

竹田市経済活性化促進協議会

人材育成セミナー報告書

1. セミナー : 第1回 暮らしのサポーター養成セミナー
2. テーマ : このままでいいの？竹田市
(人生80年時代を迎えて・地域福祉活動の現状)
3. 日時 : 平成23年9月4日(日) 10:00~12:00
4. 場所 : 竹田市総合社会福祉センター 会議室
5. 講師 : 竹田市社会福祉協議会、総務社会福祉課
地域福祉班係長・吉岡庸博氏
6. 事務局 : 児玉誠三、古澤守高
7. 内容

講義内容 :

今、何かをやらないと。

今後、誰かが、なにかをしてくれるということはない。

1) 地域社会の現状

- ・ 少子高齢化の加速、独居世帯の増加、生活困窮世帯増加、買い物移動の不便さ、児童高齢者への虐待。自殺、子育て不安、悪質被害増加。

竹田市は1年に約7世帯10人程度増えているが、高齢者、特に50~60代の仕事がないのが現状。

- ・ 竹田市の高齢化率は39.3%⇒超高齢化社会、全国で2位。

●80歳以上の認知症の発症率は？⇒4人に1人

75歳以上では？⇒7人に1人

65歳以上では？⇒10人に1人

※認知症が出始めた症状の例として

「お金がなくなった」、「お金を取られた」など言い出す。

2) 竹田市の高齢者の実態・・・全国2位

- ・ 竹田市で一番多い世代は⇒70代、65歳以上で2人暮らしは4割程度。
- ・ 80代と40代ではどちらが多いか⇒80代が多い。
- ・ 独居世帯は実に2271世帯。
- ・ 竹田市の人口のうち、高齢者は9,799人。高齢化率が若い順に並べると

久住（35.9%）、萩（36.7%）、直入（40.0%）、竹田（40.7%）となる。

- ・ 100歳以上の割合⇒男性 3人、女性 19人、最高齢 106歳
- ・ 竹田市の平均年齢⇒男性 78.6歳、女性 86.3歳（女性の強さは平均年齢にも表れている）
- ・ 竹田市は高齢化率が高いと言っても、高齢者の人口 9,799人のうち、介護予防が必要な人は 660人、介護認定者は 2000人。介護認定を受けずに元気に暮らしている人は 7,300人もいるので、高齢者が多い竹田でも、他県に自慢できるのではないだろうか？（H23.9.1現在）

3) 住み慣れたところで暮らし続けたい

家族の暮らす都会に誘われて行ったが、外は危ないからと鍵をかけられ閉じ込められ、籠の鳥のような生活を強いられている事もある。

暮らすなら、知り合いもいる住み慣れた地域がいいと願う。

しかし、地域で住むには壁がある。

- ① 意識の壁・・・誰にも迷惑をかけたくないという思い。自分には関係ないという意識。
手伝ってくれると言われても、手伝って欲しいとは言い出しにくい。
（近所の高齢者にゴミ出しなど言ってくれればすると声かけするも、遠慮し、結局、家族が帰ってから頼む人も多い）
- ② 情報の壁・・・様々な情報が必要な人に届いていない。情報の伝達が不十分。
- ③ 制度・サービスの壁・・・サービスが足りない。内容が不十分。
久住と直入には地区には、社協は出来ていない。
自治会長に言われても全部は出来ないなので、今回の事業の中から、そういう仕組みができるといい。

4) 社会福祉の3つの力

- ① 自助力（自身、または家族だけで出来ること）
- ② 公助力（行政・地域包括支援センター・医療保険福祉専門職・公的サービスなど）
- ③ 共助力（住民の主体的な福祉活動。ボランティア・地区社協・おしゃべりサロンなど）

「共に助け合おう」という意識。

※この3つが1つになって、「誰もが安心して心豊かに暮らせるまちづくり」の地域福祉が実現する。

○これからの福祉のキーワード

「地域福祉」住民主体の地域づくりが求められている。

「きっと誰かがしてくれる」ではなく、自分たちが動く時代。
・医療が必要になってからでは遅い。その前に予防することが大切。

5) 竹田市の主な問題や課題

- ・身近なところに高齢者が出かける場所がない。
- ・買い物や病院に行くのに交通の便が悪い。
- ・福祉サービスなどの情報がわからない。サービスがわかりにくい。活用出来ていない。
- ・地域住民が認知症を理解していない。
- ・竹田・荻地区以外に福祉委員を地区内に設置したい、など。

6) 竹田市の地域福祉で目指すもの

- ・安心して住みよいまち・・・必要な制度・サービスが整備・充実していること。
- ・住民1人ひとりがその人らしく・・・年をとって身体的に衰えても、病気や障がいがあっても、健康でなくなっても、自分らしく暮らせる。
- ・共に支えあう⇒社会参加で地域との繋がりを作り、自然な声掛けや見守り、交流。

7) 地域の中でのコミュニティづくり

「さいごまで、自分らしく安心して暮らせるまちづくり」を目指して

- ・挨拶をしあえる関係づくり
- ・相談出来る関係づくり
- ・気軽に集まれる拠点づくり
- ・人と人との関係が広がるサロンづくり
- ・助け合いの仕組みづくり
- ・住民が主体となって参加する。
- ・ネットワークで受け止める。排除しない。

「共汗の環境」・・・共に汗をかかないと感動は生まれない。

8) 講師より、実際に竹田で起きたいくつかの事例をもとに、見守りが役に立ったケースを紹介する。

※実際に倒れている人を発見した時は、1人では対応しないこと。

すぐに近所の人を呼ぶなどして、二人以上で対応する。

1人は必ず警察の事情聴取を長時間受けることになるので、手際良く複数で対応することが大切。

※竹田市社協では、毎月第2金曜日に弁護士による無料法律相談を開催しているので、ぜひ利用して欲しい。予約制で、1人30分。13:00～16:00まで

9) 認知症予防体操（講師指導による）

右脳と左脳をバランスよく使うことで認知症になりにくくなる効果がある。

①指体操

右手は親指を出し、左手は小指を出す。合図で反対にする。

⇒どちらを出していいかわからなくなる参加者も多くみられる。

②右手で鼻をつまみ、左手で右の耳をつかむ。合図で手を交代する。

次は左手で鼻をつかみ、右手で左の耳をつかむ。

⇒右手で鼻をつかんだ時、左手は右耳をつかむはずが、うっかり左耳をつかんでしまう人や、両手で鼻をつかもうとする人、鼻の位置が解らなくなり、鼻を探してしまう参加者もみられる。

③右手をグーにして右腿をさする。左手は左腿を叩く。同時に行う。合図で手を代える。

⇒手を代えた時に同じ動作をしてしまう（両方で叩いたり、さすったり）。

グーにしたままでさすったりしてしまう。

時間をかけると出来るようになるが、とっさでは出来ないことが多い。

※日頃から普段は使わない左手を使うようにするのも効果的。

10) グループワーク

4人ずつのグループに分かれる。各自、竹田について、今回のセミナーについての意見や感想、要望等を話し合ってもらおう。

時間の都合により、発表は出来なかったが、アンケート用紙に個別番号と名前・班を記入してもらい、回収する。

●その他意見や感想

・参加者の実例としての発表・・・自宅に94歳のおばあちゃんがいる。制限はせず、本人のしたいことを自由にさせている。好きなことを好きなだけさせる。自分で出来ることは可能な限り、自分でさせる。

家族がするのは食事管理だけ。現在も、食べる量は少ないが、家族全員と同じ食事を摂ることが出来ているという話がある。

11) 今後のお知らせ

推進員より、次回セミナー9月7日（水）のお知らせと、暮らしのサポータースキルアップセミナーの募集についての説明を行う。

12) 閉会

●セミナーの様子



認知症予防体操の様子

