

2024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2024年4月1日から2025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. 2024年度の活動について

高齢者の日常をどのように支えていくか、超高齢社会を迎える中で多様な団体と情報共有しながら地域社会で支える体制作りを進めている。サポートセンター事業を広く周知するために、鎌倉市を交えて始めた「福祉課題検討実施委員会」において高齢者生活支援サポーター活動事例集を作成し、市内の居宅介護事業所や地域包括支援センターに配布した。「地域の高齢者を笑顔で支えるしくみ」として、誰もが安心して住み慣れた地域で暮らし続けるために、「市民が市民を支えるしくみ」が今後成果を上げていくのではと考えている。団塊の世代が後期高齢者となったこれからの10年、高齢者生活支援サポートセンターが大事な役割を担っていくのではないかとと思われる。

支援内容については、掃除や調理等の生活支援が53%と一番多く、趣味や生きがいの支援が全体の15%、話し相手が21%、通院や散歩等外出支援が11%となっている。支援回数は年間2,339回、活動時間は年間3,540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121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。今年度末登録者数は196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「防災と福祉の融合」1人ひとりが災害について「気にかける」ことの必要性を学んだ。利用者といざという時のシュミレーションをお互いに話し合っておく必要があるという意見もあった。第2回は「市民が市民を支援する対人援助とは」について、日々の活動を振り返り、常に基本である利用者に寄り添う事の大切さを確認した。「地下道ギャラリー」の展示を行い、多くの市民に活動を理解してもらう機会となった。また、情報紙「おげんきですか通信」を年1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た。

3. 利用登録者数と受付状況

1) 利用登録者数一覧表

2025 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	26	3	23	0	2	16	8	14	4	8	4	11	4	6	1	0	8	6	18	3
腰越	31	9	22	0	6	10	15	14	11	6	5	11	5	8	1	1	15	8	12	3
深沢	26	7	19	1	1	17	7	12	6	8	5	13	5	1	1	1	7	4	20	6
大船	30	5	25	0	2	14	14	14	8	8	9	7	5	7	2	0	8	7	22	6
玉縄	8	2	6	0	2	5	1	2	5	1	1	4	1	1	1	0	5	0	5	0
合計	121	26	95	1	13	62	45	56	34	31	24	46	20	23	6	2	43	25	77	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 121 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 79% 男性 21% 年代別では 80 代が 51%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、要介護 2 以上の方の利用が可能となり、利用者は 6 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		5	9	12	11	3	16	9	7	6	9	13	12	112
内 訳	訪問 件数	2	2	2	2	0	7	3	3	4	2	5	3	35
	相談 件数	3	7	10	9	3	9	6	4	2	7	8	9	77
モニタリング等	サポーター同行訪問	13	4	7	6	4	3	8	2	11	5	3	2	68
	コーディネーター訪問	2	1	2	0	0	4	0	1	1	1	2	7	21
	合計	15	5	9	6	4	7	8	3	12	6	5	9	89
コーディネーターの調整対応電話回数		369	287	328	339	247	343	266	279	302	280	256	310	3,606

高齢者の日常生活における様々な問題について、地域包括支援センターや居宅介護支援事業所等からの相談をうけている。利用者依頼時に、サポートセンターの活動内容を説明して、支援に繋いでいる。利用者の生活歴、何を大事にしているのか、家族、近隣との関係性はどうか等、困っていること、支援して欲しいことをうかがって、利用者の生活に必要な活動内容を確認し、サポーターに繋げるように対応している。電話対応の中には、他機関へ繋ぐことや自立へ向けて頑張ってみるなど、支援につながらないこともある。サポーターからの報告やモニタリングで変化が見られた時、関係機関につないで問題を共有し、早期発見と早期解決を目指している。継続的な支援の中で、自立する気持ちを引き出し、安心して生活が送れるように努めている。サポーターと利用者は、いつも「お互い様」の気持ちを持ち、常に地域の生活者の視点で考えていくことが大切である。

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	82	77	83	80	66	75	85	85	86	77	72	81	949
サポーター数	72	76	75	77	78	80	83	83	82	78	76	75	935
回数	204	204	206	195	171	189	237	206	211	173	161	182	2,339
時間	325.5	308.5	335.5	301.5	257.5	286.5	364.5	307.5	314	245.5	231.5	262	3,540

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	90代	サ高住に住んでいる。白内障の手術をするが視力が低下、ほとんど文字が見えず、日常生活に支障が出ている。確定申告のための資料の書類が分けられない。	本人に聞きながら、書類の整理をする。娘様はなかなか来ない。見えないことで不安が強い。精神的にも、不安感が強く幻聴もあり近隣トラブルにも発展。定期的に話をする事で安心して生活できるようにしたい
	女性	80代	膝の痛みがあり屈むことが出来ない。庭の草取りや、部屋の片づけを一緒にしたい。お話し好きの方。出かける事が少なくなったと話す。	部屋の片づけが主。おしゃべりをしながら楽しく行えており、信頼関係が構築されている。御主人とも仲が良く、月1回の支援だが、楽しく行えている。
外出支援	女性	90代	一人暮らし。認知はなくお話し好きでしっかりされている。外出時に転倒したこともあり、一人での外出は不安。	通院、買い物はタクシーを利用。一緒に行く事で安心感につながり、転倒することなく外出できる。
	男性	90代	一人暮らし。週に一回、必ず近くのスーパーと薬局に買い物に行く。歩行は安定。坂道もしっかりと歩く。	買い物、話し相手で週替わりに、2人のサポーターで援助する。どんなサポーターでもすぐに打ち解け楽しく支援できている。
家事支援	女性	80代	一人暮らし。週末には嫁様が訪問するが、平日は独居。認知が進み、食事がしっかりとれていない様子。一緒に食事作りをして食べることで栄養を取ってほしい。	掃除の支援で入るが、認知が進み冷蔵庫の物が減っておらず。食事作りを一緒にして食べる事でしっかりと栄養をとれ、自宅での生活を継続できる。
	女性	80代	一人暮らし。両膝と両手の痛みと圧迫骨折による腰の痛みあり。月1の姪の買物サポートも姪の実母の認知症により受けられなくなる。	月2回の掃除と年に1度の庭の手入れの支援。近隣との関係も良好。趣味もある。規則正しい生活を心掛けて、自分の出来る範囲で生活をしているが、無理はできず。サポートセンターには、感謝をされている。
	女性	80代	認知症のご主人と二人暮らし。本人は心臓病と動脈瘤あり、無理はできず。出来ない掃除を手伝ってもらいたい。	掃除の支援。自身の病気もあるが認知症のご主人の面倒も見ている。掃除の支援に入り、少しでも、今の生活を続けていけたらよい。
話し相手	女性	80代	利用者は介護1で、ご主人が老健に入所で一人暮らしとなる。癌の再発が続き治療の後遺症で手足の痺れと痛みあり。	友人も、高齢で亡くなり話す機会が無くなった。家に居ても声を出す機会がないので、このままわからなくなってしまうのが不安。片付け等しながら、話がしたい。

住み慣れた地域でこれからも生活を続けて行きたいと思う人は多い。今後も自宅で生活をしたいという方の支援には、その方を知り、よく話を聞き、寄り添いながら行うことが重要である。支援内容は寄り添うための一つの手段と考える事も大事でもある。依頼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。今年度はサポートセンターの活動事例集を作成し、より多くの方に周知出来るように配布した。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でいるには、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21日(火) 5月24日(金)	大船学習センター	0	9	0	9
2	10月21日(月) 10月24日(木)	鎌倉生涯学習センター	3	7	2	7
	合 計		3	16	2	16

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

「防災と福祉の融合」～自然災害に備える～

講 師：鎌倉市社会福祉協議会 生活支援コーディネーター 山本 謙治 氏

日 時：2024年9月6日(金) 14:00～15:30

場 所：大船学習センター 第1集会室

参加者：43名

サポーター35名、高齢者いきいき課1名、地域包括支援センター1名、サポートセンタースタッフ6名、

② 第2回 サポーター スキルアップ講座

「市民が市民を支援する対人援助とは」

講 師：NPO 法人 介護のまつなみ 理事長 峯尾 武巳 氏

日 時：2025年3月1日(金) 14:00～15:30

場 所：鎌倉生涯学習センター 第6集会室

参加者：37名

サポーター28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) 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(7月)第20号を発行した。
 支援中の写真、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)
6/19(水)	9:00	鎌倉	鎌倉市 高齢者いきいき課	地域包括支援センター	14
6/26(水)	13:00	深沢	鎌倉市 市民健康課	認知症サポーター養成講座 鎌倉市民	18
7/5(木)	13:00	深沢	湘南鎌倉医療大学	認知症サポーター養成講座 医療大学生・鎌倉市民	170
7/25(木)	10:00	大船	株式会社アシスタンス	ゲートキーパー養成講座 鎌倉市民	20
7/31(水)	11:00	大船	オプティ鎌倉	オプティ会員	16
8/22(木)	9:00	鎌倉	鎌倉市 高齢者いきいき課	新人ケアマネジャー	36
10/11(金)	13:30	玉縄	鎌倉市 市民健康課	認知症サポーター養成講座 鎌倉市民	19
10/25(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	214
10/29(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	48
12/5(木)	13:30	腰越	鎌倉市 市民健康課	認知症サポーター養成講座 鎌倉市民	14
2/4(火)	13:30	大船	鎌倉市 市民健康課	認知症サポーター養成講座 鎌倉市民	10

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）

中山 美枝子 氏（材木座あじさいの家）

日 時：2024 年 9 月 19 日（木） 13：30～15：00

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3名

8. 今後に向けて

超高齢社会における様々な課題の目標年であった 2025 年に到達したが、長寿社会の人生は長く、平均寿命から見ると約 25 年を「高齢者」として過ごす。地域社会での日常生活（家族介護も含む）をどのように支えていけるか。1 人ひとりの思いを丁寧に聞き取り、どう暮らしていきたいか？ 地域包括支援センター職員、生活支援コーディネーター、その他の多様な団体と情報共有しながら、考えていきたい。

今年度、作成した「活動事例集」を活用して、活動内容を理解していただき、生活支援の必要性を地域に周知するために説明していきたい。

今後はますます利用する市民が増える中、担い手不足が予測されるため、鎌倉市高齢者サポーター養成講座を一層充実させ、若い世代にも活動の輪を広げていく為に説明する機会を作っていく。

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「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、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、高齢者の生活支援、それに携わるサポーターの調整や活動を通じて、「地域包括ケアシステム」の一端を担っていきたい。

2025 年（令和 7 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>