

NEWS LETTER

発行：基幹型包括支援センター
NPOまち育てセンターりた、岡崎市長寿課
20の地域包括支援センター

～地域包括ケアと地域共生社会の実現に向けた学びを共有するゼミ～

今回は、ふじ地域包括支援センターからの上地学区の取組報告と地域共生社会についての意見交換を行いました。

元気で自分らしい生活が送れる地域を目指して by ふじ包括（上地学区）

【目的】地域の助け合い活動を推進する。
【地域特性】過去に大きな災害を経験したことがなく、地域の防災意識が低い部分があり、役員も危機感を抱いている。
【課題】地域で行った方が良い事でも包括へ依頼されることがある。
【現在の状況】
・会議の実施は月1回（コア会議を含めれば月2回）の実施。
・今年度は、防災と事例集の作成の2本を推進していく。
・地域住民の防災意識を高め、災害時への備えを充実させるため、今年度は安否確認の黄旗を配布することと、防災グッズの斡旋を行う予定で調整中。
・住民が見て分かりやすい事例集を作りたいという意見があり、他の包括や、他市が作成したフローチャートや資源マップをもとにどのような形がいいのかを検討していく方向。
【アドバイス】
・優先順位を分かりやすくするため、ナンバリングして見える化するといいのではないか。
・学区の地図上にどのような資源があるか等を会議のメンバーで確認し、一緒に落とし込んでいく作業をするといいいのではないかな。

今回のキモ！

コア会議 2020年度
元気で自分らしい生活が送れる地域を目指して

テーマ	目的	具体策
居場所づくり	公民館や集まれる場所がない地区もあり、住民団体の交流の出来る場をつくっていく。	居場所のづくり 集まれる場所づくり
お助け隊	10年後には高齢化率が急激に上がることが予測されるため、住民同士の互助の関係づくりが必要になっていく。	居場所一覧表
災害時の対応	知恵の方も多く、家族が遠方であったり疎離の方もみえる。災害時や緊急時にどう対応していくか、事前に考えることなど	緊急チェック作成 家具転倒防止の設置

成果と課題を色分けで整理。少しの手間で、担当者の思考の見える化ができる！！
目的がぶれないために何度も見返すことも大切。

地域共生社会についてイメージを共有しよう！

参加者討論

今回のキモ！

地域共生社会のイメージ

- 〇 働く、→ お金で稼ぐ、生活のため
- 〇 学ぶ
- 〇 食べる(おいしい) 〇 遊ぶ
- 〇 話せる 〇 楽しむ
- 〇 友人、近所の家族 〇 気にかけて 〇 自分から自分を守る
- 〇 助かる、つながる 〇 声かけてくれる 〇 日常生活が 〇 実感できる
- 〇 遊ぶ
- 〇 安全なこと 〇 旅行、フリースクール
- 〇 楽しむ

「自分らしい生活」から「みんなが生きやすい社会」を考える。

【概要】「地域包括ケアシステム」と「地域共生社会」について説明。その後、国の示す理念からの地域共生社会のイメージ「一人の人間が社会の中で自分らしい生活を送ることができる社会」について議論した。

【内容】“自分らしい生活のために必要な要素”を議論：働くことができる、食べられる、安心して寝られる、人とつながる、社会に受け入れられる、自分のことをわかってくれるがいる、自分の権利が保障されている、差別感がない、自分で選ぶことができる、痛みや不安がない等

- ✓ 避けようのない身体の機能の低下や認知機能の低下などが起きても、不満なく生きることができる社会
- ✓ 人に制限・強制されず、自由に自分で選択できる社会
- ✓ 他人の評価ではなく、自分自身がどう思うか「自己肯定感」を保てる社会

次回、共生をテーマに社会の実現に必要なことを議論する。

【アドバイス】

定義の解釈をする上では自分たちの言葉でかみ砕いていく作業は重要である。今後地域ケア会議等でもこういった意見交換が活発に行われることが期待される。

編集後記：

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点からゼミにおいてもオンラインを活用したり、席の感覚を2m空けて行うなど対策をとっています。物理的な距離は離すけど、「心は密に」ということで岡崎市ではスリーハート宣言（1.思いやりのある行動、2.ありがとうの気持ち、3.笑顔を見せずに）を掲げています。これらの心がけは今回のテーマでもあった「地域共生社会」においても通じる部分が大いのように感じます。「自分らしい生活」が思うようにいかないこの状況下、大きく深呼吸をして心を落ち着かせたら、周囲に笑顔と感謝の気持ちを伝えることから始めてみようかなと思っています。