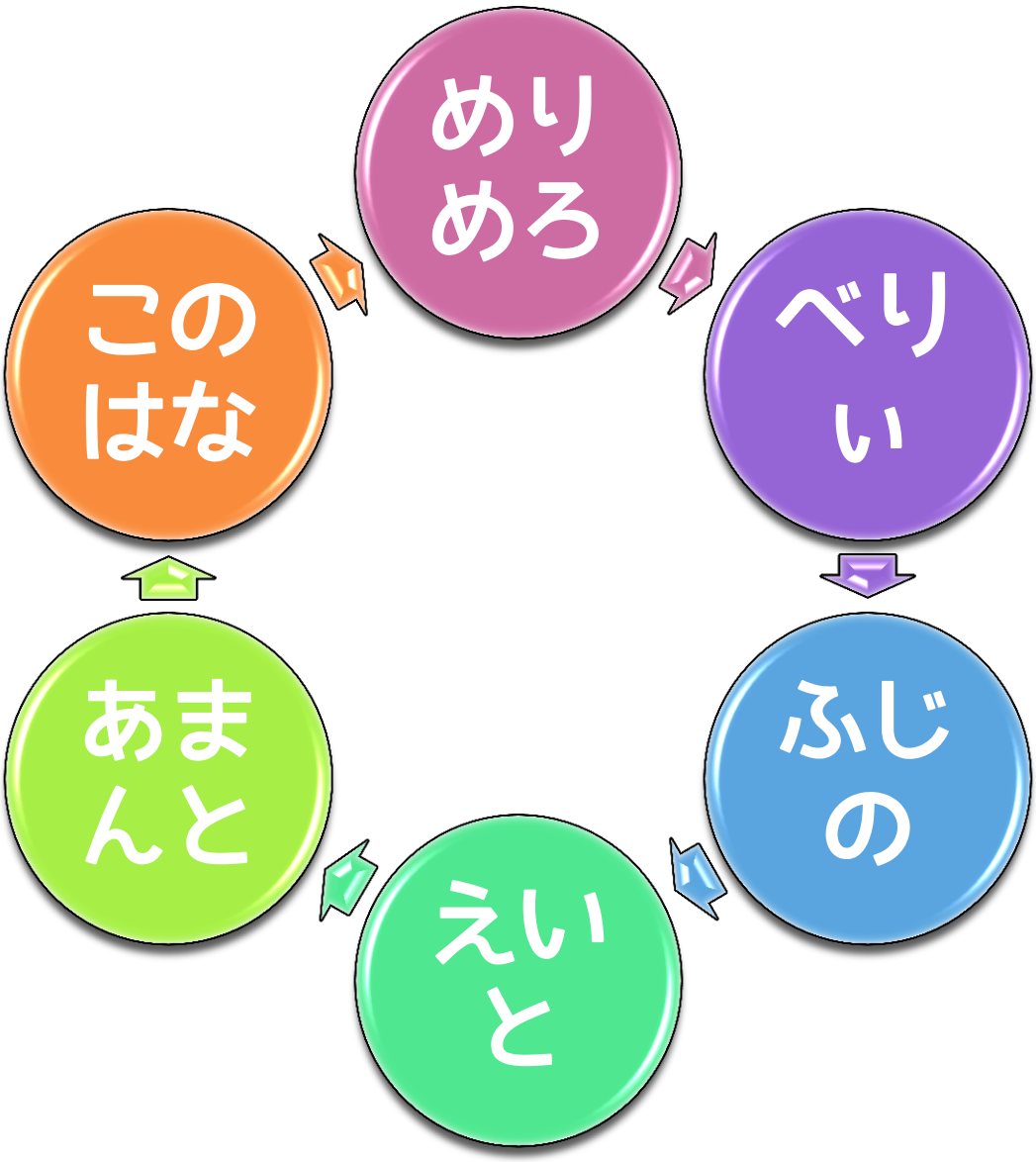
平成 29 年度独立行政法人福祉医療機構
社会福祉振興助成事業
「居場所と連携した
家族介護者等支援事業」報告書



特定非営利活動法人
福祉ＮＰＯ支援ネット北海道

はじめに

地域の担い手は居場所から

まだ地域で活動していない人、あるいは活動のフィールドが違う（障がい者支援、子育て支援、環境分野、まちづくり分野などなど）人を地域の高齢者支援の担い手として掘り起こすことは出来ないかと考えたときに、地域のサロン・カフェの存在が頭に浮かびました。趣味、運動、おしゃべりなどで集まる人たちの笑顔と元気を少しだけ分けてもらえたら、きっと認知症の人でも自宅で暮らせるまちになるのではないか。在宅介護でつらいときも、心の癒しになるのではないか。そんな期待をこめて、「居場所を会場にした在宅介護の基礎講座」を企画しました。

中間支援ＮＰＯとして、当法人が目指すべきことは、担い手となる人たちが元気に活動できる環境づくり。介護と関わりながら、居場所で仲間と支え合う地域づくりの実践に取り組んだ本事業のコンセプトは「明るい在宅介護」です。取り組みの一端をご紹介し居場所を中心として各地で地域づくりの輪が拡がることを願っています。

札幌市生活支援体制整備事業の現状

札幌市では札幌市社会福祉協議会に事業委託をする形で、平成 29 年度から全区（１０区）に生活支援体制整備事業を展開してきました。（平成 28 年度は厚別区、北区、豊平区で先行展開）事業実施要綱には、介護保険認定を受けているもしくは認定前段階の高齢者両方の生活支援の充実をはかること、担い手を確保することが目的として掲げられています。協議体の開催、地域資源やニーズの把握、資源開発、ネットワーク構築などが生活支援コーディネーターの主な活動となりますが、中でも資源開発のひとつである担い手の確保については大きな成果を出しにくい難しい業務と捉えられています。「生活応援ボランティア養成講座」などの受講生に期待をしていますが、町内会活動や民生児童委員などの活動をしている方たちにとっては、さらなる負担と感じてしまう傾向があります。

札幌市サロン・カフェの現状

札幌市が実施した「シニアサロンモデル事業」(H29.12.25) は市内に 11 ヵ所、札幌市に登録している認知症カフェ（H28.5.27）は 31 ヵ所、札幌市社会福祉協議会が活動助成を行っている「ふれあい・いきいきサロン」（H25.11.27）は 689 ヵ所、北海道コミュニティカフェ組合のホームページにはコミュニティカフェが 32 ヵ所（札幌市内）掲載されています。そのほかにも、助成を受けずに自宅を解放している「茶の間」のような集まりや、町内会、老人クラブ、福祉のまち推進センター等の各種団体が主催するイベント、自称コミュニティカフェの飲食店なども多く存在します。

もくじ

P 3	本事業の概要
5～28	6会場の紹介と 基礎講座各回の様子
5	サロンこのはな
9	Café べりぃ
13	ふじのカフェ
17	café 亜麻人
21	えいと
25	めりめろ
29	実践報告会
30	本事業のまとめ

事業概要

居場所
（サロン・カフェ）
の紹介

開催日程
講師の紹介

各回講座の様子

報告会
＆まとめ

本報告書のマーク

駐車スペースあり（問合せ必要）

車いす対応トイレあり

エレベーターあり

本事業の概要

検討委員会
（4 月、5 月、7 月、12 月）

講師会議
（6 月 30 日）

在宅介護の
ための基礎講座
（6 会場× 5 回
全 30 講座）

在宅介護の
基礎講座
実践報告会
（1 月 20 日）

事業のまとめ
本報告書作成

本事業の概要

ねらい、検討委員会、講師会議

本事業 ３つのねらい

○事業告知による在宅介護への関心喚起

広範囲に周知するためチラシを市内各所に配架

会場ごとに曜日を変えて日程の選択肢を増やす

○会場をサロン・カフェ（居場所）にすることによる効果の検証

受講者どうしの交流により介護者の孤立防止とネットワークの構築

運営者が講座内容や受講者の様子を知りスキルアップをはかる

○効果的な普及促進のあり方を考える

講座を手段にして居場所の可能性を最大限に引き出す

検討委員会

知恵を出し合い講座や報告会ではそれぞれの役割も担う実践部隊

○委員（居場所運営者）

認定NPO法人シーズネット　奥田龍人

NPO法人とらいわーく　菱谷久美子

NPO法人ぐるーぽ・ぴの　堀川淳子

NPO法人子育て支援ワーカーズプチトマト　大清水妙子

NPO法人さっぽろ福祉支援ネットあいなび　下川原清美

一般社団法人手稲まちづくりネットワーク　藤原美由紀

○委員会　各回の議事、検討事項

第1回検討委員会(4/27)　事業コンセプトの共有、講座内容検討

第2回検討委員会（5/25）講座の日程、講師決定、テキスト作成

第3回検討委員会（7/6）　講座申込状況と報告会に向けて

第4回検討委員会（12/14）　報告会のプログラム、当日役割分担

講師会議

第１回～第３回までの講義を担当する介護のプロを参集し、事業の趣旨と目的を共有

○講座内容

第1回講座　基礎知識　～介護って何？からはじめましょう～

第2回講座　身体介護　～実技もまじえてコツを知る身体のケア～

第3回講座　生活全般　～見守りからわかる危険なサイン～

第4回講座　認知症を知る～オレンジリングのサポーター養成講座～

第5回講座　家族介護　～家族だからこそひと息ついてゆったりと～

○講師会議　検討事項

講師会議（6/30）　講座担当者と講師６名が参加

テキスト等を見ながら講義方針を確認、講義内容を検討

サロンこのはな

予定のない日、あなたは気軽に行ける場所がありますか？　少し前まで、どこにでもあった皆が集える家や場所の多くが消えてしまいました。核家族・老齢世帯・ひとり住まいが増える中で、今改めて気軽に集まれる場の必要性が高まっています。

「サロンこのはな」は、そうした日常生活上のニーズに応えるだけでなく、「そこに行けば、何か楽しめる」、「誰かとおしゃべりができる」、「何か役に立つことがある」など、ゆとりと安らぎの場を提供するよう、努めてまいりました。平成 24 年 4 月から、サロンを新木の花団地の第 2 集会所に移転して、UR 都市機構と共働で運営しています。

住所	札幌市豊平区平岸１条 ５丁目２-３１ 新木の花団地第二集会所
電話	８２１－６００３
時間	10:00～16:00 （冬季は 15:30 まで）
休み	土・日・祭日・年末年始
料金	３００円
運営	認定 NPO 法人シーズネット

在宅介護のための基礎講座　各回講師のご紹介

講座回	開催日	講座テーマ	講師名（所属団体）	参加人数
第１回	7/25	基礎知識	中島佳枝先生	１１人
第２回	8/22	身体介護	中島佳枝先生	８人
第３回	9/26	生活全般	中島佳枝先生	９人
第４回	10/24	認知症を知る	豊平区第１地域包括支援センター	10 人
第５回	11/28	家族介護	大内小百合先生（札幌認知症の人と家族の会）	９人

サロンこのはな

第１回講座

講師の中島先生は地域包括支援センターで介護支援専門員（ケアマネージャー）として勤務されていたご経験を持つ子育て中のママさん先生。札幌市が発行している「なるほど実になる介護保険」を使って丁寧に介護保険について解説してくれました。いつもサロンに集まっているメンバーばかりなので、疑問に思うことや介護に関わる自分の暮らしぶりなど、自然に話が出て、いつものおしゃべりがはじまります。講義というより座談会のような雰囲気で、講座は進んでいきました。

第２回講座

２回目の講座は介護保険の解説のつづきからはじまりました。実技は、椅子からの立ち上がりや着替えの介助、寝た姿勢での身体にかかる重力ポイントなど身体のメカニズムを知ることと併せて動きの確認をしました。説明を聞いてから実際に介助をしてみました。はじめはちょっと戸惑う部分もありましたが、なるほどと納得できる部分がいくつもあり、感嘆の声が聞かれました。互いの身体に触れることも抵抗なく出来たのは普段からサロンで近しい関係にあるからだと実感しました。

第３回講座

３回目の講座は生活全般。体調変化やちょっとした気づきで高齢者にありがちな危険なサインを見逃さないことが大切。そのための心構えを身につけようという講義からはじまりました。実技はサロンの外へ出て、実際に車いす介助の練習をしてみました。サロン入口の段差で前輪、後輪の位置、傾きと支え方など、細かな注意点を確認しました。

サロンこのはな

第４回講座

４回目の講座は、認知症サポーター養成講座。豊平区第一地域包括支援センターから三島先生ほか３人の先生が講義に来てくれました。スライドを使って分かりやすい説明のあと、DVD で認知症の家族介助をした体験者のお話しとその様子を見ました。受講者が思わず涙を浮かべる場面もあり、心に響く内容でした。受講者の中には、「明日はわが身」（認知症状を発症してしまいそう）と感じている人もいて、複雑な表情。でも、「こうやってサロンに来ることが予防になりますよ」という先生の言葉に受講者は互いに顔を見て微笑み合っていました。

第５回講座

５回目の講座は家族介護に欠かせない認知症介護。札幌認知症の人と家族の会から、大内先生に来ていただきました。会の歴史、事業内容、ご自身の経験まで、穏やかな口調でゆっくりと話をされました。段階を経て「受容」にたどり着くまでには、いろいろな葛藤があるけれど、その渦中にいるときが一番つらい、そのために家族の会が必要だと感じているそうです。介護経験を持つ受講者からは、家族として介護するのは当たり前だと思っていた。大変と思ったら辛いだけだから、頭の切り替えが大事だと思うと体験からのコメントもありました。

アンケートから

◇いざとなったら出来るかどうかわからないと思った。②
◇具体的な家族と患者さんとの葛藤の中での実話は学ぶことがたくさんあった⑤
◇車いすに座ってみて大変さがわかった③
◇何かあったら相談に行ける場所があることを知った④
◇当事者からの本音、工夫、対応大事だと思った⑤
◇本人の思い、家族の思いが大切にされる社会になることを願う⑤
※丸数字は講座回を示す　①→第１回講座

サロンこのはな

会場運営者からのコメント

＊サロンの利用者は高齢者が多く、自分が介護する立場になりづらいせいか、はじめは「消極的な参加」の印象を持っていた。
＊受講が進む中で、介護される側にとっても在宅介護の基礎を学ぶことは重要と認識するようになった。
＊心構えを持つことができ、いざ直面したときには適切な情報を引き出して対処できる知恵を得た。
＊系統立てて学んだことで確かな経験になった。
＊今後もいつでも誰とでもどんなことでも話せる場でありたい。　（中田靖子さん）

サロンこのはなの考察

良かったポイント１ 関心喚起

高齢者が多いサロンで在宅介護の講座に関心を持ってもらえるか、告知に対して不安がありましたが、13 名の申込みがあり、長年継続している居場所の安定感を感じました。受講のきっかけからも自身の現状と在宅介護という概念がすでにつながっている、もしくは重なっているということがわかりました。

良かったポイント２ される側も介護

介護は双方向で成り立つ共同作業だと講師から解説があり、自らの意思で動くことで介護者の負担が軽減されることを知って大きくうなずく様子が印象的でした。

良かったポイント３ 安否確認に発展

単発ではなく連続講座であることが学びとしての習熟度を高めました。受講者同士で相談し合い、他の利用者の近況に思いを馳せていました。サロンを通じて安否確認等の活動が芽生え始めています。他人事ではない、自分自身にも不安があるからこそのささえあいがシニアサロンの今後の役割になるのではないかと感じました。活動のきっかけになるように講座を活用することがひとつの普及のあり方として有効です。

Cafeべりぃ

平成 24 年から障がいのあるかたへの障害者総合支援法に基づく就労移行支援の就労訓練をする場として、ＮＰＯ法人とらいわーくがコミュニティカフェ「カフェべりぃ」の運営を始めました。
地域での障がいのあるかたへの理解を深めることを目標に札幌市の中心部で歴史ある商店街狸小路に開店し、一般のお客様向けに飲食物の提供や、ステンドグラスやコーヒー講座、パソコン講座などをしてきました。障がいのあるなしに関わらず、いきいきといられる場所として活用していただければと思います。「カフェべりぃ」は、活動を通して「実を結ぶ」という意味を込め、かたい殻に入っている「ナッツ」ではなく、かわいらしく柔らかい実の『べりぃ』と名づけました。たくさんのかたの大切な愛される場所として、そして地域の多くのかたのネットワークづくりの拠点でありたいと考えています。

住所	札幌市中央区南３条西４丁目 ３・４キノシタビル地下１階
電話	２０６－１１８６
時間	10:30～15:00 （４月～11:00～18:00）
休み	土日祝　夏期・年末
料金	ドリンク 280 円～
運営	NPO 法人とらいわーく
ＨＰ	カフェべりぃブログ http://cafe-berry.jugem.jp/ とらいわーく http://tryworksapporo.com/ Facebook もやっています！

在宅介護のための基礎講座　各回講師のご紹介

講座回	開催日	講座テーマ	講師名（所属団体）	参加人数
第１回	7/12	基礎知識	竹田佳峰利先生　（西円山敬樹園 ホームヘルパーステーション）	６人
第２回	8/9	身体介護	竹田佳峰利先生	６人
第３回	9/13	生活全般	竹田佳峰利先生	６人
第４回	10/11	認知症を知る	中央区第１地域包括支援センター	６人
第５回	11/8	家族介護	下村笑子先生（札幌認知症の人と家族の会）	６人

Cafeべりぃ

第１回講座

講師の竹田先生はヘルパーステーションの管理者で自らもヘルパー業務に携わっている現役の介護者。介護保険サービスを利用する場合の留意点や介護保険で出来ないことなど、実際の事例をまじえて丁寧に解説してくれました。また、地域包括支援センターや他機関の活用方法などについても詳しく紹介がありました。

講座仕様の店内レイアウトで、いつもと違った雰囲気のカフェになりました。

第２回講座

２回目の講座はテキストを基に座学をしてから実技に入りました。基本はやはり立ち上がり動作。カフェの椅子を使って介助練習をしました。上体を前に傾けること、足を後ろに引くことは意識せずに自然に身についていた動作でしたが、いざ介助してみるとなるほどとその仕組みに納得しました。

着替えの介助、体位交換はカフェの床にマットを敷いて実践しました。年齢によって動作にかかる時間が違うこともわかり、相手のペースに合わせることの大切さを体感しました。

第３回講座

３回目は座学のあと、車いす介助の実技です。ビルの地下にあるカフェから、竹田先生と受講者全員で人通りの多い狸小路商店街に出ました。車いすの扱い方を学ぶうちに、周りの喧噪をすっかり忘れてみんな真剣です。アーケード内での講義の様子は道行く人の視線を集めましたが、看板や歩く人に気をつけながらの実技は都会ならではの留意点を多く学ぶ結果となりました。

Cafeべりぃ

第４回講座

４回目の講座は、認知症サポーター養成講座。中央区第一地域包括支援センターから小松代先生、中嶋先生が講義に来てくれました。会場運営者からプロジェクター等備品の手配があり、カフェの壁面をスクリーンとして利用することで、スライドを見ながら説明を聞くことができました。受講者から物忘れと認知症の違いについて質問があり、丁寧に回答していただきました。早期受診をすすめるわけ、専門医も増えているなど、役に立つ情報をたくさん得ることが出来ました。

第５回講座

５ 回目の講座は札幌認知症の人と家族の会から、下村先生に来ていただきました。ご用意いただいたレジュメに沿って説明され、家族の会との関わりについてもご自身の当時の状況と併せて話をされました。また介護経験については替え歌でご紹介いただきました。カフェの店内で下村先生のお声がやわらかく響き、受講者の心を和ませました。少人数ならではの優しい時間を過ごせました。

アンケートから

◇認知症についての事例を含めて学べたのがよかった⑤
◇介護保険の話は全体的にやや難しかった①
◇服の着替えは特に今後に活かせそう②
◇外で車いすでの移動は初めて、スピード感、目の高さなどとても参考になった④
◇着患脱健を学べたことはすごくタメになった②
◇実体験を明るくお話しいただき、暗いイメージだった介護に希望を持てた⑤
※丸数字は講座回を示す　①→第１回講座

Cafeべりぃ

会場運営者からのコメント

＊これまでの介護に対する暗いイメージが少し変わりました。
＊講師の先生のお話が穏やかで、とにかくわかりやすかったです。
＊20 代から年配の幅広い受講者。これぞコミュニケーション！
＊参加者がまじめに取り組み、講座をきっかけに介護系の職場に就職した方も。
＊経験に基づいた家族会の講師のかたのお話には胸が熱くなりました。

狸小路４丁目にあり、地下鉄・JR・市電からアクセスよく通いやすい場所です。
通常は障がいのあるかたへの就職訓練をする場ですが、今回の講座をヒントに、
経験豊かな人生の先輩に「お抹茶のイベント」をお願いすることになりました。

（菱谷久美子さん）

カフェべりぃの考察

良かったポイント１
受講者の年齢差

障がい者の就労支援をしている事業所で「在宅介護」の講座が馴染むのかということに関しては、主催者としてあまり心配していませんでした。札幌の中心街にあるということが、会場の利点と考えていましたし、加えて開始時間が午後３時からであるということも、通いやすい条件のひとつと思われました。
結果、20 代～30 代４人、70 代～80 代２人が受講し、若者と高齢者が同じ空間で、同じカリキュラムで学ぶちょっと微笑ましい光景が生まれました。
そして、受講者のひとりが介護分野の職種に就職したことも、嬉しい知らせでした。講座受講が職種に興味を持つきっかけになったことは、人材不足の介護業界にとっては朗報と言えるでしょう。

良かったポイント２
介護という職種に興味を持つ

良かったポイント３
居場所の積極的な活用

さらに会場運営者が居場所の可能性を感じて、新しい試みにチャレンジすることになったことは、地域共生のまちづくりの足がかりになっていくステップのひとつとして、大いに期待できるところです。

地域交流サロン　ふ　じ　の　カ　フ　ェ

「NPO 法人　さっぽろ福祉支援ネットあいなび」が運営する、「障がいがあってもなくても、赤ちゃんからお年寄りまで気軽に立ち寄れ、仲間づくりと楽しく過ごせる場所」を目的に、多世代の「地域共生型」の居場所です。

「ふじのカフェ」では、安心安全のお食事や飲み物類があり、多世代の方達が、お話しをする為に来られる方や、編み物教室、絵本の時間、英会話教室、歌声カフェ、カラオケ、お一人様カフェ等々の活動に来られています。隣には、同じ「ふじのカフェ」ですが「あらいぶ」と名付けて、フラダンス、社交ダンス、ヨガ、カイロ、麻雀カフェ、キッズダンス等々の活動を行っています。毎月１回「ふじのマルシェ」を開催しています。

住所	札幌市南区藤野３２条西１０丁目2-3 地域交流サロンふじのカフェ＆あらいぶ
電話	５９３－８９８２
時間	10:00～16:00
休み	土・日・祭日・年末年始
料金	なし
運営	ＮＰＯ法人さっぽろ福祉支援ネット　あいなび

P

在宅介護のための基礎講座　各回講師のご紹介

講座回	開催日	講座テーマ	講師名（所属団体）	参加人数
第１回	7/21	基礎知識	中村　絵梨子先生（NPO 法人みなぱ）	６人
第２回	8/18	身体介護	中村　絵梨子先生	６人
第３回	9/15	生活全般	中村　絵梨子先生	６人
第４回	10/20	認知症を知る	南区第２地域包括支援センター	９人
第５回	11/17	家族介護	横田　裕子先生（北海道若年認知症の人と家族の会）	６人

地域交流サロン ふじのカフェ

第１回講座

中村先生は、介護保険事業所と障害児通所事業所を運営するNPO 法人の理事長。組織運営と現場を掛け持ちするパワフルで優しい先生です。受講者には、普段、あまり縁のない難しい制度についての話も事例をあげながら、分かりやすく説明してくれました。実際のケアプラン作成方法などにも触れて、参加者からの質問にも丁寧に応えていました。

第２回講座

２回目の講座では、まず歩行の介助を学びました。杖を使っている人の場合、どの位置に立って介助するのか、参加者みんなで悩みながら実践しました。立ち上がりと着替えの介助は椅子を使って、体位交換は床にマットを敷いて、それぞれ、ペアになって交互にやってみました。

着替えの介助では、男性どうしのペアでも、介護される側が不快にならないよう、パジャマの背中部分のシワを伸ばしていました。こうしたちょっとした気遣いが大切だと思いました。

第３回講座

３回目の講座は車いす介助の実技を会場の外に出て練習しました。介助経験のある人は多かったのですが、車いすで介助されたことはなかったので、目線が低いこと、想像以上に震動があることがわかって驚いていました。急な動きや、傾きが大きい動きには気をつけようと話し合いました。居場所運営者が救命士の資格を持っているので、救命講習部分も講義に加えました。

地域交流サロン ふじのカフェ

第４回講座

４回目の講座は、認知症サポーター養成講座。南区第二地域包括支援センターから２人、介護予防センターから１人の先生が講義に来てくれました。認知症についての説明のあと、ビデオを見て、深刻な表情になった参加者もいました。

認知症かどうかをどう見極めるか、認知症かもしれないと思ったらどうやって病院に連れていくか、どんな病院がいいのかなど、具体的な対応策について質問があり、先生が南区の病院事情などを説明していました。

第５回講座

横田先生は認知症ケア専門士の資格をお持ちの北海道若年認知症の人と家族の会運営委員。

ご自身の経験と会の話をされたあと、実際に認知症状のある人の日常が記録されているDVDを見ました。

歯ブラシを持ったまま、使い方がわからずに焦っている様子はそれだけで胸が痛くなります。支える側がどれだけ本人の気持ちを察することができるか、支援のカギはそこにあると感じました。

アンケートから

◇介護保険の全体像がわかり大変勉強になった①
◇オレンジリングがサポーターの証と初めて知った④
◇ここで勉強したことを思い出して自分なりに頑張りたい自由
◇両親が認知症初期なので参考になった⑤
◇周りの人にやさしく接することができるようになった気がする自由
◇自分に何かできることがあれば活かしたい、そういう人を増やしたい自由
※丸数字は講座回を自由は自由記述欄を示す
①→第１回講座

地域交流サロン ふ じ の カ フ ェ

会場運営者からのコメント

＊居場所に来られている方々は、身内の介護問題を抱えている方も多くいられ、
この講座が少しでもお役に立てたらと思いました。

＊居場所ボランティアの方も受講し、これからの活動に非常に良かったです。

＊他の会場とちがい、男性が多かったですが楽しく受講されていました。

＊最高齢 87 歳で受講されたＴさん。とても熱心に学ばれていて嬉しかったです。

＊他の居場所でも続けて欲しいと思います。　（下川原清美さん）

ふじのカフェの考察

良かったポイント１
介護の意味を確認

居場所運営者は、福祉有償運送事業・生活支援サービスなどを、すでに自主事業として実施しているボランティア団体であり、普段から介助をしている人たちの集まりでした。こういう現場に近い人たちに「在宅介護の講座」は受け入れにくいかもしれないと少し心配していましたが、意外にも初めての体験が多かったようで介護の意味を改めて確認されたようです。みなさん楽しそうでした。

良かったポイント２
Ｔさんの活躍

この講座全体で最高齢のＴさんが一番元気で、他の受講者に刺激を与えていました。どの講義でも積極的に質問し、家に帰ったら実践してみると笑顔で話すＴさんの姿が、コンセプトである「明るい在宅介護」の象徴になりました。

良かったポイント３
スタッフを確保

受講者の中から、生活支援に興味を持った女性１人が、居場所運営者の生活支援サービスのスタッフになりました。車両運転業務があるため、男性スタッフが多いことは喜ばしいことですが、在宅であれば、どうしても女性の手が必要なときもあります。貴重な女性スタッフを確保できたことは、団体にとっても地域にとっても嬉しい成果と言えます。

三世代交流ひろば　cafe　亜麻人

プチトマトは、互いに支えあい子育てしやすい社会をめざして 1995 年から活動してきました。
核家族や都市化が進み、となり近所にだれが住んでいるかわからない、関係を持たないそんな地域の関わりの中みんなが集える居場所から発信は必要です。誰もがふらっと立ち寄れる三世代がつながる場所
認知症の方・家族・地域住民・専門職の方　だれもが参加でき集える場所　障害のあるなしに関わらず、あかちゃんから高齢者までみんなが気軽に集える場所　顔の見える関係が生れています。
毎月、最終金曜日の午前中は、オレンジカフェタイムがあります。三世代交流が出来たらいいな、地域の方々と遊べたらいいなと願って、オレンジカフェタイムを実施しています。お手玉や、わらべうた遊び、時にはアタマの体操を楽しんでいます。人のつながりを大切にして、地域の人ともつながっていくことが、豊かな社会・安心・安全な地域社会を作ることにつながると思います。

住所	札幌市北区麻生町６丁目14-6　高橋ビル２階
電話	080-2870-9735
時間	火～土曜日 10:00～16:00 （土曜は 15:00 まで）
休み	月曜・日曜・祝日
料金	ドリンク３００円
運営	NPO 法人子育て支援ワーカーズプチトマト（TEL728-3700）

在宅介護のための基礎講座　各回講師のご紹介

講座回	開催日	講座テーマ	講師名（所属団体）	参加人数
第１回	7/24	基礎知識	大熊　薫先生（NPO 法人北海道ワーカーズ・コレクティブ連絡協議会　たすけあい部会）	７人
第２回	8/7	身体介護	大熊　薫先生	７人
第３回	9/11	生活全般	大熊　薫先生	６人
第４回	10/2	認知症を知る	北区第２地域包括支援センター	７人
第５回	11/28	家族介護	飛嶋　弘子先生（札幌認知症の人と家族の会）	６人

三世代交流ひろば cafe 亜麻人

第１回講座

講師の大熊先生は、会場運営者である子育て支援ワーカーズプチトマトと同じ北海道ワーカーズ・コレクティブ連絡協議会に所属するたすけあい部会の役員。ご自身もたすけあいワーカーズむくの代表として、介護保険事業に関わっており、ヘルパー講習の講師も務めるベテラン先生。介護現場でのエピソードなどを交えながら、介護保険制度をわかりやすく解説し、受講者の体験談等にも耳を傾けていました。

第２回講座

２回目の講座は、実技中心で進めました。着替えの介助では、パジャマのズボンに手こずりました。足を入れるところでうまくいかず、介助される側が懸命に足を動かしました。ズボンのすそ部分から手を入れて「足を迎えに行く」といいですよと先生にアドバイスされて、なるほどと思いました。

普段子育て支援に使用しているスペースに畳を敷いて、体位交換の技を学びました。あらためて、いろいろな用途に使用できる会場であることがわかりました。

第３回講座

３回目の講座は座学と車いす介助の実技。座学部分では、ホワイトボードを使って、身体の変調に気が付く大事なポイントを整理しました。実技では、車いすの各部位について説明を受け、車いすは本体だけでなく、たくさんの付属部品があり、必要に応じて装着できるようになっていることを知りました。車いすによる移動では、エレベーターの乗り降り、麻生商店街の歩道、店舗の段差などで練習しました。

三世代交流ひろば cafe 亜麻人

第４回講座

４回目の講座は、認知症サポーター養成講座。北区第二地域包括支援センターから ３ 人の先生が講義に来てくれました。認知症についての説明のあと、自治会で作成したというビデオを見ました。

素人とは思えない「演技力」で、認知症状のある人を熱演されていて、驚きました。ゴミ出しの際の対応、買い物で支払いをするときの対応、外出時に帰宅できなくなったときの対応など、良い例と悪い例を例示していました。こういう具体的な対応策が理解を深めると思いました。

第５回講座

飛嶋先生は札幌認知症の人と家族の会の会長。

穏やかに包み込むような話し方で、家族の会設立から 33 年間、この活動を継続されてきた経緯を紹介されました。まずは同じ境遇にある家族同士、当事者どうしが話をする場が大切と思われて「つどいの場」の開催を続けていらっしゃいます。

地域の居場所が認知症の人と家族を支えられる場になれば嬉しいと居場所の役割に対する期待を寄せてくださいました。

アンケートから

◇実際に介助を受けると受ける側の気持ちが理解できた②
◇外での授業は新鮮でした③
◇予防の話のほうが力が出ると思った①
◇今まで地域包括支援センターの存在を知らなかったので知れてよかった④
◇家族の会を知ったこと、（困惑から受容まで）心理的ステップの確認がよかった⑤
◇姑への対応に役だっている。近所の高齢者に目が向くようになった自由

※丸数字は講座回を自由は自由記述欄を示す

①→第 1 回講座

三世代交流ひろば cafe 亜麻人

会場運営者からのコメント

亜麻人で麻雀のお手伝いを４年ほどしていたつながりで、今回の講座を受講しました。入院していた父方の祖父母を病院でお世話し、看取った経験はありましたが、介護の基礎を学んだ今は介護される側の目線に立てていなかったということがわかります。身体の動かし方や車いすへの移乗などの実践や、講師の先生や受講した皆さんとの交流も有意義でした。これから起こるかもしれない介護の場面に学んだことを生かしたいと思います。ありがとうございました。　（受講者　佐々木文人さん）

カフェあまんと（亜麻人）の考察

良かったポイント１ 子育て支援との共通点

子育て支援の拠点として有名なカフェ亜麻人ですが、実は地域の人が楽しめるイベントをたくさん実施して、地域交流の場づくりをしています。在宅介護の基礎講座はおもに高齢者の支援を想定していますが、基本となるのはやはり見守りです。そばにいる人が穏やかに子どもを見守っている、その様子は介護の基本と重なります。水分をとれているか、お腹をこわしていないか、熱がないか、少し注意深く見ることが大切で、ゆったりした心持ちを持てるかどうかで、支援の質が決まります。この居場所にはたくさんのおもちゃがあり、それを眺めていると、柔らかな気持ちが湧いてきます。この気持ちこそ、在宅介護に必要な基礎部分と感じました。30 代、40 代、50 代、60 代受講者の世代はみごとに分かれました。それぞれの感じ方、捉え方が違うことも講座の中で話す言葉で、気が付きました。真剣に自分に置き換えて考えている様子に現役世代のパワーを感じました。

良かったポイント２ 現役世代

良かったポイント３ オレンジカフェタイム

認知症カフェから派生した「オレンジカフェタイム」は、会場運営者が子育て支援と高齢者の交流をねらって実施しているもので、今回の講座が、カフェに遊びに来る高齢者への配慮になれば嬉しいと思いました。

住民連携文化交流サロン　え　い　と

町内会とＮＰＯ法人ぐるーぽ・ぴのが連携して「地域の居場所」として平成 27 年 12 月にオープンしました。わざわざ遠くまで出かけなくても、気軽に立ち寄ることができる“人と人とのつながりの場”です。ここでは、毎月２回定期的に福祉のまち推進センターの「おしゃべりサロン」を開催しています。また、「大人のぴあの」「麻雀教室」「俳句」など、いろいろなサークル活動の場として利用されています。会議や講座などで部屋を使用することもできます。
“いつでも”“誰でも”自由に集える場なので、まずはお気軽にお立ち寄りください。

プロジェクター、スクリーン、囲碁セット、将棋セット、麻雀セット貸出あります♪

住所	中央区北３条西７丁目 緑苑ビル 611 号室
電話	090-1526-5139（ほりかわ）
時間	10：00～16：00 （冬季は 15:30 まで）
休み	日・祭日・年末年始
貸室料金	午前（10:30～13:00）1,000 円 午後（13:00～16:00）1,000 円 冬期間は暖房協力費 100 円
運営	中央地区第８町内会、 NPO 法人ぐるーぽ・ぴの

在宅介護のための基礎講座　各回講師のご紹介

講座回	開催日	講座テーマ	講師名（所属団体）	参加人数
第１回	7/22	基礎知識	山本　規子先生	１１人
第２回	8/26	身体介護	山本　規子先生	９人
第３回	9/30	生活全般	山本　規子先生	１０人
第４回	10/28	認知症を知る	中央区第１地域包括支援センター	９人
第５回	11/25	家族介護	平野　憲子先生（北海道若年認知症の人と家族の会）	８人

住民連携文化交流サロン　えいと

第１回講座

山本先生は、長年介護の現場でヘルパーをしていた経験豊かな方。まずは参加者一人ひとりから受講動機などを聞き取りし、場の空気を温めてから、講義に入りました。介護保険の基本となる考え方と認定の手続き方法などを詳しく解説され、適宜質問を受けて双方向の関係を大事に進めました。お茶を飲みながら休憩する時間を設定し、参加者のおしゃべりタイムを作ったことで、初対面の人も話しやすい雰囲気ができました。

第２回講座

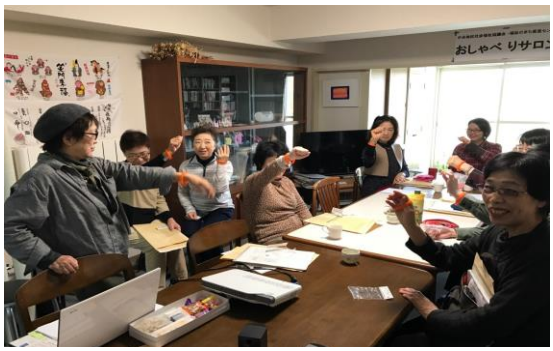
２回目の講座では、座学のあと、椅子からの立ち上がり、着替えの介助などを先生のデモンストレーションに倣って、それぞれ体験してみました。体位交換の場面では、リビングルームの窓側にマットを敷いてスペースを確保し、褥瘡についても説明を受けました。介護度の重い人だけでなく、軽度の人も２日くらいで褥瘡が出来ると聞いて驚きました。腰部分だけでなく、肩甲骨、かかとにも出来やすいと聞き、仰向けになってみて、なるほどと思いました。

第３回講座

３回目の講座は、高齢者に多い体調の変化について講義を聞いてから、車いす介助を実践しました。まずは車いすの扱い方を学び、実際に車いすに乗ってみました。初めてという人が多く互いに介助し合いながら、車いすを体験しました。マンションの室内ということもあり、廊下からつながるトイレまで移動できるか試してみました。扉があるため、細かく角度を変えながらの方向転換が必要で介助者なしには難しいとわかりました。

住民連携文化交流サロン　えいと

第４回講座



４回目の講座は、認知症サポーター養成講座。中央区第一地域包括支援センターから２人、先生が来てくれました。会場ではうまくスクリーンを設置して、画面をみながら認知症の症状、対応方法などを学びました。こういう場合はどうしたらいいかなど具体的な事例に対する質問もたくさん出て、賑やかな講座になりました。

講座の最後にオレンジリングをつけて、参加者みんなでポーズ。笑顔がいっぱいの会場でした。

第５回講座

平野先生は保健師の資格をお持ちの北海道若年認知症の人と家族の会事務局長。事務所は「えいと」と同じビルの同じフロアにあるというご縁で、講師をお引き受けいただきました。家族の会の活動内容や体験集の中の体験談について紹介があり、認知症状のある妻を夫が介護している様子が記録されているDVDを見ました。

厳しい日常であるはずなのに、夫の愛情が画面から伝わってくる内容でした。人の想いの深さに触れた瞬間でした。

アンケートから

◇とても分かりやすく和やかに教えてもらえた①
◇認知症状もおのおの異なることがわかり大変勉強になった④
◇実際に身体を使って体験することがよかった③
◇ビデオを見て自分の母と重なった。これからは悔いのない介護にしたい④
◇近い将来役に立つと思った。とても良かった自由
◇顔なじみが出来て楽しく学べた自由
※丸数字は講座回を自由は自由記述欄を示す
①→第１回講座

住民連携文化交流サロン　え　い　と

会場運営者からのコメント

＊講座告知で、住民連携文化交流サロンえいとの存在を知らせることができた。
＊講座がきっかけでサロンの仲間が増えた。
＊町内会単位で助け合いの仕組みを作りたいと考え、「してもらいたいこと」「してあげられること」についてアンケートを実施した。今後は集約した結果に基づき、相互に組み合わせできるようにしていきたいと考えている。
＊サロンスタッフの学びの場になった
＊今後も介護講座のような企画を考えていきたい

（堀川淳子さん）

えいとの考察

良かったポイント１
立地の良さ

講座告知のチラシを見て最も申し込みが多かったのが、住民連携文化交流サロンえいと。
テナントや独立した集会室などと違い、都心のマンションの６階にある住居スペース。当初、会場運営者は、果たして人が集まるのかと不安を持っていました。蓋を開けてみれば申込者は１１人。
同じマンションに住んでいる人も含まれてはいましたが、ほとんどが、初めて「えいと」を訪れた人で、選んだ理由は、通いやすいことと土曜日開催だったこと。初回は緊張していた参加者も会場運営者が持つ親しみやすさと講師の人柄に心がほぐれていきました。「えいと」が案内した別の催しにも参加するなど、講座開催期間中、みるみるうちに仲間になっていました。

良かったポイント２
仲間づくり

良かったポイント３
都市型マンションの助け合い

マンションがいくつか集まって町内会を形成しているこの場所でも高齢化による様々な問題が浮上しています。
近い範囲で助け合う仕組みづくりが検討されるようになりました。居場所を拠点とした活動ができないか、一歩踏み出すときのきっかけにこの講座をまた活用してもらえたらと期待しています。

ていねコミュニティカフェ　め　り　め　ろ

地域で様々な活動をしているメンバーが、情報を共有・発信そして活動の拠点としての居場所を作りたいと考えていたところ、現在の場所を使って地域の人達が集える拠点の運営をしてみないかとの話を頂くことに繋がり、「一般社団法人手稲まちづくりネットワーク」を設立し、コミュニティカフェの運営を開始することにしました。私たちは、地域の人と人・学校・企業などがお互いに支えあえる地域社会で心のよりどころの居場所の一つであれたらと思います。

『めりめろ』とはフランス語で『ごちゃまぜ』という意味で、支援する・されるではなく、制度にとらわれずに多世代の人たちが「ごちゃまぜ」に活躍できる場を目指し、地域の様々な人に訪れて欲しいという願いが込められています。街角のカフェのようにお茶を飲んでひと息するだけでなく、一人で来られてもスタッフや来店された方々同士が、日頃の想いを自由に語り合える、元気になれる場所。「地域の居場所」として多世代交流が自然に出来る、そんな繋がりづくりを目指します。

住所	札幌市手稲区手稲本町 １条３丁目 3-1 メディカルスクエア手稲２階
電話	６９９－５１７９
時間	11:00-17:00
休み	土・日・祭日・年末年始
料金	ドリンク 200 円～ 日替わりランチ 500 円
運営	一般社団法人 手稲まちづくりネットワーク
HP	http://melimelo.main.jp/
FB	@melimeloteine

在宅介護のための基礎講座　各回講師のご紹介

講座回	開催日	講座テーマ	講師名（所属団体）	参加人数
第１回	7/6	基礎知識	本堂　俊子先生　（㈲ホットステーション）	７人
第２回	8/6	身体介護	志田　さゆり先生	６人
第３回	9/7	生活全般	志田　さゆり先生	５人
第４回	10/5	認知症を知る	手稲区第２地域包括支援センター	６人
第５回	11/2	家族介護	森林　美恵子先生（北海道若年認知症の人と家族の会）	６人

ていねコミュニティカフェ めりめろ

第１回講座

手稲区で居宅介護支援と介護事業所運営に携わる本堂先生を講師に招きました。受講動機を伺いつつ、介護保険利用の実態を中心に車座の対話形式で、サービス利用者の写真など自前の資料も用いて、受講者が理解しやすいよう工夫していただいた講義でした。訪問入浴介護、訪問看護、居宅療養管理指導といった、様々なニーズ対応のサービスが利用できることが学べました。受講者からは「両親に介護が必要になった際の手続きのイメージが見えてきた」などの声が聞かれました。

第２回講座

めりめろの運営スタッフで、病院や高齢者施設、訪問介護事業所などで介護職として経験豊かな志田先生が講師を務めました。身体介護は「必ず声かけをしながら」「本人ができるところはやってもらう」「入浴や清拭の際は目配せをして」「褥瘡や傷などがないかしっかり見てあげるように」など介護内容に合わせた心得とコツを伝授。片麻痺を想定し寝ている姿勢の体位転換、椅子に座った姿勢でパジャマ上下の着脱などの実習には２人１組になって苦心しながら取り組みました。

第３回講座

前半の講義では高齢者の体の状態が「いつもと違う」と気づくための様々な視点を学び、後半は、実際の使用は初めてという人が多かった車いす介助を体験しました。介護時における本人とのコミュニケーション上の課題については、受講者が実情を打ち明ける場面もあり、コミュニティカフェならではの和んだ雰囲気の中で、生活を支えるポイントと心構えを確認することができました。

ていねコミュニティカフェ めりめろ

第４回講座

地域包括支援センターの木引センター長が講師を務め、認知症サポーター養成講座を実施しました。認知症の本人には「病状の自覚がないわけではない」、「感じる力、感情は残っている」ことをはじめ、認知症の正しい理解には欠かせない要点を知ることができました。「驚かせない、急がせない、自尊心を傷つけない」の３つの「ない」が大事な心得であり、認知症介護に携わる家族の気持ちに寄り添いながら理解することが大切さだと説明がありました。誰にでも起こりえる病気だからこその「支え合い」の必要性が確認できました。

第５回講座

講師は若年認知症の人と家族の会から森林先生にお越しいただきました。看護師資格を持つご自身が会に関わっている経緯から、症状が現れた人への対応や心構えを柔らかな口調でお話しされ、受講者は真剣に耳を傾けました。会の体験談集の一部を受講者みんなで朗読し、若年性認知症のご家族の率直なお気持ちに触れることができました。後半は受講者が今まさに体験していることを語り、受講仲間みんなでその悩みに共鳴しました。森林先生や他の受講者から、励ましや助言があり、相談者が少しだけ気持ちを楽にされた様子でした。温かな交流の一コマでした。

アンケートから

◇手助けが必要なときに手を差し伸べてあげられればと思う⑤
◇認知症の特徴、好ましい関わり方がわかった④
◇参加者との問答もまじえ、和やかな雰囲気で分かりやすかった③
◇実技を体験することでさらに理解できた②
◇知らなかったことがたくさんあった。今後に役に立つ①
◇少人数だが集まった人たちが心を一つにして少しずつ広まっていけたらと思う自由

※丸数字は講座回を自由は自由記述欄を示す
①→第１回講座

ていねコミュニティカフェ めりめろ

会場運営者からのコメント

＊どの講座も先生のお話が分かりやすく和やかな雰囲気の中、講義が進んだ。
＊各先生には受講者からの質問に丁寧に対応いただいた。
＊JR 手稲駅から徒歩圏内という立地の良さで清田区や銭函からも参加があった。
＊初対面でも直ぐに打ち解け、受講者が仲間意識を持ち情報交換ができた。
＊スキルアップした内容を学びたいとの要望があった。
＊めりめろのボランティアスタッフにも体験してもらいたいと思った。
◎地域での、支える・支えられるという垣根を超えて互いに協力することの大切さを再確認した　◎この講座をきっかけに、生活支援サービス事業がスタートした！ホームページやフェイスブックで発信中　（藤原美由紀さん）

めりめろの考察

良かったポイント１ 居場所のエネルギー

飲み物やランチを提供するコミュニティカフェとして、平成 27 年にオープンしためりめろは、法人の役員、町内会、イベントで出会った人たち、カフェの常連など、小さなグループが次々と出現しているまだ新しい居場所です。今回の講座の主要メンバーは、子育て相談のグループ。高齢者中心とは違う若い世代で、仕事を持っている人もおり、講座を「楽しもう」という視点を持っていると感じました。学んだことを取り込んで（吸収力）それを活用する（応用力）二つのエネルギーが会場に活気を与えており、受講した人たちが常に介護に前向きな姿勢を示していることが新鮮でした。会場運営者自身も、講座開催期間中に自宅で家族が動けなくなり、病院に運ばれたという経験をされたそうで、まさにタイムリーなテーマでスキルアップに役立ったと言えます。

良かったポイント２ スキルアップ

良かったポイント３ 生活支援サービススタート

さらにかねてから検討していた生活支援サービスを始めることになり、講座開催が活動を後押しする結果となりました。居場所から発展する生活支援、まさにこれからの居場所の新たな役割として、目指すべき方向だと確信しました。

実践報告会

2018 年 1 月 20 日（土）13:30～16:00

主催者の事業説明からはじまり、６ヶ所の講座会場ごとに報告を行なった。初めて人前で話をするという受講者は緊張した面持ちで真剣に講座の様子や感想を伝え、経験を活かしたいと今後の抱負も口にした。居場所運営者も居場所のＰＲとともに仲間と交流しながら学ぶということの効用を話し、楽しい雰囲気がそのまま伝わり、会場からの拍手で一層盛り上がった。最後に総括として事業検討委員が居場所で講座開催をする意義をわかりやすく解説し、サロン・カフェを通して相互に支え合う社会を目指しましょうと締めくくった。

講座報告の様子

（発表者　コミュニティカフェめりめろ）

わくわくホリデーホール会議室１

来場者アンケート結果（来場者 64 名のうち 44 名から回答あり　→回答率 68%）

設問は５つ、選択肢と自由記述からなる。　設問１　属性　男性 36%、女性 56%

年齢は 50 代、60 代、70 代で７割を超えたが、30 代～40 代も 20%の参加があり、多様な世代が参加したことがわかる。

2. 在宅介護の基礎講座実践報告会　全体内容について、満足度を教えて下さい。

	男性	女性	未記載	計	構成比
とても満足	2	10	1	13	29.5%
満足	12	15	1	28	63.6%
やや不満足	2	0		2	4.5%
不満足	0	0		0	
未記載			1	1	2.3%
計	16	25	3	44	

満足度はとても満足と満足合計で 93%
一定の満足度は得られた。　設問２

3. 在宅介護の基礎講座　事業説明を聞いて　講座に関心を持たれましたか？

	男性	女性	未記載	計	構成比
参加してみたいと思った	5	8		13	29.5%
関心を持った	10	12	3	25	56.8%
あまり関心を持てなかった	0	0		0	
受講済	1	4		5	11.4%
未記載		1		1	2.3%
計	16	25	3	44	

関心を持ったは 56%、参加してみたいは 29%
3 割の人からは積極的な気持ちを引き出せた。　設問３

4. 在宅介護の基礎講座　居場所のアピールと講座報告を聞いて　どうでしたか？（複数回答可能）

	男性	女性	未記載	計	構成比
居場所に行ってみたい	5	8	1	14	31.8%
居場所を運営してみたい	4	2		6	13.6%
居場所で講座をやってみたい	4	1		5	11.4%
講座会場が居場所であることがよい	7	17	1	25	56.8%
少人数で学べることがよい	3	13	2	18	40.9%
仲間づくりができることがよい	5	17	2	24	54.5%
居場所にあまり魅力を感じなかった	0	0		0	
その他	1	0		1	2.3%
計	29	58	6	93	

居場所とどう関わるか、どう活用するかを問う設問。複数回答ではあるが居場所運営と講座運営には 10%以上が興味を持っている。　設問４

5. 総括「サロンという力・つながりの力　～相互に支え合う社会づくりを目指して～」を聞いてどうでしたか？
感想に近いものにチェックを入れて下さい。（複数回答可能）

	男性	女性	未記載	計	構成比
これからの社会には支え合いが必要	11	18	3	32	72.7%
地域社会の課題を確認できた	7	12	2	21	47.7%
サロンで学ぶことの効用について理解した	2	9	2	13	29.5%
サロンは互助の意識形成の基盤となる	5	11	1	17	38.6%
交流することで生き甲斐が見つかる	5	14	1	20	45.5%
サロンにいろいろな役割があるとわかった	8	19	1	28	63.6%
その他	2	0		2	4.5%
計	40	83	10	133	

支え合いが必要であること、サロンにいろいろな役割があることに共感が多かった。支え合いと居場所を関連づけて考えるというメッセージは伝わった。　設問５

実践報告会の目的は、参加者から講座への関心を引き出し、さらに講座開催（運営側）への意欲を引き出すこと。思考の道筋をつくるようなプログラムを組み立てられたことが功を奏したと言える。また、それぞれの講座会場の発表が「チーム」としての一体感を表現していたことが居場所の魅力をより増す結果となった。

本事業のまとめ

本事業の成果と課題

【担い手の掘り起こし】

成果として第一に挙げたいのは、生活支援体制整備事業の中で生活支援の担い手として想定されていなかった人たち、つまり、日頃地域活動をしていない人たちを多く取り込めたことだろう。町内活動に関心がなかったシニア層、子育てと親の介護の両方を抱えている人、仕事をしながら介護に対する不安を持っている人、これからの自分の将来について考えるようになった人、「在宅介護」という言葉は自分、家族、そして地域への関心を引き出すキイワードになった。まさに担い手の「掘り起こし」になったと感じている。と同時にこの掘り起こした人たちが「担い手になっていく」ためにはどのような仕掛けが必要かというところが最大の課題となるだろう。関心を持ってくれた人たちを大切に丁寧に自主性を尊重しながら、応援していくにはどうしたらいいか、関わってくれたたくさんの仲間と一緒に考えていきたい。

【居場所のスキルアップ】

第二に講座会場となったサロン・カフェ運営者の役割認識が明確になったことを挙げるべきだろう。自分たちが運営する居場所が介護や生活支援の地域拠点となるべき存在であり、そのノウハウの一端を学んだことで新たな役割を担うことが求められているという意識が芽生えたことは、ささえあい・たすけあいが居場所から発展していく可能性を示せたことになる。そして生活支援の地域拠点としての居場所をもっと増やしていくことがこれからの課題と考える。「頑張る人を増やすためには頑張る人を支える仕組みも一緒につくっていく」これが生活支援体制整備の真の意味ではないだろうか。

居場所から発展する助け合い

2000 年にスタートした介護保険制度を振り返ってみると、初期の段階では、高齢化の波を乗り切るために社会全体で高齢者を支えようという主旨の制度だったように思う。しかし前段階において、介護は家族がするものという、これまでの固定概念を変えるというハードルを越えるために、まず制度を定着させることに主眼が置かれ本来の制度の目的とは異なる認識も生まれた。ひとつは、高齢者にとって使い勝手のよい「安価なサービス」として捉える考え方、もうひとつは保険料を支払っているから「使わないと損」という考え方。これによって、自分で出来ることも制度を使い、結果として自立を妨げた側面もあると言われ、定着したことが裏目に出た形となった。

団塊の世代がいっせいに 75 歳を超える 2025 年はもう目の前に迫っており、介護サービスの需要量はピークを迎える。介護人材の不足と介護保険料増の問題もある。介護保険は使いたくても使えない供給不足は避けられないだろう。知恵を絞らなければならない時代になった。介護度が重くなれば公的サービスに頼らざるを得ないだろう。だが、専門職でなくても出来ることはある。地域の助け合いがそのひとつ。まずは地域の居場所に通う仲間同士で助け合ってみてはどうだろう。同じ思いの人がきっといると思う。

平成 29 年度独立行政法人福祉医療機構　社会福祉振興助成事業

「居場所と連携した家族介護者等支援事業」報告書

2018 年 3 月発行
制作・発行　特定非営利活動法人福祉 NPO 支援ネット北海道
〒065-0013　札幌市東区北 13 条東 8 丁目 1-11 堀内ビル
印刷・製本　佐藤印刷株式会社
〒060-0807　札幌市北区北７条西８丁目１