

# 助け合いプラットフォーム通信 Vol.1

【発行日】 2022年10月15日

【発行者】 認定NPO法人コミュニティ・サポートセンター神戸  
〒658-0052 神戸市東灘区住吉東町5-2-2  
Tel.078-841-0310  
☒ office@cskobe.com

【助 成】 公益財団法人 日本生命財団



## 1 助け合いプラットフォーム構築事業とは

### 背景

地域に一人暮らしの高齢者が増える中、住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らせる地域づくりを目指す取り組みが「助け合いプラットフォーム構築事業」である。独居高齢者の数は年々増加しており、全国的に見ると高齢者人口に占める単身者の割合は19.0%に上っている。神戸市においては24.3%と全国平均より高くなっている(2020年国勢調査)。家族による助けが得にくい分、地域での見守りや助け合いが急務となっている。助けを必要とする高齢者がいる一方で、高齢者の多くは実は支援の必要がない元気高齢者である。75歳以下の高齢者の要介護・要支援の割合は4.3%であり、実に95.7%は元気高齢者である。また75歳以上の高齢者においても、要介護・要支援の割合は32.5%であり、67.5%は元気高齢者である(2018年度版高齢社会白書)。神戸市の人口で換算すると35万人もの元気高齢者がいる計算になる。元気高齢者が自身の健康維持や介護予防を目的に見守りや助け合い活動の担い手となることは自身のためにも地域のためにもなり一石二鳥である。

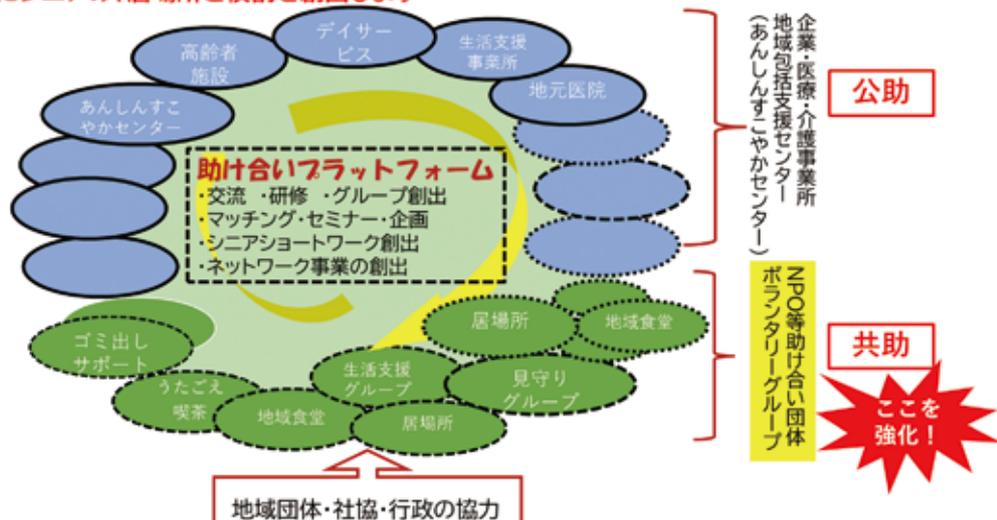
### 地域包括ケアシステム

厚生労働省が推進する「地域包括ケアシステム」では、全ての高齢者が自宅から30分圏内に公助及び共助双方の必要なサービスにアクセスできることを目指している。「公助」の部分は改善の余地はあるものの介護保険制度により一定の水準が保たれている。しかし「共助」の部分が脆弱である。「共助」部分を担う地域の状況を見てみると、近年のコミュニティの希薄化により近隣での助け合いがしにくい状況になっており、つながりを取り戻す活動を多く立ち上げることが急務となっている。まさにそれが「助け合いプラットフォーム構築事業」であり、市民にできる「共助」の部分を担う地域活動団体を複数創出することを目指す(以下図1)。具体的にはひと昔前のコミュニティが担っていたような、「見守り」、「気軽に立ち寄れる居場所」、「地域食堂」、「ちょっとした生活支援」のような活動が想定される。このような活動を実施する団体を神戸市東部の東灘区・灘区で順次立ち上げることを目指す。そうすれば独居高齢者も安心して地域で暮らすことができる地域社会の実現を目指す。

【図1】

### 助け合いプラットフォーム事業の展開

何歳になっても元気に暮らし続けられるまち(神戸東部)を目指し、助け合いのグループを立ち上げることで、主にシニアの、居場所と役割を創出します



## 2 神戸市東灘区における高齢者のニーズ調査

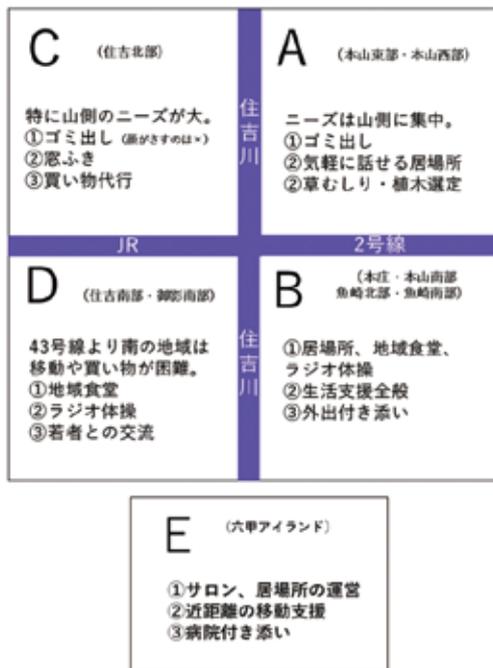
高齢者が安心して暮らせる地域を目指し、どのような地域活動が求められているのかを知るため高齢者に関するお困り事や課題が一手に寄せられる「あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）」へのヒアリング調査という形でニーズを把握することにした。

### 東灘区の概況

東灘区は神戸市東部に位置し、人口約21万人のまちである。北部は六甲山を望む山の手エリアであり、南部は海側の平坦な住宅地である。子育て世代が多く住み、高齢化率は24%と全国平均を下回っている。高齢者のうち独居の割合は24.3%であり、4人に1人は一人暮らしという状況である。特徴として、集合住宅居住率が75%と非常に高いことが挙げられる（2008年神戸市住宅・土地統計調査）。集合住宅は戸建てに比べて近所付き合いが希薄な傾向にあることから、コミュニティのつながりがあまりないことが懸念される。

### ニーズ調査の概要

東灘区内に11か所あるあんしんすこやかセンターのうち10か所を訪問しヒアリングを行った。ヒアリングの内容は①あんしんすこやかセンターのスタッフが行っている業務のうち、市民ボランティアグループにも担えること ②介護保険適用外の独居高齢者のお困り事の2点である。特に高齢者に関する課題が一手に持ち込まれるあんしんすこやかセンターでは、職員が多忙で、余裕がないという話もよく耳にする。市民ボランティアグループに担えることがあれば、多忙な職員の負担軽減につながるのではないかと考えた。



【図2】東灘区あんしんすこやかセンターでのヒアリング結果まとめ

### ニーズ調査の結果

東灘区を5つのエリアに分け、それぞれから出されたニーズをまとめたものが図2である。その結果は興味深いものとなった。山の手である北部のA、Cエリアからは「ゴミ出し」、「窓ふき」、「買い物代行」といった、個人の生活を維持するためのニーズが確認された。一方、海側の南部B、Dエリアでは「居場所」、「地域食堂」、「ラジオ体操」といった、人と人がつながるニーズが大きいことが分かった。南部B、Dエリアの中でも特に重点地域として国道43号線より南の海岸に近いエリアが、気軽に立ち寄れる居場所や食品スーパーが少なく、独居高齢者の外出が困難であることが分かった。



これらのことから、重点エリアをB、Dエリアとし、ニーズとして挙げられたコミュニティがつながる活動を行うボランティアグループを立ち上げるための人材養成講座「地域ボランティア養成講座 in ひがしなだ」を2022年6月より開催した。本講座の特徴は二点ある。一点目は、CS神戸が単独で実施するものではなく、あんしんすこやかセンター、社会福祉協議会、そして既に地域で活動している居場所やラジオ体操、生活支援の団体など、多様な団体とのつながりのもと開催が実現したことである。二点目は、担い手を募集する際、対象エリアである東灘区南部エリアの計20,000戸にチラシを新聞折込したことで、これまでつながりのなかった新たな層の担い手を地域活動の仲間として迎えられたことである。講座参加者はニーズ調査の結果に基づき「外出促進の取り組み」、「居場所」、「公園でのラジオ体操」、「ちょっとした生活支援」の活動を立ち上げるべく、グループを形成し試行準備に入った。

# 3 立ち上がりつつあるグループの紹介

各グループでは随時メンバーと参加者を募集しています

「地域ボランティア養成講座inひがしなだ」で立ち上がろうとしている4つのゆるやかなグループが2022年8月～10月にかけて、今後の継続的な活動に向け精力的にトライアルを実施している。

## 【グループ名】ウォーキンググループ

【リーダー】湯浅さん  
【メンバー】城井さん、高田さん、堀越さん

外出促進のニーズが大きい国道43号線より南のエリアを中心に、地域資源である酒蔵を起点として気軽なウォーキングを楽しむ活動である。普段は家に閉じこもりがちな人も、ちょっとしたきっかけがあることで外出し、交流することができる。9/17(土)は約15名が参加し4つの酒蔵を巡る3.3kmのコースをおしゃべりしながらウォーキングを楽しんだ。途中ででき酒という楽しみもあり、交流や健康増進につながった。



## 【グループ名】そろそろ動こう会「ほのぼのにこここ」

【リーダー】島崎さん  
【メンバー】頼本さん

コロナ禍でも3密を気にせず安心してできる屋外でのラジオ体操の活動である。東灘区本山南町ある福井池公園を会場に、隣接する「福池地域福祉センター」と連携し8/7(日)と9/12(月)の朝9時から実施した。皆で気持ちの良い汗をかき、終了後は参加者同士が交流する姿も見られた。トライアルにも関わらず近隣住民20名ほどが集まりニーズの大きさが明らかになった。



## 【グループ名】みんなの居場所“夢”

【リーダー】山下さん  
【メンバー】栗林さん、近藤さん、坂東さん、藤崎さん、村上さん

これまで地域活動の拠点の少なかった国道43号線より南のエリアにある「魚崎南地域福祉センター」にて、健康体操と脳トレをする居場所を始めた。健康体操の講師は、メンバーの一人が講座内の実習先で知り合った講師に依頼し引き受けていただくというつながりができた。8/22(月)と9/12(月)はいずれも15名程度の参加者で満席となり、交流や健康づくりを楽しんだ。活動が定着すればこのエリアの住民の貴重な居場所となることが期待される。



## 【グループ名】外回りさん

【リーダー】杉野さん  
【メンバー】小池さん、中井さん、山田さん、山名さん

ニーズ調査でも挙げられた、昔は家族がしていたようなちょっとした生活支援を担うため、まずは東灘区、灘区で同様の活動を行う先輩の団体や地域包括支援センターへのヒアリングを行うことから始めた。先輩の団体にて生活支援の現場へ同行し、まずは現場の経験を積み重ねていく予定である。まちの頼れる相談役になることを目標に活動が続いている。

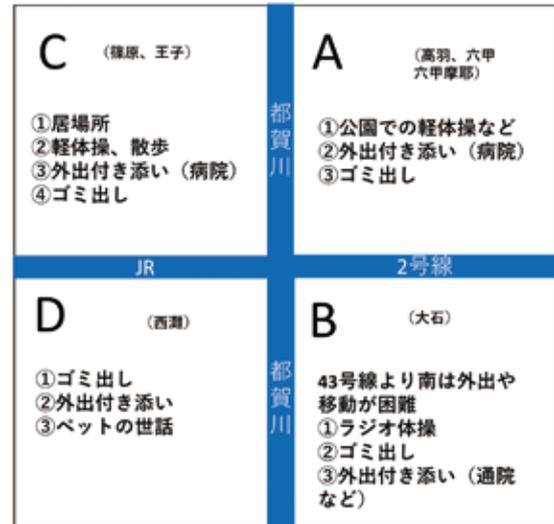


## 4 次なる展開—神戸市灘区での取り組み

東灘区に続き、隣の灘区でも同様にニーズ調査を行った。灘区は人口13万人のまちである。東灘区と同様、北部は六甲山を望む山の手のエリアであり、南部は海側の平坦な住宅地である。灘区内7つのあんしんすこやかセンター全ての協力を得て東灘区と同様のヒアリング調査を行った結果を図3にまとめた。特徴としては、東灘のようにエリア別の特徴は見られず、1)全てのエリアで「病院などの外出付き添い」及び「ゴミ出し」のニーズが見られたことや、2)4つのうち3つのエリアで「身近な公園での軽体操やラジオ体操」のニーズが明らかになった。このうち、「ゴミ出し」については既に灘区内でゴミ出しサポートのマッチングに取り組んでいる他のNPO法人に協力をする形で課題の解決に貢献したい。

また、ヒアリングからは「気がかりな方が多い〇〇住宅の集会室を拠点とした居場所」、「コロナ前に実施していた△△住宅でのラジオ体操の復活」という具体的な希望も出されたため、既に灘区内で地域密着の活動を行っている灘区社会福祉協議会(以下「灘区社協」と連携し、対応していただくことになった。灘区社協とは地域活動の推進という共通の目標があることから、無償・地域密着型の活動を灘区社協、有償・広域型の活動を

CS神戸が担うというおおよその役割分担をすることもできた。従って今回のニーズ調査を受けてCS神戸が実施する人材養成講座では、有償・広域型の「病院等への付き添い」及び「身近な公園での健康づくり活動」の2つを立ち上げることを目標に、2022年10月より実施する。新たな担い手の方々に会えることが大変楽しみである。



【図3】 灘区内あんしんすこやかセンターでのヒアリング結果まとめ

## 5 2022年9月～2023年3月の取り組み

以下4点に注力しながら、引き続き独居高齢者が安心して暮らせる仕組みづくりを行いたい。

- 1) 東灘区の人材養成講座参加者による新たな取り組み。外出促進のための東灘区・灘区の共通スタンプカードを作る。
- 2) 灘区の人材養成講座から立ち上がる団体の伴走支援。自立して地域で活動できるようサポートする。
- 3) 「地域包括ケアシステム 神戸市民版」の進捗及び提言。市民の視点から、地域包括ケアシステムの目途となる2025年を見据え、地域包括支援センターのあるべき役割について議論・提言を行う。
- 4) 「助け合いプラットフォーム通信」の発行。地域包括ケアシステムの観点から上記1)2)3)について前向きな情報発信を行う。

## 6 ほっこりするこぼれ話

手探りで始まった地域ボランティア団体の立ち上げであるが、新たに立ち上がったグループと地域資源となる酒蔵をつなぐことができたことは双方にとってプラスとなった。ある酒蔵に打診をしたところ、コロナ禍でインバウンド観光客が途絶えたことから「地元密着」型への路線チェンジを模索中であった。近年は生鮮野菜の朝市を定期的に開催し地元の集客を図っており、「朝市の案内ちらしを近隣にポスティングしてもらえたら…」という声が聞かれた。そこで新たに立ち上がったウォーキンググループが一肌脱ぎ、ちらしのポスティ

ングや朝市当日の手伝いをする代わりに、ウォーキングイベントのちらし配布や、ウォーキングの集合場所として酒蔵を使わせていただくことのできるようになった。組織同士のつながりを表す地域の「エコシステム」が豊かになり、その結果住民のつながりづくりになり、結果的に「助け合いプラットフォーム」が目指す「独居高齢者がいつまでも安心して暮らせる地域」につながる。今後も多組織の連携による取り組みを模索していきたい。