

会 議 録

令和6年度第1回 生活支援事業協議体	日 時	令和6年5月21日(火) 14時00分～16時00分	場 所	小金井市役所第二庁舎8階 801会議室
-----------------------	--------	-------------------------------	--------	------------------------

事務局	小金井市福祉保健部介護福祉課			
-----	----------------	--	--	--

出席者	委員	高良委員長(法政大学) 田部井委員(社会福祉協議会) 藤原委員(社会福祉協議会) 出川委員(介護事業者連絡会) 濱名委員(地域貢献活動をする者) 村越委員(町会・自治会) 第2層コーディネーター 松村氏(小金井きた地域包括支援センター) 金子氏(小金井ひがし地域包括支援センター) 吉田氏(小金井みなみ地域包括支援センター) 久野氏(小金井にし地域包括支援センター)		
	参加者	渡邊 英雄(地域活動に複数参加している方) 広瀬 隆夫(地域サロンの代表者) 川手 俊昭(さくら体操リーダーでもあり、地域活動に参加している方)		
	事務局	第1層コーディネーター 菊地原氏(小金井市介護福祉課) 大澤、磯端、田村、木津(介護福祉課)		

傍聴の可否	◎可・一部不可・不可	傍聴者数	0人
-------	------------	------	----

傍聴不可・一部不可の場合の理由	
-----------------	--

<p>1 開会 高年齢福祉担当課長からの挨拶 介護福祉課包括支援係長からの挨拶</p> <p>2 議題</p> <p>(1) 委員紹介</p> <p>(2) 副委員長選出</p> <p>(3) 報告事項</p> <p>① 昨年度の実績及び今年度の予定について</p> <p>② 個別課題の抽出</p> <p>③ 令和5年度第8回から第11回生活支援連絡会報告</p> <p>④ 生活支援コーディネーター活動報告(12月分～3月分)</p> <p>⑤ 令和5年度各地域包括支援センター活動報告</p> <p>⑥ 令和6年度各地域包括支援センター活動目標</p> <p>(4) 検討事項</p> <p>高年齢男性の社会参加の取り組みについて サロン連絡会の報告について</p> <p>3 その他 福祉保健部長からの挨拶 次回協議体の開催予定</p> <p>4 閉会</p>
--

1 開会

協議体の開催にあたり資料の確認と、会議録作成にあたり全文を記録するものの、会議録の公表に当たっては、市民への分かりやすさを考慮し、発言者の発言内容ごとの要点記録とすることを説明した。検討事項で「高齢男性の社会参加の取り組みについて」有効な方法を検討していくために、地域活動している方や地域サロンの代表者等の男性の方に3名参加してもらうことを説明する。令和6年度の人事異動に伴い事務局職員の変更があったため案内と新たに着任した高齢福祉担当課長と包括支援係長から挨拶等を行う。

2 議題

(1) 委員自己紹介

変更した委員自己紹介

(2) 委員長・副委員長の選出

指名推薦により全会一致で田部井委員を副委員長に選出

(3) 報告事項

- ① 昨年度の実績及び今年度の予定について
- ② 個別課題の抽出
- ③ 令和5年度第8回から第11回生活支援連絡会報告
- ④ 生活支援コーディネーター活動報告（12月分～3月分）
- ⑤ 令和5年度各地域包括支援センター活動報告
- ⑥ 令和6年度各地域包括支援センター活動目標

① 昨年度の実績及び今年度の予定について

事務局より昨年度と異なる部分としてスマホ講座の内容や実施日程や、東京都スマートフォン普及啓発事業のスマホ相談会について一つの場所で定期的にスマホ相談会を開催する旨を報告した。

また、新たにスマホちょこっと相談室について開催することや、会場はスマホ相談会と同じ会場を借りて行うことについて報告した。

② 個別課題の抽出について

事務局より令和5年1月から12月までにまとめられた地域課題について、昨年との違いについて説明した。

③ 令和5年度第8回から第11回生活支援連絡会報告について

事務局より概要を説明した。

④ 生活支援コーディネーター活動報告について

事務局より資料の概要を説明した。

⑤ 令和5年度各地域包括支援センター活動報告について

令和5年度の活動報告については事務局より資料6を基に概要を説明した。

⑥ 令和6年度各地域包括支援センター活動目標について

事務局より資料6を基に各地域包括支援センターの第2層コーディネーターより説明する旨を案内した。

(高良委員長)

令和6年度の各地域包括支援センター活動目標について、それぞれ資料の順番に説明を

いただきたい。きた包括の松村委員からお願いしたい。

(松村委員)

令和6年が残念ながら能登半島地震という大きな災害から始まり、その後も各地で地震が続いていることから、シニアだけでなくあらゆる世代で「防災」についての意識が高まっていると感じる。また、「ちょっとした困り事」ではなく大きな困り事であるため本日の資料である「個別課題抽出シート」には記載していないが、きた圏域ではいわゆる困難ケースで支援に入ったお宅が、いわゆる「ごみ屋敷」と言われる状態であるケースが増えている。万一災害が発生したら、本人宅だけでなく近隣にも迷惑がかかるような、そういうお宅への支援が相次いだので、今年度は防災についてより重点的に取り組みたいと考える。

すでに一昨日の19日(日)には、梶野公園で開催された「減災フェスタ2024」に初めて参加し、小金井シルバー人材センター、緑町消防署との連携により、「みまもりあいアプリ」普及のための検索イベント兼スマホ相談会、家具転倒防止器具の展示、消防庁が作成した啓発動画上映、小金井市の家具転倒防止の助成制度の紹介、さらには圧倒的にファミリー層の来場が多いことから、東京都の「子どもセーフティプロジェクト」の簡単な紹介を行った。

今回のイベントの主催者が「よりインクルーシブなイベントを目指したい」とのことから、周知用のチラシについて、通常のもの、と、「やさしい日本語版」の2種類を作成された。これに倣い、きた包括でも小金井国際支援協会の方に協力いただき、配布資料や掲示物に、できるだけ「やさしい日本語」を使うことを試みた。

イベントへの参加のほか、昨年度より開始した「きた包括暮らし講座」でも、防災をテーマにした講座の開催を検討している。シニアの方に災害の備えとして最低限これだけはやってほしいこと、具体的には食料・水の備蓄、薬の備蓄、トイレの凝固剤などの備え、また災害時のけが、火災、避難障害を防ぐための集中収納と家具転倒防止対策、そして最後に地域とつながっておくための町会への参加、以上について啓発を行っていきたいと考えている。

さっそく関東大震災のあった9月の開催に向けて、ヨハネ会の地元である桜町自治会と打ち合わせを始めている。桜町自治会のメンバーの中に、東日本大震災のときに仙台で被災して避難所を体験し、その後、防災士の資格を取った女性がいるのがその理由。これまでも防災講座は企画してきたが、「自分ごととして受け止める」ところまで伝わっているのか、十分な手ごたえを感じられずにいた。実際に被災した方の体験談には、恐らく人を動かすだけの強い力があるだろうと期待している。

同時に、自治会長から自治会の普段の活動や、いざというときに備えて自治会に参加しておくメリット等についても話をいただき、加入を促していきたいと考える。

また、同様の取組を他の町会とも共催できるよう、各町会会長等をゲストとして招き、展開していきたいと考えている。

(高良委員長)

今の報告について、質問等があったらお願いしたい。

防災は誰にとって必要なもので、年齢にかかわらずこの課題に対応することは、一つの非常に重要な活動だろうと思う。

最近地震が非常に多く、防災について注目されているので非常にいいと思う。地域にいる方々の中で、強みを生かし人材を発掘していき、その方々が活躍できる場をつくりつつ、広げていくことができるのは、非常にいい点だと思った。

引き続き、みなみ包括の吉田委員より活動目標について説明をお願いしたい。

(吉田委員)

自治会・町会において包括ニュースの回覧や、敬老の記念品配布時の包括ポストカードの

PRなど、定期的に情報の発信をする。各役員とのつながりを意識して活動しており、特に圏域内では貫井住宅やスカイコーポラスなど古くからある大規模な集合住宅において、自治会や管理組合との連携を取って活動支援や懇談を行っている。これらの大規模な集合住宅におけるつながりの希薄化や高齢化による生活課題、地域活動の計画、課題などが話されており、立ち上がった新たな活動への支援や課題の共有や検討する場等について、話し合いを継続して住民主体の活動が行えるよう支援していきたい。

また、通いの場においては、個々の活動支援を課題に応じて行うばかりでなく、昨年度から継続している圏域内の4つのサロンの連絡会等を通して、当事者の主体的な活動の活性化につながるよう第2層協議体を重ねていく。

本年度は、サロンの連絡会内で参加者側から、サロン合同の企画をしてみてもという活動への提案が出ており、活性化に向けての新たな方向性が動き始めている。

さらに、新規の地域資源やインフォーマルサービスの開拓、地域から生まれる新たな課題への対応を行いつつ、得られた成果を他の課題等に生かすべく取り組んでいく。

(高良委員長)

何か質問等はあるか、よろしいか。

圏域ごとに特徴があると思うので、地域住民が主体となって活動支援する状況を大切にするのは非常に重要な視点だと思う。

続いてひがし包括の金子委員からお願いしたい。

(金子委員)

地域課題と考えられる課題については、毎月所内で上げている課題抽出表を基に、①情報が多岐にわたる、②生活に係る困り事がある、その2点とした。どちらも継続した地域課題として認識しており、今年度も取り組むこととする。

具体的な計画として、例年行う紙媒体での情報誌やライン等を活用した多様な情報発信、また、地域住民との関係の構築や課題抽出や2層協議体の開催を継続しながら、求められる情報が多岐にわたるため、所内での情報整理や情報提供を随時が行い、かつ不足する情報等の把握をしたいと考える。

また、課題抽出の方法として、団体ごとに2層協議体を開催するとともに、複数の団体に参加してもらい意見交換や課題の検討を行いながらさらなる課題の抽出を図る。包括職員全体で受ける総合相談からも抽出を図り、センター内で共有や検討を行いたいと考える。

地域課題は継続した取組が必要だと思うので、これまでの取組を基に本年度の取組も積み重ね、課題検討及び解決を目指していきたい。

(高良委員長)

今に生活に関わる困りごとが多様になっている中で、これまで当然となるサービスの情報提供だけではとても足りない状況だと思う。地域の社会資源はもちろんだが、それ以外も含めて様々な情報が必要になっていると思う。それを整理していくことは重要だと思うし、そういったことはひがし包括のみならず別の圏域でも行い、足りないものが明らかになったら別の包括でも共有して、それぞれの圏域にも役立てることが大切だと思う。

次に、にし包括の久野委員、お願いしたい。

(久野委員)

令和6年度の活動目標について、資料5の15ページにある令和6年度の小金井市地域課題分析・評価シートのIの地域課題と考えられる課題の①から④のことを念頭に置きながら、目標となる活動を考えた。

具体的には、Iの地域課題と考えられる課題は根底にある課題なので、さくら体操の実施会場や幾つかある各サロンの会場を回り活動後の少しの時間を使って、スマホのちょこっと

相談会に力を入れていきたいと考える。

そういったことがあると、やはり①にあるように、外出自粛していた方も参加しやすくなるように、またスマホに興味や関心を持ち活用してもらいたいため、徒歩圏内の距離にそういった活動の場があることで外出自粛予防につながると考える。

あと、男性の方が気軽に参加できる社会資源について、地域課題として考えている中で、先ほどのスマホをお題にして、男性の方にも参加してもらいたいと考えている。

本日の午前中にあるサロンで、さくら体操の後、20代後半のボランティアの男性の方に、講師になってもらいスマホのちょこっと相談会を開催した。その講師の祖母くらいに当たる年齢の方のスマホに関する相談について1個だけ聞きたいから始まり、どんどん聞きたいことが増えていき、結構長い時間質問していて、おばあちゃんと孫のようないい感じで開催できた。また来週は違うサロンでそのボランティアの男性の方を講師として相談会を開催する予定。

ただ、その男性の方も、病気をされた関係で仕事をお休みしていたが、もうすぐ復職する予定がありご自身の社会復帰の糧になるといってボランティアの講師を請負ってもらえている。そういった異世代交流にも目を向けて活動していけたらと思っている。

それと同時に、男性が気軽に参加できる社会資源が少ないということについて、まだまだ把握していない社会資源がいっぱいあるだろうと考えているので、今年度はもう少し広く、小金井市のいろいろな部署の資料を基にもう一度発掘し直していきたい。

(高良委員長)

スマホに興味がある人はいろいろな講座をやれば来てくれるが、出向くきっかけがない方や興味がない方は活用できない。なので、さくら体操や既に集まっているところにこちら側が出向くのが一番だと思う。あとは講師になるボランティアの方を今後どう確保していくかが一つの課題になってくる。

また、男性が気楽に参加できる社会資源が少ないという点について、男性の当事者の方々に話を伺い検討をしていきたい。

それでは、これで活動目標の報告について終わりたいと思うが、全体を通して何か確認したいこと等があったら、お願いしたい。

(4) 検討事項

高齢男性の社会参加の取り組みについて
サロン連絡会の報告について

(高良委員長)

続いて、検討事項に移っていききたい。

昨年度から高齢男性の社会参加の推進について、いろいろと検討を進めてきた。高齢男性の方々にヒアリングを行い、サロン連絡会については後ほど報告いただくが、その話し合いの結果等を聞きながら高齢男性が社会参加しづらい背景は何なのかを確認し、どういうことができるのか検討を進めてきたが、今回は、地域で活動されている高齢の男性の方々に来ていただいて、どういうことが必要なのかの意見を伺いしながら検討を進めていきたい。本日は協議体の場に当事者の方にお越しいただいているので、まずは当事者の方の紹介をお願いしたい。

事務局より高齢男性の方3名の紹介について
(事務局)

渡邊 英雄様の活動参加状況はさくら体操、ラジオ体操（毎日）、コスモスⅡ（月2回）悠友クラブに入会（囲碁、将棋）している。

活動のきっかけについては、連絡を取り合っていた友人が施設に入所したのをきっかけに1人になってしまい、何かしなければとみなみ包括支援センターに相談に行った。その後に1つの活動に参加したことをきっかけに、情報をいっぱい得て、活動の範囲が大変広がったと伺っている。

広瀬 隆夫様はシニアSOHO小金井の会員でかつ、らくらくサロンの代表者でもある。活動のきっかけは、生涯学習課主催のシニア世代の地域参加講座に参加し、シニアSOHO小金井に入会したこと。今はらくらくサロンの代表（3代目）として活躍している。健康寿命を延ばそうというテーマを基に、男女たくさんの方が集まって活動している。

川手 俊昭様はさくら体操の社協会場のリーダーであり、男性の哲学カフェにも参加するなど、積極的に活動の幅を広げている。

活動のきっかけは昨年度実施したシニア健康運動教室に参加したことで、そこでまた介護福祉課のいろいろな情報発信について興味を持ち、講座に参加していく中でいろいろな活動につながったと伺っている。

また、さくら体操では同期の男性の方と意気投合して交流をされていると伺っている。哲学カフェでも、男性の人生の先輩の話聞くことがとても大切だと伺っている。

以上の3名の方に、今日は意見等をいただきたいと思う。

（高良委員長）

次に、高齢男性の社会参加の取組についてまずは事務局から説明をいただきたい。

（事務局）

資料6「男性の社会参加促進の取り組みについて」及び資料7「4つのサロンを総合して課題の共有」についての説明は以下のとおり。

資料6に基づき前回の協議体で話に挙げた応援ブック、プレシニア・シニアのための社会参加説明会、他課との連携、企業との連携のそれぞれについて、現状と課題や課題への対応、課題への対応予定という形で整理をした。

初めて通いの場に参加することはとても勇気がいると聞くので、応援ブックを手にとってもらうことはできても、そこから先につなげる何か一步踏み出すための取組が必要と考える。

次に、プレシニア・シニアのための社会参加説明会について、昨年度実施してなかなか参加者が集まらないという課題があることが分かった。もう一步踏み込んだ実践的な内容を盛り込み実施しようと考えている。ここで、配付している水色のチラシを御覧いただきたい。

健康寿命と地域のつながりとの意外な関係、地域を回るリハビリ専門職が見た地域活動の力という見出しで、健康寿命と地域参加、社会参加がすごく有効であることを専門職から話してもらい予定にし、さらに講座や地域活動の紹介等をしていこうと考えている。

また、本当に地域活動につなげるためには、その後のフォローアップが必要と考えられ、応援ブックを見て、通いの場に興味があり、実際に行ってみたいが自分で申し込をするのは大変勇気が要するという方が多分たくさんいるだろうと思われるので、もう少しそこら辺のフォローアップを考えていきたい。

一方で活動団体側から、メンバーを増やしたい、活動の周知をしたいという声があるため、どのような形で実施するのが良いのか検討できればと考えている。

次に、他課との連携についての課題は、行政の縦割り部分から生じることと思われる。ほかの課でどのような事業を行い、どのような講座を実施しているのかを知らないことが大きな課題だと思われる。ほかの課でもシニア向け、高齢者向けの講座を多く実施しているの

で、お互いが歩み寄りながら連携できるとよいと考える。

最後に、企業との連携については市全体として取り組む必要があると思うので、他市の取組等を参考にしながら考えていきたい。

次に、資料7の3月に開催されたサロン連絡会では、参加者の固定化という共通の課題について共有を行った。各参加者に参加したきっかけなどを伺ったところ、声をかけてもらった、誘ってもらったなどの声が多く上がった。また、魅力的な活動であれば人は来るのではないかという意見も出た。では、魅力的な活動とはどのような姿なのか、代表者だけではなく、活動に参加している方からの声も聞きたいと考え、サロン連絡会に参加している各サロンに伺い、声を拾い整理したものが資料7になる。

目指す姿とはどのような姿なのかについて4つのサロンで共通していたのは、情報交換ができる場、学び合いができる場、仲間づくりができる場、閉じこもり防止になるような場、最後に楽しいことが大切という話が出た。

その目指す姿の壁となっているものは、参加メンバーの固定化や、高齢化による活動の先細り等の意見が出てきた。また、活動団体側の周知不足もあるが、初めて参加する者は勇気が要るし、何かしらのきっかけが必要なのではないかという声もあった。

次回6月のサロン連絡会では、「目指す姿の壁となっているもの」を課題と捉えて、課題の掘り下げを行い、9月のサロン連絡会では課題の掘り下げから、さらに自分たちでできることは何か、必要な取組について話し合いを行う予定。

活動の周知不足等については、みなみ圏域だけではなく他圏域でも同様の課題があると考えられる。市としては活動情報をまとめた応援ブックを作成しているが、もう一步踏み込んで活動団体の周知やアピールの場をつくり、活動に参加していないが、何かしたい、このままではいけないという思いがある方や、活動先として何があるか分からない等の活動に参加するかどうかわ迷っている方への動機づけにつながるのではないかと考える。

以上を踏まえ、活動参加へつながるようなアピールの場や、その周知方法等について検討できればと考えている。

(高良委員長)

ただいまの説明を基にこれから検討していくが、まずは情報発信をどうしていくか、今までずっと検討してきたからこそこの応援ブックが出来て、活用を進めてきたという経緯がある。応援ブックを実際にどんどん使う人もいれば、そうではない人もいる。そうでない人にとってみれば、応援ブックが手元にあっても参加につながっていない課題があり、このことに対してどのようにしていくかと前回の協議体でも話し合い、医療機関等との連携についての意見が出た。

まずは応援ブックという一つの媒体、ツールを使って、どのような周知や活用をすれば情報をしっかりと必要な方に届けられるのか。また、これを活用して、実際に参加する行動に移行していくには、どういう促しが必要なのか、について意見をいただきたい。

今日参加いただいている川手様、広瀬様、渡邊様は、この応援ブックを御覧になったことはあるか。これを見て、参加してみようと思ったとか、もしくは逆に、自分としてはもう既に活動しているので、別の方に活用して案内したことによって参加につながったとか、何か実体験があれば教えていただきたいが、いかがか。

では、広瀬様、お願いしたい。

(広瀬氏)

私見なのだが、この応援ブックはよくまとめてあって幅広く網羅できており、これを見るとどこでどういう活動があるのかよく分かるので、我々のようなサロンでリーダーをやっている者にとっては非常に便利だと思う。

ただ、一老人としてこの本を渡されて、これで何か自分のやりたいことを探そうとするのはちょっと難しいと思う。例えば、囲碁でも何でもいいが、やりたいことが前から決まっている人や、年を取ってもこれだけは続けたい事がある人にとっては、これを見ることで目的のものが見つけられると思う。

私もそうだったが、ほとんどの人は何をやっていいか分からないのだと思う。私も地域でいろいろな方とお付き合いするようになって、まだ10年くらいしかたっていないが、それまで会社ばかりでろくな趣味も持ってなくて、何をしようか非常に苦労した。その当時はシルバー大学があったので、シルバー大学や雑学大学に通い情報収集をした。その中の一つにシニア世代の地域参加講座があったので、そこに参加するようになりようやく居場所を見つけたという感じだった。

この応援ブックを配っただけで、地域参加に引き込もうというのが難しいため、これをベースにして細々としたイベントや催し物を行うことが必要だと感じている。

(高良委員長)

この応援ブックを基にさらに何らかの催しというか、一緒に勉強できる内容のものとか。

(広瀬氏)

これをベースにし料理教室やスマホ教室でもいいと思う。

大人数で最初から何かやろうとすると、あまりうまくいかないと思われる。

自分のらくらくサロンのメンバーは20人くらい登録があるが、月2回の開催で実際に来ているのは8人から10人くらいしかいない。特にイベントがあると12、3人来るが、自分としてはもうそれで手いっぱいになる。それ以上多く来ると自分が楽しめなくなってくる。だから、長続きできているのだと思う。あんまり参加人数が多くなると会社のときと同じで、参加者の動向ばかりが気になって、まとめ役として自分が楽しめなくなる。我々年寄りとしては自分も楽しみたい気持ちが一つある。

(高良委員長)

今の広瀬様のお話に関連して、皆様、より具体的に聞きたいことがあればお願いしたいがいかがか。

すごく必要な点だと思う。やはり目的意識が明確だと活用できるが、そう簡単にはできない部分はあると思うので、いかにそれを埋めていくのか検討しなければいけない。

他には意見はあるか。渡邊様はいかがか。何かあるか。

(渡邊氏)

男の人は意外に自尊心が強いと思うので、いつだか福社会館のところで通いの場のリーダーが話しているのを聞いたところ、若い人を大勢入れ通いの場の平均年齢を下げたいなんて言い方をしていた。平均年齢を下げるというのは、若い人は入れることだが、高齢の高齢者を排除することにもつながると考えられるので、そうすると、この通いの場はそんな団体かと思ったりした。

そう思うと高齢者の近くで話す際の言葉遣いにはちょっと気をつけてもらいたい。

また、先ほどの話で会員数はかなりいるが、毎回開催する会には参加者が少ないということは、随分男性が少ないこともあると思うが、グループの中で常に参加する方と参加しない方に偏りが出来ている場合が多い。そうすると、新しい人が1回くらい参加しても、コロニーができていて楽しめないことがあり、次回以降行きにくくなると思う。

そういう通いの場のリーダーは大変なのだろうが、途中で1回席替えをすとか、その場の参加者が分かる共通の話題にするなどの工夫が必要だと思う。

(高良委員長)

常連の参加者が真ん中にしっかりといることで、新規の参加者が話題に入りにくい状況が

あると思う。そういう中で新しく参加した方がスムーズに参加出来るような心地よい場を作る工夫を考えることが、多分代表の方々は大変なところだろうと思う。

他に川手様から意見はあるか。

(川手氏)

私はさくら体操のリーダーをやらないかと声をかけてもらい、自分よりもちょっと先輩の特に女性の方が多く、8人、10人くらいの方と社協の会場でさくら体操をやっている。自身としては軌道に乗っており、やりがいや張り合いを感じている。

さて、きっかけは何だったか遡ってみると、去年夏に市報でメガロスという有料トレーニングジムを使ったシニアの体操のイベントを見つけて、それに申込み参加した。1か月に4回か5回運動を行う講座内容だった。

その後すぐ水泳教室の講座にも申し込み、これは2回だけだったが参加した。自腹通えば1回数千円はかかるトレーニングジムに市の主催のイベントとして無料で参加できた。その際に市の担当者といろいろ会話をする中で、他にもこういう講座があるということを知り、65歳の男性だけの介護予防講座というのが、何か月かにわたって7、8回あったと思うが、これにも申し込み参加した。これは自分自身のために勉強になると思った。

そうこうするうちに、市の職員からさくら体操をやってみないかと声をかけられ、それでさくら体操のリーダーを始めたのがきっかけだった。またその他に、哲学カフェのお話もいただいた。

たった1年前にそういう縁があって1つやってみたら良かった、次から次へてこういうのもあるのでやってみたらと声かけいただいたことが、私としてはいい循環だった。

小金井市に住んでから40年経つが、サラリーマンだったので、ほとんど地元縁がなく。コロナも相まって、今76歳になるが、学生時代の友達、サラリーマン時代の同僚だとか、広く浅く遠く近くという交友関係が、だんだん年とともに絞り込まれて行き着く先はやはり小金井、多少広がっても多摩エリアぐらいで、気軽にお付き合いできるというなと考えている中での今話しをしたような機会があった。

何がよかったかという、随所で話があった、1人だと迷うとか参加しにくいかもとは考えずに、私の場合はすぐ電話して、何かと重なったりするとキャンセルしづらいかなとは思っても、一旦申込みをして、自分のカレンダーや手帳に書き込んだ。かつては結構迷ったりしたことがあったが、最近は年も年なので、どんどん計画して、最悪何かあったときにはごめんなさいと対応している。

ということで、どんどん自分の行動をカレンダーに埋めるのが趣味の人もいるようだが、そこまでいかななくても、自分の計画表にどんどん埋め込んでいくような働きかけをするのがいいのではないかと思う。

(高良委員長)

伺っていると、何かの催しがあるから、目に留まるからこそ、これに行ってみようかなとなるということなので、様々な催しをつくっていくというのは一つの方法なのだろうと思った。

その際に、これはちょっと出てみようかなと思う催しのテーマは何かあるか。皆様にお伺いしたい。今は多様性があるって、いろんなものに対する興味が広いから、そういった意味では絞り込むのが難しいと思うが、特に高齢の男性の方の興味関心はと考えたときに、これに参加してみようかなと目を引くテーマは何か。

(川手氏)

身近なところで宮地楽器ホールのイベントなどを参考にすると、いろいろな著名人の講演会、有料、無料はあるが、著名人のそういう講演会がいいかなと思う。

また、早稲田のOB会が主催したラグビーの清宮氏の講演会が100人規模であった、それもすぐ申し込んで行った。目につく著名人、それから俳優でも運動等でもいいと思うが、やはりお堅い地味なイベントだとやや集客が見込めないと思う。

(高良委員長)

やはり、著名人のほうが目につきやすい。

(川手氏)

薄利多売ではなくて、適度に絞り込みしていった方がインパクトがあると思う。

(高良委員長)

確かにそういうことがある。

広瀬様、いかがか。

(広瀬氏)

最近、この年になると感じてくるのは、今後の健康上の問題で、そういうイベントや介護予防のいろいろな情報を得られる教室、フレイル予防のそれこそ体験教室でもいいがそういうものに非常に興味がある。

以前は、さっきも言ったシルバー大学とかそういうところで、いろいろな社会問題とか政治問題の話聞いて、なるほどと、そのときはまだ10年前だったで、喜んで聞いていたが、もうそういうのは重たくなってきた。

(高良委員長)

例えば、退職をされた直後ぐらいのときの興味、関心について、徐々に年齢を重ねていくと違いが出てくるので、ある程度の高齢の年齢の方をターゲットにして考えていくのならば、健康や介護予防に比重を置いて内容を考えるほうがいいということか。

渡邊様、いかがか。

(渡邊氏)

教養番組やスポーツに関わるイベントには、どこのグループでも男性がかなり参加しているようだ。こういうイベントや集会に参加する際に、ロコミなどで誘ってもらうことが、いわゆる孤独といわれる人を少しでもなくしていく方法ではないかと思う。

本人が通いの場やサロンに問い合わせしてきても来ない人は、その後のつながりが終わってしまうことがあるが、いろいろな情報があると思うので、いきなりこちらからお誘いをどんどんすることはできないけれども、事前に相手に再度こちらから連絡してもいいかなどの確認や、あるいは仲間から連絡してもいいか等の了承をもらい、活動団体側からも問い合わせをすれば少しでも興味がわくのだと思う。活動団体側の人たちや仲間を通じて引き寄せるというか、誘うことで参加してもらおうという形がすごくいいと思う。

実際に私も囲碁の会に行っているが、そこに新しく入ってくる人はほとんどロコミで参加している。チラシを作ったり、掲示板に書いたり、チラシをあちこちに貼ったりしているが、そういうのを見てきたという人はほとんどいない。ほとんどロコミで来る。

だから、シルバー人材センターや、高齢者が大勢集まるところに、ロコミでいろいろな会に参加することが心の健康、体の健康につながることを周知するなど、そういう内容のイベント等の参加者を増やした方がいいのではないかと思う。

(高良委員長)

高齢の男性の方々のつながりが一番多いのか。

もちろん、こういうふうな何か催しに来たとか、サロンとか、何かの団体に入っているというつながりはあると思うが、普通の生活の中でつながりをつくっていることはあまりないのか。御近所さんとか。

(渡邊氏)

地元では意外とない。

(高良委員長)

仕事の方の例えばサラリーマンだったら、そのときのつながりはあるけれども、地元のつながりはあまりない感じなのか。

(川手氏)

やはり女性は孫や子供の学校だの、幼稚園だの、そういうネットワークはもう若いうちからあると思うが男はそれがほとんどない。さあ60歳になっていざやるぞといっても、友達が地元にいないというのは痛い。

(高良委員長)

そうすると、例えば退職をしたばかりの早い段階からつなげていくようなやり方としてはどういうイベントがいいと考えるか。

そのタイミングで地域デビューをしましょうというような催しがあったら、参加するか。

(川手氏)

退職した後の早い時点で働きかけをした方がいい気がする。

去年の夏ではなくて、5年くらい前にこういう人付き合いなり社会参加ができていれば、よりよかったと思う。

(高良委員長)

皆さんのほうから他に質問等ないか。

(濱名委員)

ちょっと質問したい。

現役のときに、町会とか自治会に入って活動はしてこなかったのか。自治会とか町会だと、隣近所の交わりもあると思うが。

防災もちろん自治会の在り方は結構大事だと思うのだが、どうか。

(渡邊氏)

残念ながら、私はほとんどやらなかった。全部妻任せだった。

もちろん隣の方に会えば話をしたりするが、今でも任せっ放しにしている。

ただ、仕事をしていると、なかなかそっちのほうまでは手が回らない。例えば、今でも夜回りや火の用心等で地域を回っている町内会もあると思うが、そういう方を尊敬するが、参加するのはもういいやと思ってしまう。

あと、自治会も最近若い人が来るとだんだん変わってきて、町内会に入らない人がちょこちょこ見られる。これから町内の結びつきが大事なのに、町内会に入らないで、町内会の名簿にも載せないで、どうやってお互いにサポートするのだろうと思ってしまう。どうしても、加わりたくないという人は結構増えていると感じる。

(濱名委員)

ほかの方はいかがか。

(高良委員長)

よろしければ、ほかの方の意見も伺いたい。

(広瀬氏)

男の人は若いときに勤め先と家との行き来しかないなので、周りの人の付き合いが比較的少ない。

私もラジオ体操に行っている知人の人とちょくちょく話をするが、この頃はほとんど隣人くらいとしか話をしていないし、顔を見ても分からないことが多かった。だから、砕けた話はほとんど近所ではしなかったもので、今老人会のようなところに行くと少しでも話し相手や、つながりを持てるようにしている。

(濱名委員)

その当時はさぞかし忙しかったのだろうとかがえる。

(高良委員長)

多分、これからは変化が出てくると思う。というのは、仕事の在り方も変わってきているので、この後は変わってくるのだと思う。以前にばりばり働いてきたサラリーマンはどうしてもそういう状況になると思うので、いかに退職した後の生活で地域とつながっていけるか、こちらからも情報を発信していき、かつ、参加してもらえそうな催しをどれだけつくっていくかだと思う。そこの検討をまた引き続きやっていきたいと思うのだが、いかがか。

この後、実際に、まず具体的に計画しているものとして、7月10日にプレシニア・シニアのための社会参加説明会を行うということで先ほど説明をいただいたが、この青いチラシにあるとおり、健康寿命と地域のつながりとの意外な関係ということをお話していくことになっているが、例えばこの機会を使って、地域の活動について具体的に知ってもらおうことをやっていくときに、どういったやり方で行うと一番いいと思うか、通いの場に行ってみようかなどの判断につながるかなど、意見があったらお願いしたい。この機会を使っていろいろどんなことができるのか。いかがか。

この社会参加説明会に興味がある方は、健康寿命と地域のつながりとの意外な関係という見出しから、それなりに健康寿命というキーワードに引かれるような方々が集まるのだろうという気がする。講義の後、ほかの活動にどうつなげていくのかを伺いたい。

多分、応援ブックが置いてあるだけでは通いの場につながることはないのだろうと思うので、そこから次に、自分も参加してみようかみたいなところに至るにはどうすればいいのかが、意見があればお願いしたい。

委員の方々も、よろしければお願いしたい。

渡邊様、意見として何かあるか。

(事務局)

また、さらに地域参加説明会等のそういった情報をどのように届けるかなどの意見も伺いたい。

(渡邊氏)

こういう情報は、ちらっと見るだけでは頭に残らないことが多い。この頃の市報は写真なんかすごく多いのだが、ちゃんと見ているつもりでこういうことをやっているのかと思っても、実際にはあまり印象に残っていないので、見ていても忘れてしまい後から誰かに聞くと、そんな記事があったなということが多い。

なので、こういうチラシの内容を宣伝するのは非常に難しいと思う。興味を持つような見出しや、そういうものがすごく必要だろうと思う。

(高良委員長)

その辺りはぜひプロと相談しながら進めていくことになると思うが。興味を持つような見出しを作ったりするのは、あまり市の職員の得意分野ではないかもしれない。いかに目につくかなどは経験があると思う。

市報に掲載していても、なかなか頭の中に入ってくれないと思う。この社会参加説明会のチラシの一番下の部分に、後日、地域活動の見学を予定しているとあるが、この件について特に意見を伺いたい。

事務局として実際に地域活動をしているところに見学者の方を連れていくのか。

(事務局)

参加される方々の興味、関心ある活動はそれぞれ違うと思うので、その方の興味があるものについて背中を押すという意味で、同行するなりの後押しをやっていく必要があると考え

る。
確かに大変だとは思いますが、参加したい気持ちを持ちながらなかなか電話をするのは難しいだろうという方はいると思うので、そこまでやってみようとする。

それは、講座に参加した方に対してどうアプローチするかだと思うが、あとは各活動団体側のアピールの場というところについてもぜひ検討していきたい。

(高良委員長)

そう思う。

活動団体側も、応援ブック等で情報発信しているが、新たな方が入ってこないという課題があるわけで、参加を希望している方の情報提供について同意をもらった場合に、活動団体側の情報発信について、どういう機会にするか、どういう場にしたいか等の希望はあるか。

広瀬様、らくらくサロンを主催している中で、意見をいただきたいがいかがか。

(広瀬氏)

以前は、市民掲示板に開催の都度、チラシを貼っていた。結構大変な作業なわりに、来る人はたまにいて、ほとんど来ない。

現在やっている情報発信は、シニアSOHOのウェブサイトがあり、そこで毎月のサロンの開催情報を掲載し、シニアSOHOの会員の中でアプローチしている。

あと、みなみ包括ニュースにらくらくサロンの開催日の情報を載せてもらっているが、そちらからの問合せは一時期少しあったが、実際に参加した方はいない。

(高良委員長)

そこが課題だと思う。

(広瀬氏)

活動団体の参加者の固定化は事実だが、固定化もそれなりにいい面はあって、気心が知れている仲間になるので、いろいろな意見をすんなりと言い合えることがある。

新しい人が入って来るとすでにいる参加者の方に受け入れてもらう雰囲気大切になるが、入る人に対しても溶け込んでもらう必要があるが、溶け込むには相当勇気が要ると思う。一番多いパターンは、何かのイベントのときに友達を連れてくるとかがちょこちょこある。

(高良委員長)

問合せをした方の感想として、今ある活動団体にはちょっと入りづらいということがあれば、逆に自分たちでこういう活動を始めるとか、新たな活動につなげていくような促しをすることはできないか。包括のほうで伴奏支援していくのはなかなか難しいのか。

活動団体側に問合せをして、実際には来なかったという人のデータはもらえないと思われるが、その辺がもったいない。せっかくの問合せをしてきた方が、意欲は感じられる方がそのままになっているのは、どうにか情報を得てその方を支援するまでではないが、何らか別の活動や新たな活動でもいいので、そちらにつなげるようなことができるといいと思う。

問合せがあるときは、電話番号とお名前を聞くのか。

(広瀬氏)

名前はきく。そのときは、この日は開催しているかと聞かれるので、ぜひ来てほしいと伝えるが来なかった。

(高良委員長)

そのときに電話番号までは聞いていない状況か。

(広瀬氏)

携帯を見れば履歴で電話番号は分かるが。あまり興味がなさそうな人に、1回電話が来たからと折り返してまではしてない。

(高良委員長)

確かにそう思う。

なかなかそこが難しいところだと思う。

いかがか。ほかに何か確認しておきたいことや、意見はあるか。

(事務局)

1つ質問をしていいか。

(高良委員長)

お願いしたい。

(事務局)

渡邊様にうかがうが、きっかけとしてみなみ包括に相談に行って、そこからさくら体操やラジオ体操など、いろいろ広がっていったと先ほど伺ったのだが、みなみ包括に行ったのは、応援ブックとかで情報を知って自分で問合せをしたのか。

(渡邊氏)

その頃は、今から3年ぐらい前でちょうどコロナが一番大変なときだった。いろいろな集会在ほとんど中止や縮小になり、ラジオ体操ならはやっているということで、自分が行ったのは2月頃だったが。2月頃の早朝6時といたらまだ暗いから、とてもこれは続けられないと思った。次にコスモスがやっていると聞いて、1回100円くらいで月に2回くらいしか開催しないのだが、そこに行ってちょっと話しができるだろうと思った。

妻を亡くして1人になって、ちょっと我慢していて、友達も何人か亡くなって、全くつながりがなくなってしまい、それまではちょっとの間、本当に人と話をしなかったのがちょうど浦島太郎のように野原へ放り出されたようだった。これではいけない頼るところはどこだろうといろいろ考えてみたら、家内があんず苑に関わっていたので、みなみ包括支援センターへ相談に行くことにした。

さっき事務局で紹介いただいた経路をたどって、今は結構あちこちに行っている。その頃はこのような応援ブックがなく、似たような情報誌それを見ても分かりにくいようなものだったので直接みなみ包括支援センターでいろいろと世話になったおかげで今、こうやって元気でいられるのかもしれない。

(吉田委員)

補足だが、ちょうど相談に来た時に、さくら体操をやっていたリーダーたちが、自分たちも年を重ねるので、みんなで体操ではなく話し合いをする場ができればいいと始めたサロンがちょうどあり、そのサロンの立ち上げのタイミングに合わせて案内をした。

そのサロンの中には、老人会の活動をしている方もいるし、ラジオ体操のリーダーをしている方もいたということで、そこがちょうど情報交換の場になったところにつながることが出来た。

(高良委員長)

松村委員、どうぞ。

(松村委員)

自分もインフォーマルの支援について相談を受けることはある。応援ブックを一緒に見て気になるものがあったとしても、なかなか自分で連絡しようとする方はいない。包括の職員が代わりに主催者に連絡をして、直近の活動日の案内をうかがい、主催者に「こういう方からお問い合わせがあり、多分いついつ出向くと思います」と紹介する、あるいは実態把握でそこへ行く予定がある場合には同行支援をしている。そこまでしてようやくつながるかどうかなどいうところになる。

また、紹介した後には本当に通いの場に行ったかどうかは、紹介した先の主催者がフィード

バックしてくれることもあれば、そのままになってしまうこともある。気にはなるのだが現状はそこまでの対応はできていない。

もう一つ教えてほしいことがあって、渡邊様はあんず苑との関わりがもともとあったために、みなみ包括に直接出かけたのがきっかけで、川手様はメガロスでのシニア健康運動教室に参加したこと、広瀬様はシニアの地域参加講座への参加がきっかけだと伺ったが、その情報元は、やはり市報だったのか。

(広瀬氏)

市報で妻が見つけて、それで出かけてみて入り込んだという感じだ。

(松村委員)

川手様のメガロスでのシニア健康運動教室も、やはり市報か。

(川手氏)

そうだ。

(松村委員)

皆さん、市報はよく見ているとのこと。周りの同世代のシニアの方も、市報は見るのか。

(川手氏)

よく目を通してている。自分もそうだ。

(松村委員)

なるほど。

私も仕事柄、市報は小金井のも、自分が住んでいる三鷹のもよく読むが、私の夫はまだ現役で働いているので市報を全く見ない。

やはりそれは退職後に市報をよく見るようになったのか。

(川手氏)

そうだ。本当にここ数年みるようになった。その前は存在も知らないくらいだった。

(松村委員)

やはりシニアの方は、退職してこれから地域に目を向けなきゃいけないと何となく思っ
て、市報を熱心に読むようになるという理解でよろしいか。

あと一つ思ったことは、メガロスでのシニア健康運動教室が大変人気がある。全員が参加することはできないが、社会参加してほしい方にメガロスでのシニア健康運動教室のようなものをどんどん紹介するとか、あるいはすごく嫌らしい話になるが、「地域参加講座」に参加しているとその後にはメガロスの同様の講座に当選しやすくなるとか、そういう案内をすることは難しいか。

(事務局)

メガロスでのシニア健康運動教室は本当に多くのシニアの方から応募いただいている。今まで介護予防はさくら体操がメインで、ほかにあまり教室がなかったのだが、本当に男性も多く参加してくれている中で、川手様にはそのときに参加いただいた。

私たちも、メガロスでのシニア健康運動教室の際は、チラシや市報等でできる限りの周知をさせていただいている。市内公共施設やメガロスにもチラシを置かせていただいて周知を行ったが、直接話しを伺ってこういうのがあると伝えるからこそ参加してくれるというところがあるので、応募してくれて参加にならなかった方たちに、別の講座のご案内等についてさらなる周知が必要というところだと考える。

(松村委員)

先ほど委員長が言ったように、問合せや、興味を持った方の連絡先をいただいております、

そこをうまく活用できるといいと思う。

(高良委員長)

確かにそう思う。

(松村委員)

すぐ思いつかないが、それは何か考えられるといいと思った。

(川手氏)

一つの目玉を作って、餌をまいてという言い方はよくないのが、分かりやすく言えば、それも一つの手だと思う。

(松村委員)

本当に同感だ。

(川手氏)

私がそうだったので。

(松村委員)

でも、本当にきっかけになればいいと思う。

(川手氏)

その機会を増やしてはどうか。

(松村委員)

そう思う。

(高良委員長)

金子委員、お願いしたい。

(金子委員)

今の話に付随して。最近の傾向として、ひがし包括ではかなり問合せの連絡をいただくことが増えている。

さくら体操の担当と話していて、やはり季節柄なのかちょうど冬から春にかけてそろそろ行動したいなどの人間心理というのか、そういった傾向もあるのかなと踏んでいる。また応援ブックの連絡先が、ひがし圏域は包括が問合せ先になっていることが多いので、まずこちらに連絡をもらって、この活動に問い合わせたいと伺い、マッチングをすることが多いので、包括のほうで情報を控えて、通いの場のリーダーの方に紹介するというような手順を踏んでいる。問い合わせがありマッチングをした後に、その後のフォローをしていないので、つながったのか、つながっていないのかわからない。

また、この季節に乗っかって何かやってみるというのも、何か目玉のあるイベントで集客していく上では効果的ではないかなと感じた。

(高良委員長)

そんなにメガロスでのシニア健康運動教室がすごい人気だとは知らなかった。

川手様も言っていたように、それだけ好評なものならば、そこを増やしたほうがいいと思う。その機会を増やして、そこからつながっていける方を増やすのは、ぜひ検討いただきたい。

また、話を聞いていても、市報が有効ということがよく分った。市報は皆さんのところに紙ベースで配付しているものなのか。

(事務局)

紙で配布し、同じ内容をホームページでも掲載している。

(高良委員長)

最近、紙ベースのものが少なくなっていて、PDFだけで表示するところも増えているが、小金井市としてはそれぞれに紙ベースで配布しているということか。

それは継続される予定か。

(事務局)

各戸配布ということで紙ベースのものと、当然、今はスマホもかなり普及しているので、そういったところでも見られるように、双方の体制を並行していくのが現状になっている。

(高良委員長)

スマホを高齢の方が使うようになって、あんな小さいものを見るよりも、紙であれば見ると思う。紙での市報は継続していく必要性がある。それだけ市報は読まれているということで明確に成果が分かった。

あとはやはり包括による支援があれば、そこから通いの場につながる可能性は大きいのだろうと思う。いかに包括の存在をしっかりと分かってもらえるか大きいと考える。

でも、小金井市は包括の認知度は60%で全国的に見るとかなり高いと思う。そう考えても、認知度60%からもうちょっと上げていき、包括の存在というものを一般の方々、高齢の男性の方々を含めて分かるように周知することによって、何かあったときに包括に聞いてみればいいのかなどつながると、これからもっと広がっていけることが出来ると思う。

最後にそれぞれ皆様から一言いただきたい。

川手様からお願いしたい。

(川手氏)

1点だけ私からのリクエストだが、いろいろな資料や、市報に載せる情報があるわけだが、所管課の方からの人的なPRというか、初心者向けにわかりやすく説明するマーケティングが意外と大きいという気がする。資料の用意やイベントの準備等で、確かに手間暇かかって大変だと思うが、人的な積極的なPR活動を切にお願いしたいと思う。

(高良委員長)

やはり人だと思う。

(川手氏)

そう物ではなく。

(高良委員長)

広瀬様、お願いしたい。

(広瀬氏)

ちょっと論点がズれるのだが、最近、サラリーマンでも定年が延びている。だんだん延びていき、シニアSOHOもそうだが、前は60歳を過ぎたら定年だったので、それから地域で活動しようと、そういうプラットフォーム的な感覚でシニアSOHOはできていたのだが、最近入ってくる会員はみんな70歳を越している。そうすると、そこから何か新しい活動をやろうというのはなかなか難しい。

それで、どこかで何か趣味を持とうとしても、なかなか無理だと思う。70歳から囲碁を始めようとしても、なかなかできない。また、昔からアウトドアなり、囲碁なり、すでに何か活動している人が継続的に活動をする際の活動先を探す際には、応援ブックを見れば非常に簡単に活動の場を見つけられるのではないかと印象を持っている。

もう一ついい点は、最近の若い人は昔のように会社にべったりではないので、適当に休んで、自分の趣味を持つようになってきた。これからこういう動きがあるということは、若手現役からシニアに移る移行期はだんだんやりやすくなると思う。また、チャンスが増えてくるのではないかと私は感じている。

(高良委員長)

では、渡邊さん、お願いしたい。

(渡邊氏)

私は、老人会にもう辞めていく年齢なのになんて言われるくらい高齢になってから入った、高齢の方や、あるいは今かなり若くても孤立あるいは孤独になっている人が結構いて、そういう人こそ外に引き出してくれるように、皆さんが毎日のように活動していると分かった。

老人会や通いの場等のグループは楽しく過ごす場としてこんなところにあるのだということ、孤独になる人、孤立になる前の人にもう少し周知していただきたいと思った。

(高良委員長)

やはり、その辺は市報でもっと周知が必要だと思う。

今日は、川手様と広瀬様と渡邊様から貴重な意見をいただき、大変感謝している。

それでは、終わりの時間が近づいてきたので、議論いただいた声を基に、また継続して検討を進めていきたい。特に、近々始まるプレシニア・シニアのための社会参加説明会については、実際に今日いただいた意見をベースにしながら、計画かつ実施のほうをお願いしたい。

3 その他

福祉保健部長からの挨拶

次回協議体の開催予定

(高良委員長)

それでは、その他について事務局からお願いしたい。

(事務局)

福祉保健部長からの挨拶

(事務局)

次回協議体の案内について、次回は令和6年9月24日火曜日午後2時から801会議室の予定。また協議体の開催時期が近くなったら、開催通知を送るので参加をお願いしたい。

4 閉会