神山町の生活支援体制整備事業

みんなで どなんぞ しちゃげんで

特集 「声にならない声」を届けたい

Vol.1

「声にならない声」を届けたい

現在、神山町で暮らしている約5,000人の住民のうち、2,500人は65歳以上の高齢者です※。
つまり2人に1人の割合で高齢者が暮らしている、それがこのまちの「いま」なのです。
わたしたちは、生活支援体制整備事業の中で、これまでに700人を超える住民の方々から
「暮らしの中の困りごと」や「今ある支え合いや福祉に関わるサービス」について、聞き取り調査
を行い、そこでたくさんの「声にならない声」があることに気づきました。

※全人口:4,895人、高齢者人口:2,582人 =高齢化率52.7%（2022年8月31日現在）

ゴミが重いけん、
ゴミ捨て場まで
持っていけんのよな

近所に人がおらんようになって
集まる機会がなくなった

今までは見えとった景色や灯りが
木が大きくなって
見えんようになってしもた

何日も誰とも
会ってない

夜にせこうなったときどうしようって思う
近所の人に迷惑をかけてしまうけん、
救急車を呼べん

バスの本数は少ないし、
家からバス停まで遠くて行けん

のらんでサービス
（神山町高齢者タクシー助成事業）
があって助かるんやけど、
年金生活では毎回タクシーは使えん

長い時間立ったまま
おれんようになって、
料理ができん

できるだけ最期まで
山でおりたいなぁ

買い物に自分で行けん
家族の支援はあるけど、
自分の目で見て買い物したい

もの忘れが多くなった
認知症になったらどないしよう

布団が重いけん、
外に干せんようになった

水源まで行けんようになって
台風の後や冬に凍ったりして
水に困るんよ

子どもは県外におって、すぐには戻って来れんけん、
何かあったときにどうしよう
できるだけ家族に迷惑をかけんように元気でおりたい

運転も不安やし免許の返納も
考えとるけど、返納してしもうたら
家族の移動ができんようになる

畑でせっかくつくったもんが、
シカやイノシシに食べられてしまう

草刈りや剪定が
できんようになった

ペットボトルのフタが開けれんで、
若い郵便さんが来るまで待っとった

声にならない声を

「みんなでどなんぞしちゃげんで」

この言葉は、神山の方言で「みんなでどうにかしていこう」という意味で、生活支援体制整備事業※を進めていく中で生まれた合言葉です。
生活支援体制整備事業とは、「高齢になっても、いきいきと、地域や自宅で暮らし続けることができる」状況を地域住民とともにつくっていく事業です。ときには必要な支援を受けることもあれば、ときには誰かを支える側にもなる、そんな関わりが暮らしの中で生まれていくような地域づくりを目指しています。

※生活支援体制整備事業は現在、神山つなぐ公社が神山町地域包括支援センターから委託を受け、行われています。

生活支援体制整備事業の中には大きく2つの役割があります

① 生活支援コーディネーター

高齢者が何に困っているのか、町にはどんな社会資源※があるのか、聞き取り調査を行い、把握する。

※社会資源：福祉につながる支え合いのしくみ

② 協議体
（神山町生活支援・介護予防サービス提供体制推進協議体）

選出された複数名の委員で構成され、生活支援コーディネーターが聞いてきた困りごとや社会資源をもとに、課題の優先順位や解決に向けた方向性を話し合う。

必要な支援やサービスにつながる「組み合わせ」

協議体で話された課題の優先順位や方向性をもとに、
生活支援コーディネーターは、必要な支援につないでいけるよう、
「人×人」、「人×社会資源」などの組み合わせを考え、実践につなげています。

わたしたちがいま、取り組んでいる課題

買い物支援

「近くに買い物できるお店がない」「移動手段がなく、買い物に困っている」「普段は家族が支援してくれて助かっているが、たまには自分の目で見て買いたい」など、買い物は暮らしの中の楽しみであり、生活に関わる大事なところ。地域住民が主体となって取り組める支援とは何か、場づくりを重ねています。

鬼籠野地区の地域住民による買い物支援の取り組み（さいさい市）

ゴミ出し支援

「ゴミ出しができなくて困っている」という声があり、地域住民や住民課の担当者と一緒に相談を重ねてきました。まずは地域の民生委員に相談しようということが共有されました。2022年度より、ゴミ出し支援の新たなサービスも生まれています。

地図上で、ゴミ出しに困っている人の家の位置とゴミステーションまでの位置を確かめ、何ができるとよいか考えている（上分地区）

移動支援

最も多かった困りごとは「移動の支援が必要」という声でした。役場と地元のタクシー会社などが協議し、2023年度から、家まで迎えに来てくれて、行きたい場所に安価で行ける移動支援が始まることになりました。

各公民館で開催された「変わる町の公共交通」の説明会

草刈り支援

高齢者から高校生まで、これまで独自に活動していた人々が世代を超えて、ともに活動をしています。城西高校神山校で行われている「孫の手プロジェクト」を軸として、地域の草刈り支援を行う若者や高齢者の方々がともに働く場が生まれています。

「孫の手プロジェクト」に関わる城西高校神山校の生徒が地域の方から草刈り機の使い方を教わっている

インタビュー INTERVIEW

一人ひとりにできること
「見守り」から生まれる、あたたかい地域づくり

福田歯科医院 院長 福田祐一さん

神山で生まれ育った一人の歯科医師、福田祐一さん。
訪問診療を通して、神山で暮らす高齢者の「声にならない声」を聞いて寄り添いながら、
自分ができることに取り組んでこられたそうです。
高齢者を取り巻く環境を見つめ、わたしたちにもできること＝「見守り」について福田先生に伺いました。

訪問診療はいつからはじめたのですか？

もう30年ぐらい前ですね。わたしは、生まれが上分なんです。山歩きしたり、山頂まで登ったりするんが好きでした。山に暮らす人たちの生活がどのような状況に置かれているのかも分かっていたし、地域とのつながりもあったんで、開業と同時に訪問診療をはじめました。歯科に行こうとしても、町営バスの乗り場まで１時間以上かけて歩いて行かないと辿り着けんような場所に住んでいる人が、当時もいまもたくさんいるんです。

先生が訪問診療を続けている理由は？

山の上に暮らしているようなお年寄りに接するんが好きだったっていうんもあるんですけど、わたしは小さいときに母親を亡くしまして。それで、祖父母に育ててもらったんです。訪問診療でお年寄りのところに行って、いろいろ話をしていたら、本音を言うてくれるんですよ。相談してくれたりね。そんなんが嬉しくてね。

30年の間に高齢者を取り巻く環境は変わりましたか？

人が減ったっていうのはありますね。その地区で暮らしている家が何軒かあったときは「あそこの家は晩になるけど電気がつかん」「朝やのに戸が開かん」とかね。みんなが気をつけ合って、何かあったら「どしたんで」と声をかけてくれよった。一人暮らしの高齢者や、夫婦だけで山の中に暮らしている高齢者はいるけど、いまは周りに人がおらんようになってしまった。

高齢者の暮らしからどんなことを感じていますか？

孤独を感じているお年寄りがたくさんいると思います。わたしはいま77歳、高齢者真っ只中で、家内と二人暮らしです。もし自分が後に残されたらどうやって生活したらいいか、と考えるだけでも寂しくて。山の中で高齢で一人暮らしの方はたくさんいるけど、すごいなと思います。生きがいがあることは大切やけど、「生きがいを見つけなよ」って言うてもね、老後は大変ですよ。

一人ひとりができることはなんでしょうか？

できるだけ最期までみなさん家で住みたいわけですから。それをどうにかサポートしてあげられたら。近所でお年寄りを見かけたらぜひ声をかけてほしい。みなさんには考えられんかもしれんけど、１週間よりもっと誰とも話していない人もいる。何でもないようなことでいいんです。挨拶したり、お天気の話だけも。家族や知人のお年寄りにはサロンやデイサービスを勧めてあげてね。誰かと定期的に話をするのは、すごくいいことです。

今後も訪問診療は続けられますか？

もう歳やけんね。いつまで続けられるかな。でも、看護師さんに運転してもらってでも、訪問診療だけはやりたいと思ってるんですよ。まあそれが、わたしの生きがいですから。

わたしたちにもできること

見守るってどういうこと？

見守りで重要なことは、「異変への早期の気づき」と「専門家による適切な対応」です。ささいな異変を発見したら、そのままにせず、神山町地域包括支援センターへご連絡ください。

※ただし、生命に関わるような状態の場合は救急への連絡をお願いします。

本人に会わずに気づくこと
- □ ここ数日顔を見かけない
- □ 地域の集まりや行事に急に参加しなくなった

家の様子を見て気づくこと
- □ 郵便受けに新聞や郵便物が溜まっている
- □ 雨なのに窓が開けっぱなしになっている
- □ 夜になっても電気がつかない
- □ 家や庭が荒れている

気づき・相談

〈窓口〉神山町地域包括支援センター
IP 2031
TEL 088-676-1185

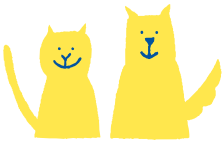
情報共有・連携

その後の対応

連絡をしてくださった方に、
どんな対応をしたかお伝えします。

ご存知ですか？

みまもりのわ ステッカー



「困ったとき」や「異変があったとき」の情報や気づきをどこに相談したらよいのか分からないという声をもとに、一目で神山町地域包括支援センターの連絡先が分かるようにつくったステッカーです。
神山町では、地域の商店や玄関先、郵便局などまちのいろんなところで貼られています。このステッカーには、多くの方々に見守りネットワークや相談できる場所があることを周知し、情報が集まる体制づくりを強化していきたい、という想いが込められています。

【あとがき】

生活支援体制整備事業がスタートするとともに、神山町に暮らす方々の声を聞いてきました。年齢を重ねゆくことで、これまで当たり前にできていたことができなくなる、という不安や寂しさを抱えながら暮らしている方々がいること、その一方で、そんな不安や寂しさに寄り添い、支えながら、日々奔走している方々がいることも同時に知りました。
このまちに残る「支え合い」の文化の灯がずっと灯り続けることを願って、この冊子がそのきっかけづくりの一歩となりますように。

神山町生活支援コーディネーター：田中泰子（神山つなぐ公社）

相談窓口・お問い合わせ

- 神山町地域包括支援センター（神山町役場内）：
  TEL 088-676-1185／IP 2031
- 神山つなぐ公社 ： IP 4700

アートディレクション＆イラスト：末永えりか
編集：いつもどおり
発行：神山つなぐ公社、神山町地域包括支援センター