

2023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2023年4月1日から2024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. 2023年度の活動について

「高齢者生活支援サポートセンター」は、今年度10周年を迎えた。鎌倉芸術館に於いて、10周年記念講演会を行い、医療、介護、福祉に係わる専門職の皆様と「住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるために」をテーマに生活支援事業の必要性について意見交換を行った。

新型コロナウイルス感染症の5類移行により人の往来が回復し、日常が戻る中、高齢者生活支援サポートセンターの活動は、一人一人が直面している課題を丁寧に聞きとり、多様な団体と情報共有しながら進めている。

支援内容については、掃除や調理等の生活支援が45%と一番多く、趣味や生きがいの支援が全体の30%、話し相手が12%、通院や散歩等外出支援が13%となっている。支援回数は年間2401回、活動時間は年間3674時間である。利用登録者数は、施設入所や長期入院が多く、年度末現在113名で終了した。

サポーターの登録者数については、今年度2回のサポーター養成講座を実施することができ、登録者数の増加がみられる。今年度末の登録者数は192名で確定した。

今年度のサポーター会議は隔月開催となり、サポーターが抱える問題や利用者支援における課題を地域包括支援センターの職員と共に意見交換を行った。広報活動において、生活支援の必要性を説明し、活動への参加を促した。また、サポーターのスキルアップを目的とした研修を2回開催した。第1回のテーマは「地域包括ケアシステムの中でのサポートセンターの役割」だった。仲間を増やすには、認知度をどう広めていくかが課題になった。第2回は「精神疾患のある方への支援を考える」をテーマに、精神疾患の支援について知っておくことで、対応がスムーズになることを理解した。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、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

2024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	外出支援	生活支援	話し相手
鎌倉	24	4	20	0	0	17	7	13	4	7	3	11	7	2	1	0	8	6	15	3
腰越	35	11	24	0	4	14	17	20	9	6	9	12	6	6	1	2	19	4	16	4
深沢	26	9	17	0	3	15	8	13	7	6	7	12	5	1	1	0	7	3	19	6
大船	21	4	17	0	3	10	8	8	7	6	7	4	6	3	1	0	8	7	13	5
玉縄	7	2	5	0	1	6	0	3	4	0	1	3	1	1	1	0	3	0	5	0
合計	113	30	83	0	11	62	40	57	31	25	27	42	25	13	5	2	45	20	68	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、現在利用登録者 113 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 73% 男性 27% 年代別では 80 代が 55%と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。昨年度より、継続の場合は要介護 2 までの方の利用が可能となり、利用者は 5 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 受付合計		8	9	7	7	8	2	6	5	6	3	7	4	72
内訳	訪問 件数	3	4	2	4	3	1	3	1	3	1	5	2	32
	相談 件数	5	5	5	3	5	1	3	4	3	2	2	2	40
モニタリング等	サポーター同行訪問	5	5	3	0	1	5	6	5	8	5	6	3	52
	コーディネーター訪問	2	1	1	3	2	0	1	3	2	1	1	2	19
	合計	7	6	4	3	3	5	7	8	10	6	7	5	71
コーディネーターの調整対応電話回数		216	283	279	251	262	310	296	303	284	307	330	278	3399

介護保険で対応できない生活支援を主に対応している。頼るべき家族が居ない場合や、別居の親族への過重な負担を緩和するため、柔軟な支援を考えている。「家事が大変」「1人で外出できない」「買い物が不便」等ちょっとした事が出来なくなってくる。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、相談窓口である地域包括支援センターと情報共有しながら、生活課題の解決に向けての対応が必要になっている。

#### 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	73	80	86	79	66	78	83	84	85	77	76	77	944
サポーター数	58	64	70	68	69	66	68	69	71	67	68	70	808
回数	190	209	213	201	184	189	227	222	203	189	186	188	2401
時間	282	316	336.5	317	259	277	437.5	335	302	274.5	255	282.5	3674

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	男性	80代	アルツハイマー型認知症を患い、自宅で過ごすことが殆ど。囲碁のテレビを良く見て楽しまれている。	囲碁の相手をする。本人が対局を実際に行うことで、人と接し、自身の頭で考えることで病気の進行も防ぎたい。 互いが刺激になり有意義な時間を過ごしたい。
	女性	90代	ご夫婦共に間質性肺炎で、お掃除支援に入っているが、草取りの依頼も入った。	草取り。元気な時はご夫婦共に窓辺でゆっくり庭を見ている。 下草より、窓から見える部分の草取りに重点を入れて欲しいとの依頼あり。
外出支援	女性	90代	老人ホームに住む。左股関節を手術して外出は杖を使用。買い物時の同行が必要。	買い物はタクシーを利用している。本人の行きたいところへ行き、買い物や食事を楽しむ。体調を見ながら無理のないように行う。
	男性	80代	1人暮らし。高台のマンションに住み、あまり家から出ず。週に数回は馴染みの店にタクシーで行く。食べることが好き。室内はゆっくりと歩行。	家事支援、買い物、話し相手で曜日別に、2人のサポーターで援助する。外との交流が殆どない為、話し相手になり、刺激になって貰いたい。
家事支援	女性	70代	やる気が起こらず、コロナもあり友人と外出が出来ず、精神的に不安定になる。ご主人の言動や行動に落ち着かない。	片付けや整理整頓と話し相手が入るが、不安定な精神面から、訪問後に体調不良の訴えがあったりする。まずは傾聴し、ゆっくりと信頼関係を築き、沢山話をしてくれるようになる。
	女性	80代	1人暮らし。事故の後遺症で手足のしびれあり。圧迫骨折の手術の影響でも後遺症があり、日常生活動作が難しい。	掃除の支援、庭の手入れ、話し相手のサポートに入る。近所の方とは関係が築かれているが親族との関係が遠方で出来ない。サポーターと他愛のない話をするのが楽しみの一つになっている。
	男性	90代	昨年、奥様を失くされ1人暮らし。呼吸器疾患で下肢の衰えと視力低下あり。	水回り中心の掃除支援。全て奥様任せにしてきたので、掃除の仕方を学び何とか1人でも生活をしたい。見守りを兼ねて人の出入りがある事で、生活のメリハリもつけたい。
話し相手	男性	90代	やや難聴あるものの、他に病気は無い様子。後見人がついている。	高齢の1人暮らしなのでこれからの生活を支える為にも、話し相手に入り、信頼関係を築いていきたい。
	女性	80代	自立神経失調症、うつを患い体調に波がある。1人で寂しく話し相手が欲しい。	1人暮らしなので、体調を気遣いながら、ゆっくり話を聞いて気分良く明るい生活を継続できるようにする。

住み慣れた地域で生活していく為の課題は、色々である。今後も自宅で生活をしたいという方の支援には、よく話を聞き、その方を知り、内容を整理して支援内容を決めて行くことが必要である。

問い合わせは地域包括支援センターや居宅介護支援事業所、民生委員や家族、本人と様々である。自立支援、介護予防、その人らしさを支える為には、丁寧な対応が求められる。信頼関係を築き利用者、サポーター、コーディネーターが良い関係にいるには、コミュニケーションが大事になってくる。その中でも問題が生じる事もあるが、早急に対応する事で安心感を与え、双方が納得していただける環境を再構築して、必要であれば他機関に繋いで行く。定期的に支援をすることで孤立化を防ぎ生活にハリを持つことができ、生きる意欲を引き出すことも大事だと考える。介護保険の制度改正もあり、サポートセンター事業はますます必要になってくると思う。

## 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23日(火) 5月26日(金)	大船学習センター	4	24	3	18
2	11月22日(水) 11月29日(水)	鎌倉生涯学習センター	4	13	4	11
	合 計		8	37	7	29

## 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

「地域包括ケアシステムの中でのサポーターの役割」

日 時：2023年9月1日(金) 14:00～15:00

場 所：大船学習センター

参加者：41名

サポーター36名、高齢者いきいき課1名、地域包括支援センター4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

『精神疾患がある方への支援を考えてみましょう』

講 師：鎌倉市基幹相談支援センター センター長 石塚 敏樹 氏

日 時：2024年3月1日(金) 14:00～15:30

場 所：大船学習センター

参加者：39名

サポーター36名、市民健康課1名、地域包括支援センター2名、サポートセンタースタッフ6名

2) 会議

- ① サポーター会議は隔月第1金曜日 14:00~15:30 鎌倉市内の学習センターで開催した。
- ② 鎌倉市との合同会議は原則として隔月第3月曜日 13:30~15:00 オンライン会議で開催した。
- ③ コーディネーター会議は原則として毎月第1金曜日  
 サポーター会議開催月 15:30~17:00  
 サポーター会議未開催月 13:30~15:00 台在宅福祉サービス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1回(11月)第19号を発行した。  
 開設10周年記念講演・利用者、サポーターの声・サポーター養成講座など掲載し利用者、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	参加数(人)
4/6(木)	10:00	大船	鎌倉市生活福祉課	第8地区民生委員児童委員	約20
4/7(金)	14:30	腰越	鎌倉市生活福祉課	第10地区民生委員児童委員	約20
4/10(月)	9:30	玉縄	鎌倉市生活福祉課	第9地区民生委員児童委員	約20
4/10(月)	13:00	鎌倉	鎌倉市生活福祉課	第3地区民生委員児童委員	約20
4/11(火)	10:00	鎌倉	鎌倉市生活福祉課	第1地区民生委員児童委員	約20
4/12(水)	10:00	鎌倉	鎌倉市生活福祉課	第2地区民生委員児童委員	約20
4/12(水)	14:00	深沢	鎌倉市生活福祉課	第5地区民生委員児童委員	約20
4/12(水)	14:00	深沢	鎌倉市生活福祉課	第6地区民生委員児童委員	約20
4/13(木)	14:00	腰越	鎌倉市生活福祉課	第4地区民生委員児童委員	約20
4/14(金)	14:00	玉縄	鎌倉市生活福祉課	第7地区民生委員児童委員	約20
6/29(木)	13:30	鎌倉市 全域	鎌倉市市民健康課	認知症サポーター養成講座 鎌倉市民	約20
7/21(金)	13:00	神奈川 県全域	神奈川県高齢福祉課	チームオレンジ コーディネーター	50

9/8(金)	10:00	神奈川県 全域	神奈川県高齢福祉課	チームオレンジ コーディネーター	92
9/19(火)	10:00	鎌倉市 全域	鎌倉市市民健康課	認知症サポーター養成講座 鎌倉市民	約100
10/13(金)	10:20	大船	鎌倉女子大学	認知症サポーター養成講座 鎌倉女子大学生	225
10/17(火)	13:30	鎌倉市 全域	鎌倉市市民健康課	認知症サポーター養成講座 鎌倉市民	約20
10/24(火)	12:40	大船	鎌倉女子大学	認知症サポーター養成講座 鎌倉女子大学生	62
12/5(火)	13:30	鎌倉市 全域	鎌倉市市民健康課	認知症サポーター養成講座 鎌倉市民	15
12/13(水)	13:30	深沢	湘南鎌倉医療大学	認知症サポーター養成講座 湘南鎌倉医療大学学生	107
2/15(木)	13:30	鎌倉市 全域	鎌倉市市民健康課	認知症サポーター養成講座 鎌倉市民	13

#### 4) 外部公開講座

認知症ステップアップ講座「認知症にやさしい地域社会をめざして」

講師：かながわオレンジ大使（認知症当事者）

日時：2023年9月19日（木） 10:00～11:30

場所：鎌倉生涯学習センター ホール

参加者：コーディネーター2名

## 8. 今後に向けて

2025年には、4人に1人が高齢者となる。超高齢化社会が迫る中、高齢者が直面している様々な課題は早急に解決しなければならない。これから求められる地域づくりは誰もが願う高齢者ライフを実現し、後に続く世代に引き継いでいくことである。自分らしく住み慣れた地域で、心豊かに暮らし続けるためにも関係機関と連携して「共生社会」の実現に取り組んでいきたい。また、チームオレンジのステップアップ研修を実施し、認知症本人、その家族に対する生活支援を支えていく。サポートセンターも10年が経ち、団塊の世代のサポーターが後期高齢期を迎える世代が多く、家族や自身の事情で休会が多い。生活支援の担い手として高齢者生活支援サポーター養成講座を充実させ、活動するサポーターの仲間を増やしていきたい。

今後、後期高齢者が急増する中で、サポートセンター事業が重要な役割を担っていくと思われる。サポートセンターの課題を整理するために福祉ネットワーク推進委員会を開催して、課題整理を行っていく。

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、高齢社会で生きている現実と向き合い、これからますます出てくるであろう問題に目をそらすことなく、誰でも「HELP」と言える心強い存在であることを伝える必要がある。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調整や活動を通して、「地域包括ケアシステム」の一端を今後も担っていく。

2024年（令和6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>