

# 自治会は 住民同士の支え合い組織



宝木地区自治会連合会

# 宝木地区の自治会

## 宝木地区自治会連合会

|       |                     |
|-------|---------------------|
| 構成自治会 | 11自治会（10町）          |
| 加入世帯数 | 4,659世帯<br>(加入率70%) |
| 75歳以上 | 2,025人              |
| ※世帯数  | 6,922世帯             |

# 自治会と地域福祉活動

## 自治会とは

戦後生まれた名称である……部落会、組内

その原点：昔からの地域生活の慣習として

近隣との支え合い：相互扶助

## 自治会は

「地域のことは地域で責任をもって行う」という自己決定

・ 自己責任の自治の基本を実践する団体

※ 向こう三軒両隣り：互近助のところが根底  
支え合いの地域社会＝即ち地域福祉活動を実践

※ 自治会は、安全安心に暮らせるまちづくりの団体

## 自治会長は

地域福祉のリーダーであり責任者であると解する

# 宝木地区自治会の福祉活動その1

## ○ 地域福祉の組織は

宝木地区社会福祉協議会・宝木地区自治会連合会  
事業 ・歳末助け合い ・各種募金 ・敬老会事業  
・ふれあい会食 ・高齢者対象の輪投げ大会  
・安全な自転車乗り方教室 ・各種サークル等々

## ○ 地域住民への直接的福祉活動について

宝木では、自治会の本来の活動として捉えている  
宝木の自治会長は地域福祉の責任者である  
との自覚を大変強く持っています

地域福祉の実質的な事業・活動実施

# 宝木地区自治会の福祉活動その2

## ◎ 地域包括ケアシステム第2層協議体 宝木地区支え合い会議

構築 平成31年4月29日

構成 30地域団体 38名(代表者等)

会合 4半期に1度

実質的な活動

平成30年9月 全自治会に

「ふれあい福祉の会」を構築、スタート

# 宝木地区自治会の福祉活動 その3 ふれあい福祉の会

趣旨 地域福祉の原点 住民の支え合いの見える化

- 構成
- ・ 自治会正副会長
  - ・ 民生委員
  - ・ 福祉協力員
  - ・ 地域包括支援センター

具体的活動

- ・ 高齢者の1人暮らし ?
- ・ 老々世帯 ?
- ・ 認知症世帯 ?
- ・ 災害要支援者 ?

等の世帯を ・把握 ・見守り ・生活支援

※ いきいきサロンの活用 (高齢者等の交流の場、居場所)

# ふれあい・いきいきサロン

- サロンは、 地域住民の交流を深める 居場所  
特に高齢者の交流の場として
- 宝木には、 10グループ(公民館のある自治会)
- 運営は、 自治会長のもとに  
福祉に関心のあるボランティア
- 運営経費は、 市社協 + 地区社協助成 = 30000円
- 開催日は、 月 2 回



# 交流の場:ふれあい・いきいきサロン活動 1 (1-3:下原)





交流の場:ふれあい・いきいきサロン活動 2  
(1-2、 2-1)



# 交流の場:ふれあい・いきいきサロン活動 3 (西中丸)



茶 話 会



カ ラ オ ケ



輪 投 げ





## 平成30年8月30日 宝木地区サロン研修会

- ・ 地区内にある10か所のサロン代表者（各3名）が参集し、サロンの制度について学ぶ
- ・ グループを編成、サロンの運営やサロンでどんなことをしているのか紹介し合い意義ある研修となった

# 認知症の方がサロンにきて その1

## 60代の主婦

### ○ 約7年前に(家族のはなし)

当初は、妄想的な行動(躁鬱的な行動 数年続く)

家の中で ○○がなくなった、△△がなくなった

警察にお願いしたことも数回

次第に家族(夫)との会話しなくなった(約5年前から)

勿論笑顔は全くなくなる

家事殆どせず、外出もしなくなる:とじこもり

医者診断は、認知症

## 認知症の方がサロンにきて その2

○ 2年半前に近所のリーダーがサロンに同伴  
サロンでの行動は

- ・緩慢な動作、笑顔は全くない
- ・仲間との会話もできない

サロンリーダーや参加者は、

同じ目線でのコミュニケーションに配慮

会話をし、接触し、アドバイス

# 交流の場:ふれあい・いきいきサロン活動 4 (細谷)

健口体操 ・ ・ 声の体操 発生練習 (肺炎 嚥下反射の低下防止)

清音 アエイウエオアオ 濁音 ガゲギグゲゴガゴ  
カケキクケコカコ ザゼジズゼゾザゾ

鼻読音 清音 キャ キェ キュ キエ キョ キャ キョ

濁音 ギャ ギェ ギュ ギエ ギョ ギャ ギョ



H29年4月スタート



健口体操から



カラオケ



SAMの誰でもダンス



## 交流の場:ふれあい・いきいきサロン活動 4 (細谷)



健康体操



誰でも遊べる坊主めくり : サロンの一番人気



輪投げと茶話会

### サロン運営

- 健口体操 必修最初
- 日替わり  
健康体操(サムダンス)  
輪投げ カラオケ  
坊主めくり
- ※ 守りごと  
他人の噂話はしない  
隣同士の雑談をしない



## 認知症の方がサロンにきて その3

- 約1年経過した時、主人から笑顔があったと
- 家庭では 1日1~2回
  - 1人での散歩を認めている
  - ほとんど一人で、決められたコース
  - 帰宅できないこと 数回
  - 当時は、うつむいて歩く
- 2年経過した今年春ごろからは、  
サロンで笑顔がたびたび見られる

# 認知症の方がサロンにきて その4

- 現在は、正面を見て歩く

挨拶の声をかけると にこにこして応じる

サロンの人の声掛けに応じ、

簡単な挨拶程度の立ち話ができる

- 家事等は 現在も全くしない

直前の事柄の記憶できない

表情が良くなった、微笑がみられる



# 認知症の方がサロンにきて分かったこと

〔認知症の方がその人らしく安心できる居場所とする〕 **その5**

- 認知症の人への対応の基本的心得 3つの「ない」
  - 1 驚かせない
  - 2 急がせない
  - 3 自尊心を傷つけない
- 具体的な対応のポイント
  - ・ 先ず 見守る
  - ・ 余裕をもって対応する
  - ・ 声をかけるときは 1人で
  - ・ 後ろから声をかけない
  - ・ 相手に目線を合せて 優しい口調で
  - ・ 穏やかに はっきりしたことばで
  - ・ 相手の言葉に耳を傾けて ゆっくり対応する



# 認知症の方とのコミュニケーション・介護 には

## 4つの柱が大切 その1 (文春H30-7 本田美知子著、ジネスト)

- 1 見る・・・同じ目の高さ、長く見つめる、アイコンタクトをとる
- 2 話す・・・自分が大切だと思っている人への話し方  
ゆっくり、優しく
- 3 触れる・・・相手を受け入れ、必要なときに触れる  
意味や喜びを分かち合う触れ方  
※触れ方により、攻撃を受けていると感じさせてしまう
- 4 立つ・・・介護者ではなく、認知症の人がなるべく立つことを意味する

## 知認知症の方とのコミュニケーション・介護 には 4つの柱が大切 その2 (文春H30-7 本田美知子著、ジネスト)

- この4本柱は、相手に
  - 1 「あなたのことを大切に思っています」  
というメッセージを伝え続けるものである
  - 2 認知症の人を中心にした柱であること
    - ・ これは もてはやす、言いなりということではない
    - ・ 「認知症の人と自分は同じだ」と考えること
    - ・ 同じ目線に立って接すること
- ◎ 認知症になったら本人や家族は、  
笑いを絶やさないことを心掛けることが何より大切です

ご清聴  
有難うございました

宝木地区自治会連合会  
会長 大金勇夫

