

2020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、2007年度から鎌倉市と鎌倉市ホームヘルプサービス連絡会との協働事業として「在宅高齢者の生活支援サービス調整機関の検討委員会」においてその運営と検討を重ね、その後、高齢者に関わる関係機関が話し合いを継続し、高齢者の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、2013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、同年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活動している。この報告書は2020年4月1日から2021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. 2020年度の活動について

2020年度におけるサポートセンターの活動は、前年度から続いている新型コロナウイルス感染症拡大防止による自粛規制が今年度も続いた事により、利用登録者、鎌倉市高齢者生活支援サポーター（以下サポーターという）それぞれの思いを聞き取り、双方の意志確認を行った。利用者への支援については感染予防策を徹底し、双方に継続の希望を確認し支援の継続を図った。

支援内容については、掃除や調理等の生活支援が56%と一番多く、趣味や生きがいの支援が全体の24%、話し相手15%、通院や散歩等外出支援5%となっている。支援回数は年間2018回、活動時間は年間2913時間である。利用登録者数は、施設入所や介護保険要介護2以上への変更に加え、新型コロナウイルス感染症拡大による利用控え等により年度末現在90名で終了した。

サポーターの登録者数については、センター開設当初より参加していたサポーターの高齢化に加えて、サポーター自身の体調や家族等の環境の変化により関りが難しくなっているという意思表示で退会の申し出があり、年度末の登録者数は128名で確定した。

毎月1回定例で行っているサポーター会議は、新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う自粛期間は開催できず、年5回の開催にとどまったが、開催時には利用者が安心して自宅で過ごせるよう状況の把握に努め、意見交換を行った。また、コーディネーターは各地域の地域包括支援センターの職員やケアマネジャーと連携して、利用者やそのご家族の信頼を得られるよう、生活の課題を検討してより良い活動につなげられるような役割を心掛けている。サポーターのスキルアップを目的とした研修は2回開催の予定であったが、新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、1回のみ開催となった。また、情報紙「おげんきですか通信」を年2回発行して、サポート活動の報告や利用者の声、スキルアップ研修の感想等を掲載し、サポートセンターの活動の様子を利用者に向けて発信している。

3. 利用登録者数と受付状況

1) 利用登録者数一覧表

2021年3月

地域	登録人数	性別		年代				家族形態				介護認定				総合事業対象者	支援内容			
		男性	女性	60代	70代	80代	90代	一人暮らし	配偶者同居	同居	配偶者以外	自立	支援1	支援2	介護1		趣味や生きがい	外出支援	生活支援	話相手
鎌倉	23	6	17	0	3	12	8	7	8	8	5	11	3	3	1	7	1	17	2	
腰越	33	7	26	0	6	19	8	18	8	7	13	13	4	0	3	13	2	21	9	
深沢	15	3	12	0	4	9	2	10	2	3	5	6	3	1	0	3	1	13	4	
大船	14	3	11	0	3	10	1	5	6	3	3	4	6	1	0	3	2	11	3	
玉縄	5	1	4	0	1	2	2	4	1	0	2	0	1	1	1	2	0	3	0	
合計	90	20	70	0	17	52	21	44	25	21	28	34	17	6	5	28	6	65	18	

月次で利用者の性別、年代別、家族形態別、介護認定等の集計を行っており、上記は今年度末の登録者数の地域別一覧である。男女比は女性が77.8% 男性22.2% 年代別では80代が57.8%となっている。家族形態では、家族の就労等による高齢者への支援より、高齢者のみの世帯や一人暮らしの世帯への支援が多かった。現在は要介護1までの方を対象とした支援になっており、介護度変更による支援の継続を望む声も多いが、今年度は要介護1までの方の利用となっている。

2) 電話受付状況

月		4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計
新規電話 受付		4	5	7	6	10	7	11	4	7	6	4	8	79
内訳	訪問件数	4	5	5	4	4	4	5	3	0	3	0	5	42
	相談件数	0	0	2	2	6	3	6	1	7	3	4	3	37
訪問件数 モニタリング	担当者会議等	1	0	0	1	1	2	1	2	2	2	1	2	15
	サポーター同行	1	3	8	5	0	5	4	0	2	2	1	5	36
	計	2	3	8	6	1	7	5	2	4	4	2	7	51
コーディネーターの調整対応電話回数		247	194	251	230	201	210	205	150	170	219	162	193	2432

加齢に伴い今まで行ってきたことが困難になった方、介護保険制度利用外でも支援が必要とされる方など、地域包括支援センターや居宅介護支援事業者からの相談が多い。生活課題はそれぞれに多種多様ではあるが、他機関の紹介等や調整など相談のみで終了となる場合もあった。必要なサービスが利用できるようにボランティア団体、NPO、民生委員とも常に情報交換をし、モニタリング等で変化が見られた時は関係機関と課題を共有、連携し早期対応に努めている。

4. 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
利用者数	56	61	73	77	71	74	75	74	71	63	64	70	829
サポーター数	58	64	79	82	75	77	81	77	74	65	65	71	868
回数	124	158	192	206	175	189	180	173	171	141	144	165	2018
時間	178	244	288	314	249	289	260	254	237	184	186	230	2913

趣味や生きがいの支援等になる庭仕事や外出の支援等は、内容により季節によっての変化が伺われる。

5. 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	利用者状況	支援活動内容
趣味や生きがいの支援	男性	80代	緑内障の為に視力の低下があり殆ど見えない状態。足、腰にも痛みがある。	玄関から自宅回りの草取りと環境整備を行う。
	男性	90代	脊柱管狭窄症の手術を2度している。左肩人口関節で力が入らない。長時間しゃがむ姿勢も辛い。	庭の草取り、植木鉢の植え替えなど相談しながら一緒にする。
	女性	90代	人工関節で重い物を持って屈む事が出来ない。長い時間歩く事も難しくなった。	相談しながら草取り、植木鉢の手入れをしている。どうしたいのか、納得がいくようにその都度聞いている。
	女性	90代	膝関節症でしゃがむ姿勢が辛い、肥大型心筋症もあり無理ができない。	庭仕事が生きがいで、長年1人で野菜作りもやってきた。季節ごとに苗を植えて収穫している。その方なりのやり方があるので聞きながら作業をしている。
外出支援	女性	90代	脊柱管狭窄症、難聴により両耳補聴器を使用している。歩行器も使用している。	体調を見ながらどのくらい歩けるか決める。途中休みを入れ無理のないよう散歩、買い物の同行をしている。
	女性	70代	右手親指腱切断後、手・肩の痛みが出て、夜中に何度も目覚めてしまう。日々痛みがあり辛い。	ゆっくり買い物に行き、荷物を持って帰る。掃除機かけ(ダイニング・リビング)をする。
	女性	70代	気分が落ち込んで、不安になる。心身共に波がある。	明るい気持ちで過ごせるように気持ちに寄り添いながらお話を聞く。散歩や墓参りの支援をしている。
	女性	90代	目の病気により物が見えにくい。転倒して首に痛みがある。	自分の眼で見て品物を選び買い物したいので一緒に行っている。

家事支援	女性	80代	脊柱管狭窄症、圧迫骨折があり腰を曲げることや身体をひねる動作が難しい。	室内の掃除機かけ（リビング・廊下・階段）水拭きの支援をしている。家族以外の人とのお話を大切にしている。
	女性	80代	大腸ガンが肺に転移、パーキンソン病になり身体に疲れがみられる。	掃除機かけ、モップかけ等出来るところは一緒にしている。
	男性	70代	気分変調症及び心因性疼痛が身体全体にあり身体を動かす事が困難。	掃除機かけ、庭の落葉掃き、片付けなどの支援、出来るところは一緒にする。
	男性	80代	肺疾患があり、病院通いが多く無理出来ない。	少しでも手伝って貰えたらホッとするとのこと、リビング・ダイニング・水回りの掃除をしている。
	男性	80代	自分で出来る事はしていきたい思いがある。食材の買い物はできる。	掃除機かけ、廊下、玄関回り水拭き等話を聞きながら行う。
話し相手	女性	80代	うつと診断されて日中横になる事が多くなった。気力の低下がみえる。	家族の話、自身がしていた仕事の話などその時の思いを傾聴する。
	女性	70代	自宅で転倒右骨頭手術をして長時間の立位、しゃがむ姿勢が困難。	ご主人が不在時 1 人になることへの不安があるので話し相手に来てくれると安心する。
	女性	80代	狭心症があり、精神的に不安な事がある。	1 人暮らしの為、精神的に不安があり気持ちを聞いて欲しいとのことで傾聴している。

家族形態による分類では、高齢者のみの世帯では、どちらかが生活に「介護」が必要になったときや配偶者の死後には「1人暮らし」になる可能性があり、日常生活の困りごとを感じる人が増えている。いわゆる「老老介護」や一人暮らしになっての孤独感など精神的な不安を訴えることが多くなっている。高齢になるほど家族が生活を支える事が難しくなり、困りごとがある人が多くなっている。特に同居家族がある場合、介護保険の生活支援サービス利用が制限される場合があり、家族が就労している場合の家族の負担は大きくなっている。定期的に支援することで、利用者が元気な気持ちで過ごすことが可能となったり、共に行うことで家事や庭仕事など生活行為への意欲を増したりと自立支援、介護予防の視点で大きな役割を担っている。

6. 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上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、4回開催予定だったが、新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言発出の為2回中止した。8月は申し込み者がなく開催に至らなかった。11月のみの開催であった。

	月 日	開催場所	受講者数		登録者数	
			男性	女性	男性	女性
	5月21日(木) 5月28日(木)	深沢学習センター	新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止			
第1回	8月25日(火) 8月28日(金)	大船学習センター	申込者がなく開催に至らなかった。			
第2回	11月24日(火) 11月27日(金)	腰越学習センター	4	6	4	5
	2月24日(水) 2月26日(金)	鎌倉生涯学習センター	新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止			
合 計			4	6	4	5

7. その他の活動

1) 研修会の開催

①第1回サポータースキルアップ講座「庭仕事編」

日時：2020年12月4日（金） 13:30～15:00

場所：深沢学習センター

参加者：サポーター12名、コーディネーター4名、事務局2名

◎スキルアップ講座の概要と参加者の感想

事前アンケートに基づいて2つのグループに分かれ、先輩サポーターとともにお互いに発表して率直な意見を出し合った。仕上がりに満足されているかわからない、天候に左右されることや炎天下での心構えなど作業の取り組み方、利用者とのコミュニケーションの取り方などこれからの活動をするうえでお互いに意見交換できたことは有意義だった。

②第2回サポータースキルアップ講座「生活支援編」は新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となった。

2) 会議

① サポーター会議は毎月第1金曜日(8月を除く)13:30～15:00 市内学習センターで開催予定だったが、今年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止の為4～6月、1月～3月は中止とせざるを得なかった。7月、9～12月は開催した。

② 鎌倉市との合同会議は原則として毎月第3金曜日 13:30～15:00 台在宅福祉サービスセンターで開催予定だったが、今年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止の為4月～6月は中止とし、7月～3月は開催した。

③ 事務局会議は毎月第3金曜日(8月を除く)15:00～16:00 台在宅福祉サービスセンターで開催した。

④ コーディネーター会議は毎月第1金曜日 15:00～16:00 市内学習センターで開催した。

3) 広報活動

① 情報紙「おげんきですか通信」年2回(1月・7月)第13号及び第14号を発行した。

支援活動の報告、利用者の声、スキルアップ講座の感想など掲載し、利用者、サポーター、地域包括支援センター等に配布した。

② 梶原山町内会ネットワーク会議への参加

2020年11月10日(火)13:30～ アンケートをとり、それをもとに地域での活動状況を話し合い、冊子づくりに協力した。参加者は8名(町内会会長、地域包括支援センター2名・生活支援コーディネーター1名・サポートセンター1名・その他の団体3名)であった。

8. 今後に向けて

鎌倉市高齢者生活支援サポートセンターの主な業務は、地域で暮らす高齢者やその家族、民生委員、地域包括支援センターやケアマネジャーなどからの相談を受け、サポートセンターの支援内容に該当する場合はコーディネーターが利用者宅を訪問し、生活の課題解決に向けて利用者への支援することにある。

サポートセンターへの利用登録、サポート活動の内容の検討やサポーターとの調整などと共に関係機関との調整が必要な場合もある。近年は相談内容も複雑になり、時間を有する事が多くなった。活動が開始されるとサポーターからの報告により、定期的にコーディネーターがモニタリング訪問を行って、利用者の思いを伺い支援内容を確認している。介護度が上がることにより活動が中止となり、馴染みのサポーターとの関係が終了することなどへの不満の声が上がっていたが、次年度からは活動の継続が可能となることなどの改善が図られるようになる。

高齢化が進む中、また後期高齢者人口の増加に伴い認知症高齢者の増加傾向が懸念される中で、その人らしさを支えつつ安心して在宅生活を過ごすことが出来るよう、自立支援、介護予防に視点を置き、支援することが今後ますます必要になっている。サポートセンターは利用者の気持ちに寄り添い、介護保険で対応できない支援をし、生活上の困りごとを気楽に相談できる窓口として、地域共生社会の実現へ向けて活動している。

今後、ますますサポートセンターを利用する市民が増えることが予測される中で、サポーターの高齢化やそれに伴う減少が懸念されるため、サポーターの養成講座をより一層充実させていきたいと考えている。市民（サポーター）が市民（利用者）を支える住民同士の助け合いの仕組みは、利用者支援の姿勢に誠意があり、その関係性により利用者の自立への意欲を生みだしている。コーディネーターは、サポーターが心強い存在であることを積極的に利用者に伝える必要があり、またサポートセンターの活動を多くの人に理解してもらうために、より一層の広報活動を続ける必要がある。

次年度は、サポーターのスキルアップのための研修会を開催し、定例のサポーター会議では各地域包括支援センターの職員の参加を得て、サポートセンターの活動の更なる理解を深める機会にしたいと考えている。さらに5行政区担当の生活支援コーディネーターと緊密な連携を図り、地域づくりや在宅高齢者の生活支援、それに携わるサポーターとの調整やその活動を通して『地域包括ケアシステム』の一端を担っていききたいと考えている。

2021年（令和3年）3月31日作成

特定非営利活動法人 かまくら地域介護支援機構

鎌倉市高齢者生活支援サポートセンター

連絡事務所 鎌倉市台2-8-1(台在宅福祉サービスセンター内)

電話 0467-48-1130

FAX 0467-46-0059

<https://www.kamashien.com>