

様式第4号（第15条関係）

会 議 録

- 1 附属機関等の会議の名称
令和4年度第3回美里町生活支援体制整備協議会

- 2 開催日時 令和4年12月22日（木）午後1時30分から午後3時まで

- 3 開催場所 美里町駅東地域交流センター 大会議室

- 4 会議に出席した者
 - （1）委員 小野俊次会長、渡邊かおり副会長、角田フミコ委員、
佐々木義夫委員

 - （2）事務局 美里町長寿支援課 横山太一、秀城百香
美里町社会福祉協議会 山口保広、永沼威雄、高橋ゆかり
田村紗希

- 5 議題
 - （1）開 会
 - （2）会議録署名委員の選出
 - （3）報 告
 - ①令和4年度くらしのサポーター養成講座について
 - ②令和4年度生活支援体制整備協議会啓発事業について
 - ③「ちいきみまもりたい」について
 - ④生活支援コーディネーターの活動について
 - （4）協議事項
 - ①見守りあいの推進について

6 会議の公開・非公開の別
公開

7 非公開の理由

8 傍聴人の人数
0人

9 会議の概要

(1) 会議録署名委員の選出 角田フミコ、佐々木義夫委員

(2) 意見等の概要

○事務局（高橋）

～報告（1）から（4）について説明～

ご意見、ご質問ありますか。

○佐々木委員 百歳体操は、普通は1回は指導していただけますよね。

○事務局（高橋） はい。大丈夫です。

○佐々木委員 実は関根地区で、コロナのため2年くらい活動を全部中止にしたので、来年からは活動しようとして今動いていますが、お茶飲み会の実施はまだリスクが高いだろうということで、いきいき百歳体操であればできるのではないかと考えています。その際1回目に体操のやり方を教わって、2回目からは自分たちでやるようにしたいと考えたんですけども、協力いただけますか。

○事務局（高橋） はい。大丈夫です。

○佐々木委員 どこにお願いに行けばいいですか。

○事務局（高橋） 長寿支援課または社協のどちらでも大丈夫です。体験会をやりたいとお声がけいただければ、お邪魔させていただきます。体験会のときは、いきいき百歳体操の効果についてお話しさせていただきます。その上で、実際に実技をさせていただいております。他に質問や意見はありますか。

(なしの声)

それでは、続いて協議事項に入りたいと思います。今回、皆さんに御案内させていただいたとおり、協議事項「事例からAさんの暮らしについて考える」ということで話し合いをしていきたいと思っています。

元気な方は人とのつながりがあったり、いろんな活動に参加している人が多いと感じたところです。そういうことを「社会参加」と言ったりすると思いますが、この「社会参加」についてのイメージを自由に付箋に書いてもらって、貼っていきたいと思っています。対象は高齢者として、どういう機会を社会参加と呼ぶのかを挙げていただきたいと思っています。

- 小野会長 65歳以上になると、いろんな趣味を持っているから、サークル活動などに進んで参加することも一つじゃないかなと思います。行政区やいろんなところで何かの役割を持って役員会などに出てみるとか、友達を作っどどこかに出かけるとか、そういうのも一つの社会参加かなと思います。アクティブに物事を考えてやるといいのかなと思っています。あと、社協や役場などの広報を見るといろんな講習会をやっているので、そういうのに参加することも良いと思います。
 - 佐々木委員 私の場合は、家から外に出ることかなと漠然と考えています。友達と話をしたり、いろんなことがたくさんあります。要するに、家にこもっていないで外に出ることかなと思うんです。もし、ボランティアの参加なんかがあれば、そこに積極的に参加するというのがまず一つです。それから、仕事を持つということも社会参加になると思います。
 - 小川委員 ボランティアへの参加ですね。あとは外に出ることや行政区のイベントにも皆さん参加しやすいかなと思います。以前に元気塾に参加した方が、本小牛田コミュニティセンターへ継続して来ていますが、順番に教師役をすることを頑張って実施しています。教わるだけではなくて、頭を使って教えるということも社会参加になると思います。
 - 事務局（高橋） 役割ですね。
 - 小川委員 役割なんです。あとは、お茶会を主催することや、参加することですね。本小牛田の地域で今年からスタートしたんですけど、民生委員さんと区長さんとボランティアの方を募って、小学校の長期休み明けの下校訓練のときに、見守りながら一緒に歩いてもらっています。それ以降も、朝の登校時に、玄関の前に子どもが通る時間に出て声かけしてもらったり、帰りは何時頃帰って来るというのを皆さん把握してもらって、「おかえりなさい」と言ってもらっています。おかげで子どもたちも、「知らない人だから」と言ってた子が、「この人は知ってる人だから」と言って、近所の人と帰って来たという事例もあるそうです。
- 特に本小牛田地区は、お孫さんと一緒に住まれていない方も多い地区ですが、お声がけをすると地区の子供たちのために参加してくれるので、これも社会参加なのかなと思っています。
- 渡邊副会長 私も皆さんと同じです。サークルに参加するとか、地域の学校と関わるとか、高齢者がデイサービスに行くというのも社会参加かなと思います。総じて、関わりをもってコミュニケーションを図ることが社会参加になると思います。
 - 事務局（高橋） ありがとうございます。サービスを通して誰かとつながる

ことも社会参加ということですよ。角田さん、お願いいたします。

- 角田委員 私は民生委員で個別訪問が多いので、地域に出てきてくださる方は健康な方だと感じます。家にこもっている方や誘っても出てこない方が気になります。地域活動やお茶飲み会やグラウンドゴルフなどに出てくる方というのは、結構、いつも決まった人で元気な人です。社会参加には関心が必要ですが、何でもいいと思います。犬や猫のことでも、花でも地域のことも、関心を向けていくことです。年を取ってくると私も自分の健康のことばかりで、今日は調子が悪いとか、足が痛いということばかりになってしまうので、自分以外に関心を向けられることがあればいいなと思います。

あとは友人・知人のことです。だんだん年齢とともに少なくなってくるんです。施設に入ったり、家から出てこなくなったりということが多くなります。少ない友人・知人を大事にして、電話でも訪問でもいいので、できるだけ関わりを続けていければと思います。

地域にはいくら訪問しても心を開かない人がいます。男性に多いのですが、ひとり暮らしの方で何度訪問しても心を開いてくれず、最後にはそのまま亡くなられた方もいるんですね。何度行っても話も聞いてくれない。チラシはこっそり入れて行ってという感じですね。だから、そういうときに心を開いてほしいというのが、いつも私が思っていることです。

- 事務局（高橋） そうですね。つながろうと思わないと、なかなか社会参加はできないですよ。角田委員がおっしゃっていた、他の人と関わりを持つというのは、集まりに行くだけではなくて、来てもらっても、そこで人とのつながりができる場合もあるということですね。ありがとうございます。

- 事務局（山口） 基本的には、家から出るという視点で私は思っています。まず地域の老人クラブへの入会などで活動へ参加するということです。多くの方がいますので、いろいろな交流ができると思います。

それから、老人クラブや地区の皆さんで行っている春の一斉清掃がありますが、そういうのに参加することがいい機会なのかなと思っています。これも地域に出るきっかけかと思っています。

それから何といても隣近所や友人とのつながりです。お茶飲み会という意見も出たかなとは思いますが、ただ男性としてはなかなか参加が難しいと思いますので、たまには酒飲みとかでもいいと思います。

それから、トラベルツアーへの参加ですね。見知らぬ人と巡り合えるということは、いい刺激になると思います。たまには遊技場へ足を運ぶということも一つです。

- 事務局（秀城） 私も家から出ることを常に考えています。趣味活動や買物に行くことです。地域の人と会えるのではないかと思います。回覧板が回って来たとき、家から出ただけでも誰かと話をするきっかけになったり、回覧板を回したときも話をする機会にもなると思っています。散歩したときに近所の人とおしゃべりするのでも社会参加かなと思っています。

- 事務局（永沼） 社会参加と聞いて、外に出ることや行事等への参加という

ことと、皆さんと違う意見としては選挙も一つなのではないかと思います。社会参加と意思表示というのにも似てるのかなとったりします。

また、家から出ないで社会参加できることや地域や社会とつながりを持つこととして、アンケートに答えることも一つの社会参加になるのかなと思っています。

○事務局（高橋） それでは、皆さんに出してもらった意見を分類してみました。一番多いのが「地域活動に参加」です。参加してつながるといものと併せて、「役割」の方は講師等になったり役を引き受けたり、活動をしたりというところですか。

あとは、「外に出る」が多いですね。いろいろなことで外に出る機会はたくさんありますね。買物も散歩もパチンコも外に出る機会ですね。ボランティア活動やサークル活動に参加することもですし、仕事も、サービスの利用も社会参加の一つなのかなと思っています。人との関わりというところでは、隣近所やお友達との関わりというところと、「自己研鑽」として自分の勉強のための活動や、講習会などに参加するというところが出ました。「意欲」というところでは、意欲があるからこそ、いろいろな活動に参加できるのかもしれないですね。

65歳以上の高齢者で、身体状況が弱くなってきて意欲が低下してしまうとどうでしょうか。もしかして、意識しないと社会参加や、人とつながることも難しくなってくるのかもしれないかもしれません。さきほどの話でもあったとおり、参加するだけではなくて訪問してもらうことで社会参加になる場合もあります。活動に行きたいけれど行けない人が社会参加につながるためには、訪問も一つの手段なのかなと思います。どんな状況でも自分が参加したいと思える場所が地域の中にたくさんあると元気になれるのかなと思いました。

今、社会参加のイメージを皆さんで共有しました。こういうことが社会参加だということを、共通理解できたと思います。次は、Aさんの暮らしと社会参加について考えたいと思います。事例をお渡しします。「美里町男さん」という架空の高齢者の事例について考えていきたいと思います。

美里町男さんは男性で78歳です。要支援2で家族構成はひとり暮らしです。生活歴として、75歳まで自営業で電気工事業を営みながら兼業農家として生計を立てておりました。若い頃からお酒が好きで、毎日晚酌をしていました。地域の農家組合に所属しておりまして、地域との関係も良好な方です。

既往歴ですが、3年前に植木の剪定をしているときに脚立から落ちてしまい、肋骨を骨折しました。3か月間入院して、身体機能が前よりも低下してし、退院後から意欲が低下し、日中も家の中で過ごすことが多くなり、生活に支障が出てきた方です。

現在の状況は、1年前に奥様を亡くされて、ようやく気持ちの整理がつかしましたが、いまだに何もする気力が起きません。最近では、杖を使わないと歩行が不安定になってきました。ある程度は身の回りのことは自分でできてお

ります。料理も少しずつ始めています。身体機能が落ちてきたというところもあって、地域の役員なども辞めてしまい、地域との交流は減っています。コロナの影響で、地域の行事もすべて中止となっております。家の中で過ごすことが多く、体を動かす機会がほとんどありません。外出は通院時と、田んぼの様子を車で見に出かける程度です。最近では遠くに住んでいる娘さんから、車の免許返納を促されております。日中はすることがないので、午後3時頃から晩酌しておりますが、食欲はありません。友人も仕事仲間も高齢になり、自宅を訪ねてくる人も少なくなっています。

町男さんの性格です。亭主関白で、これまで家事は一切せず、妻に任せきりでした。趣味はありません。人との交流や外出することは好きです。結果の出ないことはやりたくないという性格の方です。

これから、「美里町男さん」の周りに、どんな人や社会参加する機会があると元気になるのかを考えていきたいと思います。どんな機会があるのかというのをこの付箋に書いてください。

- 佐々木委員 私は、何でもできる新しい仕組みのデイサービスを作り上げていけばいいのかなと思います。お茶飲み会が本人の仕事としてできるような仕組みを作ればいいと思います。

仕事としてやれば高齢者の見回りもできるだろうし、イベントも一緒に参加できると思います。夜の対応はどうするかという問題はあります。仕事としてやれば、巡回するとか電話をかけてくれる人がいっぱいいるとか、そのような仕組みをボランティアや自治会の協力もいただいてやれると良いと思います。

- 事務局（高橋） サービスの仕組みとしてということですね。
- 小野会長 私は自分のことのように考えました。私がこうなったらどうするかということですね。一つは、知人に電話してみることです。電話が来なくてもこっちから電話することです。今まで何年も生きてるから、いろいろな人と付き合ってるわけですね。電話で「明日あたり会おうか」と言うと、誰かは来ると思います。こちらから電話してみることですね。例えば料理が好きだというなら、例えばYouTubeなどを見て料理を作ってみて、それで近所の人に食べてもらう。一緒に作ってもらったりしても良いです。あとは自分でできないことを、民生委員や行政区長に打ち明けることです。私がこういうことで困ってるんだということを言った方が楽だと思います。

- 角田委員 この対象の方が相談してくれたら、民生委員は通いつめますね。実際に経験があります。
- 小野会長 私の地域で、デイサービスを利用している人が結構いるんです。楽しみにしていますね。だから、週1回でもデイサービスに行くと、そこでいろんな人と知り合えて良いと思います。

- 事務局（高橋） ありがとうございます。小川さん、お願いします。
- 小川委員 やっぱり、デイサービス先で新しい出会いはありますよね。車の免許の返納を娘さんに促されたということなので、できれば送り迎えがある

といいのかなと思いますね。あとは、老人クラブで、誰かお誘いしてくれる方がいるといいですよ。老人クラブでは、それぞれいろんな健康体操やお茶飲み会をしたり、あとはグラウンドゴルフをしたり、ただ集まって話し合いをしてみたり、そういう方たちもいらっしやいます。何かしら自分に合うもので良いと思います。あと YouTube で料理することや、料理教室も考えました。美里町にも男のエプロンがあります。

娘さんにスマートフォンを 88 歳で渡され、積極的に利用されている方もいます。スーパーの無料のスマホ教室に最初通い、そこから遠方に住まわられる娘さんと電話しています。そのあと LINE も始めてテレビ通話を使って講座に参加しています。手芸講座や料理教室をスマホで見て、このコロナの中で、家の中で楽しまれているというのもあるので、これも家にいながらできることだと思います。

- 事務局（高橋） 新しいかたちの社会参加ですね。ありがとうございます。渡邊さん、お願いします。
- 副会長（渡邊） デイサービスなんですけど、今、デイサービスは、自立支援とか機能訓練・リハビリも充実してますので、やるとトータルにケアしていただけるのかなと思います。
- 事務局（高橋） ありがとうございます。では、角田さん、お願いします。
- 角田委員 私も身体の不自由さがあるので、まずデイサービスかなと思いました。人との関わりは民生委員の仕事なので、民生委員なら何度も何度も行って、心開いて信頼を得るまで本当に通いつめるということがあります。ひとり暮らしの方でしたが、「こんにちは」って言うと「勝手に上がってこい」という関係になりました。玄関を開けにくるのが大変だから自分は茶の間で休んでたりしていました。訪問したらずっと世間話をして、奥さんの思い出話から若い頃の話などをたくさん聞いて、本当に密な時間を過ごした方がいます。

あんなに気難しい人とよく親しくなれたねと当時はみんなから言われました。1回、2回訪問するだけではだめで、訪問した回数も数え切れません。逆に自分が弱ってくると、やっぱり自分のことを誰かには言いたいと思うんです。民生委員や区長さんはよく顔を合わせるので、そういう機会からつながって行って、いろんな情報も伝えると喜んでいただけるので良いと思っています。

- 事務局（田村） サークルやボランティアのところが少ないかなと思いますがいかがでしょうか。晩酌が好きと言ってたから、飲み会の機会を作るといいのではないかという意見もありました。あとは役割ですね。今までの知識や経験を役に立てるようなものも挙がりました。他には、外に出る機会としての行事ですね。いきいき百歳体操などに、参加するのもいいかなという意見がありました。

今は、身の回りのことは自分でできているようではありますが、生協の班宅配という介護保険ではないサービスを使っています。班だったら、隣近所

の人と組になって届けてもらうので、隣近所の人とも必然的に毎週1回顔を合わせることができるので、そこでの交流も深められるかもしれません。

町男さんも元気になれるのではないかと思うんですが、町男さん自身がつなろうという気持ちや意欲がないと、なかなか難しいですよ。

- 会長（小野） 人との関わりがしたくない人もいます。
- 事務局（高橋） そうすると、この意欲の部分を引き出すための隣近所の人なのか、友人や知人なのか、役場や社協なのか、いろんなアクションの起こし方はあると思うんですけど、地域にはそういう方がたくさんいると思うので、意欲の部分をサポートできる体制が、これから必要になってくるのかもしれないですね。
- 会長（小野） そういう人がいれば、電話して一緒にやらないかとか、そういう誘いをするのも良いかもしれないなと思ってます。
- 事務局（横山） そういった誘い合いができる関係がある方がいいですね。
- 事務局（高橋） 地域の中でお茶飲み会などいろいろな集まりがあると、参加者が固定してしまい、参加しづらいときに、声をかけてくれる人がいると良いと思います。
- 会長（小野） やっぱこのぐらいの年齢になると、声をかけられるとうれしいですよ。断るにしても、声をかけられれば嬉しい。
- 事務局（高橋） 社会参加するには、声かけも大事ということですね。背中を押してくれる声があると、社会参加するきっかけになるかもしれないですね。

今日挙がった意見でも、皆さんの地域に既にあるものもあれば無いものもあります。今日の意見を皆さんも持ち帰っていただいて、場づくりをするときの材料の一つにしていただければと思いますし、実際に何か活動や運動をしますというときは、ぜひ社協にもお声がけいただいて、一緒に考えさせていたきたいと思います。

- 事務局（田村） 皆さんの意見を聞きながら、移動販売もいいなと思いました。車が運転できなくなると、買物も大変になってくるし、行けないんだったら訪問してくれる仕組みの何かがあれば良いと思います。気軽に用足しが頼めるのも良いと思います。こうやって話すと見えてくることがあるし、こんなのがあったらいいなというヒントが出てくるので、とても大事だなと思いました。こういう町男さんみたいな人は、いっぱいいらっしゃるのではないかと思います。
- 事務局（高橋） 行くだけではなくて、町男さんの家に来てもらって料理教室をやるようなことも、いいかもしれないですね。
- 事務局（横山） ケアマネジャーも、デイサービス以外にもいろいろな社会参加を知っていただいたり、つなげていただいたり、いろんな機会があって活動や参加ができるようにしていければいいなと改めて思いました。ケアマネジャーや様々な人たちと話をしながら、介護サービスも介護サービス以外

のことも社会参加につながる機会として考えていけるようにできたらいいと思います。認知症カフェなどもありますが、社会参加の機会づくりについて、いろんな選択肢ができるように他の課と連携しながら考えていきたいと思っています。

- 事務局（高橋） ありがとうございます。例えば、月曜日はデイサービスで、火曜日はここに行く、水曜日はあそこに行くというふうになると、元気になるのではないかと思います。だから、社会参加の機会も一つだけというよりは、いろんな機会が組み合わせられると、より町男さんが元気になるのかなと思います。
- 事務局（秀城） 地域に必要なことは何だろうと漠然と考えるより、今回みたいに「この方だったらどういうことがあるといいかな」と考えると、皆さんからいろいろお話があったように、いっぱい出てくるんだなと感じました。あとは声かけがないと出てきてくれない方もいると思うので、地域の方の見守りも必要だと思うので、これから力を入れてやっていけばいいと思いました。
- 事務局（永沼） ここで今日皆さんと話ただけでも、社会参加のいろんな分類や機会があって、うまく分けていくと、もっといろんなものが出てくるのかなと思いました。その人が誰かと関わることや機会について出かけること以外にどんなものがあるかと考えるきっかけになったと思いました。皆さんの知恵や知識が集約されているので、参考にしていきたいと思いました。
- 事務局（山口） さっき横山さんがケアマネジャーの視点というお話をしていたと思うんですが、ケアに関するマネージング以外にライフのマネージング、ライフマネジャー的な動きをしていくと変わっていくのかなと感じました。
- 事務局（高橋） ありがとうございます。今日いただいた意見をまとめて、次回皆さんにお渡ししたいと思っています。
- 会長（小野） 今回の話は非常に素晴らしいことなんですが、どうやったら本当にこういう社会参加が実現するかということ、みんなで話し合うことで具体的になると、この美里町男さんは自立してくる感じました。
- 事務局（高橋） 今日出た意見の実現に向けて、実際にみんなでまた考えていきたいと思っています。みなさんも、ぜひ持ち帰って検討していただきたいと思っています。私たちも考えていきたいと思っています。
- 会長（小野） 美里町男さんにとって、みんなが町男さんのことを考えてくれるということ自体が非常に嬉しいことですね。私もそうですけど、高齢になると私たちのためにやってくれる人がいっぱいいるんだと思えることで嬉しくなるんですね。こういう会議に誰か一般の人も参加してもらい、話の中に入れてもらってもいいのかなと思います。
- 事務局（高橋） ありがとうございます。美里町男さんの事例として今日考えたんですけど、人によって違った社会参加の機会がたくさんあると思います。自分の身体状況に合わせて参加できる場が、美里町にたくさんできると

良いと感じました。それぞれの、自分が参加したいなと思う場所や自宅に来てもらえる機会など、そういうことが今後の美里町にたくさんあると、元気な人も増えてくるのかなと思いました。

- 会長（小野） そうしたら、「生きてるよ」という意欲がわくと思います。
「明日もそれなりに生きていこう」という意欲も大事だと思います。そういうことを、未来の若い人たちが考えてくれればいいなと思います。
- 事務局（高橋） そのためには、やっぱり「楽しみ」ですね。本日は協議会に出席いただき、ありがとうございました。

上記会議の内容に相違ないことを証するため、ここに署名します。

令和 年 月 日

委 員 _____

委 員 _____