

地域コーディネーター活動実践事例提出資料

コロナ禍における 地域福祉活動の実践事例

社会福祉法人 美里町社会福祉協議会



美里町の沿革

令和2年4月1日現在

- ◆人口 24,236人
- ◆世帯数 9,197世帯
- ◆高齢化率 34.8%
- ◆66行政区
- ◆小学校6、中学校3、高等学校2
- ◆16地区社協（小牛田5・南郷11）

◆位置と地勢

美里町は平成18年1月1日、宮城県北東部に位置する遠田郡内の小牛田町・南郷町の2町が新設合併して生まれた町です。

県都仙台市とは40kmの距離にあり、東北本線陸羽東線、石巻線が交差する交通の要衝となっています。2本の国道も走り、交通アクセスのよさから仙台市・石巻市・大崎市の通勤圏として定住する人も多く、宅地開発も盛んです。



気候は冬季の降水量が少なく、降雪期間も比較的短いことから、とても住みよい条件

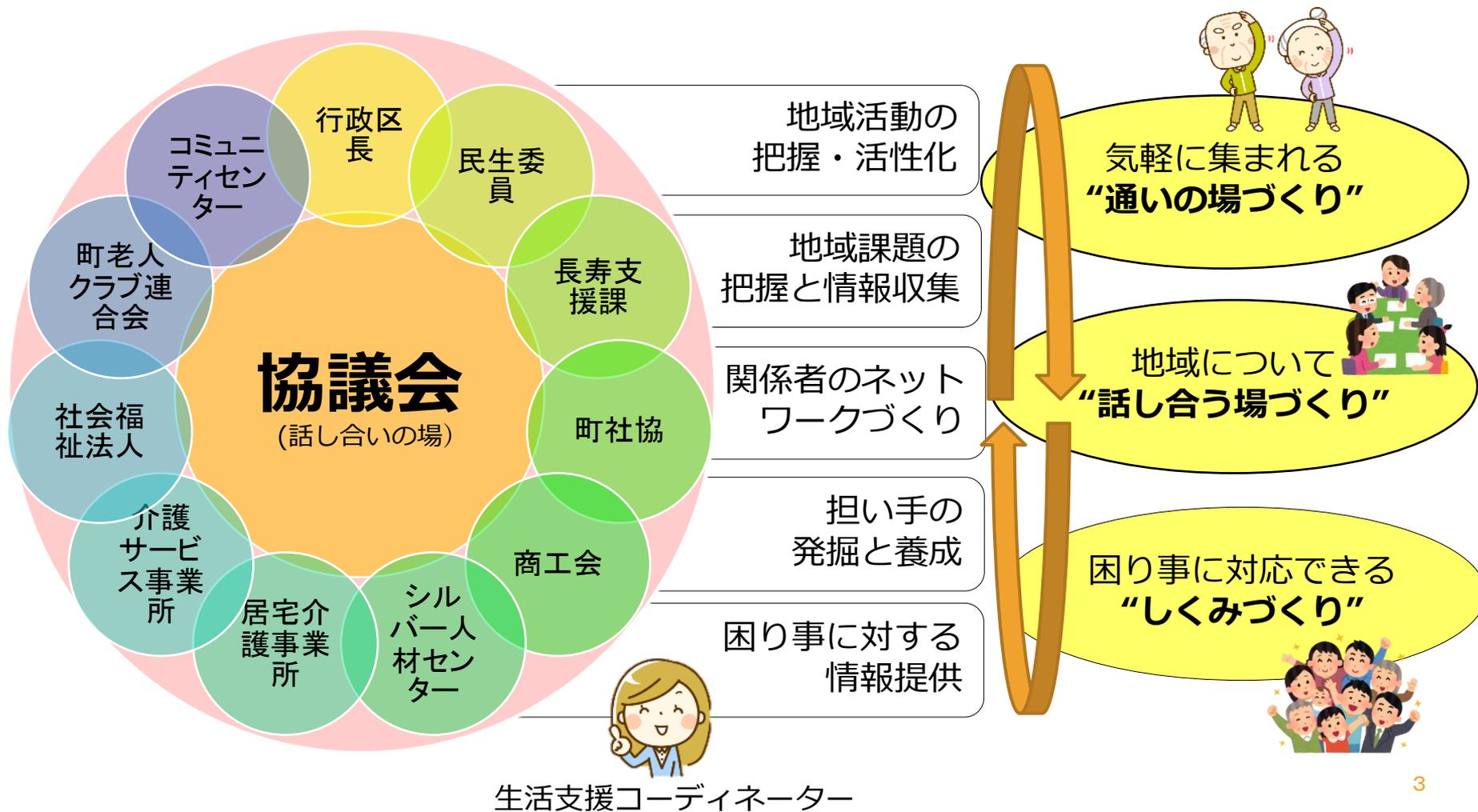
下にあります。鳴瀬川、江合川が町内を貫流し、この水利に恵まれた農業が、町の基幹産

業となっています。土地は平たんで、約75キロ平方メートルに及ぶ町の面積の約70%を豊

かな水田や畑が占めています。宮城県の食糧基地として、コメや野菜はもちろん、果樹や

平成29年度(2017年)から 美里町より生活支援体制整備事業を受託

～美里町生活支援体制整備協議会と生活支援コーディネーターのイメージ～



これまで、人が集い・顔を合わせ・ふれあい 交流することで、支え合いの地域づくりを推進。



平成29年度 啓発事業



支え合い情報紙
おげんきですか。



平成30年度 啓発事業

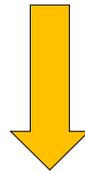


地域福祉力UP情報交換会
～地域のお宝再発見！～

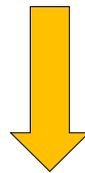


地域福祉力UP情報交換会
～地域のお宝再発見！～

しかし、今年はコロナの影響で
人が集い・顔を合わせ・ふれあい
交流することが困難に…。



これまでの方法では
支え合いの地域づくりができない！



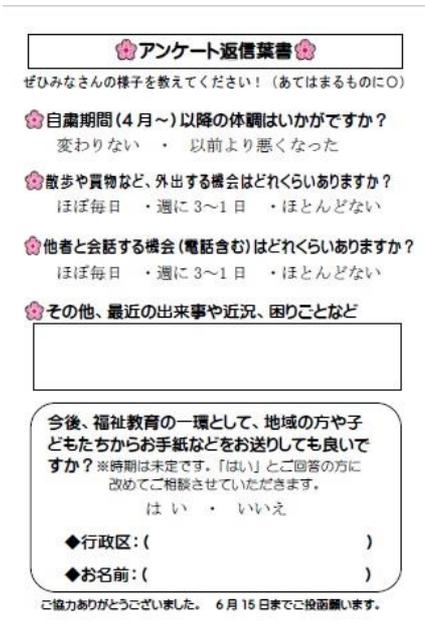
社会福祉協議会として
生活支援コーディネーターとして
できることは何か…。



コロナ禍の取組み その①

例年開催していた「一人暮らし高齢者交流事業“さくら会”」
(春はお花見・秋は日帰り旅行)

今年は、コロナの影響で中止にすることに。



地域から ご寄付頂いた
手づくりマスクも同封し、
地域と高齢者のつながりをお手伝い。



そこで…、コロナ禍のひとり暮らし高齢者の
状況を把握するため、
「アンケート」と「かわら版」の発行を実施。

～取組み その①の効果～

手づくりマスクを通して
人が人を想う優しい
キモチも一緒にお届け。

アンケート返信葉書
ぜひみなさんの様子を教えてください！（あてはまるものに○）

自粛期間（4月～）以降の体調はいかがですか？
変わりにない ・ ○以前より悪くなった

散歩や買物など、外出する機会はどれくらいありますか？
ほぼ毎日 ・ 週に3～1日 ○ほとんどない

他者と会話する機会（電話含む）はどれくらいありますか？
○ほぼ毎日 ・ 週に3～1日 ・ ほとんどない

その他、最近の出来事や近況、困りごとなど
4月～5月頃は、毎日マスクをして外出し、マスクを毎日洗濯して使いまわし、手洗いをこまめにし、お風呂も毎日入浴して清潔に保ちました。
今後、福祉教育の一環として、地域の方や子どもたちからお手紙などをお送りしても良いですか？※時期は未定です。「はい」とご返答の方に改めてご連絡させていただきます。
はい ・ いいえ

◆行政区：()
◆お名前：()

ご協力ありがとうございました。6月15日までご返函願います。

アンケート返信葉書
ぜひみなさんの様子を教えてください！（あてはまるものに○）

自粛期間（4月～）以降の体調はいかがですか？
○変わりない ・ 以前より悪くなった

散歩や買物など、外出する機会はどれくらいありますか？
ほぼ毎日 ・ 週に3～1日 ○ほとんどない

他者と会話する機会（電話含む）はどれくらいありますか？
○ほぼ毎日 ・ 週に3～1日 ・ ほとんどない

その他、最近の出来事や近況、困りごとなど
4月～5月頃は、毎日マスクをして外出し、マスクを毎日洗濯して使いまわし、手洗いをこまめにし、お風呂も毎日入浴して清潔に保ちました。
今後、福祉教育の一環として、地域の方や子どもたちからお手紙などをお送りしても良いですか？※時期は未定です。「はい」とご返答の方に改めてご連絡させていただきます。
○はい ・ いいえ

◆行政区：()
◆お名前：()

ご協力ありがとうございました。6月15日までご返函願います。

コロナ禍のひとり暮らし高齢者の生活状況から

- ① 外出自粛によるフレイル予防の必要性
- ② 交流の機会の減少によるつながりの希薄化が課題であることがわかった。

コロナ禍の取組み その②



町内の福祉事業所 (有)福寿のリハ職と連携し、
コロナ禍の運動不足解消やフレイル予防を目的に
「らくらく体操」を考案。
広報紙やYouTubeにアップし啓発。

～取組み その②の効果～



**地域の集まりなどで
介護・フレイル予防の啓発とともに
らくらく体操を実施。
実施後のアンケート結果からも
「これなら自宅でもできそう！」との声。**

コロナ禍の取組み その③



**美里町地域包括支援センター・(有)福寿のリハ職と
タイアップし、いきいき百歳体操研修会を実施。
地域の「やってみたい！」の声を応援！**

～取組み その③の効果～

これから3か月間、
毎週月曜日に活動します！



百歳体操モデル事業に取り組む桜木町行政区

**いきいき百歳体操モデル事業を通して
新たに通いの場ができた。**

**コロナ禍の生活不活発病やフレイル予防に加え
人と人が交流する場に。**

～取組み その③の効果～



百歳体操後のおしゃべりタイム



百歳体操後のレクリエーション

**健康面の効果を実感するとともに
新たな出会いから 地域のつながりも芽生え
自然と役割も生まれ始めてきた。**

コロナ禍の取組み その④



令和元年度に実施した「くらしのサポーター養成講座」
受講者を対象に「情報交換会」を開催。

コロナの影響もあり、①中埜地区、②不動堂・青生地区、
③北浦・小牛田地区、④南郷地区の4会場で実施。

～取組み その④の効果～

中埕地区では、地域課題となっている
“移動手段”の問題が話題に。

まずは、今あるものを活用しよう！ということで
“住民バス乗車体験会”を企画。

今後は、地域オリジナルの時刻表を作成する予定。



**エリアごと開催したことで、
くらしの環境が同じだからこそ
分かり合えることもあり、
より地域に密着した話し合いを行うことができた。**

コロナ禍の取組み その⑤

2020.6.15

新型コロナウイルス感染症拡大防止を踏まえた
地域福祉活動の進め方

“3つの密”にならないように

密閉しない
定期的な部屋の換気
をしましょう

密集しない
隣の人とは1.5m~2m
の距離を保ちましょう

密接しない
距離を保って会話
をしましょう

“3つの密”のほか、次のことにも留意して地域福祉活動を進めていきましょう。

1. 発熱や咳の症状がある場合などは活動をしない。
(家族や身近な人に感染が疑われる場合も同じように活動しない)
2. こまめに手洗い、手指消毒、うがいをし運動中以外は常にマスクをする。
3. 会場のレイアウトを工夫し、近距離で大きな声で会話はしない。
4. 大勢での会食はしない。飲み物はペットボトルなどのマイボトルで。
5. 物品などは使用前、使用後は消毒をする。



社会福祉法人美里町社会福祉協議会 / 美里町生活支援体制整備協議会
〒987-0038 美里町駅東二丁目17-4 (美里町駅東地域交流センター内)
電話 32-2940 / FAX 32-5160

例えば、こんな“つながり”を
維持する活動はどうでしょう。

～屋外で身体を動かしてつながろう！～
“3つの密”にならないように気をつけ、屋外で身体を動かす活動はどうでしょう。
自宅で過ごす時間が長くなり身体を動かす機会が減ると、身体機能の低下や気持ちが内向的になる場合があります。短時間でも軽運動やラジオ体操等で身体を動かすと生活にメリハリが付きましますし、なにより顔を合わせおしゃべりすることは、心の健康にもつながります。

～少人数でもつながろう！～
“3つの密”にならないよう気をつけ、これまでの活動の人数規模を縮小したり、場所や内容を見直して短時間で顔を合わせるのはどうでしょう。
地域のお茶のみ会等の本来の目的は、お互いに“つながりあい・気にかけて合う”ことです。会食ができなくてもお弁当をお持ち帰りしたり、短時間でも近況を報告しあったり、楽しい時間を共有することだけでも、以前のお茶のみ会と同じ目的は達成できます。

～配布物や届け物でつながろう！～
集いの場の参加者に向けて、おたよりや自宅でできる体操や脳トレ等を記載したプリントの配布等ははどうでしょう。
配布時に、玄関先や家の様子から暮らしの変化をキャッチすることや、体調の変化や心の不調に気づくことが出来るかもしれません。配布物は、あくまでつながる手段です。配布物を通じて、見守りやちょっとした困り事等、地域課題に気づくことができます。

コロナ禍の「**地域福祉活動のすすめ方**」について
チラシを作成。行政区、地区社協、地域団体、
ボランティア団体などへ配布し周知した。

コロナ禍の取組み その⑥

地域福祉活動の進め方ガイドブック

「3つの密」にならないように

密閉しない

定期的に部屋の換気をしましょう

密集しない

隣の人は1.5m~2mの距離を保ちましょう

密接しない

距離を保って会話をしましょう

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、地域の中でのふれあいや交流することもままならない実情が続いています。町内でも、多くの地域行事が中止や延期となっています。このことから、地域福祉活動を取り巻く環境はもろもろ、参加者の身体・心理・社会的状況にも変化が生じていると考えられます。そのため、今後は地域福祉活動を進めるにあたり、このような変化や思いにも寄り添いながら活動していくことも求められます。

このガイドブックは、これからの地域福祉活動をどう進めたいか検討する際のヒントを示したものです。それぞれの地域福祉活動の目的や考え方が入り、運営方法、対象、内容、継続などについて、みんなで話し合い「アイデアを出し合」いましょう。この話し合いこそが、変えたい地域づくりの大きな一歩です！この目標を地域みんなで作り変えましょう！！

美里町生活支援体制整備協議会
社会福祉法人美里町社会福祉協議会
〒987-0038 美里町駅東二丁目17-4(美里町駅東地域交流センター内)
電話 32-2940 / FAX 32-5160

【活動検討プロセスチャート】

活動の検討

- 目的を確認する(見直す) 何を目的に活動していたのか、再確認しましょう。
- みんなの意思確認 運営者(役員やボランティア等)の意向や参加者の意見も聞き、再検討の判断をしましょう。

活動の判断

- 代替手段を検討
 - ～目的を達成できるかも～ ある地域では、お茶のみ会は中止としましたが、集まる機会が減ったことや自粛期間の影響で運動不足が心配されたため、空き地を確保しグラウンドゴルフを演しんでいます。コロナ前より顔を合わせる機会が増え運動不足も解消され、より地域が元氣になりました。
 - 手段は違いますが、「つながり合い・気にかけて合う」という目的は達成できます。
 - 3人暮らしで女性の知恵。みんなで何が出来るかアイデアを出し合います。
- 活動
 - ～活動前に考えること～
 - ①参加のルールの設定 ⇒検温、マスクの着用等の感染症予防対策の徹底
 - ②会場の配置 ⇒ソーシャルディスタンス(人と人の距離)を確保し、会場の収容人数を確認しましょう。
 - ③消毒の実施 ⇒複数人が触れる所(ドアノブやテーブル等)を拭き消毒しましょう。
 - ④換気の確認 ⇒換気は必ず行いましょう。
 - ⑤動中での対応 ⇒こまめな水分補給を実施しましょう。
- 中止又は延期
 - ～つながりを維持しよう～ このご時世、中止や延期もやむを得ません。しかし、楽しみや外出する機会が減った、「生活不活発」になったり、後々にそういった場所に行く気持ちが悪くなり、足が重のきがちになります。そこで、今後の予定表や行事計画などをとおたよりし配布するのどうでしょうか。配布するのを合わせることで、体調の変化や心の不調をキャッチすることが出来るかも知れません。さしづいながらの守りにもなります。

お茶飲み会等の再開のチェックリスト(運営者向け)

【再開する前に…】

- 再開の目的の再確認と実施方法を再確認する(見直す)。
- 運営者(役員やボランティア等)賛同士のコミュニケーションを強化する。
- 地域の理解を確保しながら活動する。

【参加する前に参加者へ】

- 参加する前に安全対策を行っていることを説明する。
- 可能な限り、事前に参加者の人数を確認する。
- マスクの着用、体調が悪い方が参加を控えるよう呼びかける。
- 開催内容を具体的に伝える。

【当日の材料や備品の準備】

- マスク、手袋、消毒薬等の準備をする。
- 会場やお茶会は参加者のための準備をする。
- 飲み・喫煙の用品(紙コップなど)を準備する。

【プログラムの準備】

- 参加者が参加できるか検討する。
- しばらくは時間を短縮した内容で実施する。
- 人数が多くなり、集まりにくい場合は、お茶のみ会を始める。
- オンラインのホワイトボード等を実施する。

【開催時の実施】

- 参加者管理での注意事項、備品の使用方法を確認する。
- 体調不良者が発生した場合の連絡、指示体制、役割を確認する。

【会場の準備】

- 会場開始前にしっかりと消毒、換気をする。
- 席に配置した会場のレイアウトにする。
- 参加者が集まる距離を確保できるようにする。

【活動開始時】

- 参加者の健康状態や体調を確認する。
- ソーシャルディスタンスの距離を説明書などで確認する。
- 注意事項(ルール)等を説明する。

【活動終了時】

- 参加者から感謝や不安はないか確認する。
- 時間を少しづつ戻すように参加者へ促す。

【活動終了後】

- 会場の消毒を行い、清潔にする。
- 飲み水、飲み物などを取り分け、清潔に保つ。
- 運営者みんなで、お互い気をつけ、心のケアをする。

お茶飲み会等に参加するための留意点(参加者向け)

参加する前に…

- 活動へ参加する前に体調を計測し、体調を把握しましょう。
- 参加するが不安な方、体調が悪い方は、無理せず休みましょう。
- 症状がなくてもマスクを着用しましょう。
- 自粛期間が長かったため、外出が億劫になる方もいるかもしれませんが、同じことを予防のために、みんなで誘いあうのもいいですね。

参加中は…

- 3つの密を避け、「人と人の距離の確保」「マスクの着用」「手洗い」を心がけましょう。
- 換気は必ず行いましょう。
- お話しをする際は、お互いの距離(できるだけ2mくらい)をとり、正面に立たないよう気をつけましょう。
- 運動をする場合は、自分の身体と相談し無理せず行いましょう。
- こまめに水分補給し、熱中症にならないよう気をつけましょう。

参加後は…

- 帰宅後は、手洗い・うがいをしましょう。
- 活動に参加しなかった場合は、無理せず休みましょう。誰とどこで会ったかをメモしましょう。
- お休みした方へ、今日の活動の内容や次回の予定などをお伝えするのでもいいですね。

生活不活発に気をつけよう！

- 身体を動かさない、することがない状態が続くことで、体の機能が弱まってしまう可能性があります。生活不活発です。放っておくと、筋力の低下・心臓機能の低下・自立神経不安・うつ状態など様々な症状が出てきます。
- 運動や体操で身体を動かすのはもちろんですが、お茶飲み会などの地域活動への参加も効果的です。

「地域福祉活動の進め方ガイドブック」を作成。活動再開する際に活用できるように、より具体的な内容に。再度、行政区、地区社協、地域団体、ボランティア団体 などへ配布し周知した。

16

～取組み その⑤⑥の効果～



**少しずつ活動再開に向けた相談も増え、
地域活動が再開し始めた！**

コロナ禍の取組み その⑦



**地域活動を再開したグループを取材し、
「地域の“つながる”実践事例」として動画を作成。
地区社協・民児協などの研修や会議で動画を上映。**

～取組み その⑦の効果～

町内でもいろいろなアイデアで地域活動を再開しているんだ。うちの地域でも検討しようかな。

中止にするのは簡単だけど、このままでは地域のつながりが希薄になってしまう。何かできないかなあ。

地域行事を中止にした代替えをみんなで考えることも大切だよね。

**地域の事例に刺激を受けたり、参考にしたり。
地域の活動状況を他の地域へ伝えることで、
様々な波及効果が生まれてきた。**

まとめ

☆コロナ禍の中で気づいた“つながり”。

コロナ禍の中、改めて人との“つながり”が私たちの生活を豊かにし、ふだんのくらしの安心につながっていたことに気づいた。

☆コロナに立ち向かう“工夫・アイデア”。

今後は、新しい生活様式を取り入れながら「一人ひとりが、おたがいに気にかけてあい、つながりあう」工夫やアイデアを地域や様々な団体とともに考え、これからのくらしに合った新しい支いあいの地域づくりを推進していく。