

「健康で笑顔あふれる、ふれあい、
支えあいのまち」を目指して



身近な地域で自分らしく暮らし続けられるまちづくり

高齢になっても、可能な限り住み慣れた地域で生活を継続できるように、「予防・介護・医療・生活支援・住まい」を一体的かつ継続的に提供する仕組みを『地域包括ケアシステム』といいます。

地域包括ケアシステムを支える「市民力・地域力」

地域では、住民組織やボランティア、特定非営利活動法人など、さまざまな人びとが主体となって活動をおこなっています。

地域包括ケアシステムは、これら多様な地域の力を最大限に発揮し、医療や介護を含めた包括的な支援体制を構築することが重要です。

「身近な地域で、できることをできる範囲で」—地域に根差した活動は、地域包括ケアシステムを支える大きな力となります。

今回の特集号では、高齢者の暮らしを支える「生活支援」に注目し、住民主体の生活支援サービス提供団体として先駆的に地域で活躍されている9団体の活動をご紹介します。



▲「八王子版」地域包括ケアシステム イメージ図

地域包括
ケアシステム
を支える
5つの要素

予防	介護予防の推進による健康づくり
介護	専門職による介護サービスの提供
医療	かかりつけ医や在宅医療の充実
生活支援	互助による生活支援活動の充実
住まい	安心して暮らせる住環境の整備

地域包括ケアシステムを支える、八王子市の「市民力・地域力」～高齢者の暮らしを地域で支える～

自分が住む地域にあったら良いと思う生活支援サービスはありますか

平成28年に実施した「健康とくらしの調査」では、「自分が住む地域にあったら良いと思うサービス」として、「見守り・安否確認」「庭木の剪定・草取り」「電球交換・ごみ出し・ちょっとした力仕事」などが挙げられています。

住み慣れた地域で暮らし続けるための「地域づくり」には、皆さん一人ひとりのさり気ない気遣いと助け合いが重要です。



住民主体による高齢者向け生活支援サービス提供団体を募集しています！

八王子市では、高齢者の在宅生活における困りごとに対して軽度な生活援助（掃除や買い物、見守り、ゴミ出しや庭の草とりなど）を提供いただける住民主体の団体を対象に、運営支援を目的とした補助金を交付しています。

応募要件や補助額等の詳細につきましては、高齢者福祉課または社会福祉協議会までお問い合わせください。

●問い合わせ
 高齢者福祉課 ☎620・7244 ☎624・7720
 社会福祉協議会(支えあい推進課) ☎649・8477 ☎649・8478 ※市の業務委託を受けています。



▲住民主体活動のシンボルマーク

住民主体

生活支援サービス提供団体 (八王子市住民主体による訪問型サービス事業補助金交付団体)

- 家** …掃除、洗濯、買い物などの家事支援
- 軽** …電球交換やふすま・障子貼りなどの軽作業
- 庭** …庭木の剪定や草取りなどの庭作業
- 見** …傾聴や見守り、散歩の付添いなど(外出支援)
- 他** …パソコン操作支援など、上記に含まれない生活支援

できることから一緒に始めてみませんか～オール八王子の助け合い～



どんぐりの会担い手サポートセンター

【特徴】 地域住民による独立団体で、専門のスタッフがいます。また、研修等の実施による担い手のスキルアップを行っています。
 【活動範囲】 絹ヶ丘から車で概ね30分程度の地域を中心
 【連絡先】 ☎042・641・3625



まごころ届け隊(長寿社会を考える会)

【特徴】 福祉(地域支援事業)に関わって30年です。高齢者、障害者、子育て支援等困っている人なら誰でも支援し、有償ボランティアがやりがい、生きがいを持って活動しています。
 【活動範囲】 八王子市内
 【連絡先】 ☎042・665・2334



きたご助け合い活動(互助ネット)

【特徴】 「困ったときはお互いさま」の気持ちで、北野台五丁目にお住まいの多くの皆様にお役にたてればと考え、地域住民の有志のボランティアに基づく運営によって活動しています。
 【活動範囲】 北野台五丁目
 【連絡先】 ☎042・637・7507



地域医療・福祉の明日を考える会

【特徴】 2008年に医療ソーシャル・ワーカー、看護師等医療関係者を中心にNPO法人を設立しました。また、館ヶ丘クリニックにて多世代交流広場お茶の間「民」を開設し、病院・施設等の地域関係機関と連携しています。
 【活動範囲】 館ヶ丘団地を中心
 【連絡先】 ☎080・6258・3482



いきいきらいふの会

【特徴】 平成3年4月に八王子保健生活協同組合の互助活動として設立されました。当会は活動者自身が活動を通じて「生きがい」になるようサポートする体制があり、安心して活動出来ます。
 【活動範囲】 原則として八王子市内
 【連絡先】 ☎042・669・5101(月・水・金)



絹一ふれあいネットワーク

【特徴】 住民のちょっと手を借りたいことや困ったことを、住民同士の助け合いによって解決するための組織です。この組織を通じて、住民相互のふれあい・助け合いの機運が高まり、愛着のある、ずっと安心して暮らし続けられる町となることを目指しています。
 【活動範囲】 八王子市絹ヶ丘一丁目自治会
 【連絡先】 ☎042・636・5263



めじろむつみクラブ(MMC)

【特徴】 高齢者の生活を支援する高齢者参加型の有償ボランティア団体です。平成2年にNPO法人として発足し、町会依頼等の作業を含め年間180件の作業を行っています。
 【活動範囲】 八王子市めじろ台(京王線めじろ台駅)及び周辺地域を主体に市内全域
 【連絡先】 ☎080・1038・6875



片倉台福祉ネットワーク

【特徴】 自治会員相互の助け合いを目的として地域の赤ちゃんからお年寄りまで全てを対象として活動しています。民生児童委員、高齢者あんしん相談センター片倉、社会福祉協議会などと密接な連携をとってネットワークを構築しています。
 【活動範囲】 片倉台団地約1,600世帯(八王子市打越町の一部、片倉町の一部)
 【連絡先】 ☎042・635・7244



きよびー(清川ハッピーステーション)

【特徴】 活動地域は戸建住宅団地であり、食の提供・常設サロン・ホームサービスをメインに活動しています。最近では高齢者の色々な相談にも対応し、できるだけ長く地域で暮らししてもらえるよう支援しています。
 【活動範囲】 清川町及び檜原町のうち太陽町会エリア
 【連絡先】 ☎042・697・4166

活動日や提供内容、利用料金は団体によって異なります。詳しくは各団体にお問い合わせください。

「市民力・地域力」を広げる社会参加の取り組み



地域活動やボランティア活動などを推進するためのシンポジウムや研修などをおこなっています。皆さん、お気軽にご参加ください！

地域包括ケアシステムシンポジウムを開催

地域コミュニティの重要性や活動のヒント、実際の地域での活動などについて、広く知っていただくためのシンポジウムを開催します。

- 日時：平成30年2月2日(金) 午後1時30分～4時15分(1時受付開始)
- 会場：八王子市芸術文化会館(いちようホール)小ホール
- 内容：首都大学東京 和田清美教授による基調講演「高齢化社会における地域コミュニティの重要性」や活動応援講座「効果的なPRの方法」、多様な活動団体によるパネルディスカッションなど
- 申し込み：不要(定員200名:先着順) ※参加費は無料
- 問い合わせ：高齢者福祉課 ☎620・7244 ☎624・7720
社会福祉協議会(支えあい推進課) ☎649・8477 ☎649・8478



地域の助け合い活動応援講座

地域で高齢者に対する生活支援(助け合い活動)を行うために必要な基本知識の習得や生活支援団体の紹介などを通じ、地域における助け合い活動の理解を深めるための講座です。

- 日時：平成30年2月21日(水) 午前9時45分～午後4時30分
- 会場：地域福祉推進拠点川口(川口事務所2階)
- 対象・定員・費用：八王子市民(在勤・在学含む)・40名(先着順)・無料
- 内容：地域で活動するにあたって気をつけること等の基礎知識
- 申し込み・問い合わせ：社会福祉協議会(支えあい推進課) ☎649・8477 ☎649・8478

研修修了者には、修了証とシンボルマークの入ったストラップをお渡しします▶



「高齢者ボランティア・ポイント制度」の登録者を募集中!

高齢者の皆さんにボランティア活動を通して、地域に貢献する喜びを味わいながらご自身の健康維持につなげていただくことを目的としています。

指定施設などでのボランティア活動の成果を最高6千円相当のお買物券等や最高5千円の交付金と交換することもできます。

- 対象：市内在住で65歳以上の方(介護保険の要介護・要支援認定者、事業対象者を除く)
※登録するには説明会への参加が必要です。
- 申し込み・問い合わせ：高齢者いきいき課 ☎620・7243 ☎623・6120



「第四回 八王子市いきいき長寿川柳大賞」入賞作品

老いの暇お裾分けするボランティア(ペンネーム:みのる)



▲ボランティア活動先でスタンプを手帳に押印します。

生活支援コーディネーターが地域活動を応援しています!

市では、地域での助け合い活動を応援する「生活支援コーディネーター(地域支えあい推進員)」を配置しています。

生活支援コーディネーターは、地域の高齢者のニーズに合った生活支援サービスが行われるよう、地域の課題や社会資源を把握し、不足するサービスの創出やサービスの担い手養成、支え合い活動の立ち上げ支援などを行っています。

「団体を立ち上げたい」「自分も活動に参加してみたい」など、活動への思いや最初の一步を、生活支援コーディネーターがサポートしますので、お気軽にご相談ください。

- 問い合わせ：社会福祉協議会(支えあい推進課) ☎649・8477 ☎649・8478
※市の委託を受け、社会福祉協議会で生活支援コーディネーター業務をおこなっています。

問い合わせ：福祉部高齢者福祉課 ☎620・7244、☎624・7720