

2025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2025年4月1日から2026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. 2025年度の活動について

2025年度におけるサポートセンターの活動は、介護保険での生活援助が限られていく中、この超高齢社会をすでに迎えている鎌倉市において、どのように高齢者を支えていくか、地域で手を挙げた高齢者生活支援サポーターを点とし、地域の様々な団体を繋ぎながら線とし、さらに面で支えるにはどのようにしたらよいかを改めて考えた年でもあった。サポートセンター事業は市内の地域包括支援センターの職員には理解が進んできたと思うが、まだ居宅介護支援事業所にはその活用法への理解が浸透しているとは言えず、次年度の課題にもなるであろう。「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仕組み」がこれからも成果を上げていくには、更には何が必要かを考えていきたい。また、10年前に登録したサポーターも同じく年齢を重ねている。若い世代のサポーターの獲得ということも社会の実情に合わせて年々難しくなっているのも事実である為、次年度の課題として捉えていきたい。

支援内容については、掃除や調理等の生活支援が57%と一番多く、趣味や生きがいの支援が全体の11%、話し相手が20%、通院や散歩等外出支援が12%で、支援回数は年間2443回、活動時間は年間3,697.5時間となっている。利用登録者数は、施設入所や長期入院が多く、年度末現在120名で終了した。

サポーターの登録者数については、今年度も2回のサポーター養成講座を実施することができ、新規登録者はあったものの、退会者もあり、今年度末の登録者数は175名であった。

今年度も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について地域包括支援センターの職員や居宅介護支援事業所のケアマネと共に情報共有を行った。広報活動においては、介護保険では出来ない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「認知症の世界の歩き方」で、認知症の方が見える世界について学んだ。当事者の意見をもとに本人の視点で認知症を知ることができ勉強にな

った。第2回は「だれでも誰かのサポーター」と題し、鎌倉市の自死の状況や、話の聴き方についてペアワークを通じて「聴く」、「傾聴とは」を学んだ。今年度も4月に「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良い機会となった。また、情報紙「おげんきですか通信」を年1回発行し、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。次年度は発信の仕方を工夫して、沢山のサポーターが興味を持ち参加する機会を増やしていきたい。

3. 利用登録者数と受付状況

1) 利用登録者数一覧表

2026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	26	2	24	0	1	14	11	13	5	8	5	10	4	6	1	0	8	6	21	3
腰越	29	6	23	0	3	11	15	10	10	9	5	8	7	6	3	0	13	8	14	3
深沢	30	8	22	1	2	20	7	14	8	9	6	15	5	2	1	1	8	5	23	8
大船	22	4	18	0	3	11	8	12	6	4	5	9	4	2	2	0	4	3	17	2
玉縄	13	4	9	0	2	6	5	4	8	1	1	8	1	2	1	0	5	3	7	2
合計	120	24	96	1	11	62	46	53	37	31	22	50	21	18	8	1	38	25	82	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120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。2021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8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		10	7	11	4	9	12	14	11	6	4	6	3	97
内訳	訪問 件数	3	5	3	3	5	4	4	2	1	4	3	0	37
	相談 件数	7	2	8	1	4	8	10	9	5	0	3	3	60
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		400	336	415	503	402	499	524	433	444	441	457	281	5135

高齢者の日常生活における様々な問題について、主に地域包括支援センターや居宅介護支援事業所、さらには遠方に住む家族からの相談等を受ける機会が増えてきたようだ。インターネットで家族の住んでいる地域のサービスを探している現状が伺える。利用依頼時に、サポートセンターの活動内容を説明して、支援に繋いでいるが、まずは本人が必要としているか、利用者家族の想いとの一貫が大切である。

利用者のこれまでの生活歴、何を大切にしているのか、家族や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聞き、利用者の生活に必要な活動内容を確認し、サポーターへ繋げて対応している。電話対応の中には、他機関へ繋いだり、自立へ向けて自分で頑張るなど、支援に繋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は、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	86	83	86	83	64	82	89	84	85	79	81	78	980
サポーター数	77	76	79	80	78	78	77	75	74	69	70	67	900
回数	217	211	219	200	162	210	230	197	218	194	184	201	2,443
時間	335.5	327	341.5	317.5	241	346.5	334	307	325	274.5	267	281	3,697.5

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。夏場の暑い時期の草とりは休止としている。

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	一人暮らし。隣人トラブルを抱えていると話す。庭の草とりを依頼され、本人から電話を貰う。	本人と共に草とりを行う。おしゃべりをしながら、本人の話を否定せず、受けとめて関係性を構築して次に繋げていけるようにする。
	女性	80代	一人暮らし。緑が大好きで、草木の手入れや土いじりが好き。自宅の中でも観葉植物を育てている。おしゃべりをしながら好きな土いじりをしたい。	草とりや、土いじりが大好きで2人でおしゃべりをしながら楽しく行っており、信頼関係が構築されている。花の名前を教えてもらったりと良い関係性である。
外出支援	女性	80代	一人暮らし。大きなストレスを抱え耳が聞こえづらい。眼科の通院時に話が聞き取れないので不安。一緒に行って欲しい。	室内の掃除や片付けで入るが、耳の聞こえが悪い為、病院に行くことに不安がある。ストレスを溜めてしまうと体調が悪くなる為、寄り添いながら支援に入っている。
	男性	80代	奥様と2人暮らし。犬を飼っており、散歩に行く本人に同行。週に2回、高次脳機能障害、糖尿病あり。歩行は安定。坂道もしっかりと歩く。	2人のサポーターで、交代で援助する。糖尿病がある為、運動は必要。歩行は安定しているが、違うサポーターが入ることで刺激になる。

家事支援	男性	90代	二世帯住宅の1階に住み、日中独居。腰の痛みがひどく、長い時間立っていることが出来ない。掃除機掛け等をする事で今の生活を続けることが出来る。	掃除の支援。息子夫婦と同居だが、出来る所は自分で行き、自立した一人暮らしを頑張っている。週に1回、サポーターと接する事で刺激になり、おしゃべりも楽しく、信頼関係が築かれている。
	女性	80代	一人暮らし。リウマチを患い、手足の痛みがある。手先を使う作業が出来ず、掃除の支援に入る。お話し好きで、病気を患っても明るく過ごしている。	月1回の掃除の支援。ゴルフが趣味とアクティブな方だが病気の為、家で過ごす事が多くなってしまふ。サポーターとは相性が良く楽しく会話しながら支援している。
	女性	80代	ご主人と二人暮らし。年を重ねるごとに無理がきかなくなっている。長年入っているサポーターをととても信頼していて、月1回と支援が少なくなっても終了にはしたくないと続いている。	片付けと草取りの支援。2階の片付けを楽しく会話をしながら行き、利用者のご主人とも仲が良く、信頼関係は出来上がっている。月1回の楽しみにもなっている。
話し相手	女性	80代	認知症があり、知らない人と接する事が苦手。まずはサポーターが訪問して人に慣れて頂き、デイサービスやショートステイに繋げていき多くの人と関わって欲しい。	週1回の訪問。話し相手で1時間支援に入る。最初は怪訝な表情でサポーターを迎えていたが、慣れてきてショートステイやデイサービスを利用するようになる。

住み慣れた地域で最後まで生活を続けてい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、まずその方を知り、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為の一つの手段と考える事が大事でもある。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。高齢者の一人暮らしや、高齢夫婦二人暮らしの支援が多くなった。遠方から家族が心配し、インターネットで検索をして電話をかけてきたり、メールが届いたり時代の変化が感じられる1年であった。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はもちろん、情報の共有が大事になってくる。それでも問題が生じる事もある。そういった時は早急に対応する事で安心感を与え、お互いが納得できる環境を再構築して、必要であれば他機関に繋いでいく。定期的に支援をすることで孤独や孤立を防ぎ、生きる意欲を引き出すことが出来ると思う。今後も介護保険の中でも生活支援は益々厳しくなると考えられる。鎌倉市高齢者生活支援サポートセンター事業は大事な鎌倉の資源になってくるであろう。

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20日(火) 5月23日(金)	鎌倉生涯学習センター	5	7	3	5
2	11月25日(火) 11月28日(金)	大船学習センター	1	4	0	3
	合 計		6	11	3	8

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

「認知症世界の歩き方」～生活支援サポーターだから見えること～

講師：介護・福祉情報専門編集プロダクション 編集工房まる

地域包括支援センター 鎌倉きしろ 西村舞由子氏

日時：2026年1月9日（金）14:00～15:30

場所：深沢学習センター 第1集会室

参加者：41名

サポーター30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7名

②第2回 サポーター スキルアップ講座

「ゲートキーパー養成講座」～だれでも誰かのサポーター～

講師：鎌倉市市民健康課 押山 いつみ職員、加藤 美和職員

日時：2026年3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：30名

サポーター22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7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。

（来年度より開催時間が13:30～15:00に変更）

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21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)
7/1(火)	9:30	大船	湘南鎌倉医療大学 鎌倉市市民健康課	認知症サポーター養成講座 湘南鎌倉医療大学生・鎌倉市民	54
8/22(金)	14:00	大船	大船地区 居宅介護支援事業所	ケアマネジャー	30
10/14(火)	12:00	大船	鎌倉市市民健康課	認知症サポーター養成講座 鎌倉女子大学生	59
10/17(金)	9:50	大船	鎌倉市市民健康課	認知症サポーター養成講座 鎌倉女子大学生	250
10/28(火)	9:30	鎌倉	鎌倉市医師会	ケアマネジャー	5
11/6(金)	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	9
11/19(金)	15:00	大船	鎌倉市高齢者いきいき課	神奈川県生活援護課	5
1/21(木)	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	9
3/6(木)	13:30	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	12
3/18(火)	13:30	鎌倉	ケアマネサロン鎌倉地区	鎌倉地区の居宅事業所	20

③ 掲載協力

月 日	時 間	地 域	主催者	内 容	参加数(人)
11/11(火)	11:00	鎌倉	地域包括支援センター 鎌倉きしろ	打合せ 「鎌倉きしろだより」掲載内容	2

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）

小林 久美枝 氏（若年性コーディネーター）

日 時：2025年9月11日（木） 13:00～15:00

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. コーディネーター養成研修

生活支援のサポートを希望する高齢者に活動するサポーターの紹介やそのサポート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居宅介護支援事業所のケアマネと連携し、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。今年度はサポート活動を円滑に行うために調整する役割を担うコーディネーターを養成する講座を開催した。

講師：さくら貝サービス事業所 所長 坂本 文典 氏 他 3 名

日時：1 日目 2025 年 6 月 10 日（火）9:30～15:30

2 日目 2025 年 6 月 12 日（木）9:30～16:00

場所：鎌倉市 NPO センター鎌倉 2 階

参加者：2 名 赤鹿 理恵、中村 やよ江

7 月から参加者 2 名はコーディネーター業務を開始している。

9. 今後に向けて

鎌倉市高齢者生活支援サポートセンターがスタートして 13 年。地域包括支援センターにはサポートセンターの活動への理解が浸透し、様々な相談を頂き、登録するサポーターが多くの利用者を支えてきた。然しながら、市内の居宅介護支援事業所には、まだまだ浸透しておらず、次年度の大きな課題である。

また、サポーターも元気に動ける年齢層が上がってはいるものの、社会の背景もあり、すぐに活動できるサポーターが少なくなってきたことも事実である。新しい人材や、若い世代の人材にどのような形で興味を持ってもらい、サポーターとして登録していただけるかも次年度の課題である。地域社会で孤立せずに、孤独に陥ることなく利用者が生活していくには、サポートセンターが日常生活をどのように支えていくか、利用者の思いを丁寧に聞き取り、地域包括支援センター職員、居宅介護支援事業所のケアマネジャー、地域づくりの生活支援コーディネーター、その他の多様な団体とサポートセンターが情報共有しながら連携して、共に支えていけるように考えていきたい。

次年度は災害に関しての「災害時緊急対応マニュアル」を作成し、いつ来てもおかしくない災害に備え、実際に起きてしまった時には利用者とサポーターがスムーズに動けるように、万全な対策を施していきたい。

今後は支援が必要となる市民がさらに増加するであろう。介護保険のサービスだけでは支えきれない時代になっていくと思われる。その時には、サポートセンターの「市民が市民を支える」支援を組み合わせながら、高齢者から若者世代にとっても、暮らしやすい鎌倉にしていけるよう今後もこの活動を積極的に周知し、高齢者生活支援サポーター養成講座を一層充実させ、若い世代にも興味を持って貰えるような情報発信の仕方や活動を行いたいと考えている。

2026 年（令和 8 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>