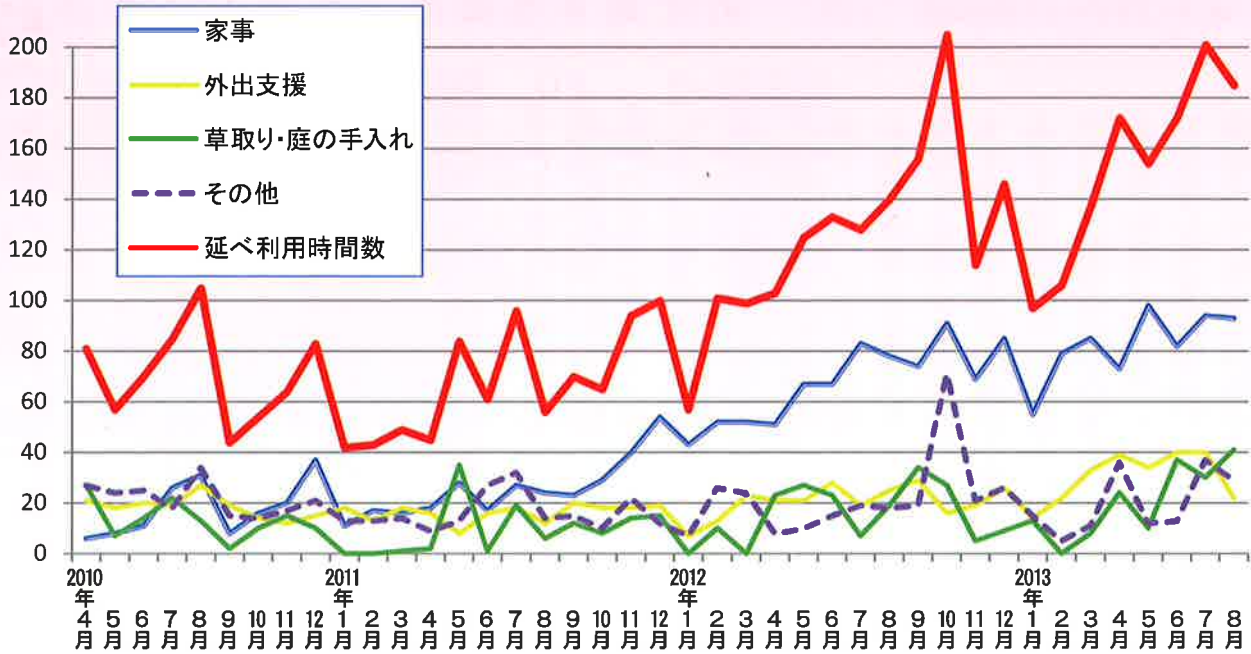




### テーマ ライフサポーターを活用して

#### 利用時間数の推移と内訳



### ライフサポーターの使命



岐阜大学教育学部 教授  
大垣市ライフサポーター

小林 月子

「介護保険でカバーできないサービスを提供することによって、介護を必要とする高齢者の在宅生活の可能性を広げる、在宅生活の質を向上させる」、これがライフサポーターの使命です。大垣の「ライフサポーターつみ」は、四年前にサポーターが約三十人、月間活動時間三十時間で発足しました。現在では、福祉・介護の研修・実習を終了した百名以上のサポーターが月間およそ二百時間のサポート活動を行っています。主な活動内容は、掃除・洗濯・調理などの家事援助、通院・買い物などの外出支援、草取り・庭の手入れなどです。サポーターの平均年齢は男女とも六十歳を超えています。利用者はおよそ百名で、一人暮らしが66%、夫婦のみ世帯が11%を占めています。

「介護が必要になっても、なんとか自分らしく在宅生活を送りたい」と願う人はとても多いし、国の方針も在宅重視です。介護保険サービス利用者のおよそ7割が「在宅」生活を送っています。しかし実際には、在宅での生活を支える様々な条件が整わず、施設入所を希望する人が後を絶ちません。市民がサポーターとして地域で活躍することによって、結果として「誰もが安心して暮らせる地域」ができていくのです。訪問介護のプロであるケアマネさんやヘルパーさんと連携してプロの市民が地域福祉のつくり手・担い手になっていく、これがこれからの地域のあるべき姿となるでしょう。

# 『プロの住民の声』

大垣市で始まり、垂井町・池田町・大野町とこの西濃地域に広がっている「ライフサポーター」の活動。その地域福祉のつくり手・担い手として活躍する方々を『プロの住民』と呼んでいます。

今回は、ライフサポーターの活動をしておられる方と、実際に利用されている方にスポットを当てインタビューを行いました。多くの方がライフサポーターの活動に触れることで安心して暮らして行ける地域づくりの一助が担えればと思っております。



▲ ライフサポーター高田氏

## ライフサポーター

### 高田さんのインタビュー

Q ライフサポーターになられたきっかけはなんでしょうか。

A 親が独居で、介護が必要な状態でした。定年後に介護保険や認知症のことを学ぼうと思いい講座を受講しました。

Q ライフサポーターになり、生活や考え方に変化はありましたか。

A サラリーマン時代は効率性を追求してきました。

また、地域との関わりも皆無でした。定年後の時間にゆとりが出来、じっくりと物事を考えるようになりました。ライフサポート活動を通じ、人と人との関わりには心の通い合いが求められていると感じるようになりました。

自分も年を重ねていく中で、高齢者が住み良い街であって欲しいし、余生を楽しく在宅で過ごせる地域社会であってほ

しい。住み慣れた家・地域で最後まで安心して暮らせる社会であってくれたらと望んでいます。



▲ 鈴木(仮称)さん宅で草取り

## ご利用者さんへ

### ● 鈴木さんの声

鈴木(仮称)さんは十年前から一人暮らしです。体調を崩し、生活に不自由さを感じてライフサポーターを利用し三年になりました。今では、サポーター養成講座での実習受け入れ先としてもお世話になっています。

Q ライフサポーターを活用しての感想をお聞かせ下さい。

A サポーターさんは私に必要な事を一緒に考えて生活のサポートをしてくれます。今では「この人たちがいなくなったら、今頃私はどうなっていたらろうか?」と思ってしまうんです。今後もサポーターさんには健康でいてもらい生活を支えてほしいと考えています。これからサポーターを利用する人には、まずはサポーターの担当者に相談をしてから活用される事をお奨めします。



▲ 毎月のサポーター会議の様子

### ● 若園さんの声

若園(仮称)さんは4匹の猫と同居する一人暮らしです。若園さんは昔から様々な動物と暮らし



てきました。体調を崩し入院となった時、猫達の世話をどうするか… そんな時ライフサポーターを紹介されました。今では週3回、4匹の猫のトイレ掃除に訪問を依頼しています。

「ネコと一緒にいるから寂しくない。ネコを世話するのは、飼い主の責任。みんなを送り出す（看取る）までは私も頑張らなきゃ！」と若園さんは、はりきっておられます。

猫と一緒に生活を続けて、飼い主の責任を全うする目標の為にサポーターがお手伝いしています。

### ●大橋さんの声

大橋（仮称）さんが身体を患いホームヘルパーの利用を始めてから15年以上になります。まだ介護保険が始まる前からヘルパーを活用しています。今では、朝晩ヘルパーが身体介助で訪問しています。そしてライフサポーターも活用し、大橋さんは自身の生活をより良く住みやすくするためにうまくサービスを使いこなしておられます。

Q ラーフサポーターを活用してみてもいいでしょうか。

A 草むしり・掃除・洗濯など身の回りのことを行って頂いて、本当に助かっています。ライフサポーターの方も沢山お見えになり、依頼内容によってサポーターさんの調整をしてくれます。是非みなさんに知ってもらい、活用して頂きたいです。

### ライフサポーターの お問い合わせ先

- 大垣市及び垂井町にお住まいの方  
電話 0584-71-9118
- 揖斐郡及び神戸町にお住まいの方  
電話 090-5612-2638



▶若園（仮称）さん宅でネコのトイレ掃除

## vol.3 「サングレミジの仲間たち」

何でも楽しんでみよう

シテイタワー・デイサービスセンター 生活相談員 後藤朋也

シテイタワー・デイサービスセンターの生活相談員として四年目になります。最近の自身の近況としては、1歳半になる娘と一緒に岐阜シティ・タワー43に通勤が始まりました。私はデイサービス、娘は「みつけのおうち（保育所）」に通うことで家族や職員、地域の方・社会の温かい声かけや見守りに気付くことが多くなりました。娘は慣れてきた様子で、最近別れ際に泣かれなくなったことに寂しさを感じています。

自身の環境の変化と共に仕事を振り返ってみると、岐阜勤務になった当初は、「自分がやらなければ…」と全ての事を抱え込んだ結果、上手くいかないことを他者のせいにする事が多かったように感じます。変わるきっかけになったのは、「出来ない事を助けて欲しい」と仲間が発信出来るようになったこと、職員お互いが強みと弱みを理解して役割分担が出来、一緒に成功体験や充実感・満足感を共有出来たことだと思っています。

デイでは、「歴史博物館へのさわやかウォーキング」「やな外食イベント」を通して、楽しみながら長い時間を利用できるサービス提供の企画やサンサンタウンでは警察署と一緒に防犯訓練を行うなど関わる職員と一緒に頭をぶつけながら楽しんで仕事に取り組んでいます。笑顔や笑い声が絶えないサンサンタウンへ遊びに来てください。いつでもウエルカムです。



ご利用者とのベストショット(中央:後藤)



# トピックス

## ～エネルギーな宮古～



グループホーム「ばんびぎん」の職員と震災後に生まれた子どもたち

7月18日から20日までの3日間、岩手県宮古市へ伺いました。宮古市と言えば東日本大震災により甚大な被害を受けた都市のひとつ。メディアではまだまだ復興の遅れがクローズアップされています。しかしそこで生活を立て直しながらも住まい、働き、エネルギーに前へ進むようとしている方々に触れることで、復興とは単に物理的な復興だけではなく、心の復興も不可欠なことを改めて痛感しました。またひとつ、大きな学びを得ることができました。

## シティタワーに響く美しい音色



in 岐阜シティ・タワー43 1階アトリウム  
平成25年7月21日(日)

カルテット響 メンバー	
Violin	大宮 臨太郎(NHK交響楽団)
Violin	宇根 京子(NHK交響楽団)
Viole	亀井 彩乃(南西ドイツ放送交響楽団)
Violoncello	長瀬 夏嵐(群馬交響楽団)

1階吹き抜けアトリウムに素敵なカルテットが響きました。客席80席は、満員となり、約1時間のコンサートを皆さん楽しんでくださいました。  
義援金 55,000 円は宮古市へ寄付させていただきます。

## 今年の夏もサンビは熱かった



7月27日、第9回宮路夏祭りが開催されました。

前日からの雷雨が深夜まで続き、当日の天候がとても心配されましたが、朝には雨も上がり連日の熱帯夜と打って変わって、谷風が爽やかな夜となりました。

今年から地域の方にも気軽に来て頂く為に、シャトルバス運行も始め、盛大に夏祭りを開催する事が出来ました。

8月24日(土)にはサンビレッジ新生苑で「～今宵は夢のひとつとき～さあ踊ろう笑顔あふれるサンビ音頭」をテーマに盆踊りが開催されました。

盆踊りの音頭に合わせて、輪があふれてしまうくらい踊り模擬店のかき氷や綿菓子を楽しむ姿などがみられました。

年に一度の盆踊りが皆様の素敵な思い出として心に残ったのではないのでしょうか。



8月30・31日岐阜シティタワー43では、地域とのつながり交流を深めようと、2日間に渡り1階のアトリウムを借り、盛大に行いました。

また、多世代に楽しんでもらおうと、屋台、みっけのこども盆踊りのほかに「人にやさしいまちづくりプロジェクト」ということで高齢者疑似体験を開催し、多くの子ども、親世代が参加し、体験などを通し、まちづくりについて考える機会となりました。

最後に盆踊り・夏祭り開催にあたり、地域の方を始め多くの方々に参加とご協力を頂きありがとうございました。

## 編集後記...

今年の夏は暑かったですよね～!みなさん夏バテなどしていませんか?

サンビの夏は今年も暑かった。時には美しい音色を聴きながら心を休め、宮路、サンビレッジ本館、シティタワーとよく踊りました。ストレス解消&ダイエットになったのではないのでしょうか。

この4月より機関紙委員もメンバーを一層し、新たなスタートを切っております。

みなさんに楽しくお伝えしていければと思っています。発行されましたら、ぜひ隅々までご覧ください。今回トピックス担当は「笑顔がすてき」な事務所 五十川です。来苑の時に会いましょう。次回の担当をお楽しみに。

