

七ヶ浜町生活支援体制整備事業

# 七ヶ浜町の地域支え合い活動 「ゆるやかな見守り」 ってなに？ 第1回協議体

生活支援コーディネーター 鈴木 優

# 令和5年度協議体の振り返り



# 見守りにはどんな方法があるのか

## 交流の場

気になる人と直に接することなく、安否確認をしたり、生活状況を気にかける方法です。

## 声かけ・あいさつ

気になる人と会った時に、挨拶をしたり、声をかけたりする方法で、関係（コミュニケーション）づくりの第一歩となります。

# ゆるやかな見守り

## 周囲からの見守り

高齢者や子育て中の方々等が集まる機会を提供し、そこで生活情報や安否確認をする方法です。

## 訪問

一人暮らしの高齢者等のお宅を訪問し、直接コミュニケーションを図りながら、時には相談を受けつつ、健康状態や生活状況などを把握する方法です。

# ゆるやかな見守り

○ゆるやかな見守りとは・・・

地域住民の皆様や地域の様々な方々が、日々の生活などで、幅広い人を対象として「**いつもと違う**」「**何かがおかしい**」と**ちょっとした変化（異変）に気づくこと**がゆるやかな見守りです。

小学生から高齢者の方まで、あらゆる世代の方が自らの生活の中で負担のない範囲で行えるのが特徴です。

見守りのすそ野を広げていくためにも、ゆるやかな見守りは、今まで以上に重要性が高まっています。



見守りで・・・

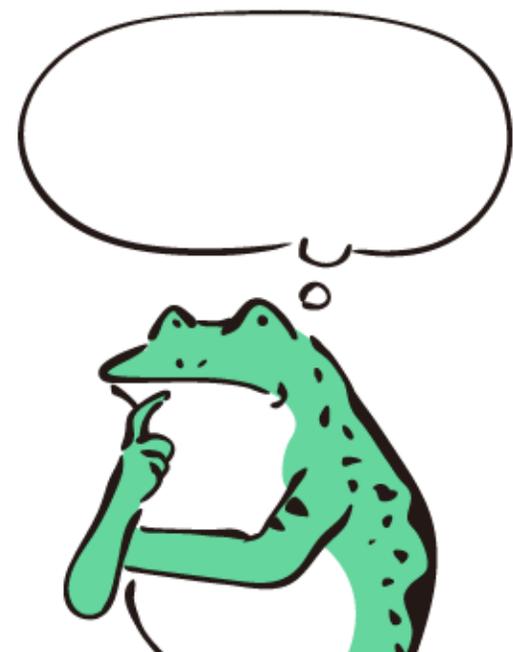
「ん？」 「おやっ？」 「あれっ？」 と思ったら

○まずは・・・

**「つぶやきを拾うこと」**

「ん？」 「おやっ？」 「あれ？」 と思ったら？

皆さんならどうしますか？



GW① 「ん？」 「おやっ？」 「あれ？」  
～皆さんならどうしますか？～

- 介護予防教室に相談がある。
- サロンで相談がある。
- 区長、民生委員、婦人会、団体、隣近所・・・等

上記の団体から話が上がった時には地域包括支援センター、又は健康増進課に連絡がいく流れが出来ている。

# GW① 「ん？」 「おやっ？」 「あれ？」 ～皆さんならどうしますか？～

- 体調がどうなのか。精神的な部分はどうなのか。
- 本人よりもかかわっている人にどうなのかを確認。
- かかわっている人に本人と話をしてもらって状態を把握する。
- ゆるやかに見守っている環境づくりが必要なのではないかと思う。

# GW① 「ん？」 「おやっ？」 「あれ？」 ～皆さんならどうしますか？～

- 一人暮らしなのか。家族構成により違いあり。
- 家族がいる場合
- 家族に状況を聞く事が大切。誰が聞くのか。近所の人、サークル仲間等の友人を通して確認してもらおう。
- 民生委員や区長が関わっていかないと難しい。
- 窓口は区長、民生委員がいいのではないか。
- いきなり行政、地域包括センターが訪問にいくと対象者がびっくりする。

「ん？」 「おやっ？」 「あれ？」 と思ったら？

みなさん周りではどうしてしていますか？  
どうしたらいいでしょうか？

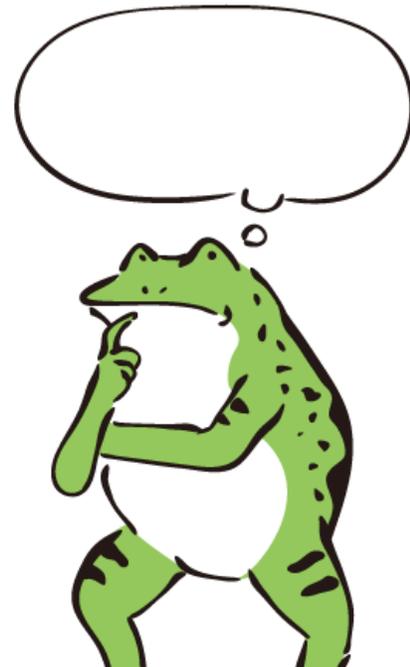


# GW② 「ん？」 「おやっ？」 「あれ？」 ～一般的な人ならどうしますか？～

- 区長の役割が大きい。
- あれと思ったら、区長、民生委員に報告。一方がいく。
- あれ ⇒ 区長、民生委員 ⇒ 包括
- 家族構成、サービス利用、未利用で対応が変わる。
- 見える化をすることの必要性。
- 一人暮らし ⇒ 家族の連絡先まで知らない。
- 同居 ⇒ 区長、民生委員が家族にまずは相談、説明をする。

# GW② 「ん？」 「おやっ？」 「あれ？」 ～一般的な人ならどうしますか？～

- 立場がない方は、いろいろな会合で把握？把握できるようなものがあるのか。手法があるのか。
- 誰が区長、民生委員、相談先がわからないのではないか。
- 相談先さえ分らないのではないか。
- 地域でお困りの方がいるが相談先がわからない。
- おや？あれ？を思うだろうか・・・。ハードル1
- 誰に、どこに相談したらいいのか。。ハードル2

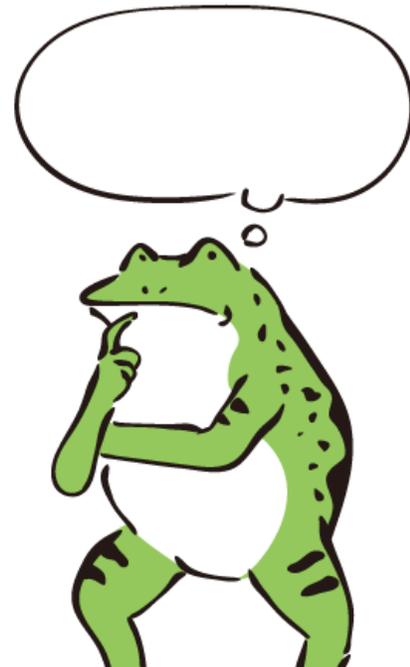


# GW② 「ん？」 「おやっ？」 「あれ？」 ～一般的な人ならどうしますか？～

- 対象者 見守りの対象者になっているか。（町、社協の訪問対象者） ※防災会長、民生委員、区長
- トラブル、事故がない限りはなかなか難しい。
- サロン活動 ⇒ 役員会
- ボランティア ⇒ 役員会
- お茶会

上記のような活動で情報共有等を行う。

その後は区長、民生委員に説明するような流れ。



協議体委員が考える

「つながる手法・つながりやすくなる手法」について

- **社協だより、七ヶ浜町広報、地区による会合での説明会。**
  - **高齢者、障害者は気にかかけあうシステムが出来ている。長い放置はなくなってきている。若い世代がこぼれがち。見守りが出来ていない。。。**
- **リーフレット等、皆が目を引くようなものに！**

**※若い人の視点**

協議体委員が考える

「つながる手法・つながりやすくなり手法」について

- **区長、民生委員に負担が多い。やってる人、本当にそう思っている？**
- **区長、民生委員は信頼がある。**
- **回覧板、ポストイン。→ ×**
- **回覧板は一言声をかけてから！！**
- **組長／班長に地区の人に対して、情報収集。**
- **→ 組長／班長も巻き込んでいこう！**

協議体委員が考える

「つながる手法・つながりやすくなり手法」について

- **広報活動は必須！！**
- **住民から誰に相談していいのか？まずはここを解決！**
- **相談窓口はどこなのか？**
- **トラブル、問題ごとは区長、民生委員 ⇒ ×**

# 誰もがいくつになっても 生きがいとつながりを持って暮らすために

**重要!**

公的な福祉サービスが入ったとたんに、地域とのつながりが切れてしまうことがあります。



80歳になったあなたは、どのような暮らしをしていきたいですか。住み慣れた地域で、家族や友人との良好な関係の中、趣味を楽しんだり、行きつけの店に行ったり、いろんな社会とのつながりがある暮らしではないでしょうか。

いつまでも生活の主人公として生きるには、専門職との関わりや福祉サービス利用の前に、家族や近隣、友人とのつきあいや、多様な生活資源が豊かであることが重要です。

参考：藤井博志（2010）「地域共同ケアのすすめ」CLC

資料：LOCALISM.LAB 代表 井岡仁志さん

本日のGWについて

リーフレットに  
掲載する項目のアイデア出し

本日のGWについて

リーフレットに  
掲載する項目のアイデア出し

キーワード

- ・多様なつながり
- ・住民向けのリーフレット
- ・心に響く！！

本日のGWについて

どんな  
内容を盛り込み？

目次を  
作ってみよう！

例) タイトル？

例) 内容？

例) イラスト？

例) こんな見守りがあるよ！

例) などなど

# リーフレットに 掲載する項目のアイデア出し

(発表者：伊藤芳夫)

- ・インパクト！！
  - ・困った時に誰にどこにの相談先
  - ・近所付き合いは良好ですか？⇒問いかけ、次につなげる。
  - ・おせっかい
  - ・おや？あれ？の部分
  - ・見てもらえなきゃ意味がない。
- ⇒リーフレット作っても目に触れなければ意味がない！
- ・配布方法、周知方法が重要！
  - ・チラシ的なもの！ポスター！⇒目に触れさせる。
  - ・作成したものをどう周知？大切！

# リーフレットに 掲載する項目のアイデア出し

(発表者：渡邊 役場)

- ・声掛けの重要性を周知する文言⇒高齢者のみではない、  
広い範囲のリーフレット
- ・どう見てもらえるか？
- ・つなぎ先がわからない。誰がいる？どこがある？

# リーフレットに 掲載する項目のアイデア出し

(発表者：土井さん)

- ・ A3 裏表
- ・ おや？あれ？をいれる。
- ・ 全戸配布
- ・ インパクト！
- ・ 困っていることがあれば？
- ・ 本人 ⇒ 友人、ボランティア フローチャート
- ・ 見やすさ 簡素化
- ・ マスコット作成！！案内人を作成！例) カエル

# リーフレットに 掲載する項目のアイデア出し

(発表者：伊藤 役場)

- ・文字多いのはNG！カラフル！簡単な言葉！
- ・A3 A4 二つ折り
- ・回覧板⇒ポストイン
- ・声掛けをして回してもなかなか・・・。
- ・レイアウトの重要性
- ・お宝のワード最高！
- ・おや？⇒相談
- ・自分の地区が入っていると親近感
- ・QRコード⇒ホームページ
- ・高齢者は紙面
- ・相談先⇒ともだち 身近な方
- ・まずは連絡してみよう
- ・備えあれば患いなしのワードGOOD！体験談、経験談の重要性！

# その他ご意見

- 気づきの情報（個人）がわからないと区長は動けない。
- これまでの協議体の活動をDVD化をして、総会等で周知した方が色々な気づきに繋がるのではないか！
- 映像化！！
- 一回ではわからない！やっぱり何回も周知！周知！

真壁さんより

•南三陸町

⇒ゆるやかな見守りについて漫画化！

⇒ アニメ化！！（DVD化 14分）

⇒ 多世代に向けて感想を聞く会を実施

※なんと低予算で作成ができた！！

# 令和6年度 七ヶ浜町生活支援体制整備事業 第2回協議体

日時：令和6年8月28日（水）14時00分～

場所：七ヶ浜町水道事業所第1会議室

今年度第2回協議体のGWについて

ゆるやかな見守りリーフレット  
(案)の校正についてお知恵をお貸  
しくください。

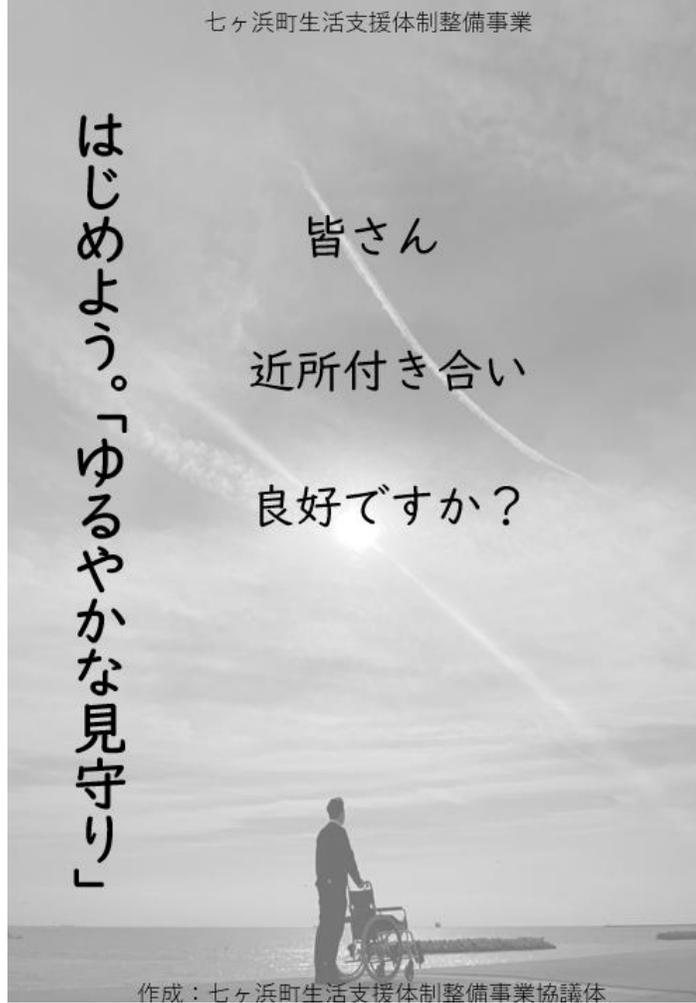
お手元のカラー（A3）をお開きください。

こちらはあくまでたたかれ台ですので、確定ではありません。

たたきにたたきまくってください。

表紙についてや中に掲載する内容等についてグループで話し合いをお願いできればと思います。

# 表紙案



# リーフレット（案）について

## ○レイアウトについて

- ・ A3（二つ折り）
- ・ A4（二つ折り）
- ・ チラシ、ポスター → 目に触れさせる。
- ・ レイアウトの重要性！！  
（インパクト、カラフル、簡単な言葉で、文字少なく）

# リーフレット（案）について

## ○掲載項目

- ・相談先（困った時はどこが相談先？まずは連絡してみよう。）

## ➡ どこに？

- ・入れてほしいワード

（おせっかい、近所付き合いは良好ですか？、異変とは？）

（声掛けの重要性、備えあれば憂いなし、体験談等：

# リーフレット（案）について

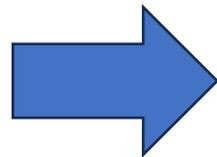
## ○周知方法

- ・周知が重要。
- ・回覧は声掛けをしてから、ポストインはNG
- ・周知は何度も、一回では伝わらない。

# 項目、校正について

- ファイルの中に入っているひとことワード、写真等があるので自由にこんな感じだと読みやすい、こんな説明文章だとわかりやすいな等ありまかと思しますので、グループワークにて話し合いをお願いいたします。

ファイルの中にこんなのが入っているので切ったり貼ったりしてイメージを作り出してほしいです！



ゆるやかな見守りポイント！

ん？おや？あれ？  
—異変を感じたら—

ゆるやかな見守りってなに？

あいさつが七ヶ浜町を変える！

備えあれば憂いなし！

まずは相談してみよう！

私達、協議体はこんなことを  
しています。

ゆるやかな見守りは「さりげなく」「ゆるやかに」「無理をせず」誰もが日々の生活の中で少し意識をすればできる見守りです。日常生活で「あれ？」「ん？となりのおばあちゃん、いつもと違う？」など異変に気づくことはあると思います。そんなふとした気づきを、ご家族、ご近所さん、区長さん、民生委員さんなどに相談しましょう。そうやって1人1人が意識をもち、気づいたことを伝えることで、ゆるやかな見守りは広がり、安心して暮らせる七ヶ浜町につながります。

# 各グループの発表内容（表紙について）

（Aグループ）

- ・ A3がいい。大きい方がいいと思う。この大きさに！
  - ・ ゆるやかな見守りをテーマ（お年寄りと子供がいたわっているような写真、イラスト）とした表紙。
  - ・ ゆるやかな見守りを文言
  - ・ なければ作る。イラストを作る。
- ➔ 服装、背景を選定し、作っていった方がいいと思う。
- ※一般町民 ➔ 肖像権等あるから、掲載してもいい人を掲載していった方がいい。

# 各グループの発表内容（表紙について）

（Bグループ）

- ・「あんだも あだしも ゆるやかな見守り」
  - ➡ ゆるやかな見守りを大きくする。
- ・写真 ➡ 歌を歌っているみたい。
  - ➡ 写真は考えた方がいいと思う！

# 各グループの発表内容（表紙について）

（Cグループ）

- ・ゆるやかな見守りを大きく。
- ・各地区4つに分けて、介護予防教室の写真を使った方がいいと思う。
- ・各地区版のリーフレットを作成  
（例：花渚浜 → まじゃらいん会の写真）
- ・やんだも やっかあ??

# 各グループの発表内容（表紙について）

県社協高橋さん 意見

- ・ 表紙 町長写真はちょっと・・・。  
長く使えるリーフレット。
- ・ 七ヶ浜町民に広く知れ渡っている人、キャラクターを起用。

# 表紙についての共通意見

## ・写真について

➡ 町長ではNG！！

例) 住民の写真（こどもが高齢者をいたわっている様子）

イラスト

地区を4つに分けて、地区に合わせた写真を使う

・「ゆるやかな見守り」ワードを大きく使う。

# リーフレットの中身について

(共通項目)

- ・ 異変を感じたら、誰に相談したらいいか
  - ・ 写真よりも、イラストを使ってわかりやすく。
  - ・ 生活支援COが皆さんのチラシ意見を踏襲し、作成し皆さんにお示しする。
- ➡ 第3回協議体をお楽しみに！