

2人の講師が対談でアドバイス

～生活支援体制整備事業に関する悩みや課題を共有し、
解決のヒントをお届けします～

①生活支援体制整備事業を進めていくうえで重要な地
域デザインについて講師が考えていることをお伝えし
ます



②事前に講師へ寄せられた主な質問についてお答えし
ます

①生活支援体制整備事業について

- **地域づくりをしていくうえで重要な地域デザインの考え方**
- **畑山さん、荒井さん、ぶっちゃん地域デザインってどうやるの？**
- **地域づくりを進めるうえでの生活支援体制整備事業という道具の使い方**

一人の人間が、地域の中でどう幸せに生きるか

リエイブルメント

プロセス

高齢者が再び自分らしい生活を自分で営めるように、短期間で集中的にサポートする

「再自立支援」

「再びできるようになること」

考え方：

できないことを「一緒に練習する」「やり方を工夫する」

結果：

本人が自信を取り戻し、再び自分の力で生活できるようになる

街に段差がなく、ベンチが適切な場所に配置されていれば、リハビリ中の高齢者が「外に出よう」という意欲を持ちやすくなり、再自立が促進される

ウェルビーイング (幸福)

状態

心も体も、そして社会的にも、すべてが満たされた持続的な幸せ

ウェルビーイングを構成する「5つの要素」

ポジティブ感情: 楽しい、感謝、感動がある

没頭・没入: 時間を忘れて何かに打ち込んでいる

良好な人間関係: 信頼できる人が周りにいる

意味・目的: 「何のために生きるか」という人生の意義を感じている

達成感: 何かを成し遂げた、成長した実感がある

0次予防が整った社会は、誰もが自然にウェルビーイングを維持できる社会

「社会的処方」

仕組み

医者が薬を出す代わりに「人とのつながりや地域の活動」を処方して、患者を元気にすること

「孤立という病」を「地域のつながり」という処方箋で治す

リンクワーカー 生活支援コーディネーター

地域の趣味サークル
ボランティア活動
学習支援や就労支援
権利擁護や生活相談

そもそも地域に魅力的なサークルや場所がなければ成立しません。その居場所を作る活動自体が0次予防

0次予防

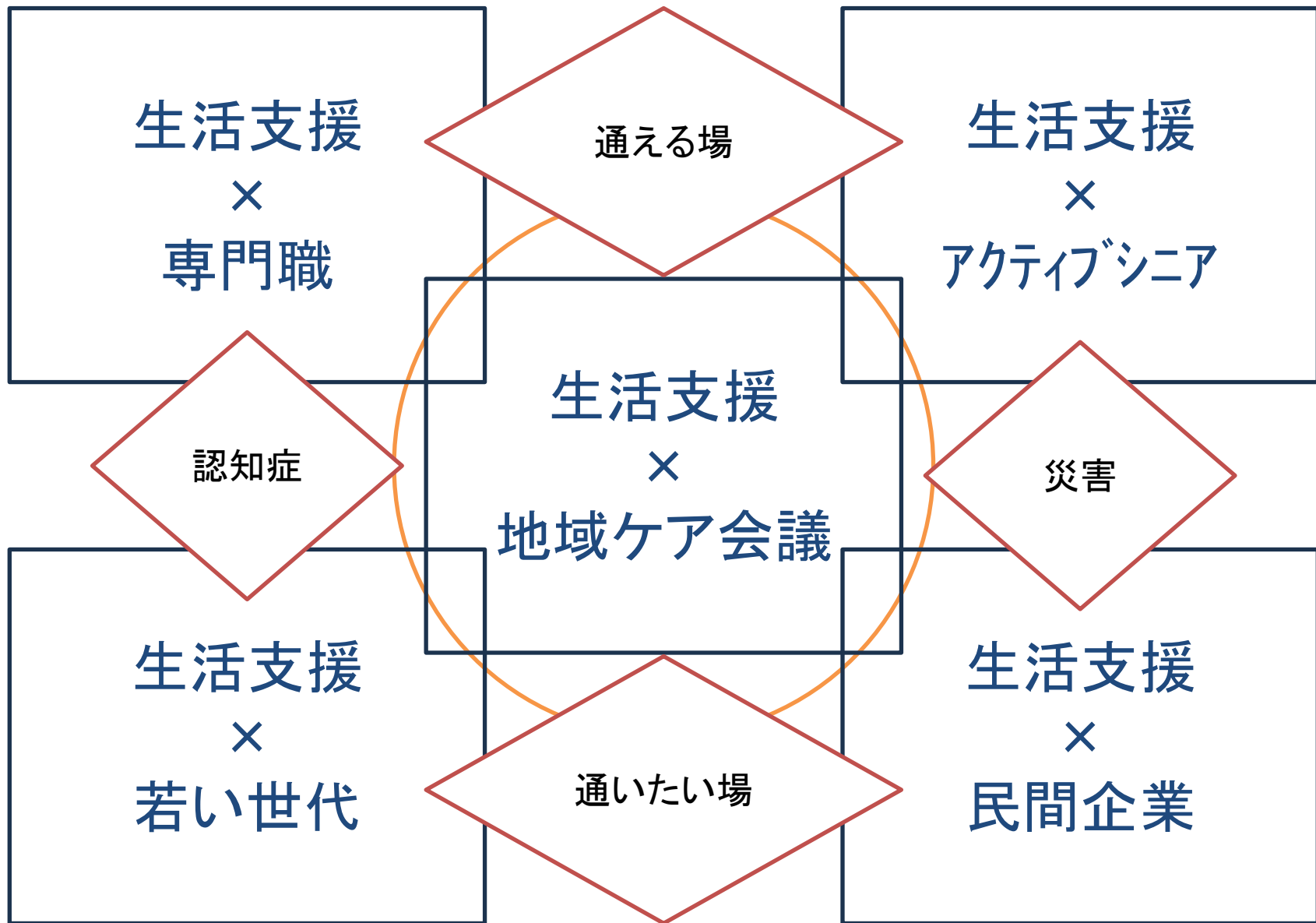
土台

個人の努力に頼らず、生きているだけで自然に健康になれる社会環境をつくること

環境環境: 歩きたくなる街づくり、健康な社会、孤独にならない仕組み

②講師への質問

- 担い手不足の解消について（新たな担い手、若い世代の担い手を増やすための工夫 / 小規模自治体）
- 住民の自主性の引き出し方や住民参加の促進方法について（自分事として捉えてくれるようにするためにはどうしたらよいか）
- （引きこもりがちな）高齢者の生活支援等のニーズ把握について
- 庁舎内、関係機関での合意形成について（1層、2層協議体の連携や役割分担について）
- 他分野や支援機関等との連携で注意する点やより良い連携方法について



地域資源とは

インフォーマルな資源（住民主体の活動）

通いの場・居場所：サロン、カフェ、趣味のサークル、老人クラブ、コミュニティ食堂、体操グループ

見守り・安否確認：近隣の住民による声かけ、自治会・町内会の見守り活動

生活支援（有償・無償ボランティア）：ゴミ出し、電球交換、草むしり、買い物代行、簡単な家事援助

移動支援：住民ボランティアによる送迎、グリーンズローモビリティ（低速電動車）の運行

フォーマルな資源（制度に基づくサービス）

介護保険サービス：デイサービス、訪問介護、ケアマネジャー（地域包括支援センター）

行政サービス：配食サービス、緊急通報システム、高齢者用タクシー券、住宅改修補助

専門機関：社会福祉協議会（社協）、ボランティアセンター、シルバー人材センター

高齢者の生活を支え、元気にし、社会とのつながりを作るものすべて

準フォーマルな資源（民間企業・商店）

生活利便サービス：スーパーの移動販売、宅配便、コンビニ（見守り協定先）、新聞販売店

専門職の地域貢献：薬剤師による健康相談、金融機関の防犯啓発、工務店によるバリアフリー提案

場所の提供：ファミレスや喫茶店の空き時間利用、ドラッグストア内の相談コーナー

目に見えない資源（人・物・スキル）

人材：元大工さんのスキル、元教師の教える力、現役世代のITスキル、活動意欲のある元気な高齢者

空間（空き資源）：空き家、空き店舗、神社の境内、学校の空き教室、公園

情報・ネットワーク：地域の有力者の口コミ、SNSグループ、地域の掲示板。

生活支援コーディネーターの役割 → 地域全体をデザインする

「高齢者の生活支援・介護予防の基盤整備を推進していくことを目的とし、地域において、生活支援および介護予防サービスの提供体制の構築に向けたコーディネート機能を果たす者」

「高齢者が住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられるよう、地域の助け合いの仕組みを作る専門職」

地域の「住まい・医療・介護・予防・生活支援」をつなぐ

生活支援コーディネーターの主な3つの役割

資源開発（つくる）

不足しているサービスを新しく作ります。例えば、ボランティアによるゴミ出し支援、買い物支援、高齢者が集まる「通いの場（茶話会など）」の立ち上げをサポートします。

ネットワーク構築（つなぐ）

地縁組織（自治会・町内会）、NPO、ボランティア団体、民間企業、行政などがバラバラに活動するのではなく、互いに協力し合える関係性を作ります。

ニーズの把握（見つける）

地域にどのような困りごとがあるのか、逆にどのような「お手伝いしたい人（活動資源）」がいるのかを調査・把握します。