

# みんなのでつくろう

## 支え合いのまち

### あたたかい地域社会づくり

新野町で行われている高齢者と新野こどもセンター園児との交流会のようす。高齢者に元気に暮らし続けてもらおうと、世代間交流を実施しています。



人と人が世代や分野を超えてつながり、住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域を共に創っていく社会―「地域共生社会」の実現に向けた取組が本市でも広がっています。特に地域福祉においては、子どもや高齢者、障がい者など地域の全ての人がある一員としての役割を持ち、地域のさまざまな課題を「わが事」として捉え、従来の「支え手」「受け手」といった関係を超えた「丸ごと」の支え合い体制の構築をめざしています。

### みんなが一人ひとりを大切に

地域共生社会では、制度・分野ごとの縦割りの仕組みや「支え手」「受け手」という関係を超えて、地域住民や地域の多様な主体が参画し、人と人、人と資源が世代や分野を超えつながることで、住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域を共につくっていく社会をめざすことが目的とされています。言い換えれば、子どもでも、高齢者でも、障がい者でも、また、認知症で介護が必要になっても、穏やかに暮らし続けられる地域社会を創造していくことに他なりません。そのためには、さまざまな偏見や差別を解消し、みんなが一人ひとりを大切に、したいと思えるようなまちなしにすることが必要なのです。

身近な例を挙げますと、バスなどでよく見かける優先座席ですが、ヨーロッパやアメリカでは優先座席なんて見かけません。全席が優先座席という考え方がないですね。障がいや病気の有無などで座

してお迎えし、「認知症になっても住み続けられるまちづくり」と題してご講演いただきましたので、次ページではその内容を抜粋してご紹介します。

また、本市では介護保険事業における地域の支え合い体制づくりとして、高齢者の方を対象とした「ご近所デイサービス」と「ご近所ヘルパー」を平成30年度から実施しています。これらは共に地域のボランティアの皆さんが主体となって運営されており、「高齢者は支えられる側」といった、従来のイメージをくつがえすような活動が各地域で展開されています。この「ご近所デイサービス」と「ご近所ヘルパー」を足掛かりとして、住み慣れた地域で支え合い、すべての人がいきいきと輝き暮らし続けられるあたたかい地域社会の実現に向けた取組を一層推進してまいります。

る場所を区別しない社会、私はそれが普通の社会だと思っています。

### もっと自分を好きになる

他者を愛し、思いやりの心を持つためには、まずは自分自身のことを好きでなければなりません。自分のことを嫌いな人が、他者を好きになれるわけがないでしょう。人には、自分自身を認め、愛したいという欲求があつて、それはどんなに年齢を重ねても変わらないことが最近の研究で分かっています。そこで皆さんもぜひ、自分自身をもっと好きになってください。そして認知症の人をあたたく見守り、地域で暮らしすべての人が支え合うまちづくりがこの阿南で実現されることを願っています。(以上、白山さんの講演・資料を基に再構成しました)

### 住み慣れた地域で暮らし続けられるまちづくり

医師から認知症と診断されたとき、ほとんどの患者さんが混乱し、将来を悲観されてしまいます。家族も同様で、自分の親が認知症と診断されて冷静を保つことは容易ではありません。なぜこのようなことになるのかと申しますと、「認知症には治療法がなく、どんどん悪化して最後には自分や家族のこともわからなくなる大変な病気」というイメージが社会全体に刷り込まれているからであり、その結果として、認知症であることを隠し、日々の生活を苦しめながら送っている方が大勢いらっしゃ

やいます。

認知症は誰もが発症しうる病気であり、現在のところその治療法も確立されていません。そのことを踏まえ、今の私たちにできることは何でしょうか。私自身、認知症の研究において一番大切なことは、認知症に対する正確な知識を皆さんに持つていただき、差別や偏見をなくしていくことだと考えています。自分自身や家族の誰かが将来認知症になったとしても、住み慣れた地域で暮らし続けられるまちなしをみんなでつくっていくこと、このことが地域に暮らす私たちに課せられた使命ではないでしょうか。



白山 靖彦 さん  
徳島大学大学院医歯薬学研究部 教授

専門は医療福祉学。高次脳機能障害に関する医療社会学的研究に従事。県地域包括ケア推進会議委員や学会の代表幹事を務め、本県の地域包括ケアシステムの深化・推進に寄与されている。



みんなで作る、  
誰もが気軽に参加できる

## ご近所 デイサービス

ご近所デイサービスは、地域住民の方が主体となって運営するデイサービスで、介護保険事業における地域づくりの柱の1つです。地域の高齢者が気軽に集まれる場として、市内各地で活動が広がっています。那賀川町で「ご近所デイサービスきらら」を運営されている篠原京子さんに、地域共生社会を見据えたご近所デイサービスのあり方についてお話を伺いました。

**篠原さん** 那賀川公民館で毎週金曜日にご近所デイサービスを開催しています。この地域はもともとボランティア活動が活発で、以前から月2回のボランティアによる会食会を開催していたのですが、それを発展させる形でご近所デイサービスを立ち上げました。現在では、スタッフ、



いきいき100歳体操を行う利用者やスタッフ

利用者合わせて20人以上の方が毎週集まって、いきいき100歳体操やレクリエーション活動などを行っています。エコバッグづくりや藍染めなど、介護事業所のデイサービスでもなかなかやらないような独自性のあるレクリエーションも企画しています。もちろん会食は今でも続けていて、手作りのおいしい昼食が食べられると毎回好評いただいています。ご近所デイサービスの特長は、「地域のみんなでつくるデイサービス」ということです。「みんな」の中には利用者の皆さんも含まれていて、レクリエーションの準備や片付けなども一緒に行っています。会食で使用する食材は、参加者の皆さんが持ち寄ってくれたものも使っています。また、体調を崩して休んでいる利用者の方がいたら、他の利用者の方が様子を伺いに家まで行ってく

れるなど、利用者同士の見守り活動も自然に広がっています。スタッフも利用者もここでは自分の役割を持つており、「誰かの役に立つ」ことが皆さんの生きがいにつながっています。

「ご近所デイサービスきらら」の展望としては、高齢者だけではなく、子どもや障がい者の方など地域のあらゆる方にとっての居場所として発



「ご近所デイサービスきらら」の篠原さん

展させたいと思っています。実は、7月から地域の障がい者就労継続支援事業所の利用者の方がボランティアとして来てくださるようになりました。さらには貧困や孤食といった問題を抱える子ども達も気軽に来られる場所として地域に貢献できたらとも考えています。スタッフの後継者の育成など、まだまだ課題はたくさんありますが、「ご近所デイサービスきらら」が那賀川町における地域づくりの一翼を担っていきけるよう、これからもみんなで楽しく頑張りたいと思います。

## ひとひとが 人のため ご近所 ヘルパー

住民同士の「お互いさま」の助け合い。ご近所ヘルパー事業では、高齢者への見守りや家事援助などのボランティア活動を通じて、地域のつながりの再生をめざします。見能林町でご近所ヘルパーを利用されている棚橋寛さんとヘルパーの加藤 寛さんの場合を例に、介護保険事業における地域づくりのもう1つの柱であるご近所ヘルパーの取組についてご紹介します。



ヘルパーの加藤さん（写真左）と利用者の棚橋さん（同右）

利用として、主に風呂そうじをお願いしています。

**加藤さん** 高齢者お世話センターの職員の方に勧められて、ご近所ヘルパーを始めました。ヘルパーの経験は全くありませんでしたが、家事援助くらいであれば自分でもできると思います、ご近所ヘルパーに登録することにしました。もともと県外出身で、ずっと会社勤めだったこともあって、近所の方との交流はほとんどありませんでしたが、ご近所ヘルパーが地域に貢献できる良いきっかけになったと思っています。

**棚橋さん** 近所の方にヘルパーとして来ていただくことに抵抗はありません。加藤さんは気兼ねしない性格なので、話し相手にもなってくれます。最近はお外に出歩くことがなくなりましたので、家族以外の

方とお話することは気分転換にもなっています。これからも、趣味の裁縫やちぎり絵などを楽しみながら、自宅で気ままに暮らし続けられたらと思っています。もちろん、自分の体調や年齢と相談しながらですけれどね。

**加藤さん** 私は小学校6年生の時に父を亡くしました。その時のことを思い出してみると、近所の人がいっぱいと世話を焼いてくださったおかげで今の自分があるのだと思っています。ですから、私にとってご近所ヘルパーの活動はその時の恩返しでもあるのです。もともと家でじっとしてられない性分なので、ボランティアとして活動できることは自身の生きがいにもなっています。

### 「広報あなん動画版」

市政について広報番組を制作し、ケーブルテレビ11ch（ケーブルテレビあなん、県南テレビ）やYouTubeで放映しています。  
10月から「みんなで作ろう 支え合いのまち～あたたかい地域社会づくり～」を放映します。地域共生社会の実現に向けた取組を映像でご紹介します。ぜひ、ご覧ください。  
☎ 秘書広報課（☎22-1110）へ

## あなたの身近な相談窓口 高齢者お世話センター

ご近所デイサービスとご近所ヘルパーは、介護保険事業として実施しているため、要支援の認定を受けた高齢者や生活機能の低下がみられる高齢者を主な対象としています。ご利用を希望される場合、まずはお近くの高齢者お世話センターにご相談ください。

高齢者お世話センターは、各地域における高齢者の「総合相談窓口」として、介護保険サービスについての相談や認知症の相談、高齢者虐待についての相談など、高齢者に関わる様々な相談支援を通じて、あたたかい地域社会の実現に向けた取組を行っています。

名称	連絡先	担当地域
阿南東部高齢者お世話センター	宝田町今市金剛寺43番地 ☎22-4577	富岡・宝田・中野島
阿南中部高齢者お世話センター	見能林町南林260番地7 ☎23-3728	見能林・橘・桑野
阿南西部高齢者お世話センター	長生町西方59番地 ☎23-5046	大野・長生・加茂谷
阿南南部高齢者お世話センター	新野町信里65番地 ☎36-3634	新野・福井・椿
阿南北部第1 高齢者お世話センター	那賀川町苅屋357番地1 ☎42-2900	伊島・那賀川・羽ノ浦 (中庄と宮倉を除く)
阿南北部第2 高齢者お世話センター	羽ノ浦町中庄大知洲8番地1 ☎44-6836	羽ノ浦 (中庄、宮倉)