフレイル予防講座の内容について説明しています。

【浪板1区の様子】



【東中才2区の様子】



## ② フレイル予防講座について

### 1) 長磯浜お茶会

「長磯浜ふれあい館」を会場に、毎週火曜日に5名前後で集まり、ラジオ体操を実施しています。

運動講座を開催しましたが、参加者の方たちの多くは、膝や腰に痛みがありました。「自分の健康のため」「みんなに会うことが楽しみ」としており、毎週集まりを持ち、体操に取り組んでいました。



### 2) 南ヶ丘自治会

令和2年3月まで気仙沼公園にて、毎週火曜日にラジオ体操を実施し、交流の場としてきましたが、新型コロナウイルス感染拡大に伴い、活動を自粛。今回、運動講座をきっかけに、ラジオ体操を再開することになりました。



### 3) 赤田自治会

月に2回程度自治会主催の交流サロンを開催しており、そのなかで栄養講座を実施。食事バランスの重要性や高齢期における筋肉をふやすための食事について、講話を行いました。



### 4) 九条1区お茶っこサロン

九条1区お茶っこサロンでは、月に2,3回交流サロンを開催しており、会長自身がフレイル予防に関心を持っており、会員に広めたいとの思いがあり、栄養講座を実施しました。



### 5) 東中才二区自治会

新型コロナウイルス感染拡大以前は、自治会館にて、茶話会を開催してきましたが、現在は清掃活動など限られた活動のみ取り組んでいます。

今回のフレイル予防講座をきっかけに、自治会活動を活発化させていく計画です。



### 6) 千岩田自治会

新型コロナウイルス感染拡大以前は、自治会館で、交流サロンに取り組んでいました。地域の方たちから、集まる場を持ちたいという要望があり、今回のフレイル予防講座をきっかけに、定期的な交流会を開催し、男性も参加しやすい集まりにしていこうと検討しています。



### 7) 和野お茶っこの会

和野自治会館において、「和野お茶っこの会」として交流サロンを開催しています。

フレイル予防として、栄養講座を開催し、食事バランスの大切さについて講話しました。

普段食べている物のなかで、どのようなものを食べていくといいのか、たくさんの質問がありました。



## ③ 活動実績

令和3年7～8月にかけて、新型コロナウイルスの感染が拡大し、また、12月よりオミクロン株による急激な感染拡大に伴い、フレイル予防講座の実施団体数も7団体と少なく、市民サポーターの活動の場が少なかったです。

地域支え合い推進員には市民サポーターの役割を担って頂き、引き続き、地域支え合い推進員と市が協働で、フレイル予防の啓発普及に努めてまいります。

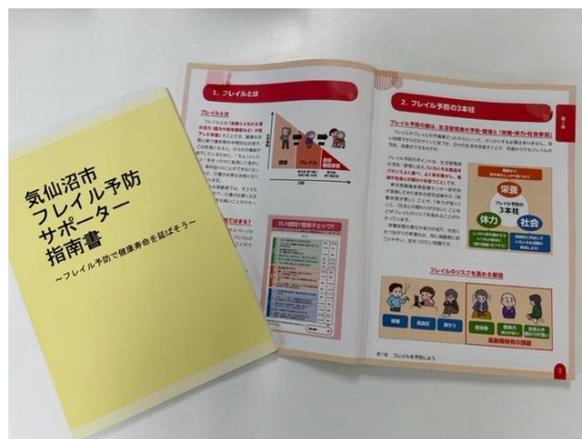
実施団体数	実施回数	延参加者数
7	18	225

## コラム

「フレイル予防サポーター」として、現在 13 名が活動しております。令和 2 年度より、市では「フレイル予防サポーター活動」を支援開始しておりますが、コロナ禍で市民サポーターの活動する場が限られていました。

「気仙沼市フレイル予防サポーター指南書」をもとに、フレイル予防サポーターが講師となり、サロン等で栄養また運動講座を開催しています。

地域支え合い推進員については、フレイル予防サポーターとして、各班のリーダーを担っていただき、引き続き市民サポーターの活動を支援していただきます。



### (2) 人と人をつないだマッチングについて

生活支援体制整備事業のなかで、地域における支え合いや、生活支援サービスの創設が求められており、当課で相談対応し、人と人を下記のとおりマッチングした事例があり、今後も地域におけるマッチングに取り組んでいきます。

#### 【主な内容】

No.	相談内容	対応・マッチングした団体
1	フードバンクより、保存食、お米の配布先を紹介して欲しいと相談があった。保存食については賞味期限があり、早急に対応が求められた。	市内の地域包括支援センターに相談し、担当エリア内で困窮している世帯に対し、保存食、お米の配布に協力して頂いた。
2	フードバンクより、12月に保存食の配布先を紹介して頂きたいという相談があった。	子ども食堂を運営している団体を紹介した。
3	市内の専門学校より、学生が困窮しており、何か支援はないかと相談があった。	「ひありんく」を相談するよう助言し、食糧等の支援が受けられることを学校に紹介した。
4	新月地区の交流サロン実施団体より、「野菜を提供できる方法はないか。」と相談があった。	新月地区内の社会福祉法人へ提供できないか、施設に確認したところ、了承して頂き、紹介した。

### (3) 人材育成に関する研修について

令和3年4月より、地域支え合い推進員が9名専任化されました。各推進員のこれまでの主な業務としては、令和2年度まで東日本大震災後の被災者支援事業に従事しており、「被災者に寄り添う」仕事から、「生活支援サービスの創設」「支援ニーズの把握」など事業展開が求められることから、自分が担当している地区の課題を把握し、課題解決に向けた活動ができるよう、東京都健康長寿医療センター研究所 倉岡正高氏を講師とし、年3回研修会を開催しました。研修会に参加することで、推進員自身が担当地区での目標を見出し、今後どのような活動を展開していくかを考える機会となりました。

#### 【研修内容】

	開催日	主な内容	研修の方向性
第1回	6月3日	「互助から地域づくりまでの戦略的PDCA」という内容で講演を頂き、地域課題解決のために、地区のアセスメントやどのように事業展開していけばよいか研修した。	次回までに「地域まるごと課題戦略シート」として、自分が担当している地区の課題やどのように解決していくか作成する。
第2回	9月3日	「地域まるごと課題戦略シート」に基づき、各推進員に担当地区の課題や今後の活動目標について発表して頂き、倉岡先生より助言を受けた	次回の研修会までに「地域まるごと課題戦略シート」に基づき事業展開したことを次回の研修会で報告することとした。
第3回	11月12日	前回の研修会后、地区でどのように事業展開してきたか、また、今後の事業の方向性について発表して頂いた。	2022年における事業目標を設定したので、次年度の研修会までに、事業展開や事業評価が求められた。

## 4 令和3年度事業実施を通して

平成29年度から令和2年度まで、第1層推進員1名と社協職員が兼務で生活支援体制整備事業の推進に取り組んできました。令和3年度より第2層推進員が9名専任で配置されたことで、地域関係者と顔なじみとなり、地域のお宝活動を後方支援したり、他地区で活動に困っている際の情報提供するなど、「地域支え合い活動」が地域全体に広がっています。

また、「地域のお宝」を探すのみではなく、「市民フォーラム」を開催し、お互いの地域でどのような活動を展開しているかを発表し情報共有することで、今すぐには地域で実践できなくても、地域における「地域支え合い活動」の必要性を啓発することができました。

地域づくりと一体的に取り組んでいる介護予防対策として、地域支え合い推進員9名のうち、4名については、フレイル予防サポーターとして、市と協働で「フレイル対策」の啓発普及のための「フレイル予防講座」に協力して頂きコロナ禍で地域活動が休止している団体の活動再開のきっかけづくりになりました。地域で交流する場が再開したことにより、支え合いの地域づくりにつながっています。

## 5 令和4年度以降の事業展開・方向性について

日常生活圏域ごとに「地域支え合い推進員」と「協議体」を設置し、地域の生活課題解決に向けて、高齢者の生活を支える体制づくりを進めることを目指します。現在、新型コロナウイルス感染拡大を懸念し、「協議体」の開催ができずにいる地区も多く、「自分たちが地域でどのように暮らしていきたいか」「どのような支え合いがあれば地域で暮らしていけるか」など、「地域の目指す姿」をできるだけ多くの人たちで考えられるよう、「協議体」での話し合いや活動を充実させていきます。

- 支え合いの大切さを伝える啓発活動を充実させながら、地域資源の把握に努め、地域生活課題解決に向けた地域での様々なネットワークづくりに取り組みます。
- 協議体や住民懇談会など、地域で自由に話し合える環境づくりを行いながら、住民主体の支え合い活動の促進を目指します。
- 地域団体や関係機関等と連携・協働して、担い手の育成に努め、活動に参加できるよう支援します。
- 地域における活動の場づくりの支援を行い、フレイル予防と高齢者の社会参加の促進を図ります。

## 令和3年度 気仙沼市生活支援体制整備事業報告書

発行日 令和4年3月

発行元 社会福祉法人 気仙沼市社会福祉協議会  
気仙沼市保健福祉部地域包括ケア推進課