

平成30年度

(2018年度)

鎌倉市高齢者生活支援サポートセンター

活 動 報 告

特定非営利活動法人

かまくら地域介護支援機構

1. はじめに

鎌倉市高齢者生活支援サポートセンター（以下サポートセンターという）は、平成19年度から鎌倉市とかまくら地域介護支援機構との協働事業として「高齢者生活支援サービスの調整機関の検討委員会」において検討し、その後、高齢者生活支援を担うサポーター養成講座、開設準備のための試行等を経て、平成25年5月より鎌倉市の事業として当法人が「鎌倉市高齢者生活支援サポートセンター事業」を受託し、平成25年7月1日に在宅福祉サービスセンター内に開設した。高齢者が地域の中で安心して暮らしていただけることを目的にして、鎌倉市高齢者生活支援サポーター養成講座を受講した市民による活動を続け、地域包括支援センター等の関係機関と緊密な連携を図り、次年度7月に満7年を迎える。この報告書は平成30年4月1日から平成31年3月31日までのサポートセンターの活動を報告するものである。

2. 平成30年度の活動について

平成30年度利用者登録数は115名（前年度は97名）で、年間利用者数は延べ704名、平成31年3月末の実際の利用者数は65名（前年度は50名）であった。途中で施設入所や転居、入院などにより、人数に変動がある。また、登録サポーターは177名（前年度152名）でサポート活動を行っている。なお年間支援件数は756件、支援回数は1849回、活動時間は3051時間である。

毎月のサポーター会議では、利用者の状況の把握や意見交換しながら、利用者が安心して自宅で過ごせるように話を重ねている。今年度も各地域で開催し、地域包括支援センターの職員や生活支援コーディネーターを招き、サポートセンターの活動への理解と連携をより深める機会とした。参加した方からは、サポーターが利用者やその家族との信頼関係を構築し、その結果、利用者の笑顔や生活の改善につながっていること、支援する側として達成感を得ることにより、高齢になっても暮らしやすい地域づくりの担い手になっているのではないかとの感想を得ている。

鎌倉市との合同会議では活動報告や改善点等を検討し、常に情報を共有している。

なお、登録サポーターのスキルアップを目的とした研修会を年2回開催、毎回多数のサポーターが参加し資質の向上に努めている。また年2回、情報紙「おげんきですか通信」を発行し、サポート活動の報告や利用者の声、スキルアップ講座の感想などを掲載し、サポートセンターの状況を市民に向けて発信している。

3. 利用者数や受付状況、

1) 利用者一覧表

地域	利用人数	性別		年代				家族形態			介護認定			
		男性	女性	60代	70代	80代	90代	独居	配偶者同居	配偶者以外同居	認定なし	支援1	支援2	介護1
鎌倉	23	2	21	0	3	17	3	9	9	5	11	2	5	5
腰越	47	10	37	2	7	34	4	26	12	9	24	10	12	1
深沢	13	3	10	0	2	8	3	10	2	1	7	4	2	0
大船	20	2	18	0	5	13	2	10	7	3	6	8	4	2
玉縄	12	4	8	0	2	9	1	6	3	3	3	2	4	3
合計	115	21	94	2	19	81	13	61	33	21	51	26	27	11

高齢化が進む中で高齢者夫婦の世帯は、将来どちらかが「介護」が必要になったときいわゆる「老々介護」が問題となる可能性が高い。「独り」になった時、日常生活の困りごとを感じる人が増えている。

介護保険では同居の家族がいる場合、生活支援などのサービス利用が制限されるために、家族の介護負担は重い。近隣の人や友人が高齢となり頼れなくなるなど、相談相手が徐々に減っている。生き方、考え方を尊重しながら自立支援、介護予防の視点に立ち、支援することが益々必要となっている。

気持ちに寄り添いながら「少し手伝って欲しい」という、介護保険では対応できない支援や困りごとを気軽に相談できる窓口として、地域包括支援センター等の関係機関と連携しながら地域の助け合いの活動を広げていきたい。

2) 受付状況

月		4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計
新規電話 受付		4	9	6	7	8	4	5	8	5	4	9	6	75
内訳	訪問件数	3	7	4	4	7	2	4	4	3	2	8	3	51
	相談件数	1	2	2	3	1	2	1	4	2	2	1	3	24
契約成立件数		3	5	4	2	5	4	4	4	2	2	5	5	45
訪問件数 モニタリング	担当者会議等	2	1	1	0	2	1	3	2	2	2	2	2	20
	サポーター同行	8	0	1	2	1	2	3	4	2	1	2	2	28
	計	10	1	2	2	3	3	6	6	4	3	4	4	48

困ったことへの対応を気楽に相談できるという、サポートセンターの仕組みへの理解が広がっている。地域包括支援センター、居宅介護支援事業所からの相談が多く、生活状況、身体状況を共有しながら支援している。相談者の思いはそれぞれで、何が一番困っているのか、どのように過ごしていきたいのか、コーディネーターは、ご本人、ご家族の声をゆっくり聴きながら支援を組み立てている。

サポーターが定期的に支援することで、利用者は気力がでて元気になり、明るく前向きに過ごしている事を感じる。これからも、支援の担い手としてのサポーターの養成は重要と考えている。多くの方にサポートセンター事業を知っていただき、地域に根ざした助け合いの活動を広げていきたい。

3. サポーターの活動状況

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
件数	62	65	66	60	55	58	68	64	64	59	64	71	756
回数	145	166	149	153	134	138	188	174	153	137	140	172	1849
時間	241.5	278.5	248.5	238.5	210.5	221.0	303.0	355.0	237.5	199.0	206.5	311.5	3051
利用者数	57	60	60	56	53	55	62	59	60	56	60	65	703
※取扱い調整件数	254	146	191	141	127	173	213	99	196	100	146	153	1939

※コーディネーターの新規や継続等の電話相談対応の件数です。

4. 活動の内容 (年間の活動の中での代表的な事例)

支援内容	性別	年代	依頼内容	サポート内容
趣味や生きがいの支援(1)	女性	80代	ずっと花壇を借りているが、腰が痛いのでなかなか本格的には手入れができていない。手伝って欲しい。	二畳ほどの大きさ。雑草が根をはっている。手入れを一緒に行った。
	男性	80代	庭の手入れが大好きだが、長時間しゃがむのが辛い。庭の手入れをして欲しい。	今迄1人で出来たが、少しずつつきつくなってきた。やり方を聞きながら手入れをする。

趣味や生きがいの支援(2)	男性	90代	家庭菜園を一緒に手伝って欲しい。	毎年夏野菜を作っている。作る楽しさと、作物をご近所に配り喜んでもらえて生きがいがあるとの話を聞きながら手伝う。
	女性	80代	若い頃から畑仕事をしている。畑と一緒に手伝って欲しい。	膝関節症で腰が曲がらず、しゃがめない。季節ごとに苗を植えて収穫の手伝いをする。
外出支援	女性	80代	独り暮らし。心臓疾患、腰痛、膝痛があるので1人で通院が出来ない。	月2～3回自宅からタクシーを利用して通院同行。院内での付き添い、待ち時間では気持ちを受けとめ、お話を聞く。
	男性	90代	安心して買い物に行きたい。自分の目で見て選びたい。	月に1回タクシー利用して近くのスーパーマーケットまで同行する。
	女性	80代	杖を使いながら歩行している。公共機関を利用して遠方まで一緒に行って欲しい。	段差に注意しながら、歩く速さに合わせて歩くようにする。
家事支援	女性	80代	30分作業をして椅子に腰かけて休む。思い通りに家事が出来ない。	腰痛により、かがんだり、長時間立っていることができないので、掃除等一緒に手伝う。
	女性	80代	背は円背、背骨も湾曲しており、耳が遠い。調理を手伝って欲しい。寝たきりの妹さんの世話している。	栄養が気になり料理を栄養士に教えて貰った事がある。話をしながら手作りの温かい物を作る。
	男性	80代	部屋が片付いていないことが気になる。少し動くと疲れてしまう。家を片付けたい。	大病を患い体力低下がある。帯状疱疹の痛みが続き無理出来ない。家の片付けを一緒に手伝う。
	女性	80代	独り暮らし。膝が悪く、重い物が動かせない。掃除が大変なので手伝って欲しい。	一緒に話をしながら手伝う。
	男性	80代	2世帯家族だが日中独居。水回りの掃除と繕い物も手伝って欲しい。	物を大切にされる。気持ちを聞きながら、下着のゴムの入れ替え、布団の襟かけ等季節ごとの繕い物をする。
話し相手	男性	80代	外出する機会が減り、家にいることが多い。話を聞いて欲しい。	話題は豊富で会話を楽しみにされている。気分転換になるとのこと。
	女性	80代	独り暮らし。気持ちの落ち込みがある。物忘れがあり、時々不安になる。日々の出来事を聞いて欲しい。	病気に対するストレスがあり、細かいことが気になる。辛い、寂しいという気持ちに寄り添いながら話を聞く。

利用者の方は開設以来からの99歳の方を筆頭に、90歳代の方を10名ほど支援している。また80歳代は約40名いる。高齢化が顕著になってきている事を感じる。

熱中症やインフルエンザで体調を崩す方もなく、それぞれに在宅で体調に留意しながら生活されている。庭仕事が好きで、一緒にやって欲しいとの要望も多い。今まで出来ていた事が年を取ると出来なくなってくるが、一緒に手伝ってくれると頑張れると、前向きになられている。また、手足の骨折等で完治するまでの家事支援や、引っ越しの片付けの手伝いなどの短期の支援の依頼も受けている。

5. 鎌倉市高齢者生活支援サポーター養成講座

鎌倉市に暮らしている高齢者が、安心して在宅生活を過ごすうえで必要な家事支援等の軽度なサービスを提供するために、必要な知識と技術を身に付けた「鎌倉市高齢者生活支援サポーター」として地域で活動に参加する人材の養成を目的として、これまでも年4回開催している。今年度もサポーターを全市的に迎えることを目的に、講座を下記の通り開催した。

	月 日	開催場所	受講者数		登録者数	
			男性	女性	男性	女性
1	5月22日(火) 5月25日(金)	深沢学習センター	3	11	3	5
2	8月22日(水) 8月29日(水)	腰越学習センター	2	5	1	5
3	11月22日(木) 11月29日(木)	生涯学習センター	2	4	2	4
4	2月19日(火) 2月22日(金)	大船学習センター	3	11	1	4
	合 計		10	31	7	18

6. コーディネーター養成講座

生活支援を希望する高齢者に、担当するサポーターの紹介やサポートを円滑に行うために内容を調整するコーディネーターは、活動を進める上で重要な役割を担っている。地域包括支援センターや民生委員と連携し、依頼者である高齢者にとってより良いサポートを提供することに努めている。また、高齢者の状況や介護保険制度、対人援助などを理解することも重要である。今年度は、コーディネーターを養成する講座を下記の通り開催した。

開催日	開催場所・講師	受講者数	
		男性	女性
8月3日(金) 8月9日(木)	鎌倉市福祉センター 講師：坂本文典氏・大坂慎介氏 他	0	7

7. そのほかの活動

1) 研修会の開催

- ① 第1回サポータースキルアップ講座 「活動を振り返る」
日 時：30年9月7日(金) 13:30～15:10 場所：生涯学習センター
参加者：サポーター23名、スタッフ7名、地域包括支援センター職員4名
- ② 第2回サポータースキルアップ講座 「みんなで語ろう、嬉しかったこと、困ったこと」
日 時：31年3月1日(金) 13:30～15:00 場所：腰越学習センター
参加者：サポーター19名、スタッフ6名、地域包括支援センター職員1名

2) 会議

- ① サポーター会議 毎月第1金曜日(8月を除く) 13:30～15:00 各学習センター
- ② 鎌倉市との合同会議 原則として毎月第3金曜日 13:30～15:00 台在宅福祉サービスセンター

- ③ 事務局会議 毎月第1金曜日(8月を除く) 15:00~17:00 各学習センター
- ④ コーディネーター会議 毎月第3金曜日 10:00~12:00 在宅福祉サービスセンター

3) 行事

- ① 新年会 31年1月11日(金) 13:30~15:00 玉縄学習センター
*高齢者いきいき課と訪問介護事業所より、介護保険サービスAについての説明
参加者: サポーター34名 スタッフ9名

4) 広報活動

- ① 情報紙「おげんきですか通信」第9号及び第10号発行
- ② パンフレット「おげんきですか」改訂・印刷
- ③ 老人会、町内会等への説明(下表参照)

月 日	時 間	地 域	件 名	主催者	参加人数
7/19(木)	10:00	腰越	介護教室	包括 聖テレジア	30
8/28(火)	18:00	全域	ケアマネ連絡会 理事会	鎌倉ケアマネ連絡会	10
10/25(木)	14:00	山崎	体操教室	包括 湘南鎌倉	26
10/26(金)	13:30	腰越	腰越地区 老人会 定例会	腰越地区老人会	20
11/6(火)	11:30	大船	ボランティアセンター懇親会	大船地区 ボランティアセンター	20
11/7(水)	10:00	深沢	たすけ合いの会定例会	大平山丸山町内会	20
11/8(木)	11:00	常盤	あおぞらこうま広場サロン	包括 みどりの園鎌倉	20
11/30(金)	10:00	今泉台	すけっと会サロン(今泉台町内会)	包括 ふれあいの泉	10
12/4(火)	10:00	大船	源喜会(大船町内会館)	包括 きしろ	20
12/13(木)	11:00	深沢	老人会(第2あかね会)	包括 湘南鎌倉	15
1/19(土)	13:30	鎌倉	材木座 いきいき体操	材木座 地区社協	30
1/28(月)	13:00	玉縄	笑いヨガの集い	包括 ささりんどう鎌倉	40

7. 今後に向けて

サポートセンターの主な業務は、利用者へのサポート活動の調整と市民やサポーターからの相談や関係機関との調整である。しかしながら時間外や休日にコーディネーターがそれぞれ持つ携帯電話で対応する場合もあり、複雑化するマネジメント業務については今後の課題でもある。地域包括ケアを推進する中で、市民が市民を支える仕組みとして、サポートセンターの活動を多くの市民に周知するために、より一層の広報活動を続けていく必要があると考えている。

また、鎌倉市に暮らす高齢者が、日常生活を安心して過ごせるとともに、自分らしい生活を在宅で継続できるように、サポーターがその生活を見守り、介護予防や認知症の早期発見の観点からもサポーターの活動を支援していくことが重要である。

前年度に引き続きサポーター会議とスキルアップ講座を開催し、各地域包括支援センターの職員が多数参加され、サポートセンターの活動について更なる理解を深めていただいた。今後、5行政区担当の生活支援コーディネーター(鎌倉市社協)とも緊密な連携を図り、在宅高齢者の生活支援と、それに携わるサポーターの活動を通して『地域包括ケアシステム』の一端を担っていきたい。