

これから増える高齢者のくらしの困りごと 住民同士の助け合いが広がっています！

～周南市生活支援体制整備事業～

人生 100 年時代。

地域では多くの高齢者が活躍している中、一方でひとり暮らしの後期高齢者や高齢者夫婦世帯も増加しており、要介護認定を受けている人以外にも日々のくらし（買い物、草刈り、話し相手、移動、ゴミ出しなど）に困る人が増えてきています。（裏面参照）

少子高齢化、人口減少により、今後は専門職が3割減り、支援が必要とされる層が5割増えるといわれる中、公的なサービスだけでは対応するのが困難となるため、今後はより身近な地域でお互いに支え合うこと（互助）が求められます。そこで周南市では、「生活支援体制整備事業」で地域の助け合い活動を応援しています。

誰もが、住み慣れた地域で、自分らしく安心して暮らし続けるために、今から地域の中でできる「助け合い」について考え、取り組んでいきませんか？

地区で「助け合い」に取り組みたいと思ったら、まずはご相談ください。

【地区のすること】

- 助け合いに関する話し合い（第2層協議体※）
- 助け合い活動の実践



【市や社協のすること】

- 地域福祉コーディネーターの設置（もやいネット地区ステーション）
- 協議体の設置に向けたサポート
- 協議体への運営助成（年度3万円以内）
- 協議体への情報提供（助け合い活動に対する補助金、他地区の取組等）

※第2層協議体：住民主体で助け合いのまちづくりや活動について話し合う場のことで、周南市では以下の要件で、市内31地区コミュニティごとに設置をめざしています。

- 《要件》 ●地域福祉コーディネーターが関与すること ●定期的に開催すること
●福祉の枠を超えた多様な団体と連携するよう努めること（※既存の会議でも可）

※令和4年5月30日現在 第2層協議体19地区設置

市内の助け合い活動の様子（一部）



生活支援（お助け隊、便利屋さん）

移動の支援



個人宅を活用した
週1回おしゃべりの場

買い物サポート

居場所づくり



市民センターで週1回カフェ

現行の介護保険や福祉サービスだけでは解決できない

高齢者の『暮らし』の困りごと

～市内5か所の地域包括支援センターや、各地区の地域福祉コーディネーターに聞きました～

買い物

- 帰りの荷物を運ぶのが重い、持って帰れない。
- 移動販売が来る場所まで出られない。
- スーパーが遠いので1人では出掛けにくい。
毎回タクシーの利用も負担。
- 宅配（コープ等）を利用すればいいが、
注文書が複雑で書き方が分からない。
- 家族やヘルパーに買い物を頼んでいるが、
本当は自分で選んで買い物をしたい。

居場所(話し相手)

- 1週間誰とも話さないことがある。
出かけたのはスーパーだけ。
- 地区の中に通いの場が少ない。
- 話し相手をヘルパーに求める人がいる。
- 男性が参加しやすい場所がない。男性は、
おしゃべりだけで過ごしにくい。
- コロナで活動が少なくなり、交流が減った。
- 認知症の人の居場所がない。

移 動

- 地区内の通いの場や友達の家に行きたく
ても、歩いて行けない。
- 車の運転ができなくなり、タクシー代が出
せないのほとんど出掛けなくなった。
- 診察を終えた時間にバスがない。
バスの時間まで、休めるところもない。
- 坂の多い地域で、近くでも行けない。

ゴミ出し

- ゴミステーションのふたが開けられない。
- 燃えるごみ、資源ごみは重くて運びにくい。
- 分別ができない。（認知症の人など）
- ヘルパーさんの時間や曜日を合わせにくい。
- 家族に頼ると、前夜に出すしかなくなる。
- 近所の人「やってあげるよ」と言うが、
毎回は頼みにくい。

見守り

- ご近所で声をかける人がいない。
- 家族は遠方で見守りが十分できない。
- 民生委員、福祉員、コーディネーターだ
けで見守るには、高齢者が多い。
- 総合病院の受診は、見守りや付き添い
がないと難しい。
- マンションは見守りがしにくい。

その他

- 不定期の家事（給油、精米、布団干し等）
に困っている。
- 庭の草が気になるが抜けない、刈れない。
- 電球が切れたが交換できない。
- 家に届く書類が理解できない、書けない。
- 薬を取りに行けない。
- 限界まで自分で頑張ろうとする。

地区特有の困りごともあるよね。
自分の住む地区で助け合い活動
があったら、安心して楽しく暮ら
せると思います。



困ったときはおたがいさま。
誰かの役に立てたら嬉しいし、
地域のためにできることが
あればやりますよ！