

13. あんしんづくりサポート委員会とは

平成28年に設置され、地域の生活支援・介護予防サービス等と連携しながら、多様な日常生活上の支援体制の充実・強化を図るため活動をしています。

活動状況

- 平成28年度 「地域支え合い活動冊子」を作成
- 平成29年度 第1回あんしんづくりフォーラム開催、地域支え合い活動助成制度改正検討
- 平成30年度 第2回あんしんづくりフォーラム開催、地域福祉懇話会からの課題検討
- 令和元年度 マニュアル「ゴミ出し支援のはじめ方」を作成

令和2年度 あんしんづくりサポート委員会 名簿 (五十音順)

青山 文子	東林泉サロン(下恵土)、読み聞かせボランティア
飯田 泰平	元兼山地区センター長
大竹 悦子	生活協同組合コープぎふ、おたがいさま東部
奥村 修	春里地区社会福祉協議会、矢戸おしゃべりサロン(矢戸)
小野寺 浩	若葉台高齢福祉連合会
河合 竹乃	相互扶助の会いしずえ、ミニカフェくるみ(広見)
北村 智子	居宅介護支援事業所(DS TOKAI株式会社介護事業部プルメリア)
國枝 のり子	広見地区社会福祉協議会、広眺ヶ丘サロン・三々五々(広眺ヶ丘)
島岡 孝司	栄町サロン(土田)
野崎 悟	可児市民生児童委員
花澤 利恵	平牧地区社会福祉協議会
真鍋 修	桜ヶ丘ハイツ地区社会福祉協議会
山口 征雄	平牧地区社会福祉協議会支え合いコーディネーター
斎藤 陽子	可児市帷子地域包括支援センター
柴田 雅子	可児市地域包括支援センター
土屋 誠治	可児市東部地域包括支援センター
川合 真治	可児市地域支え合いコーディネーター、可児市社会福祉協議会
永井 正晃	可児市生活支援コーディネーター

※この冊子に関する問い合わせ先 可児市役所 高齢福祉課 地域包括ケア推進係 0574-62-1111

可児市

サロン活動と地域のつながりづくりを進めるためのガイドライン

～新型コロナウイルスの感染拡大防止とともに～

Stop! コロナ



令和3年3月

可児市あんしんづくりサポート委員会

1. サロン活動と地域のつながりづくりを進めるにあたって

高齢になっても元気で生きがいを持ち、住み慣れた地域で、自分らしくいきいきと暮らしていくことは、多くの人の願いです。そのためには、身近な地域で“人と人のつながり”を深めることが重要です。何らかの形で地域や近隣の人とつながりを持つことで“ふれあい”が生まれ、周りの人が高齢者の様子を把握することができ、安心の確保にもつながります。

可児市では、各地域において住民主体で高齢者の集う場(サロン)が開催され、地域のつながりの場、介護予防の場として機能してきました。

しかし、令和2年は新型コロナウイルス感染症の流行により、「新しい生活様式」を意識した日常と、地域の活動を進めなければいけなくなりました。

また、一方で重症化リスクの高いとされる高齢者は、外出自粛で閉じこもりがちになり、地域とのつながりが今まで以上に希薄になるため、運動不足や認知症の進行など二次被害が懸念されています。

日頃からサロン運営等の活動を行っているボランティアの方は、このように“人と人が接触してはいけない状況”と“つながりが求められている状況”という、相反する状況の狭間で、様々な葛藤を抱えておられます。

このような現状で、新しい生活様式に基づいた地域でのつながりづくりについて、本会として活動を進めるにあたってのガイドラインを作成しました。

本ガイドラインが、皆さまの今後の活動の在り方を検討するうえでのヒントとなれば幸いです。

2. このガイドラインの活用方法

この「サロン活動と地域のつながりづくりを進めるためのガイドライン(以下、「サロン活動と地域のつながりづくりガイドライン」という)」は、

◎サロンの開設を検討されているボランティアの方々の参考資料に…

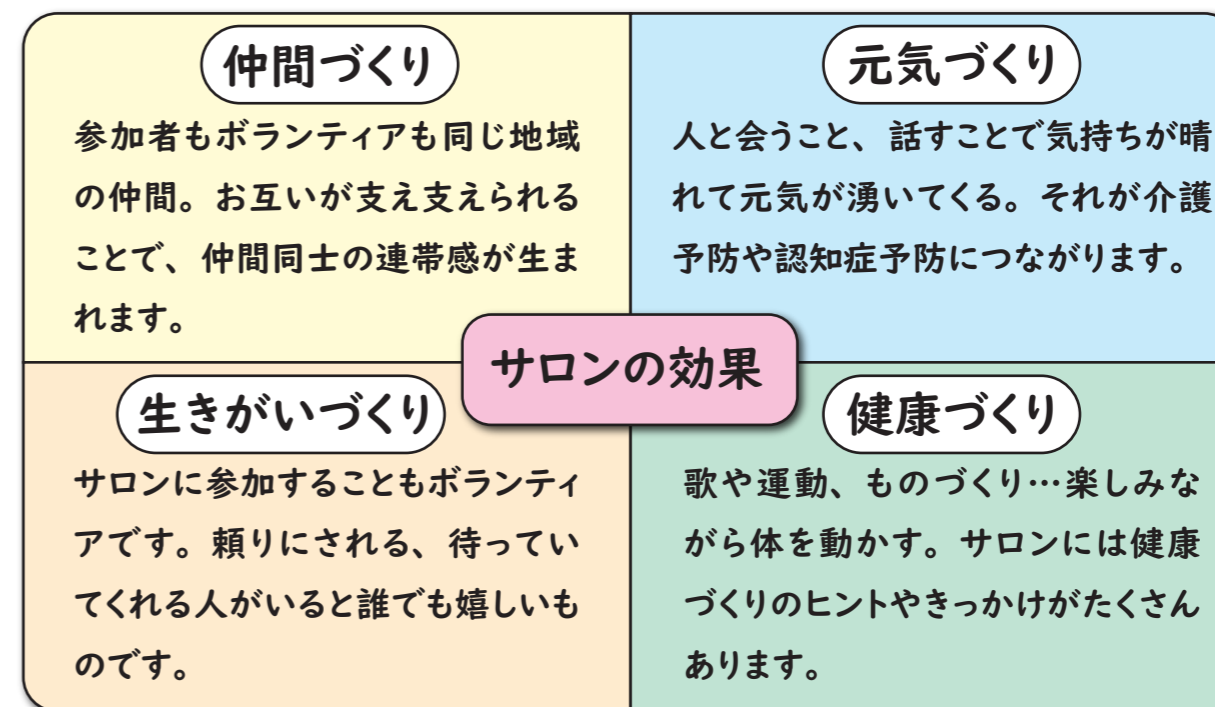
◎自治会・民生児童委員・地区社会福祉協議会など、地域の関係者間の情報共有や懇話会の資料に…

◎ケアマネジャー・介護事業所などの専門機関と地域の活動団体の情報共有の機会に…

その他、ボランティア活動を始めたい方、高齢者福祉・介護に関心のある方など、多くの方にご活用いただけることを期待しています。

3. サロンの魅力と効果

今日は何をしようか?、何を話そうか?、そこに行けば誰かがいる、誰かと話ができる、そのために外出する、参加者とボランティアの「思い」で、創意工夫していろいろな活動ができるところがサロンの魅力です。

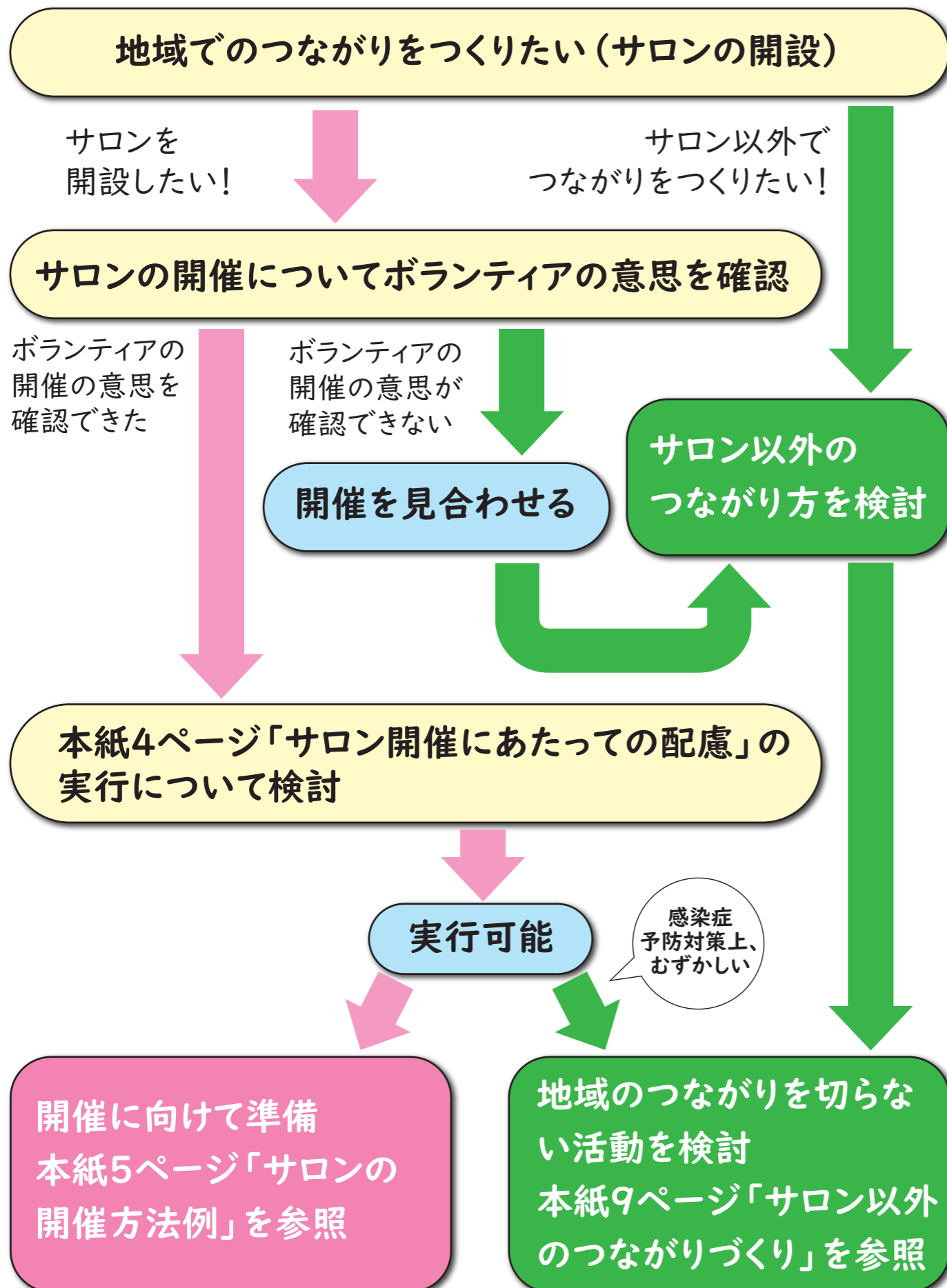


4. サロンの開設についての考え方

- (1) サロンの新設・再開を検討するときは、まずボランティア同士で、開催についての意思を確認しましょう。
- (2) ボランティア間で開催する意思が確認し合えない場合は、開催の見合わせ、又は延期をしてください。サロンの運営は、ボランティアの協力があってこそ継続できるものです。開催しないという選択もあります。
- (3) サロンの開催をすると判断した場合、「サロン開催にあたっての配慮<8つの工夫>」(本紙4ページ)に、示された感染予防対策を講じた運営方法を協議してください。
- (4) 具体的なサロン運営方法を協議する中で、感染症予防対策を含めた様々な配慮を講じてのサロン開催は、困難と判断される場合もあります。その時は、サロンという形にこだわらず、サロン以外での、地域のつながり方を検討してください。
「サロン以外のつながりづくり」(本紙9ページ)に、様々な地域のつながりづくりを紹介しています。

(次ページに流れ図があります)

5. 地域のつながりづくり(サロンの開設)に向けた流れ図



6. サロン開催にあたっての配慮 < 8つの工夫 >

①何より楽しく行いましょう

感染予防のため様々な制約がありますが、そのような中でも、参加されている皆さまと一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

②換気をしましょう(30分に1回以上)

室温に配慮しながら、定期的な換気を行ってください。

③間隔をあげましょう(なるべく2m、最低1m)

隣同士で手を広げた間隔が1mです。これ以上は間隔を空けるようにしてください。向かい合った状態での飲食や会話、運動は避けてください。

④人数が多い場合は時間帯を分けて開催しましょう

人数が多い時には、時間帯を分けて開催してください。場合によっては、時間短縮なども検討してください。

⑤手洗い、消毒、検温を行いましょう

会場に着いたら、まず手洗い、手指消毒、検温を行うようにしてください。椅子やテーブルなど、人が触れるものにも消毒を行ってください。

⑥マスクをしましょう

参加者、ボランティアともにマスクを着用してください。マスクをしたままの運動は通常より負担がかかります。屋外や十分な距離をあけている場合には、熱中症対策も考慮して適宜はせずするようにしてください。

⑦食事はなるべく控えましょう

ただし、熱中症予防のため、水分補給はこまめに行い、飲食の際は、下記を徹底してください。

- ・対面場面を作らない
- ・対面が避けられない場合は、交差対面とする
- ・人と人との距離を確保する
- ・マスクを外した状態での会話は控える

⑧体調確認を行いましょう

参加者・ボランティアとその家族の体調確認をしてください。体調がすぐれない日は、休んでください。サロンの活動日だけでなく、日頃から体調管理を心がけましょう。

※8つの工夫の具体的な実施方法については、

「サロン運営における感染症防止対策(令和2年6月12日作成)」

「可児市 新型コロナウイルス感染症防止対策市主催事業実施基本指針」を、参考にしてください。



7. サロンの開催方法例

コロナ禍にあっても、創意工夫しながら活動しているサロンの実例を4つの型に分けてご紹介します。

1. 従来型

曜日や時間、内容などを変えることなく、感染症対策に努めながら、できるかぎり従来のサロンと同じように、参加者とスタッフが一緒になって会話や交流を楽しんでいます。

【広眺ヶ丘サロン・ミタ五々(広見)の様子】



距離を保ちながらの参加



終了後の椅子テーブル等の消毒

メリット

- ①参加者同士の交流がしやすい
- ②参加者・ボランティアが一体になれる
- ③参加者・ボランティアとも予定が立てやすい

主な活動内容

軽体操、脳トレ、喫茶

【ボランティアの声】

最初は心配だったけど、ボランティアでミーティングや予行演習など準備をしっかりとってから再開しました。参加者の「ここが一番楽しい♪」という声に励まされています。



ポイント



お茶等を飲んだ後にマスクを外したままになったり、会話の途中でつい距離が近づいたりしてしまいます。また、受付時や終了時に混み合いになりがちです。一人ひとりが注意して3密を防ぎましょう。

2. スクール型

椅子・テーブルの間隔を広くとり、参加者は教室のように同じ方向を向きます。また、内容も講座や音楽鑑賞などを中心にして会話をできる限り控えるように工夫しています。

メリット

- ①一定の距離(ソーシャルディスタンス)を保つことができる
- ②会話が苦手な方も参加しやすい
- ③参加者は楽しみながら学ぶことができる

主な活動内容

講座、音楽等の鑑賞など

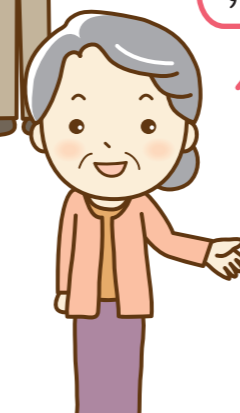
【ほっこりサロン「いろどり」(春里)の様子】



広いホールで落語鑑賞

【ボランティアの声】

講座や鑑賞を中心にして、開催時間も1時間程度に短くしました。3密を防ぐため、広い会場を使ったり、席の間隔を広げるよう工夫しています。



ポイント



講師や演奏してくださる方の手配や調整が必要です。身近な所に特技や才能をお持ちの方がみえるかもしれません。演芸ボランティアは社会福祉協議会へ、講座は可見市へ相談してみると良いでしょう。

3. オープン型

集会所などを週に複数回、数時間開けて、当番のボランティアが対応します。内容は具体的に決めず、参加者はその時間内に自由に入出し、会話やお茶を楽しみながら交流します。

メリット

- ①密になりにくい
- ②参加者が行きたい時間、帰りたい時間に自由に入出りできる
- ③企画や準備などの手間が少ない

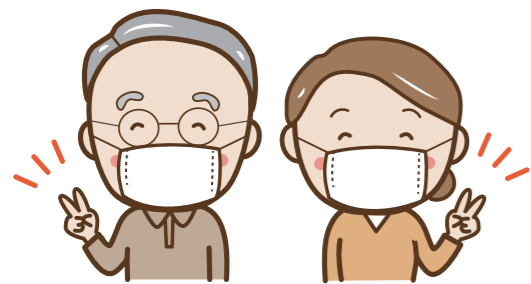
主な活動内容

喫茶、展示など

【みんなの家サロン(桜ヶ丘ハイツ)の様子】



手作りのフィルムで飛沫を予防



【ボランティアの声】

週1回当番をしています。自宅でぼーっとしているよりも、いろいろな人と会話ができて楽しいです。会話のきっかけになるよう、絵や季節の花を飾り、私自身も楽しんでいます✿

ポイント



当番をするボランティアの人数が多いと負担が軽くなります。地域全体で声を掛け合い、協力者を募りましょう。



4. 運動型

集会所などに集まり、体操やウォーキングなどの運動を行います。外出や運動の機会が少なくなりがちな高齢者に運動のきっかけをつくり、楽しみながら心身の機能低下を予防できます。

メリット

- ①密閉空間を作らない
- ②介護予防・健康づくりの効果がある
- ③気分転換を図ることができる

主な活動内容

ウォーキング、ラジオ体操、散策

【サロン宮町(兼山)の様子】



公民館に集まりラジオ体操で交流



【ボランティアの声】

閉じこもりがちな方が多いと聞いて始めました。一人ではできない運動も、みんなと一緒に楽しくできます。どのコースを歩こうか考えるのも楽しいですよ！



ポイント



参加者の体力や健康状態には個人差がありますので、適度に休憩をとってください。また、参加前に健康チェックをするよう促し、安全かつ楽しい運動になるよう心掛けましょう。



8. サロン以外のつながりづくり

1. 見守り訪問によるつながり

「サロンを開くには感染が心配」「でも、あの方元気にしているのかな？」こうした声からはじまった一人暮らし高齢世帯などを対象とした見守り訪問です。「元気にしてる?」「何とかがんばっているよ」「サロンが始まったらまた行きたいな」など、お互い顔を見て、声を聴いて安心できるものです。また、訪問して気になったことがあれば、民生児童委員や地域包括支援センターに対応を依頼します。

具体例: 若葉台あんしんパートナー、愛岐ヶ丘自治会

【松伏サロンたんぽぽ(平牧)の様子】

地域支え愛活動“笑顔”、松伏サロンたんぽぽ



独り暮らしの方等への訪問の様子

訪問時に気を付けること

- 健康チェックを事前に行う
- マスクを着用する
- 訪問前後に手指消毒を行う
- 訪問時間は5分程度までにする
- チラシ等配るものは必要最小限にする

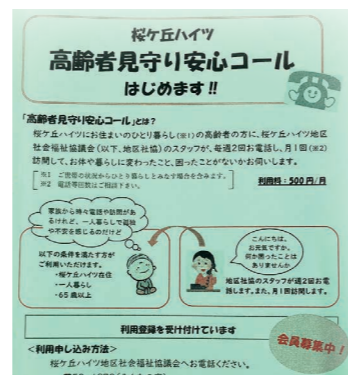
2. 定期的に電話をかけることによるつながり

「コロナで外に出ることが減った。何となくさみしいし不安」という高齢者の声、「あの方心配だけど訪問はしづらい」という地域の声から始まった新しい電話によるつながりづくりです。

電話なら感染の心配なし。安否確認になる。困りごとも聴ける。

高齢者にも、見守る地域の方にとってもお互いに安心できる新しい見守り活動です。

具体例: 桜ヶ丘ハイツ高齢者見守り安心コール



高齢者見守り安心コールのチラシ

3. 地域の情報共有の話し合いによるつながり

感染拡大による様々な活動の自粛・休止は、地域で高齢者を支える関係者間のつながりも希薄になりがちです。関係者間で地域の課題を共有し合い、チームで支え合うことができるよう定期的な話し合いの場をつくる活動です。メンバーには地域包括支援センター、社会福祉協議会などの職員が加わり、専門的な助言が得られます。

具体例: 大森台あんしんケア会議、光陽台福祉委員会、各地の地域福祉懇話会など

【光陽台福祉委員会(帷子)の様子】



定期的な情報共有や勉強会

9. ストップ!コロナハラスメント!

新型コロナウイルス感染症は私たちの身近に迫り、誰が感染しても不思議はありません。そして、いつ自分や自分の大切な人が感染・発病するかという不安は、ときに誤解や偏見を生み、知らないうちに感染者や周りの人に対する誹謗や中傷といった、いわゆる「コロナハラスメント」が起きる可能性もあります。このような状況の中では、新型コロナウイルスに関する差別や偏見を許さず、感染した方を「思いやり」、参加者とボランティアのお互いの人権を尊重することが大切です。



10. 一人ひとりの健康と暮らしを大切に

今回の事態は、誰もが当事者です。一人ひとりに、仕事や家庭生活、年齢、身体状況など様々な事情があり、日々、感染するリスクに加え、「自分が広げてしまう側になるかもしれない」という不安が付きまといまいます。

地域支え合い活動をされる方も、まずは一人の生活者として、自分や家族の暮らしを第一に、健康管理や感染防止に十分留意しながら、決して無理をしないことを、今後の活動を検討するうえでの原則としてください。

11. 話し合いから始めましょう

この「サロン活動と地域のつながりづくりガイドライン」は、サロン運営を実施する際、事業に参加される皆さま、そして、そのご家族やご友人、ひいては市民の健康、命を新型コロナウイルス感染症の脅威から守ることを第一の目的とし、主催者として守るべき事項及び、サロンに参加される皆さまに対し配慮すべきことをまとめたものです。

ここでは、一般的なことを記載しています。この内容を参考に、サロンや地域のつながり活動を推進してください。

12. 活動に関する相談窓口

担当者	連絡先
可児市生活支援コーディネーター 永井 正晃	61-1120(春里苑内)
可児市地域支え合いコーディネーター(可児市社会福祉協議会)	62-1555
可児市役所 高齢福祉課 地域包括ケア推進係	62-1111