

2021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日に台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2021年4月1日から2022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. 2021年度の活動について

2021年度におけるサポートセンターの活動は、今年度も新型コロナウイルス感染症拡大予防により緊張の日々を過ごした。高齢者が直面している様々な課題をていねいに聞き取り、ニーズをより詳細に把握するため、意思確認を行い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59%と一番多く、趣味や生きがいの支援が全体の18%、話し相手18%、通院や散歩等外出支援5%となっている。支援回数は年間1309回、活動時間は年間3053時間である。利用登録者数は、施設入所や長期入院に加え、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104名で終了した。

サポーターの登録者数については、今年度4回のサポーター養成講座を実施することが出来、登録者数の増加がみられる。今年度末の登録者数は147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、サポーターが抱える問題や、地域における課題について各地域包括支援センターの職員と一緒に、情報共有しながら意見交換を行った。地域での見守り体制の充実や、担い手についての課題など、自分の住む地域を意識する必要性を感じた。

また、様々な地域のサロン活動にも参加して生活支援の必要性を説明し、活動への参加を促した。必要な人が必要な支援を利用出来るように検討した。きめ細やかな高齢者支援を目指したい。

サポーターのスキルアップを目的とした研修は2回開催した。生活支援を中心にした研修では利用者とのコミュニケーションの大切さ、心構えなどを再確認した。鎌倉市におけるチームオレンジの取り組みについて講座を開催し、今後の活動は検討中である。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、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

2022年3月現在

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	配偶者以外同居	自立	支援1	支援2	介護1	介護2		生きがい 趣味や	外出支援	生活支援	話し相手
鎌倉	22	6	16	0	1	13	8	9	6	7	4	10	6	2	0	0	8	1	16	2
腰越	34	7	27	0	5	18	11	20	6	8	12	14	4	1	0	3	4	2	21	9
深沢	21	4	17	0	4	13	4	15	2	4	5	8	5	3	0	0	3	0	15	5
大船	23	5	18	0	4	13	6	11	7	5	6	4	10	3	0	0	0	3	12	6
玉縄	4	1	3	0	1	2	1	2	1	1	2	0	0	0	1	1	0	0	3	0
合計	104	23	81	0	15	59	30	57	22	25	29	36	25	9	1	4	15	6	67	22

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、現在利用登録者104名である。上記は今年度末の地域別一覧で、男女比は女性が77.9% 男性21.1% 年代別では80代が56.7%過半数以上を占めている。家族形態では、高齢者のみの世帯や一人暮らしの世帯への支援が多い。今年度より継続の場合は要介護2までの方が対象で、利用者は1名となっている。

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		6	6	5	13	7	9	5	3	5	2	2	6	69
内 訳	訪問 件数	2	2	4	7	2	5	3	0	2	0	0	1	28
	相談 件数	4	4	1	6	5	4	2	3	3	2	2	5	41
モ ニ タ リ ン グ	担当者会議等	1	2	3	2	1	8	11	3	2	2	2	6	43
	サポーター同行	4	6	5	8	2	4	7	5	7	2	2	3	55
	計	5	8	8	10	3	12	18	8	9	4	4	9	98
コーディネーターの 調整対応電話回数		211	177	202	226	191	241	257	264	205	238	198	246	2656

加齢に伴い今まで行ってきたことが困難になった方、少しのサポートで在宅生活を継続できる方に必要な支援内容を聞き取り、何を困っているのか、どうしてもらいたいのか、生活課題はそれぞれに多種多様である。その人らしい生活を支える為、自立支援、介護予防に視点を置き、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や困りごとを気楽に相談できる窓口として、今後ますます必要になることが予測される。

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	85	74	74	82	72	83	95	88	80	74	69	78	954
サポーター数	86	77	78	87	74	87	98	92	84	76	71	80	990
回数	185	165	184	194	165	197	198	210	193	162	139	179	2171
時間	285.5	231	275	279.5	219	276	296.8	287.5	270	208	182.5	242	3052.8

趣味や生きがいの支援、庭仕事や外出の支援は、季節により変化がある。

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	女性	80代	右変形性股関節症と診断された。日常生活の動きも悪くなっている。かがむ姿勢が辛い。	庭の草取り、植木鉢の手入れをする。どうしたらよいか、聞きながら行っている。
	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行く。
	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	身体状況は良い。じっとしているのが苦手な外出したい。1人では歩行に心配がある。	体調を見ながらどのくらい歩けるか決める。途中休みを入れて、無理のないよう話しをしながら歩く。
	女性	80代	脊柱管狭窄症の手術をしてコルセット使用。術後の歩行に不安を感じている。	回復する期間、気持ちに不安があるので転倒に気をつけて歩く。
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。家族以外の人と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	80代	自分で出来る事はしていきたいと思いがあがる。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	腰に痛みがある。歩行・聴力・会話は問題ない。生活はきちんとしているが、物忘れがある。	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	90代	お話しが好きで、お花を教えている。色んな事に興味がある。	何事にも前向きで、人との関わりを大切にしている。
	女性	70代	自立神経失調症、うつ、心身共に波がある。話しをする人が居ない。	一人暮らしの為、精神的に不安があり気持ちを聞く。

家族形態が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が亡くなった後に「一人暮らし」になる可能性があり、日常生活の困りごとを抱える人が増えている。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間で生活を支える事が難しくなっている。特に同居家族がいる場合、介護保険の生活支援サービスが制限される。家族が就労している場合、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、利用者が生活リズムを取り戻し、元気に過ごすことが可能となり、共に行うことで家事や庭仕事など生活行為への意欲が増す。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25日(火) 5月28日(金)	鎌倉生涯学習センター	0	8	0	7
2	8月24日(火) 8月27日(金)	大船学習センター	4	5	3	5
3	11月24日(水) 11月30日(火)	腰越学習センター	1	5	1	5
4	2月22日(火) 2月25日(金)	深沢学習センター	2	8	2	6
	合 計		7	26	6	23

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「生活支援編」

日 時：2021年9月3日(金) 13:30～15:00

場 所：鎌倉生涯学習センター

参加者：サポーター14名、サポートセンタースタッフ5名、

②第2回サポータースキルアップ講座「認知症サポーター ステップアップ講座」

『認知症の“あなた”の思いに心を寄せて』

講 師：特別養護老人ホーム「生田広場」施設長 神田 けい子 氏

日 時：2022年3月4日(金) 13:30～16:00

場 所：鎌倉商工会議所 地下ホール

参加者：71名

サポーター45名、一般14名、地域包括支援センター7名、サポートセンタースタッフ5名

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

② 鎌倉市との合同会議は原則として毎月第3月曜日 13:30～15:00 台在宅福祉サービスセンター
ただし、4月～6月は第3金曜日で開催した。

事務局会議は第3金曜日 15:00～16:00 台在宅福祉サービスセンターで4月～8月に開催した。

③ 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15号及び第16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町内会、サロン等への説明（下表参照）

月日	時間	地域	主催者	対象	参加人数
9/28(火)	14:00	大船	地域包括支援センター ふれあいの泉	ふれあいセミナー	8
11/4(木)	11:15	深沢	地域包括支援センター 湘南鎌倉	寺分町内会サロン	15
11/25(木)	10:30	大船	地域包括支援センター ふれあいの泉	さっちゃん家	6

4) 外部公開講座

①認知症ステップアップ講座「認知症と向き合う」

講師：川崎幸クリニック 院長 杉山 孝博 氏

日時：2021年9月16日（木） 10:00～11:30

場所：深沢学習センター

参加者：コーディネーター3名

8. 今後に向けて

高齢化率が30.5%を超え、65歳以上の高齢者人口がピークとなり、2025年には超高齢社会を迎えます。鎌倉に暮らす高齢者が心豊かな人生を送るために、地域共生社会の実現が求められている。

地域包括支援センターや5行政地区担当の生活支援コーディネーターとの緊密な連携を図り、地域の関係機関とネットワークを作り、地域課題の解決に向けて情報共有が必要となる。

高齢化の進展と共に認知症高齢者が2025年には高齢人口の20%と予測され、認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族の生活面を支援するために高齢者生活支援サポーターによるチームオレンジの活動を検討している。

チームオレンジのメンバーを養成するためにステップアップ研修を実施し、外出支援、見守り、声かけ、話し相手、認知症の人やその人を支える家族の在宅での生活支援を考えている。

今後ますますセンターを利用する市民が増える中、サポーターの高齢化や担い手の減少が予測されるため、「鎌倉市高齢者生活支援サポーター養成講座」をより一層充実させていきたい。

市民が市民を支える住民同士の助け合いの仕組みとして、心強い存在であることを伝える必要があり、鎌倉市高齢者生活支援サポートセンターは、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」の一端を担っていく。

2022年（令和4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
F A X 0467-46-0059
<https://www.kamashien.com>