

## ふれあいサロン たけんこ(福岡県小竹町)

(構成：ボランティアスタッフ、レクリエーション指導員、  
民生委員児童委員、健康推進委員、老人会、自治会)

《活動主体の概要》(平成27年4月1日現在)

総人口： 8,139人

高齢者数： 2,917人

世帯数： 3,924世帯

産業構造： 第1次産業：2.6% 第2次：28.4% 第3次：68.5%  
(平成22年国勢調査)

地理的構造：小竹町は、福岡県の中央北部に位置し、総面積は14.18km<sup>2</sup>で、  
地形は、概ね平坦な盆地で、町の中央部を遠賀川が北流しています。



## 活動のきっかけ

平成15年に民生委員児童委員の方々が、県外や近隣の高齢者への先進的な取り組みを研修で視察し、本町の高齢化や高齢者の独居率の上昇に危機感を持ち、小竹町でもぜひ「サロン」を始めたいと強く思われていました。

その思いを受けて、社会福祉協議会が、町から「介護予防支え合い事業」の「ふれあいミニデイサービス事業」として受託し、福祉研修会を開催し、公募で集まったボランティアスタッフ、指導員を中心に、町内の独居で閉じこもりがちな高齢者を対象にした「多健幸～たけんこ(小竹の子)」として始まりました。

回を重ねるうちに、ボランティアスタッフから「自分の地区でもやってみたい」また、参加者から「もっと回数を増やして欲しい」という要望が出てきました。

その要望に応じて、開始から半年後に新多地区で開設したのをきっかけに、その後、半年から1年間隔で次々と開設され、平成27年2月現在15箇所の地区サロンが開設されています。

地区サロンの開設にあたっては、ボランティアスタッフ、民生委員児童委員、健康推進委員、老人会、自治会等の方々が中心となり、「自分たちの健康は自分でつくろう」とそれぞれの地区でボランティアスタッフを募り、現在、参加者は約340人、ボランティアスタッフ約80人で活動しています。

## 活動方法

「たけんこ」は、年度当初に年間プログラムを立案し、毎月1回、町の総合福祉センターで活動しています。参加者の方は、ワゴン車で送迎し、楽しく1日を過ごされています。

昼食は、基本的に仕出し弁当ですが、独居の方の食のバランスも考えて、時折、ボランティアスタッフが手作りの昼食を提供しています。

地区サロンは、毎月1回、地区の公民館、集会所、コミュニティーセンター等で活動しており、参加者の方は、ご家族の送迎やご自分で歩いて集まります。

地区サロンの開催日には、社会福祉協議会から看護師とレクリエーション指導員を派遣し、看護師による血圧測定、健康相談や指導員によるロコモ対策ストレッチ、有酸素運動、筋トレを交えた音楽体操、認知機能向上プログラム、シナプソロジー、コミュニケーションワークとしてレクリエーション活動等を行っています。

また、年に2回「歩け歩け」と銘打って、町のバスで花見、工場見学等のバスハイクを実施したり、地域の子ども会や地区の老人クラブとの交流会を開催したりしています。

地区サロンの運営は、ボランティアスタッフを中心に行われ、サロン以外での見守りや声かけ、買い物支援、ランチ会等、活動の幅も年々広がっています。

## 工夫点

参加者が楽しみをもって参加してもらうため、また、ボランティアスタッフも楽

しんで関わられるよう工夫しています。

サロン終了後は、スタッフミーティングで、情報を共有し、参加状況や必要性に合わせてプログラムを組み立て、柔軟な運営に努めています。

また、近年の高齢者に関わる問題等の理解を深めていただくため、関係機関等に講師を依頼し、高齢者講習(詐欺、交通安全、マイナンバー等)を行い、日常生活に安心感が持てるようにしています。

年に1回、すべての利用者を対象に、本人の状況を見て「ゆっくりクラス」と「どんどんクラス」に分かれて、室内でのゲーム大会、屋外でのグランドゴルフ大会を開催しています。普段、なかなか会えない友人に会えることで明日への生きがいづくりにつながっています。

バスハイクでは、一人ひとりの歩行の状況を考慮して、グループ分けをし、参加者の負担にならないようにしています。

地域の子ども会や地区の老人クラブ交流を通じて、地域の方々との関わりが持てるようにしています。

ボランティアスタッフが積極的にサロンに関わるように、講習会等を開催し、技術を身につけられるようにしています。

#### 成果

地区サロンの立ち上げは、地域住民のサロンへの関心が高まり、既存のサロンスタッフのアドバイスの効果もあり、地域で自主性をもって積極的に開設できています。

これまでのスタッフミーティングの効果もあり、細かな声かけにより参加者が増加傾向にあります。また、地区ごとに高齢者の生活の特徴に合わせた活動を行うことで、参加率の高いサロン運営ができています。

サロン内では、参加者同士の助け合いの姿が見られ、心身ともに元気になって、ボランティアスタッフの活動の負担軽減にもなっています。また、今までボランティア経験のない方が、知人の誘いでスタッフとして入られて、今では、はつらつとして活動されています。

地区サロンの活動が地域で理解され、自

治会から補助金を交付されている地区も増えてきています。

「たけんこ」開設から13年間、閉鎖した地区サロンもなく、ボランティアスタッフも増え続け、町内全域に活動範囲が広がっています。

#### 課題

まだまだ、ひきこもりがちな独居高齢者の参加が出ていないと感じており、特に男性の参加者が少ないので、声かけを行い、参加率を上げる必要があります。そのためには、サロンの活動をもっと幅広く多くの人に知ってもらうため、ボランティアスタッフ、行政、関係機関等と協力し、周知を図っていく必要があります。

参加者を増やしていくことも大事ですが、地区サロンを支えるボランティアスタッフを増やしていくことが必要不可欠で、また、開設当初からのボランティアスタッフが高齢になってきているので、後継者の育成が必要になっています。

#### 代表者、事業者等の声

開設から13年間の活動で、内容がマンネリ化しないよう常にプログラムを工夫しています。

参加者が新しいことにチャレンジしたいという向上心を持てるように幅広いプログラムづくりに努めています。

ボランティアスタッフのサポート力が向上するよう、研修会への参加を促進しています。

活動を通じて、参加者がボランティアスタッフを頼りにして感謝することで、ボランティアスタッフ自身も生きがいを見出し、参加者により良いサービスを提供する正のスパイラルがしっかりと形成されていることを強く感じています。

