

生活支援コーディネーター活動報告 (平成27年度～令和元年度)

発行：令和2年10月7日

「お互いさま」でつながるまち 武蔵村山への取り組み



武蔵村山市高齢福祉課
地域包括支援センター

はじめに

令和7年には団塊の世代が75歳以上となり、少子高齢化が急激に進行することが予想されています。

いくつになっても安心して暮らし続けられるまちであるためには、住民主体の助け合い活動が求められており、住民と行政が一体となった新しいまちづくりが全国で始まっています。

武蔵村山市では、平成27年より生活支援コーディネーターが配置され『子どもからお年寄りまで だれもが垣根なく「お互いさま」でつながるまちづくり』を合言葉に地域の助け合いづくりを進めています。

この報告書は、生活支援コーディネーターの活動を住民や関係機関の皆さんへ知っていただき、更なる助け合いづくりの推進に繋がる事を目的に作成しました。

活動に少しでもご興味を持たれた方は、生活支援コーディネーターに、是非お声掛けください。

1、生活支援コーディネーターとは

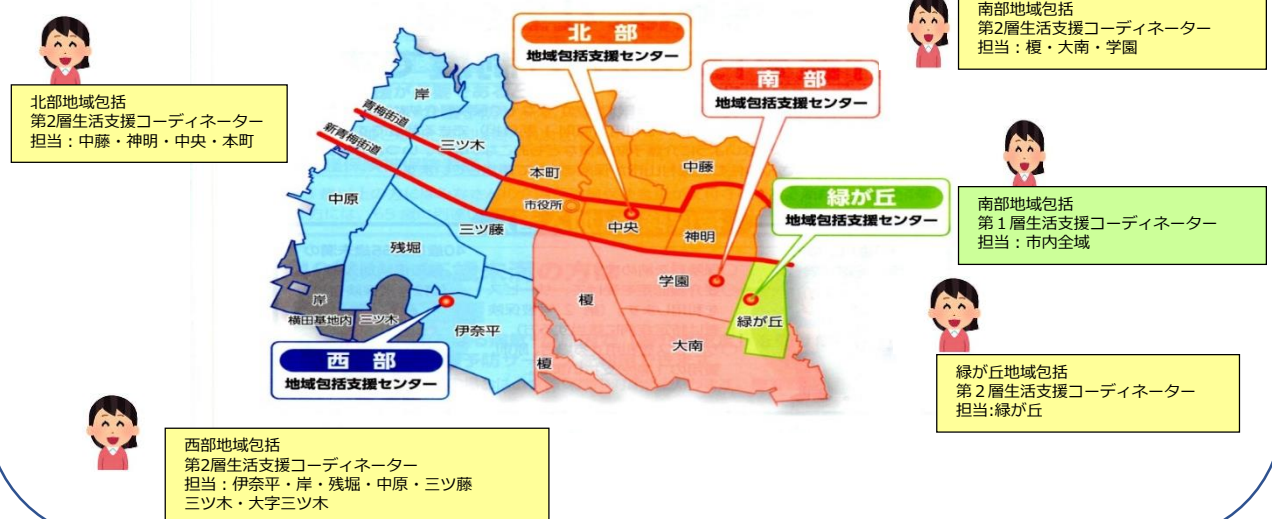
「地域支え合い推進員」とも呼ばれ、地域の助け合い・支え合い活動をはじめとした「高齢者の生活を支援する体制」の整備を進めています。

本市では、平成27年12月に第1層、平成29年11月に第2層の生活支援コーディネーターが配置されました。

第1層は市内全体を、第2層は市内4か所に設置された地域包括支援センターの圏域を担当しています。

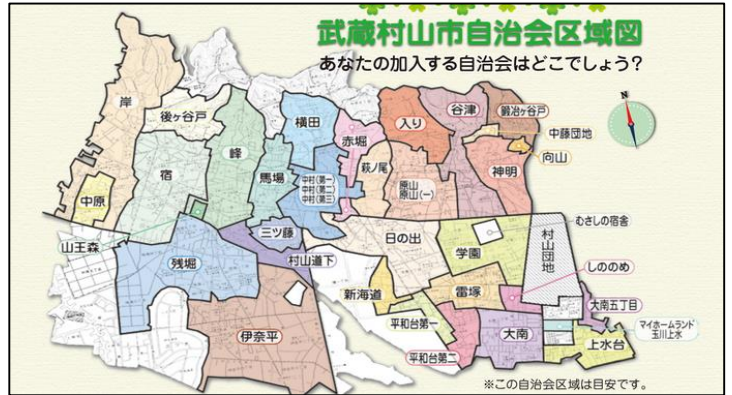
地域包括支援センターとは

保健（保健師等）、介護（主任ケアマネジャー）、福祉（社会福祉士）という3分野の専門職が連携し、市や地域の医療機関、介護サービス等の事業者・民生委員などと連携しながら、地域の高齢者の様々な相談に対応する機関です。支えが必要な高齢者の心身の健康維持や安定した暮らしを地域ぐるみで支えていくための拠点とし、地域の助け合いづくりや介護予防に取り組んでいます。



2、武蔵村山市の概要

市全体（令和2年1月1日現在）	
面積	15.32km ²
総人口	72,382人
自治会	56団体
老人会	32団体
高齢化率	26.2%
後期高齢化率	13.4%
民生委員	60人 (内主任児童委員2人)



平成30年自治会加入率29.1%、
(緑が丘団地90.1%、その他20.5%)

西部地区 三ツ藤住宅は、昭和40年代に住宅供給公社によって建設・分譲された。後期高齢化率が緑が丘について高い。 伊奈平・残堀は、工場も多く、市外から転入した住民も多い。交通の便が悪い一部の地域では「むらタク」が運行している。 中原地区には、平成元年頃に住宅・都市整備公団によって建設・分譲された「グリーンタウン武蔵村山」があり、新しい住宅も多い。 三ツ木・岸は、本村と言われ、古くから住んでいる住民も多い。	地区人口	27,732人
	高齢者人口	6,513人
	高齢化率	23.6%
	後期高齢者率	11.0%

北部地区 新青梅街道の北側。坂道も多く、高齢になると徒歩での移動が難しい。 中藤には昭和40年代に分譲された住宅団地があり、高齢化が進んでいる。 本町・中央・神明は、本村と言われ、古くから住んでいる住民も多い。	地区人口	13,625人
	高齢者人口	3,376人
	高齢化率	25.1%
	後期高齢者率	11.9%

南部地区 大南は、市内で人口、世帯数が一番多い。玉川上水駅から比較的近く、昭和40年代よりベッドタウンとして開発された。 榎には以前、日産村山工場があり、その周辺には下請け工場なども多かったが、日産閉鎖後は巨大な跡地に大型商業施設や総合病院が建設された。 現在、地区の一部では区画整理が行われている。 学園は、大南に次いで2番目に人口が多く、市外から転入してくる若い世代も多い。高齢化率は市内で一番低い。	地区人口	24,292人
	高齢者人口	5,559人
	高齢化率	23.3%
	後期高齢者率	10.9%

緑が丘地区 約55.3ヘクタール（東京ドーム12個分）の敷地に昭和39年～昭和41年にかけて5,260戸建設された、都内最大級のマンモス団地を擁する地区。住民の高齢化や住宅の老朽化による建て替え工事で、古からのコミュニティが壊されてしまう等の課題がある。	地区人口	6,733人
	高齢者人口	3,531人
	高齢化率	52.4%
	後期高齢者率	34.8%

3、協議体（村山ささえあい会議）の活動

生活支援コーディネーターと共に地域の助け合いづくりに取り組む会議を協議体といいます。武蔵村山市では、この協議体を「村山ささえあい会議」と呼んでいます。

協議体では、助け合いのイメージを住民に伝えるための活動や自分の暮らすまちの課題の解決について検討しています。

（平成28年度の活動）

- ・ 第1層協議体の立ち上げ
- ・ 地域での助け合い活動の必要性について周知

○まちづくりセミナー（南部地区対象）

榎・大南・学園地区の住民を対象に助け合いの必要性に関する講義や市内で活動する助け合い団体を紹介

○第1層協議体 立ち上げ

⇒協議体立ち上げに向けた勉強会を2回開催後、第1層協議体を立ち上げ

⇒協議体メンバーのグループワークで目指す地域像を決定



勉強会

子どもからお年寄りまでだれもが垣根なく「お互いさま」でつながるまちづくり
（広報用ポスターを作成し、市内約250か所に掲示協力依頼）

○まちづくりフォーラム（市内全域対象）

住民や医療・介護関連事業所・民間企業等を対象に助け合いの必要性に関する講義や市内で活動する助け合い団体を紹介



まちづくりフォーラム

○地域福祉ミニフォーラム～「お互いさま」であなたも担い手に～ （各地域包括支援センター圏域で実施）

地域包括支援センター圏域ごとに住民を対象に助け合いの必要性に関する講義や市内で活動する助け合い団体を紹介

（平成29年度～30年度の活動）

- ・ 第2層協議体の立ち上げを目的としたまちづくりセミナーを開催

○まちづくりセミナーを順次開催（南部⇒西部⇒北部⇒緑が丘）

住民や医療・介護関連事業所・民間企業等を対象に地域包括支援センター圏域の地域課題について検討する、全3回のセミナーを南部地区から順次開催

○第2層協議体 立ち上げ

まちづくりセミナー参加者の中から第2層協議体メンバーを募り、第2層協議体を立ち上げた



住民同士の助け合いを
実感できる
助け合い体験ゲーム



まちづくりセミナー

(平成30年度～活動)
・第2層協議体の開催

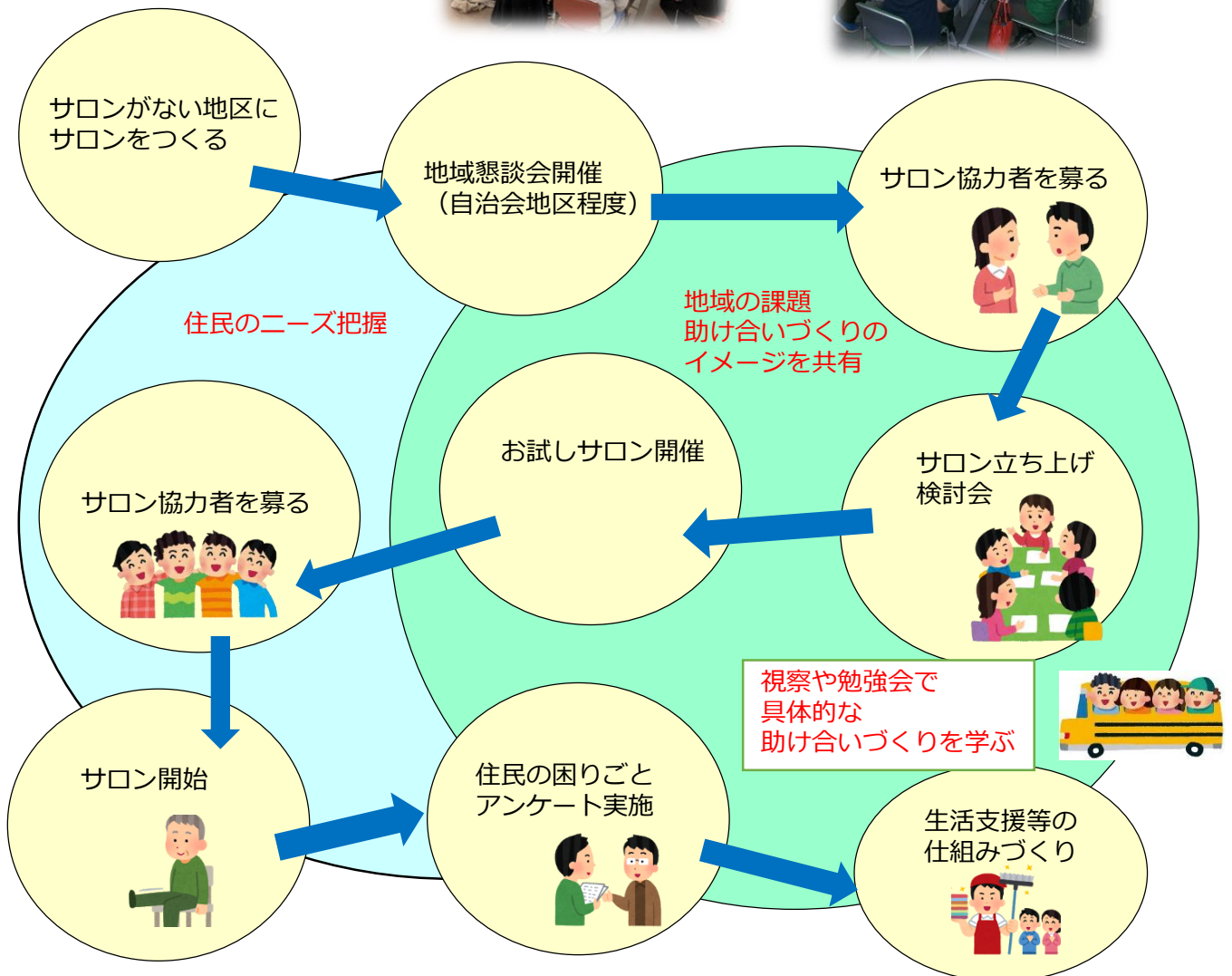
○第2層協議体 開催

市内4地域包括支援センターでは、住民、医療・介護関連事業所職員等をメンバーとした協議体を定期的に開催

地域の課題について検討し、課題解決のための助け合いづくりを進めている

村山ささえあい会議のこれまでの活動の流れ

まちづくりセミナーで
地域の課題
助け合いづくりの
イメージを共有したメンバー





愛称：にこにこ南部

地区：榎・大南・学園

にこにこした笑顔が広がるまちにしたい

1、榎地区にサロンをつくる

- ・日の出自治会（学園・榎地区）の自治会館を活用したサロン立ち上げを目指す
- ・日の出自治会地区を中心にまちづくりセミナーを計画
 （チラシ1,700枚をポスティング・自治会回覧板・老人会等で広報）
- ・平成30年11月13日 日の出地区まちづくり懇談会開催 サロン立ち上げ協力メンバーを募る
- ・自治会や立ち上げメンバーと「日の出サロン検討会」にて検討を重ねる
- ・平成31年4月～「日の出」サロン開始

2、日の出地区に生活支援の仕組みをつくる

- ・令和元年6月生活支援アンケートを実施（配布850枚・回収41枚・回収率5%）
- ・協議体及び「日の出サロン相談会」で検討を重ね、令和2年9月～日の出サロン生活支援部
 試行開始

3、サロンがない地区にサロンをつくる

- ・南部地区の自治会・老人会役員・民生委員・お互いさまリーダーなどを対象としたサロンづくり
 を目的とした懇談会を検討中



チラシをメンバーが
ポスティング



日の出自治会館でのサロン

日の出サロン
 ちょっとした生活のお手伝い

庭の草取りやゴミ出しができない、灯油が重くて運べない...など
困りごとはありませんか？

私たちは、「お互いさまサロン日の出」生活支援部です。
 自治会員や関係者の協力で、「助け合いの会」を令和2年9月から立ち上げました。
 高齢者や体の不自由な高齢者、住居が遠くにある高齢者などからご参加を
 いただいています。

高齢者以外の平日の夕方、介護福祉などの知識やスキルが活用できない、お孫
 がいる家庭や地域の活動で「住居が遠く」「年寄りの活動が難しい」お孫ら
 がいるお孫らも参加できます。基本お月謝1回1回500円程度です。

**「日の出自治会」地区を
 助け合いのある地域に！**

お孫らに来てもらう
 地域のおなごさま
 の力を
 お借りして
 おります

お孫らに来てもらう、お孫らに来てもらう、
 下北は高齢者だけでなく、日の出自治会館でお孫
 らに来てもらうお孫らも参加していただく。

お問い合わせ 「お互いさまサロン日の出」生活支援部
 サロン 日の出自治会館（毎月第4火曜 午前10時～正午）

西部地域 村山ささえあい会議：つながる♡せいぶ
平成30年9月開始 メンバー11名

愛称：つながる♡せいぶ

地区：伊奈平・岸・残堀・中原・三ツ藤三ツ木
大字三ツ木

住民がつながり、安心できるまちにしたい



1、いずみ幼稚園を会場としたサロンをつくる

- ・三ツ木地区にあるいずみ幼稚園を活用したサロンをつくる
- ・後ヶ谷戸自治会（三ツ木）を中心にまちづくり懇談会を計画
（チラシ1,400枚ポスティング・自治会回覧板・幼稚園保護者等広報）
- ・平成31年1月26日 後ヶ谷戸地区まちづくりセミナー開催
サロン立ち上げ協力メンバーを募る
- ・幼稚園、サロン立ち上げ協力メンバーと検討を重ね 令和元年5月～「いずみ幼稚園」サロン開始

2、三ツ藤自治会地区に生活支援の仕組みをつくる

- ・三ツ藤自治会地区での生活支援アンケート（配布1,000枚・回収40枚・回答率4%）を実施
- ・三ツ藤1丁目地区を対象に、令和元年9月～ディサービス社の園の送迎車を活用した、外出支援活動試行開始
- ・令和元年11月～三ツ藤自治会地区での生活支援・外出支援活動立ち上げに向け、住民主体の「三ツ藤木（こ）の葉の会」が立ち上がる
- ・令和3年4月～生活支援活動開始に向け、協力メンバー検討会を実施中

3、残堀地区にサロンをつくる

- ・令和元年12月残堀自治会役員会にてサロン立ち上げを目的とした懇談会開催の趣旨説明
- ・令和2年2月残堀自治会館にて「お試しサロン」イベント開催
- ・令和2年3月残堀地区懇談会を予定していたが新型コロナウイルス感染予防の為中止
令和2年7月～9月残堀自治会地区を対象とした困りごとアンケートを実施


ディサービスの送迎車を活用した
外出のお手伝い



三ツ藤木の葉の会検討会
三ツ藤地区での
ちょっとした生活のお手伝い



まちづくりセミナーから
立ちあがった
いずみ幼稚園サロン

愛称：もりもり  緑が丘

地区：緑が丘

住民がつながる、もりもり元気なまちにしたい



1、第4集会所でのサロン立ち上げ

- ・第4集会所を活用したサロンをつくる
- ・1110～1113号棟のまちづくりセミナー計画
(4棟の自治会回覧板でチラシを配布)
- ・8月20日4棟の住民懇談会開催 サロン立ち上げ協力メンバーを募る
- ・協力メンバーで検討会を開催し、令和元年10月～第4集会所でのサロン「糸桜」開始

2、生活支援のしくみづくり

- ・令和元年12月 第6自治会・1110～1113号棟を対象に生活支援アンケート配布
「お互いさまサロン 糸桜」を対象とした生活支援の仕組みづくりを検討中

3、聖光緑が丘保育園での多世代交流

- ・令和2年3月多世代交流イベント開催を予定していたが新型コロナウイルス感染症予防の為中止



第4集会所を利用する4つの棟の
住民を対象にした
まちづくりセミナーを開催



サロン立ち上げの有志を募り
立ち上げ検討会を開催



有志メンバーが中心となり
糸桜サロン開始！



この地区での生活のちょっとしたお手伝
いの仕組みづくりを検討中です

愛称：よってきな🍎北部

地区：本町・中央・神明・中藤

ちょっと寄ってお茶でも飲まない！と気軽に言い合えるまちにしたい



1、一小を活用した居場所づくり

- ・第一小学校の会議室を活用したサロンをつくる（給食付き）
- ・第一小学校地域のまちづくり懇談会を計画
（700枚チラシポスティング・自治会回覧板等広報）
- ・平成31年4月10日第一小学校地域のまちづくり懇談会開催 サロンのメンバーを募る
- ・立ち上げメンバーで検討会を開催
- ・令和元年6月～「一小サロンお試し」を開催 令和元年7月～「一小サロン」開始

2、西武信用金庫を活用したサロンづくり

- ・西武信用金庫の会議室を活用したサロンをつくる
- ・サロン立ち上げの為、イベントを計画
（地域の自治会・老人会・民間企業等にチラシ配布）
- ・令和2年1月サロン立ち上げを目的としたイベント開催 サロン立ち上げメンバーを募る
- ・協力メンバーで検討会開催 令和2年7月と8月～ 2つのサロン開始

3、生活支援の仕組みづくり

- ・子どもの通園・通学バッグづくりをとおした助け合い活動を検討
- ・令和2年2月～「お互いさまサロンまどか」の園児を対象とした通学バッグづくり実施
- ・令和2年3月～ 手づくり布マスク制作開始 5月～地区内の郵便局で販売
- ・令和2年7月～ 山口本店の協力でサロン活動向け1食300円の宅配弁当開始



地域の郵便局の協力で
布マスク販売



90歳代の方も
活躍されています！

コロナ禍のマスク不足の折には、裁縫が得意な
高齢者が布マスクを作成
地域の方に大変喜ばれました



西武信用金庫の会議室を
活用したサロン
「ぼっちゃん」と「ゆるゆる」



4、生活支援コーディネーターの活動

①サロンづくり

平成28年 5月～ 「お互いさまサロン」モデル立ち上げ

歩いて出かけられる身近な場所に高齢者が集え、介護予防できる場が必要！

交通の便が悪い武蔵村山市では、高齢になり足腰が弱ると趣味活動や介護予防の場に出かけることが難しくなり、閉じこもりがちの方が増えてしまいます。無理なく歩ける場所に介護予防活動ができ、色々な人と交流ができる場として「お互いさまサロン」を立ち上げました。

大南自治会（大南）の協力で、毎週1回自治会館を会場とした「**おおみなみサロン**」をスタート。始めの2年間は、地域包括支援センターが中心となりサロンを開催。3年目には、住民主体の「**お互いさまサロン おおみなみ**」が立ち上がりました。

このサロンをモデルに市内全域に地域住民を巻き込んだサロンづくりを計画。**成功モデル**をつくり、第2層生活支援コーディネーターが各地域に展開することを目標としました。

令和7年までに、高齢者人口250人に1か所、市内70か所でのサロンづくりを目標としています。

平成29年 2月～ 「お互いさまリーダー養成講座」

講義と実習をとおして、住民の中からサロンの担い手を育成！

住民が主体となるサロンづくりを進める為、サロンづくりや介護予防に関する講義と実際にサロンでの実習を行う養成講座を開催。

これまで140名以上の「お互いさまリーダー」が誕生し、「お互いさまサロン」の頼もしい担い手となっています。

「お互いさまリーダー」の活動を推進する為、定期的な勉強会や交流会、通信を発行しています。

また、「お互いさまリーダー」の協力を得て、サロンで使用できる「脳トレドリル」の作成もおこなっています。

**令和7年度までに、市内70か所
歩いて通えるサロンづくりをめざして！**

「お互いさまリーダー」養成講座受講人数

単位:人

地区 \ 年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	合計
北部	2	9	6	7	24
緑が丘	0	1	14	3	18
西部	4	20	10	13	47
南部	9	20	17	14	60
合計	15	50	47	37	149

「お互いさまリーダー」交流会実績

年度 \ 内容	開催回数	参加延べ人数
平成29年度	6	114
平成30年度	5	158
令和元年度	5	115

脳トレドリル作成実績

年度 \ 内容	内容
平成29年度 ～ 令和元年度	<p>1、ドリル問題と解答を作成 2、印刷 3、製本をお互いさまリーダーの有志がボランティアで行い、ドリルが完成。サロン等で活用されています。</p> <p>No.1～20まで 延べ120人程の協力で3,200冊のドリルを作成しました。</p>

「お互いさまリーダー」交流会実績

交流会の主な内容

- ①「お互いさまリーダー」に必要な知識や技能に関する講習
- ②活動の情報交換や市や地域包括からの情報提供

年	日程	内容	場所	参加人数（人）
平成 29年	5月25日（木）	修了式 サロンの運営について 「なごみの会」石川様発表	市民総合センター 3階 小会議室	15
	7月18日（火）	体操指導講習 アルカディア 篠原PT	市民総合センター 3階 小会議室	11
	9月22日（金）	補助金の説明 助け合いゲームなど	市民総合センター 3階 小会議室	11
	11月25日（土）	サロンの評価について	市民総合センター 3階 集会室	19
30年	1月10日（水）	修了式・サロンで活用できる レクリエーションについて	市民総合センター 3階 集会室	31
	3月13日（火）	シナプソロジー	市民総合センター 3階 集会室	27
	5月31日（木）	修了式 福祉用具紹介 フレイル予防講座 小山歯科医師	市民総合センター 3階 集会室	32
	7月18日（火）	サロンについてお話ししましょう サロン実践報告	市民総合センター 3階 集会室	19
	10月30日（火）	修了式 家庭でできる応急手当	市民総合センター 3階 集会室	43
	12月15日（土）	絵本の読み聞かせ講座 東京都健康長寿医療センター研究 所 講師：高橋氏	市民総合センター 3階 集会室	30
31年	2月15日（金）	修了式 情報交換	市民総合センター 3階 集会室	34
	4月22日（月）	情報交換 福祉用具展示 グループワーク	さくらホール展示室	36
令和 元年	5月24日（金）	情報交換 福祉用具展示 お互いさま体操実施	ふれあいセンター 多目的ホール	13
	7月10日（水）	修了式 情報交換会	市民総合センター 3階 集会室	33
	9月3日（火）	家庭でできる応急手当 情報交換会	市民総合センター 3階 集会室	19
2年	1月30日（木）	個人情報について 中西弁護士	市民総合センター 3階 集会室	14

「お互いさまサロン」実績

お互いさまリーダーを始めとする住民や社会福祉法人、幼稚園、保育園、小学校、民間企業等、様々な機関からサロン会場を提供してもらうことで、年々サロン数は増え、年間の参加人数も延べ1万人を超えました。

「お互いさまサロン」数

単位:箇所

地区 \ 年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
北部	2	5	12
緑が丘	3	11	13
西部	3	9	11
南部	3	16	15
合計 ()は、内補助金申請 サロン数	11 (2)	41 (31)	51 (30)

サロン数は各年度末時点での合計数

「お互いさまサロン」参加 延べ人数

単位:人

地区 \ 年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
北部	253	662	2,283
緑が丘	455	1,709	2,336
西部	821	1,875	1,319
南部	1,428	2,696	4,937
合計	2,957	6,942	10,875

「お互いさまサロン」の広がり

令和2年9月現在



会場：大型商業
施設の店舗



会場：自治会館・公共施設



会場：学習塾



会場：信用金庫

52か所のサロン
(内地域包括支援センター
主催は1か所)

会場：個人宅



会場：斎場



会場：幼稚園・保育園
小学校



会場：介護関連施設

地域ネットワークの広がり

サロン会場の提供の他、薬剤師会、ディサービス職員、民間企業、病院、社会福祉法人等がサロンでのミニ講座の講師として協力。

サロン向けの宅配弁当を安価で提供している店舗も！

②サロンの支援

平成29年度～「お互いさまサロン」の活動支援

**サロンで効果的な介護予防活動ができるよう、サロン登録要件を設けました。
また、サロンの立ち上げの為に補助金や公共施設利用費の減免等の制度、活動を
継続する為の様々な支援策を実施しています。**

サロン登録要件

- ・毎月1回以上、1回90分以上で、開催する
- ・介護予防に資する活動を複数行う
- ・市民であれば誰でも受け入れる
- ・地域包括支援センターと連携する 等



この旗がサロンの目印！

この他、補助金を申請する要件として

- ・年に2回以上外部講師による専門プログラムを行う
- ・「お互いさまリーダー」が2名以上参加している・・・等が加わります。

サロンを登録する利点

- 1、市内の病院や施設の理学・作業療法士による体操指導
- 2、「お互いさま体操」のDVD・CDの配布
- 3、地域介護予防活動支援補助事業（サロンの補助金制度）
- 4、市民活動保障制度（市民のボランティア活動に対する保険）
- 5、公共施設利用料減免
- 6、サロンの旗の配布
- 7、サロンへの地域包括ケアボランティアポイントの付与

みなさんを
武蔵村山市は
応援します！

③お互いさま体操

平成28年度「お互いさま体操」作成

平成28年度～老人保健施設アルカディアの理学、作業療法士が社会貢献として、サロンでの体操指導を開始。参加者から、自宅でもできる体操を作って欲しいというニーズに答え、高齢者向けの「お互いさま体操」を作成しました。。武蔵村山病院の協力も得て、体操の動画を作成。冊子の作成の他、市のホームページから体操動画が視聴可能となっています。

お互いさま体操リーダー

平成30年度「お互いさま体操リーダー」講習

「お互いさま体操」を市内に広める目的に「お互いさま体操リーダー」講習を30年度から開始しました。

サロンなどで3回以上体操指導をしたリーダーには、体操リーダーのポロシャツを配布しています。

体操リーダー講習参加人数	
開催日	単位 人
平成31年2月	22
令和元年6月	15
令和元年11月	20



体操リーダーのポロシャツ

コロナ禍でのサロン活動

令和2年度の新型コロナウイルス感染拡大により、公共施設等の貸し出しも制限され、ほとんどのサロンが活動を自粛せざるを得ない状況でした。そんな中、「サロンができなくても仲間のために何かしたい！」という声上がり、脳トレドリル約830冊を配布したり、電話等で見守りをするといった活動も行われました。

サロンの再開に向け、補助金の要件を緩和し、サロンでの感染予防に注意点をまとめ、各サロンに情報提供しました。

④視察と勉強会

市内のサロンづくりや生活支援の仕組みづくりを進める為、第2層協議体メンバー等を対象に、先進的な取組をしている他自治体の活動の視察や講師に招いての勉強会を開催しています。

視察

実施日	視察先	視察団体
平成30年 11月	江東区	・コープ南砂助け合いの会 ・みなみすな子ども食堂 ・多世代交流の里 すなまちよっちゃん家
12月	埼玉県羽生市	生活支援活動拠点ささえながら
	埼玉県川島町	八幡地区 地縁の有償ボランティア
平成31年 3月	八王子市	UR館ヶ丘団地 ・「たてキッチン”さくら”」 ・ふらっと相談室
令和元年 9月	東久留米市	氷川台自治会 多世代交流・見守り活動・サロン活動
令和2年 2月	東京大学	東京都福祉保健局主催 東京ホームタウンプロジェクト総括イベント 「東京ホームタウン大学」

勉強会

実施日	会場	講師
令和元年 11月	市民総合センター	入間市豊岡第二地区 元気にする会 代表世話人 山下氏（入間市の生活支援団体）
令和2年 2月		氷川台自治会顧問 殿田氏



5、助け合いづくりの取り組み事例

市内では、自治会の加入率が低下し、住民同士の関係も希薄になっています。
サロンづくりをとおして、住民同士の繋がりが生まれ、やがてはちょっとした生活の手助けや見守りができる、ちょっとおせっかいができる、そんな地域づくりを目指した事例を紹介します。

事例1：三ツ藤自治会地区（西部地区）

①地区の概要

昭和30～40年代、住宅供給公社によって建設・分譲されたのが「三ツ藤住宅（三ツ藤自治会）」。
ベッドタウンとして、都内に勤務するサラリーマンが多く入居しました。分譲から50～60年経過し、住民の高齢化が進んでいます。
三ツ藤自治会地区 約520世帯中 自治会加入世帯305世帯 自治会加入率約60%。（市全体の自治会加入率は30%程度）、三ツ藤自治会の加入率は市内では比較的高くなっていますが住民の高齢化が進み、年々加入率は低下しています。

項目	市全体	三ツ藤自治会地区
高齢化率（%）	26.1	30.3
後期高齢者率（%）	13.1	19.2

令和元年4月時点

②きっかけ

地域の老人保健施設アルカディアが社会貢献として、サロンへ理学療法士や作業療法士を派遣してくれた事をきっかけに、施設をサロン会場として提供してくれることになりました。

地域包括支援センターでは、住民主体のサロン活動を目指し、地域で音楽活動をしている住民に声をかけ、サロンの立ち上げについて働きかけました。

老人保健施設アルカディア、地域住民有志、地域包括支援センターの3者で検討を重ね、まずは、地域包括支援センター主催のサロンを開催し、サロンの基本形を構築。翌年には住民が主体となる「お互いさまサロン」三ツ藤が立ち上がりました。

③「お互いサロン」からの広がり

サロン活動を続ける中で、独協や高齢者のみ世帯が多く、災害時等に不安を感じている住民が多い事という課題が上がり、第2層協議体で、三ツ藤地区で見守りやちょっとした生活の手助けをする活動について、検討しました

住民の困りごとアンケートを実施し、困りごとと手助けできる担い手を把握し、活動立ち上げの有志を募りました。

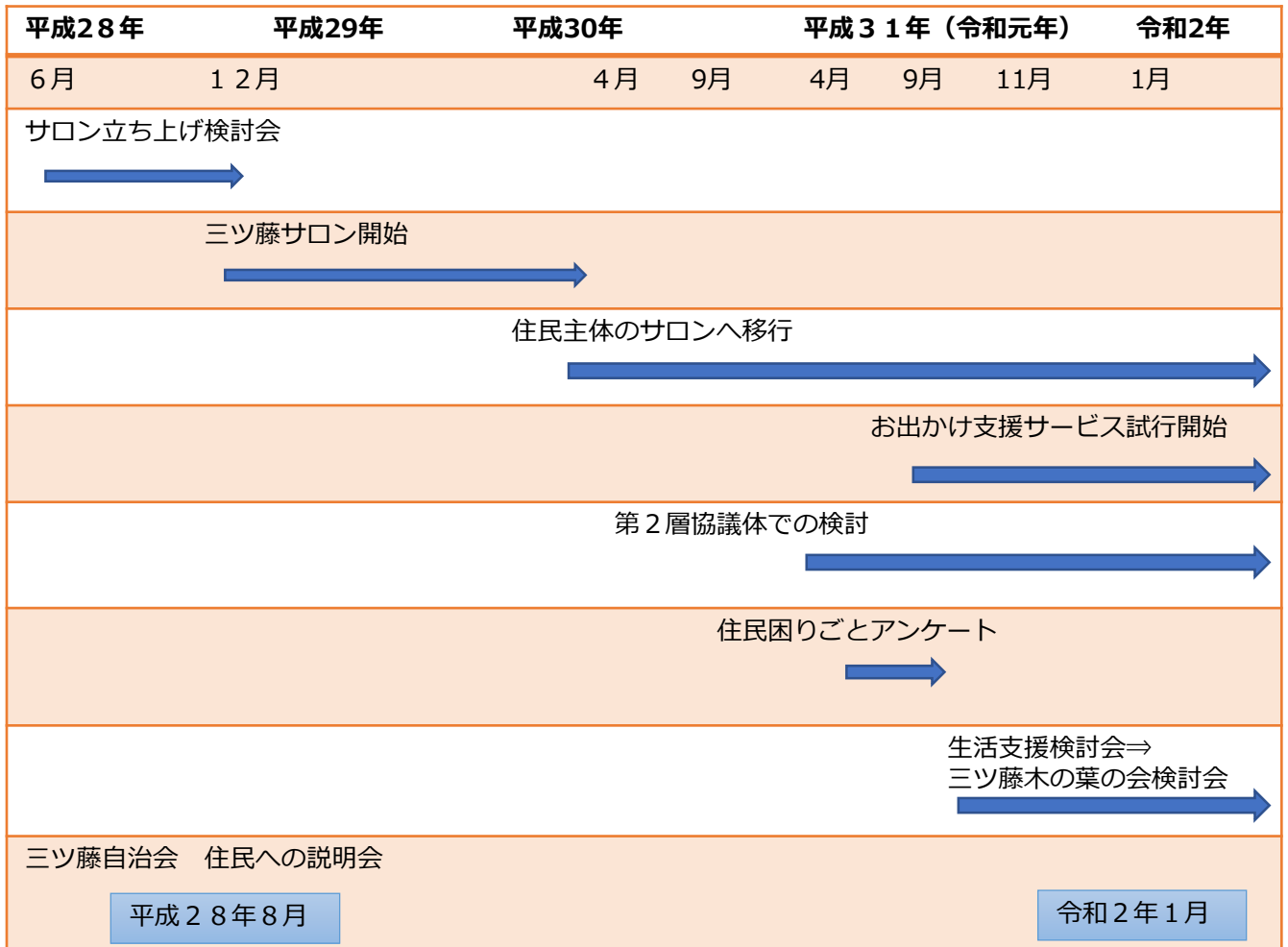
有志住民は「三ツ藤地区木の葉の会」という団体として、令和3年4月に生活支援、外出支援等の活動立ち上げを目指し、検討を重ねています。

地域のディサービス「杜の園」の社会貢献活動として、令和元年9月～送迎車を活用した「お出かけ支援」サービスを開始しています。

このサービスも住民主体の活動とすべく「三ツ藤木の葉の会」で検討しています。



三ツ藤自治会地区の活動の流れ



生活支援コーディネーターの活動

第1層：老人保健施設やサービスへの協力依頼、検討会の立ち上げ、検討会からサロンや移送サービス立ち上げまでの第2層への支援を行いました。

第2層：事業所や住民とともにサロンの運営や住民主体への取り組み、移送サービスについては、住民主体への橋渡しの期間は、暫定的に事務局の役割を担っています。

三ツ藤自治会地区困りごとアンケートは、地区の困りごとや担い手の把握を目的に令和元年4月～5月に実施。第2層協議体メンバーや自治会、老人会の協力で配布しました。

事例 2 : 日の出自治会地区（南部地区）

①地区の概要

学園1丁目と榎3丁目の一部をまたぐ日の出自治会地区は、平成13年に閉鎖された日産村山工場跡地に大型商業施設や総合病院ができたこともあり、戸建て住宅に若い世帯が多く転入している市内でも比較的高齢化率が低い地区です。自治会加入率は年々低下し、地域の繋がりが希薄化しています。老人会のメンバーは70代が中心で、活発に活動しています。

項目	市全体	日の出自治会地区（学園1丁目）
高齢化率（%）	26.1	19.6
後期高齢者率（%）	13.1	8.2

令和元年4月時点

②きっかけ

南部地区第2層協議体で、サロンがない榎地区でのサロンづくりを進めることになりました。学園・榎地区にまたがる日の出自治会と新海道自治会地区を対象とした地域懇談会を開催。参加者を中心に、日の出サロン検討会を立ち上げ、話し合いを重ねました。自治会役員にてサロンの趣旨説明会を行い、日の出自治会館をサロン会場として借用できることになり、令和元年4月より「お互いさまサロン」日の出が開始。その後も日の出サロン運営会議を定期的で開催し、第2層協議体と連携しながら、生活支援の仕組みづくりについて話し合いを重ねました。

③視察や勉強会

日の出サロン運営会議メンバーは、日頃から地域での生活支援活動の必要性は感じていました。しかし、実際どのような仕組みで取り組めばよいかわからないという課題があげられた為、活動のモデルとなる他自治体の取り組みを視察したり、生活支援団体を招いて、活動の実際を学ぶ勉強会を開催しました。モデルとなる活動を知ることで、生活支援の具体的なイメージがメンバーの中で共有され、生活支援の仕組みづくりが前進しました。

④生活支援活動

令和元年9月に地区の住民を対象とした困りごとアンケートを実施し、困りごとと、困りごとを支援できる人を調査しました。

調査結果をもとに、地域でできる生活支援の内容を検討。老人会のメンバーが担い手として大きな力になることがわかりました。

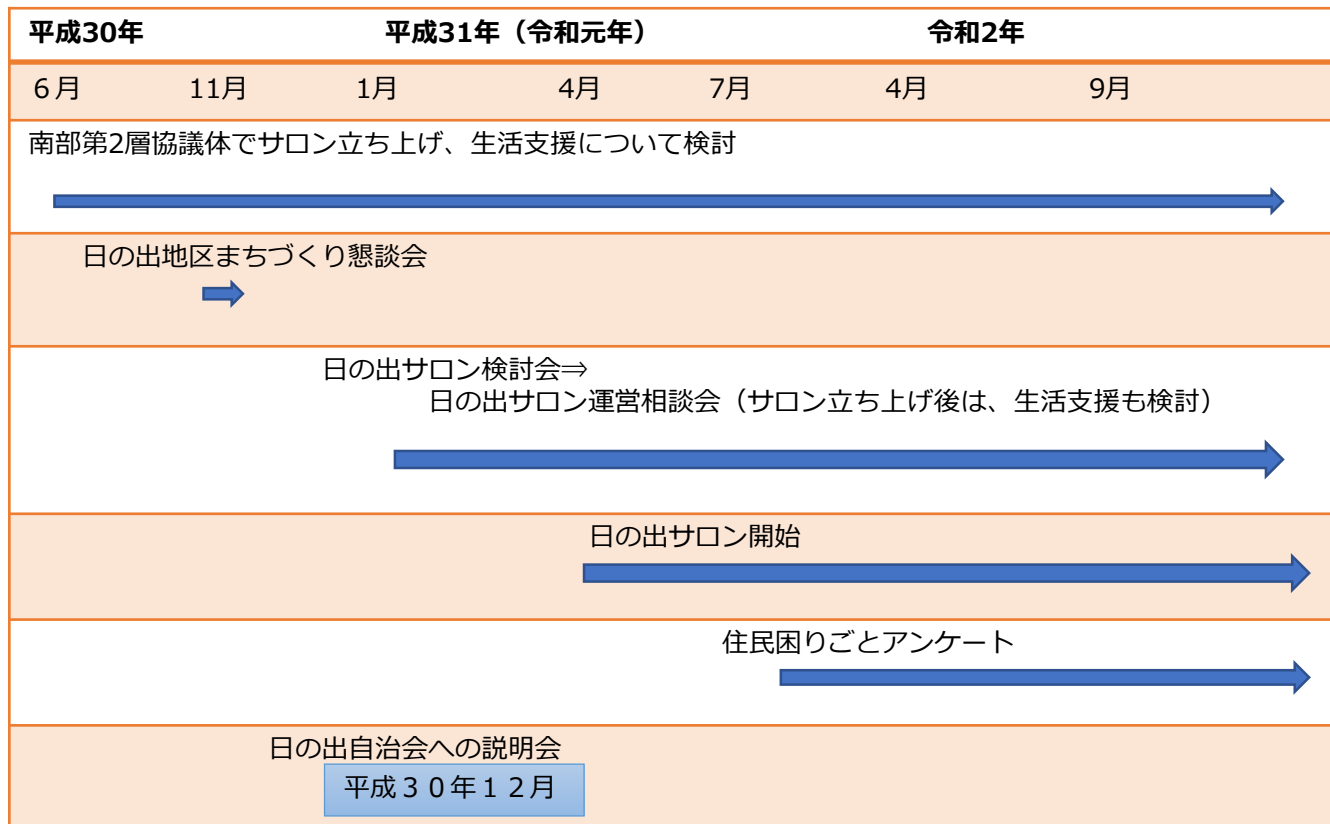
新型コロナウイルス感染拡大の影響で、当初の予定より遅れましたが、令和2年9月より「お互いさまサロン」日の出の生活支援部として、生活支援活動が試行されました。

8月より、日の出サロン検討会のメンバーが自治会、老人会の協力も得て、広報用のチラシを配布。

徐々に依頼の連絡が入っています。

令和3年3月までは試行期間とし、活動内容を軌道修正し、4月から本格的な活動にすべく取り組んでいます。

日の出自治会地区の活動の流れ



生活支援コーディネーターの活動

第1層：第2層協議体でサロン立ち上げまでの流れのモデルを提示。自治体職員と自治会役員会にてサロン説明会を行い、検討会の立ち上げ、検討会からサロン立ち上げ、生活支援の仕組みづくりまで第2層への支援を行いました。

第2層：住民とともにサロンや生活支援の仕組みづくりに取り組みました。

日の出自治会地区困りごとアンケートは、地区の困りごとや担い手の把握を目的に令和元年7月～9月に実施。第2層協議体メンバーや自治会、老人会の協力で配布しました。

事例3：本町まどかサロンからの広がり（北部地区）

①地区の概要

青梅街道より北側は旧家が多く、昔ながらの互助もある地区ですが、近年戸建て分譲住宅も増え、自治会加入率も低下し始めています。老人会も役員の手不足などから休会している団体もみられ、集う場がない高齢者も増えています。

項目	市全体	本町3丁目地区
高齢化率 (%)	26.1	23.6
後期高齢者率 (%)	13.1	12.6

令和元年4月時点

②きっかけ

本町3丁目地区にあるまどか保育園は、お寺の敷地に昭和29年に設立されました。保育園から社会貢献活動として、保育園を活用できないかとのお話がありました。第2層協議体が立ち上がる前だった為、地区の第2層生活支援コーディネーターがお互いさまリーダーなどに声をかけ、サロンを立ち上げました。子どもと高齢者が交流する場は初めてだった為、試行錯誤を繰り返しながら回数を重ね、保育園の昼食を多世代で食べることでスムーズな交流ができるようになりました。

③サロンからの広がり

サロン活動をきっかけに、まどか保育園では、多世代が参加できる地域食堂を開始しました。子どもから高齢者まで、誰でも参加できる食堂は、回を重ねるごとに参加者も増え、地域に根差した活動となっています。

④生活支援への広がり

小学校入学時に必要となる手提げなどを作る作業が、働く保護者には負担になっているという声を聴き、第2層協議体で地区の小物づくりについて検討しました。手芸が得意な高齢者の協力で、まどか保育園の園児向けに手提げづくりなどを行いました。これをきっかけに、コロナ禍では、布マスクの受注販売を行いマスク不足の中、地域住民に大変喜ばれました。今後は、保育園園児向けの手作り用品などの制作も検討しており、これをきっかけに子育て世代との交流も目指しています。

まどかサロンの活動の流れ

平成29年	平成30年	平成31年（令和元年）	令和2年	
6月	4月	12月	4月	
まどかサロン開始				
まどか保育園 住民主体へ				
まどか食堂開始（保育園主催）				
手提げなどの手作り開始				

生活支援コーディネーターの活動

第1層：保育園から会場提供を第2層生活支援コーディネーターに伝え、地域住民を巻き込んだサロン立ち上げについて、手作りの品物づくりの流れや仕組みについて検討しました。

第2層：サロン立ち上げ後、住民主体のサロンへの働きかけ、手作りの品物づくりの仕組みについて第2層協議体メンバーとともに検討しました。

事例4：第4集会所を利用したサロンづくり（緑が丘地区）

①地区の概要

第4集会所を利用する4つの棟はそれぞれ1棟で1自治会となり活動しています。都営緑が丘アパート地区は、長期に渡り建替工事が続いています。新しい住宅に転居する際は、今までのコミュニティが壊され、新たな自治会、老人会などが形成されています。

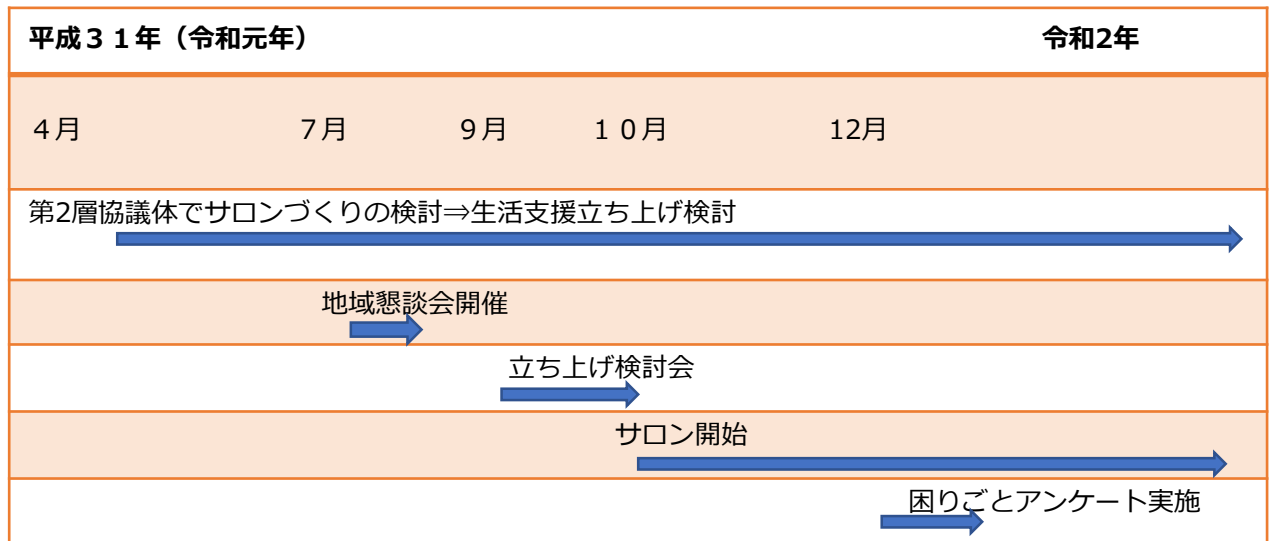
②きっかけ

第2層協議体で、サロンがない第4集会所を会場としたサロンづくりが課題にあがりました。複数の棟で1自治会を形成することが多い中、4つ自治会が1つの集会所で活動する地区で合同でサロンづくりができないかの声が上がりました。4棟を対象とした地域懇談会を開催し、サロンの必要性について説明しました。参加者の中から立ち上げの協力者を募り、サロン検討会を開催。新たなサロンが立ち上がりました。

③サロンからの広がり

他地区の生活支援の仕組みづくりを参考に、4つの棟を単位とした生活支援の仕組みづくりに取り組むことになりました。まず、地区の困りごとアンケートを実施しましたが回答者が少なかつたため、再度困りごとアンケートの実施を計画しています。

糸桜サロンの活動の流れ



生活支援コーディネーターの活動

第1層：第2層協議体で他地区のサロンづくりの流れや生活支援立ち上げの流れを紹介しました。

第2層：第2層協議体メンバーとともに地域懇談会、サロン立ち上げを支援しました。他地区を参考に困りごとアンケートの準備をしています。

生活支援コーディネーター活動実績

平成30年度

相談形態 (延べ件数)	第1層	第2層			
		西部	北部	緑が丘	南部
訪問	192	185	112	229	107
電話	416	122	371	309	214
来所	248	88	29	58	87
メール	1,229	53	31	74	82
その他	61	51	203	259	161
合計	2,146	499	746	929	651

令和元年度

相談形態 (延べ件数)	第1層	第2層			
		西部	北部	緑が丘	南部
訪問	328	290	155	217	123
電話	918	363	759	551	259
来所	576	149	109	92	136
メール	1,359	500	173	117	168
その他	291	1,047	132	249	163
合計	3,472	2,349	1,328	1,226	849

協議体開催実績

単位:回

	第1層	第2層 連絡会 (4地区の 第2層協議体の会議)	第2層			
			西部	北部	緑が丘	南部
平成28年度	3					
平成29年度	1					
平成30年度	1		7	3		9
令和元年度	1	2	8	9	9	8

これからの課題

「お互いさまサロン」は、様々な方々の協力で少しずつ広がり、その活動は生活支援の仕組みづくりへと発展しています。


互助の力が弱まっている東京都内で、このような活動が広がる本市の取り組みは、好事例として認められ、事例発表の場を数多くいただけるようになりました。

本市の高齢者にとって「お互いさまサロン」や生活支援の仕組みがもっと身近なものになるよう、第2層協議体（村山ささえあい会議）のメンバーや住民の皆様、関係機関の協力をいただきながら、「助け合い」づくりを進めて行きたいと思えます。

（参考）事例発表

平成29年度～令和2年度 令和元年度	東京都生活支援コーディネーター初任者研修 大阪府「大阪ええまちプロジェクト公開講座」 埼玉県生活支援コーディネーター課題別研修
令和2年度	さわやか福祉財団「いきがい・助け合いサミットin大阪」 東京都生活支援コーディネーター現任研修
活動掲載	

東京都保健福祉局 東京ホームタウンプロジェクト
https://hometown.metro.tokyo.jp/post_story/story20190408/



**お互いさまでつながるまち
“武蔵村山”を目指して！**

これまで発行した「お互いさま通信」

住民の皆様へ生活支援コーディネーターや協議体の活動を広報しました。

お互いさま通信 No.1

発行:武蔵村山市地域包括支援センター 第1層生活支援コーディネーター H29.4

「お互いさま」でつながるまちづくり 生活支援コーディネーターと協議体って？

みなさま、はじめまして！
武蔵村山市第1層生活支援コーディネーターの岡村です。「生活支援コーディネーター」は、「地域支えあい推進員」とも呼ばれ、市からの依頼を受け、地域の助け合い・支え合い活動をはじめとした「高齢者の生活を支援する体制」の整備を進めています。
第1層は市内全体で、第2層はもう少し小さな地域を中心に活動します。
また、様々な地域のメンバーが集まる「協議体」が生活支援コーディネーターを組織的に補助しています。

なぜ助け合いや支え合いが必要なの？

少子高齢化が進む中、住民と行政が一緒になった新しいまちづくりが全国で始まっています。いくつになっても安心して暮らしていけるまちにするためには、様々な人が力を合わせる必要がありますが、なかでも住民のみなさまが主体となった助け合い活動が求められています。武蔵村山市では「子どもからお年寄りまで だれもが垣根なく「お互いさま」でつながるまちづくり」を合言葉に、新しいまちづくりを進めています。

「お互いさまサロン」を

みなさまへ お願い！

サロンの増やすためには、お手伝いいただける方と無料で貸していただけの会場が必要です。
サロンの手伝えるよ！という方、こんな会場を知っているよ！という方は是非、下記までご連絡ください。

お問い合わせ・連絡先
武蔵村山市南部地域包括支援センター
学園4-5-1市民総合センター1階
電話 042 (590) 1477
FAX 042 (590) 1252

お互いさま通信 No.4

発行:武蔵村山市地域包括支援センター 生活支援コーディネーター 令和元年11月

「お互いさま」でつながるまちづくり

武蔵村山市は、高齢になっても安心して住み続けられるまちづくりのため、地域包括支援センターに配置された生活支援コーディネーターを中心に、住民同士の「たすけあい」づくりを進めています。

はじまりました！村山ささえあい会議

平成30年度に各地域包括支援センターで自分の暮らすまちの「たすけあい」を考えるまちづくりセミナーを開催しました。参加者の中から、地域の「たすけあい」を検討するメンバーを募り、「村山ささえあい会議」を立ち上げ、市内4区域で、毎月会議をおこない、様々な「たすけあい」を生み出しています。

第1層村山ささえあい会議
市内全体の「たすけあい」について検討しています。

市内全域担当 岡村です！
第1層の会議では、市内で「たすけあい」づくりを広げる上での、様々な課題について話し合っています。

第2層村山ささえあい会議
市内4つの地域包括担当地区ごとの「たすけあい」について検討しています。

西部包括 喜壽です！
伊弉年・岸・稲原・中層・三ツ木・三ツ木・大宇三ツ木担当です。

西部地区村山ささえあい会議
愛称:つながるでせいび

いづみ幼稚園でのサロン

西部地区では、いづみ幼稚園を会場としたサロンづくり、三ツ木住宅地区のちょっとした生活のお手伝い、ディサービスの送迎車を活用した移送サービスについて検討しています。

緑が丘包括 平野です！
緑が丘担当です。

緑が丘地区村山ささえあい会議
愛称:もりもり 色:緑が丘

第4集会所でのサロン祭

緑が丘地区では、第4集会所を会場としたサロンづくりをおこないました。今後、緑が丘でも住民同士の見守りやちょっとした生活のお手伝いの仕組みづくりを進めます。

北部包括 中川です！
中部・神明・中央・本町担当です。

北部地区村山ささえあい会議
愛称:よってきな 色:北部

第1小学校でのサロン

北部地区では、第一小学校、西武信用金庫などを会場としたサロンづくり力を入れております。今後は、ちょっとした生活のお手伝いの仕組みづくりについても検討していきます。

南部地区 佐藤です！
坂・大南・学園担当です。

南部地区村山ささえあい会議
愛称:にこにこ 色:南部

日の出自治会館でのサロン

南部地区では、日の出自治会館を会場としたサロンづくり、日の出地区でのちょっとした生活のお手伝いの仕組みづくりについて検討しています。

地域住民同士が「たすけあい」、安心して暮らし続けられるまちへ。その1つが歩いて通える場所にある「お互いさまサロン」です。市では、2025年までに市内に**70か所**のサロンづくりを目標にしています。2019年10月現在**44か所**のサロンが立ち上がりました。みなさまも是非近くの「お互いさまサロン」にご参加ください！

「お互いさまサロン」に登録すると様々な市の支援を活用できる場合があります。
(登録の条件など、詳細はお問い合わせください)
みなさんもサロンを立ち上げてみませんか？

- 市内の病院や施設の理学・作業療法士が体験を指導
- 「お互いさま体健」の作成
- サロンの補助金制度
- 市民活動保険制度(市民のボランティア活動に対する保険)
- 公共施設利用料減免

お問い合わせ・連絡先
武蔵村山市南部地域包括支援センター
学園4-5-1市民総合センター1階
電話 042 (590) 1477
FAX 042 (590) 1252

武蔵村山市南部地域包括支援センター
フェイスブックもご覧ください！