

# ふれあいサロンのめざすもの

太子町社会福祉協議会「ふれあいサロン活動研修会」

---

日にち 平成22年7月8日(木)

場 所 太子町立文化会館中ホール

兵庫県社会福祉協議会  
地域福祉部 松本裕一

# 今日お話しさせていただくこと

- 「サロン」のこれまで
  - ・サロンのはじまり、サロンの広がり、特徴
- ~事例から見えるサロンのエッセンス~(DVD)
- いま、なぜサロンが注目されているのか
  - ・いま、地域で起きている問題
  - ・サロンの持つ機能・効果
- サロン活動のいくつかのポイント
- 今後のサロン活動への期待

# “ふれあいサロン”のはじまり

- 名称 「ふれあい・いきいきサロン」
  - ・平成6年に全社協が提唱した名前  
(ここでは「ふれあいサロン」という)
- それ以前から、ふれあい交流会として
  - ・ひとり暮らし高齢者の集い
  - ・託老所・ミニデイサービス
  - ・世代間交流・高齢者と子どもの集い 等が行われていた。

# “ふれあいサロン”のはじまり

## デイサービス

- 対象 : 要介護高齢者
- 目的 : 心身(日常生活動作)の向上
- 場所 : デイセンター
- 人数 : 中規模から大規模が多い
- 運営 : 専任職員

## アクティビティサービス

### (ふれあいサロン)

- 対象 : デイサービスの対象とならない人
- 目的 : 仲間づくりを通じた孤立防止・介護予防
- 場所 : 憩いの家、地域福祉センター、公民館、民家等
- 人数 : 小人数で、出入り自由
- 運営 : 住民や参加者が企画・運営

ふれあいサロン(アクティビティサービス)とは・・・

(平成7年ごろ当時 全社協)

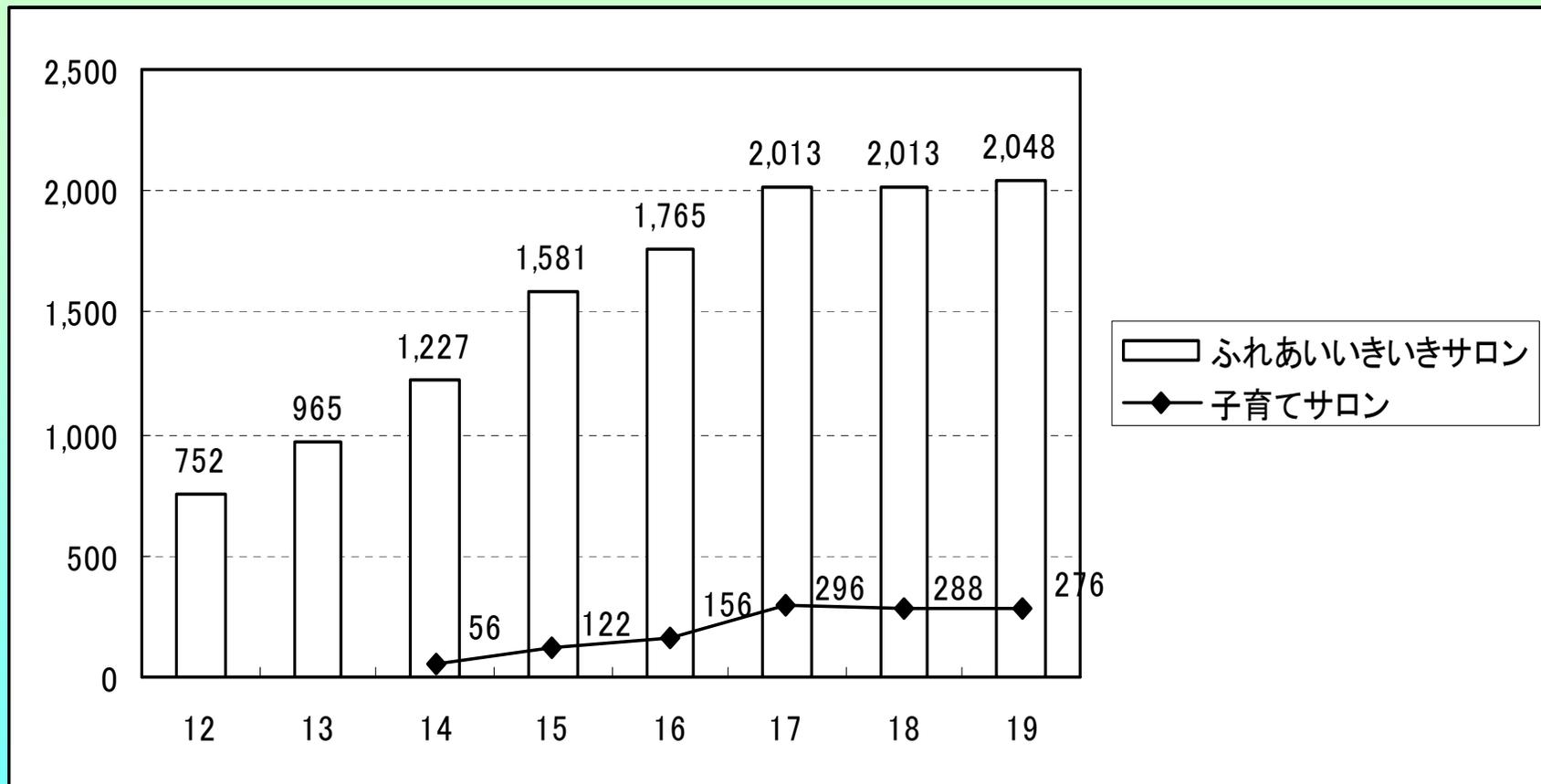
「デイサービスに通うほどでないが、支援や見守りが  
必要な高齢者に対し、小人数で、身近な場所で、  
住民らが企画運営する楽しい仲間づくりの活動」

# ふれあいサロンの広がり(全国)

	1997	2000	2003	2005	2009
高齢者	3,159	12,669	32,314	32,522	43,714
精神障害者	43	52	111	119	153
知的障害者	—	—	89	90	161
身体障害者	—	—	159	214	225
子育て家庭	58	236	2,183	3,337	4,518
複合型	—	—	2,062	2,719	3,417
その他	99	215	250	495	445
合計	3,359	13,172	37,168	39,496	52,633

(全社協)社会福祉協議会活動実態調査(基本)調査より

# ふれあいサロンの広がり(兵庫県内)



(県社協)県内社協活動の現況(平成20年度版)より

# ふれあいサロンの広がり(太子町内)

年度	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19
サロン数	12	32	60	60	60	60	60	58
高齢化率 (各年2月時点)	13.4%	13.9%	14.3%	14.8%	15.3%	16.1%	16.9%	17.8%
独居高齢者数 (各年2月時点)	324	340	343	361	373	402	432	577

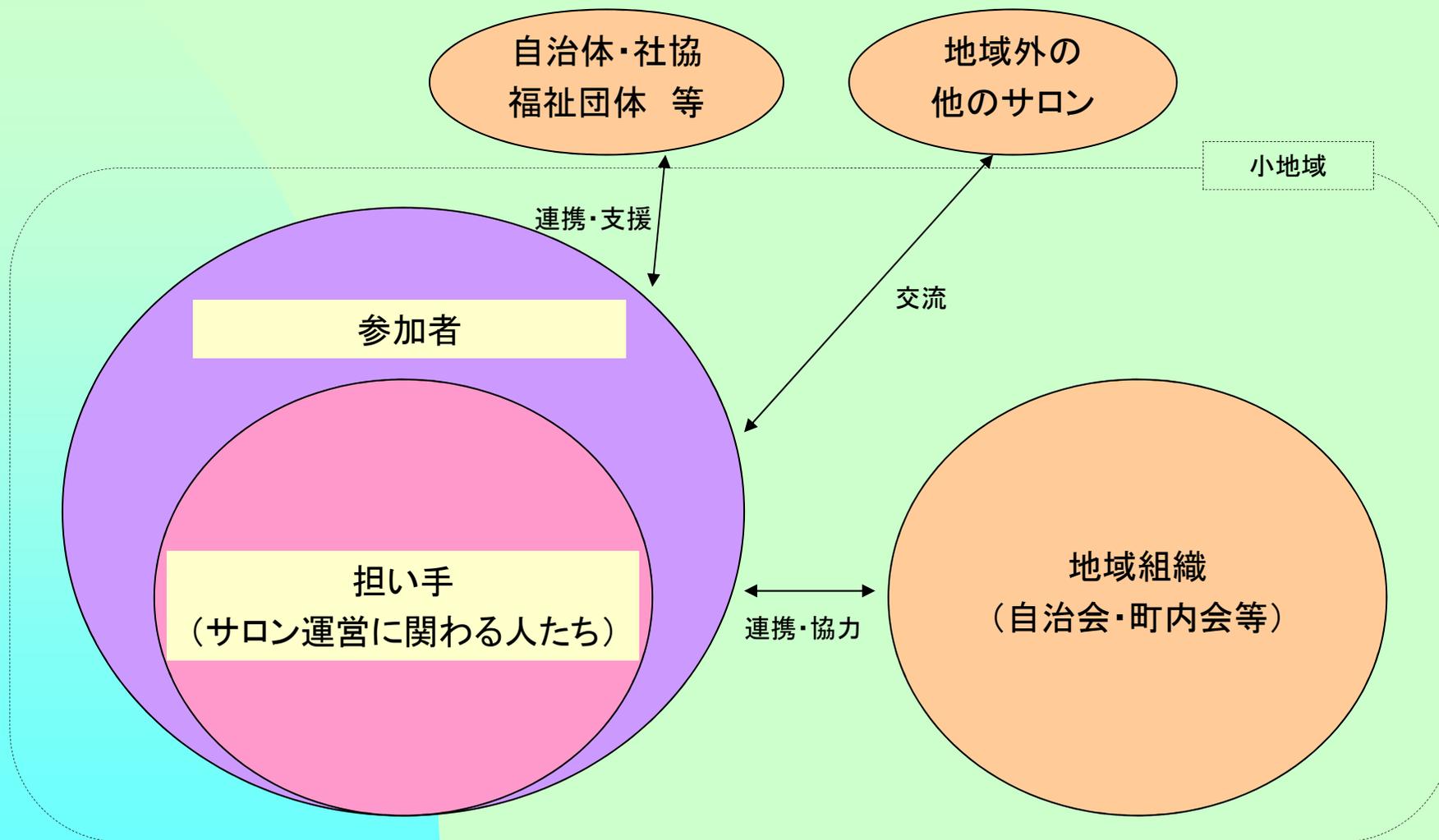
※サロンの対象はすべて高齢者

(県社協)県内社協活動の現況より抜粋

# ふれあいサロンの特徴

- 対象はさまざま
  - ・いちばん多いのは高齢者(8割)
  - ・子育て・複合型が続く
- 活動内容もさまざま
  - ・お茶会・食事会・健康体操
  - ・イベント・外出・世代間交流
- つくり方もさまざま
  - ・意図的にサロンをつくる
  - ・誰か気になる人や中心人物を核に自然発生

# ふれあいサロンの仕組み(イメージ図)



# ～事例から見えるサロンのエッセンス～

「ふれあい喫茶“チェリー”」(宝塚市)の取り組み

## ～チェックポイント～

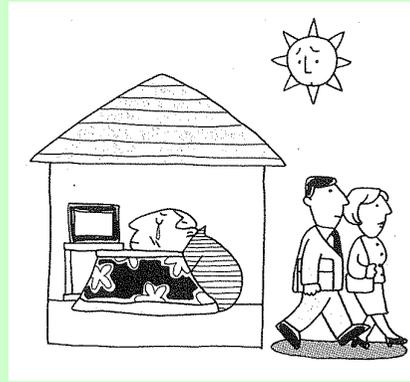
- サロンが果たしている効果
- 交流の場であるサロンから日常生活での見守りへ
- リーダーの思い

# いま、なぜサロンが注目されているか

## ■ 地域に悩んでいる人はいませんか？



病気で倒れて閉じこもりがちに



日中、「ひとり暮らし」の高齢者



老老介護で疲れ切った家族



核家族で団地住まい  
子育て不安・ノイローゼ気味



遊び相手がない障害児



言葉が通じにくい外国人家族

# いま、なぜサロンが注目されているか

## ■ 社会問題になっている福祉課題

- ・亡くなって長い間発見されない「孤独死」(“孤立”死)
- ・一人暮らし高齢者が「消費者被害」に遭う
- ・誰にも相談できず行き詰まり「介護殺人」に至る
- ・子育てに悩み「虐待」に至る
- ・「失業」による低所得から「多重債務」に陥る
- ・「自殺者」が毎年3万人を超えている

○公的な福祉サービスの対象とならない課題

○単一世帯で複雑に絡み合った課題

○社会的排除の対象となりやすい課題

# いま、なぜサロンが注目されているか

## <サロンの機能や効果>

- **楽しみながら健康維持ができる**  
→健康や栄養などを意識して“介護予防”に
- **地域とつながることで心と生活に張りが持てる**  
→生きる意欲を向上し、閉じこもり防止に
- **同じ悩みを持つ人の情報交換、助言を得られる**  
→ちょっとした困りごとや悩みの解決の糸口に
- **サロンを通じて地域とのつながりが生まれる**  
→地域での支え合いネットワーク・見守りに

# サロン活動のいくつかのポイント

- 生活のリズムの中で、楽しく・気軽に・無理なく  
地域活動は、地道に長期間に渡った活動です。  
活動者自身も生活のリズムに取り入れ、無理なく、  
気長に活動しましょう。
- 日頃からのつながりを大切に  
サロンに来られるときは、一日の中で短い時間帯です。  
参加者がサロンを利用されていない時も、様子に気を  
配り、変化がないか、日頃のつながりや気づきを大切  
にしましょう。

# サロン活動のいくつかのポイント

## ■ プライバシーは守る

活動上で知り得た秘密は、むやみに口外しないようにしましょう。信頼関係が一番の活動です。

(情報をつなぐときは、本人の了解が必要です)

## ■ いろいろな思いを受け止め合う

サロンの参加者は、いろいろな思いや悩みを持って来られています。まずは、丸ごと受け止めることが大切です。また、サロン活動者同士も、建設的に自由が言い合える場にしましょう。(受け止める・伝える、は難しい)

～伝えること・受け止めることの難しさを  
体験してみましよう～

＜使うもの＞ A4の白紙と筆記用具

＜ルール＞

- ① いまからは、私の言うことに一切質問はしないでください。
- ② 隣の人と相談をしないでください。
- ③ 私の指示どおりに“絵”を描いてください。

# サロン活動のいくつかのポイント

～こんなことで、お困りではないですか？～

“年間のしっかりしたプログラムは立てていますが最近参加者も固定してきて、あまり満足していない様子。参加者も減ってきて・・・”

○活動中に参加者の人たちとコミュニケーションがとれていますか？

○参加しやすい雰囲気になっていませんか？

○他のサロンとの情報交換ができていますか？

○サロンに来なくなった人のフォローはできていますか？

○参加者を増やせる工夫ができていますか？

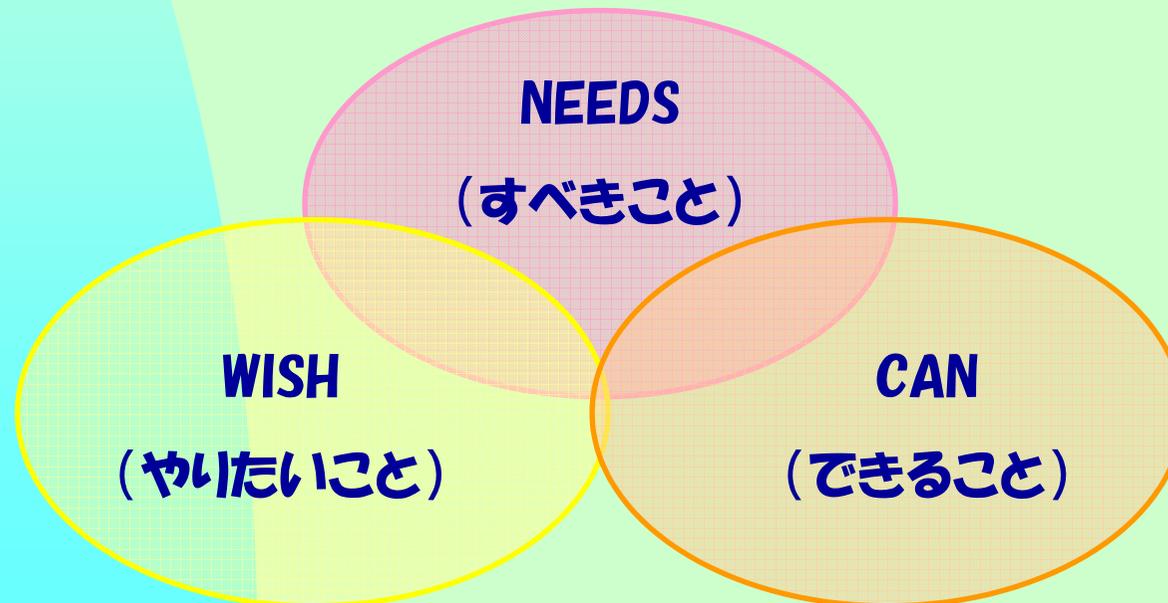


# 今後のサロン活動への期待

～サロン活動の企画をもう一度点検してみましょう！～

## ■ 企画の視点

- ・企画意図（背景、目的、目標を明確に）
- ・内容（コンセプト、要項“6W3H”、具体案）
- ・計画（役割分担、予算、準備スケジュール）

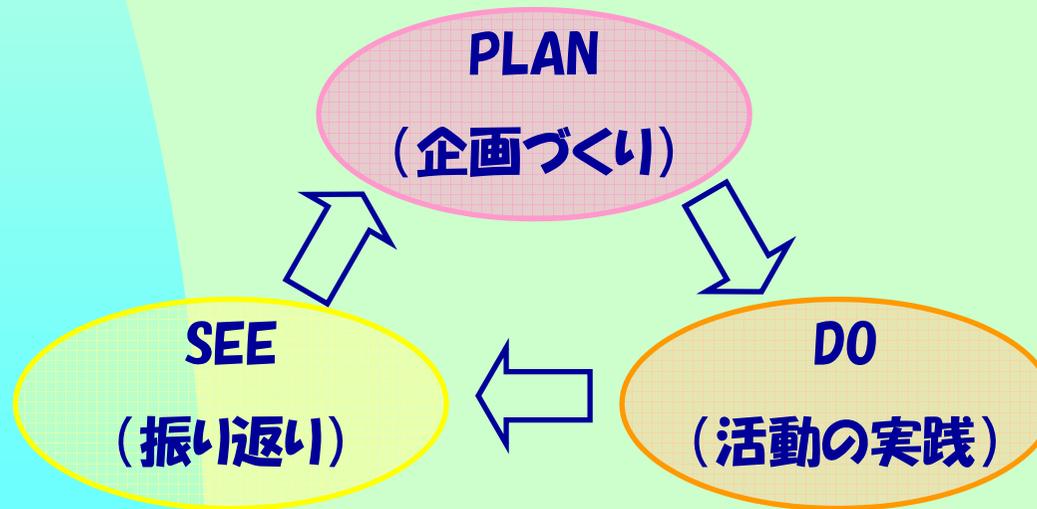


# 今後のサロン活動への期待

～サロン活動を振り返ってみましょう！～

## ■ 振り返りの視点

- ・活動内容や結果の評価（目的としていたことが実現できたか）
- ・活動運営の評価（準備、時間配分、役割分担は適切だったか）
- ・チーム力の評価（楽しく、無理なく、やる気を持って活動できたか）



# 今後のサロン活動の方向性

- サロン本来の目的である、住民相互の交流を深め、地域の結びつきをさらに強めていく
  - 地域で孤立した人へのアプローチ
  - 高齢者から子ども、障害のある人まで多種多様
  - 地域の課題を見つける社会資源
- サロンを拠点とした住民主体の地域福祉活動を展開するしくみづくり
  - 地域ニーズの共有
  - 協議・協働力による小地域福祉活動の研磨
  - “集う場”・“交流する場”から見守り(生活支援)への展開



# 一人ひとりのニーズをつなぎ、共有する住民主体の活動 見守りとサロン活動をベースにした加西市の「あつたかシステム」

加西市では、隣保単位で設置する「あつたか班」での見守り・声かけ活動と、町内会単位の「いきいき委員会」でのサロン活動を中心とした住民主体の小地域福祉活動が進められている。これらの住民活動に行政や社協、専門機関が参画し、全市域で「あつたかシステム」をつくり、支援が必要な住民への迅速な対応を行っている。

## 日常生活での意識的な見守り活動

「あつたか班」や「いきいき委員会」は、各地区の住民が地域の福祉課題を見つけ、解決するために自発的に設立している。「地域でサロン活動をしていたが、サロンに参加していない人をどう見守るかが課題となった。町内会の区長と相談して見守りの仕組みを作ろうと考えた」と

富田地区の福祉委員の斉藤隆さんは言う。これにより、サロンに参加していない一人暮らし高齢者などの情報についても、見守り・声かけ役の「あつたか班」から「いきいき委員会」に連絡が入るようになった。「サロンでの世代間交流を図るとともに、普段から、向こう三軒両隣を合言葉に、異変を感じたときの情報共有を呼びかけ続けている」と斉藤さんは語る。日常生活で意識的に地域の変化を共有するための働きかけがここにある。

## 変化を察知できるサロンの機能

市内では、「いきいき委員会」を中心に、52町1地区で町単位の公民館を拠点としたサロン活動が実施されている。賀茂地区の福祉委員の古角佐代子さんは「サロンに参加している人が来なくなれば異変のサイン。それを察知できる重要な機

能をサロン活動は持っている」と力説する。サロン参加者が体調を崩して休んだとき、古角さんは訪問するようにしている。「様子確認の意味もあるが、訪問すればサロンでは言えなかった本音が聴ける。例えば、参加者から尿漏れの悩みを聴き、サロンでの体操に取り入れるなど、個人の悩みをサロン活動にもつなげている」という。



「三世帯」で輪投げを楽しむサロン参加者

## 活動を継続するための秘訣

全市的に小地域単位でのサロン活動が行われているが、活動内容や参加者の固定化、担い手の確保が課題である。そのため「いきいき委員会」では、サロンのプログラムの工夫や他地区との情報交換などを行い、新しい活動を取り入れるようにしている。

また、「あつたかシステム」には、住民が自分たちだけでは解決できない課題に直面した場合でも、社協が窓口となって受け止め、在宅介護支援センターや地域包括支援センターにつなぐ仕組みがあり、安心して活動を続けられるための機能を備えている。

両氏とも、「楽しめる範囲で続けている」「無理をして張り切りすぎない」「ありがたうと言ってもらえると冥利に尽きる」と語る。自発的で無理のない活動が継続のポイントになっている。

小地域での住民同士の自発的なこれらの活動と仕組みは、つながりづくりにとどまらず、地域の福祉力向上に大きく貢献している。



# 「みんなが主役」のサロン活動 ―地域の集会所を拠点にした洲本市五色地域の取り組み―

「ふれあいいきいきサロン」(以下、「サロン」)は、身近な地域で高齢者

や障害者、子育て中の親などさまざまな住民が気軽に集える場である。地域内のつながりづくりや高齢者の閉じこもり予防などの効果が期待され、県内ではすべての市町で実施されている。

洲本市五色地域(旧五色町)では、町内会の集会所を拠点に、住民主体で「みんなが主役」のサロン活動が展開されている。

## 短期間で急増したサロン

洲本市五色地域では、6年前に広石地区(小学校区)でサロンが立ち上がったことを契機に、現在では37町内会のうち35町内会でサロンが開設されている。広石地区でのサロン立ち上げに関わった元洲本

市社協理事の廣田好美さんは当時の状況について、「地域の人間関係が薄れつつある中で、サロン活動を知り、とてもいいことだと思えました。ただ行動を起こさないと何も始まらないので、まずは自分からやってみようとサロンを始めました」と話す。

五色地域には、すべての町内会に集会所があり、サロンを開催する上で場の確保ができたことも短期間でサロン活動が広がっていく要因となった。年数を重ねるうち、サロンで出会ったことがきっかけとなり、サロン以外の場所でも声を掛け合ったり、ちょっとした頼みごとをし合ったりといった住民同士の支え合いへと活動の幅が広がってきた。また、高齢者だけでなく子どもや障害者も参加している地域交流の場としてのサロンもあり、サロン活動が地域住民の交流のきっかけとなっている。

## 自由な雰囲気、それがサロン活動のいいところ

広石地区内では現在4か所でサロンが運営されており、その世話役は民生委員・児童委員や老人会等の役員だけではなく、住民の方も含めて参加者が交代で務めている。ただし、世話役の主な役割は連絡調整で、外部から講師をボランティアとして招くことはあっても、サロン運営については担い手と参加者という関係ではなく、参加者全員で企画から当日進行まで行う運営をしている。必要なことはみんながその都度話し合って決める自由な雰囲気づくりが、活動継続の鍵となっている。

現在、廣田さん自身は広石地区をはじめ洲本市内のサロンへも出向き、サロンの運営についてのアドバイスや、折り紙や料理、布草履作りなどの講師役として側面的に関わって

いる。廣田さんは、自らの活動を振り返って、「サロンを通じて多くの人と顔見知りになりました。仲良くなれたことが、活動で得た何よりの宝となっています。サロン活動は、自分のためにする活動でもあると思います」と話す。

住民自らが主体的に運営する五色地域のサロンは、地域住民の交流、楽しい仲間づくりにとどまらず、地域内の「新たなつながり」や、地域活動のキーパーソン育成の場へと広がりがつつある。



協力して全員が同じものを持って帰ることを大切に

# 高齢者集う「地域サロン」盛況

出掛ける機会が少ないお年寄りが集まり、歌やゲームを楽しむ「地域サロン」が盛況だ。介護保険に基づいたサービスではないため、看護師らは常駐していないが、ケニアランや報酬の単位などを制度に縛られずに運用できるメリットもある。「生活に張り合いが生まれる」「外出のきっかけになる」と介護予防の観点から注目されている。

(黒川裕生)

## 「生活に張り」「外出のきっかけ」…

### 介護予防にも一役

「皆さん、ケーキをど 担当していた勝さんに勧めらる。談笑するお年寄 りらに、スタッフから口 日常生活に不安はない さんが公園のベンチな が、用事がなく閉じも 所在ななお年寄りを 見かけ「気軽に集まれ が奏功し、県内のサロン は10年前に比べ約3倍に 増えた。宝塚市も同様で、 当初は13カ所でスタート

「皆さん、ケーキをど 担当していた勝さんに勧めらる。談笑するお年寄 りらに、スタッフから口 日常生活に不安はない さんが公園のベンチな が、用事がなく閉じも 所在ななお年寄りを 見かけ「気軽に集まれ が奏功し、県内のサロン は10年前に比べ約3倍に 増えた。宝塚市も同様で、 当初は13カ所でスタート

宝塚市清荒神3の地域 来るど気持ち落ち着く サロン「かがやきサロン」 さんです」と火曜日待 の会場は、小縣緑さん ちきれない様子。別のサ ロンにも通っており、出 6月から毎週火曜日、リ 掛けるのが楽しくて仕方 ングや和室に、近隣の ないという。

お年寄り20人前後を招い のまとは、こうした 歌ったり。約2時間の過 サロンは県内に少なくと ころ方は自由だ。夫の も2千カ所以上(08年3 勝さん(70)やスタッフ約 月末現在)。会場は公民 10人と切り盛りしなが 館などの公共施設のほ ら、これまでに延べ5千 宅を開放しているケー ス もある。

同市川面4の前田博三 同市の場合、介護保険 制度がスタートする前年 (76)が施設に入所しか に市社協が制度の勉強会 らは独り暮らし。妻が通 を開いた際、「制度から っていた施設への送迎を 外れる人の受け皿をつく



6周年を祝うミニパーティーで、声を 合わせて歌を歌うミニサロンの利用者たち 宝塚市清荒神3、かがやきサロン

### 運営はボランティア主体

したが、現在は106カ 所に上る(10年3月末。 同市社協の担当者は 「歩いて行ける場所」に 軽に集える拠点があるの は、お年寄りの見守りや 生活支援に有効。今後も バックアップしたい」と している。

地域サロンに関する問 い合わせは、各市町の社 協へ。

#### ふれあい

多紀連山の登山コース近く に、クリンソウの自生地が見つ かり、専門家や愛好家、地元自治会による観察保護活動が始ま った3年になります。年々見学 者も増え、今年も見事に咲いた 写真を新聞で見ました。

昨年、近所の方からクリンソ ウの小鉢をいただきました。実 物を見たことがなかったため、 どんな花が咲くのかと楽しみに していました。仏塔の頂上にあ る柱の飾りである「丸輪」に似 たことからこの名になったとい

#### クリンソウ

います。

花が終わった後 移しました。土が のか大きくもなら と枯れてしまっ ていました。

ところが暖か 出し花をつけたく 植えたいけれど も力強いものです の私に、クリンソ えてくれました。

荒木 幸代  
篠山市

## いろいろ



英語は話せますか、と問 番目のクニ われたら、話せません、と 授業を三 はつきり答える。たまに英 文の健康診断書を書いてく リー校の きまじいめ が、すぐ着手の医師にお願 った。教 いる。英語を話せなくて スカレ には仕事にならない環境には ついて いないので、英語は話せな 階段が動 いて、カリー

もうはるかむかしになる が、医学生になって5年目 した発言 の夏休み、急にアメリカに 行った。行ってみたくはな けれど、そ 向けの短期語学留学を斡旋 した。よ、と先生

したが、現在は106カ 所に上る(10年3月末。 同市社協の担当者は 「歩いて行ける場所」に 軽に集える拠点があるの は、お年寄りの見守りや 生活支援に有効。今後も バックアップしたい」と している。