

# “自分らしい暮らし”を支える「生活支援コーディネーター」

地域包括ケアシステムの推進に欠かせない生活支援コーディネーター（以下、コーディネーター）。野崎さん、富永さん、上田さんの3人に、役割や日々の活動内容などを聞きました。

## 高齢者のための3つの重点事業

今年で活動3年目を迎えるコーディネーターは、地域の高齢者の生活支援や介護予防サービスの体制を充実させることと、高齢者の社会参加を推進することを中心に活動しています。また、コーディネーターは、市内の共通課題である買い物支援、移動支

援、居場所づくりの3つを重点事業と位置づけています。日々の活動としては、日常

の中で支援してほしい人や困り事を抱えている人からの相談を受け付け、情報提供をしています。また、地域のために活動したい人や団体、企業からの相談も受け付け、地域の困り事とつなげることで、支え合いの仕組みづくりを周りの皆さんと考えています。このように、コーディネーターは地域の情報を集めて人と人をつなぐ役割を担っており、主役となる地域の人が輝けるように、取り組んでいます。

そのためには、実際に現地へ行き、地域でどのような活動が行われているのか、どのような集まりがあるのかなどを調査することがとても重要です。その他にも、ケアマネジャーや地域包括支援センターとも情報交換をしています。

## 活動での心掛け

コーディネーターの3人は、「実際にその地域へ足を運び、その地域の人と会って話を聞くことで、本当に求め

られていることが分かります。そのため、現場の声を聞くようにしています。活動する中で『きつと○○だろう』

という思い込みをしないように心掛けています。スーパーが近くにあるけれど、重い物を運べなくて買い物に困っている人や、山奥に住んでいても独りぼっちではなく、近所で井戸端会議をよくする人もいます。この地域にはこの支援が必要だと決めつけずに、地域の生の声を聞くようにしています」と口をそろえて話します。

## 理想の地域での支え

野崎さんは、「昔からある隣近所同士での助け合いやお互い様を、当たり前に行っている市にしたいです。空いた時間に自分のできる範囲で、困っている人を助けることができたいです」と語ります。

「菊川市をみんなで良いまちにしたいです。新しく引越してきた人がいても助け合いができることが理想。全ての地域で助け合いが今よりもっと活発になればいいなと



生活支援コーディネーター  
菊川西地区担当  
上田 唯乃さん



生活支援コーディネーター  
菊川東地区担当  
富永 美穂さん

## VOICE



買い物支援利用者  
宮島 實子さん(奥の谷)

当初、「他の人と一緒に買い物をする  
と気を遣うから」と遠慮していた人も、  
今では楽しく利用してくれています。買  
い物支援をきっかけに、自宅に引きこ  
もっていた高齢者が外に出たり、近所同  
士で話す機会が増えたりと、地域に笑顔  
が広がっています。

また、一人暮らしの高齢者への声掛け  
や見守り機能としても有効なので、他の  
地域でも支援が広がってほしいです。

買い物支援が始まった平成30年1  
月から、毎月利用しています。普段は  
30分歩くか、コミュニティバスに  
乗って買い物に行きます。夏は暑くて  
歩くことが大変なので、支援があるの  
はうれしいです。特に、重たい物を買  
う時に、とても助かります。

今月は非常用の水1箱を買うことが  
できました。これからも続けてほしい  
です。