

令和 6 年度
気仙沼市生活支援体制整備事業
活動報告

目 次

1	生活支援体制整備事業の背景、目的と実施体制	1
	（１）気仙沼市の人口推移と将来推計	
	（２）生活支援体制整備事業実施の背景	
2	生活支援体制整備事業の取り組み概要	2
	（１）体制整備の経緯と推進体制	
	（２）支援体制の構成：地域支え合い推進員と協力員の役割	
	（３）協議体の機能と役割	
	（４）第１層協議体と第２層協議体の関係	
3	令和６年度地域支え合い推進員の活動報告 ～実績と成果～	4
	（１）第１層の取り組み	
	（２）第２層の取り組み	
	（３）第２層協議体の開催状況と今後に向けての方向性	
	（４）地域支え合い協力員との連携状況	
4	高齢介護課における取組みについて	14
5	今後に向けて	17

1 生活支援体制整備事業の背景、目的と実施体制

(1) 気仙沼市の人口推移と将来推計

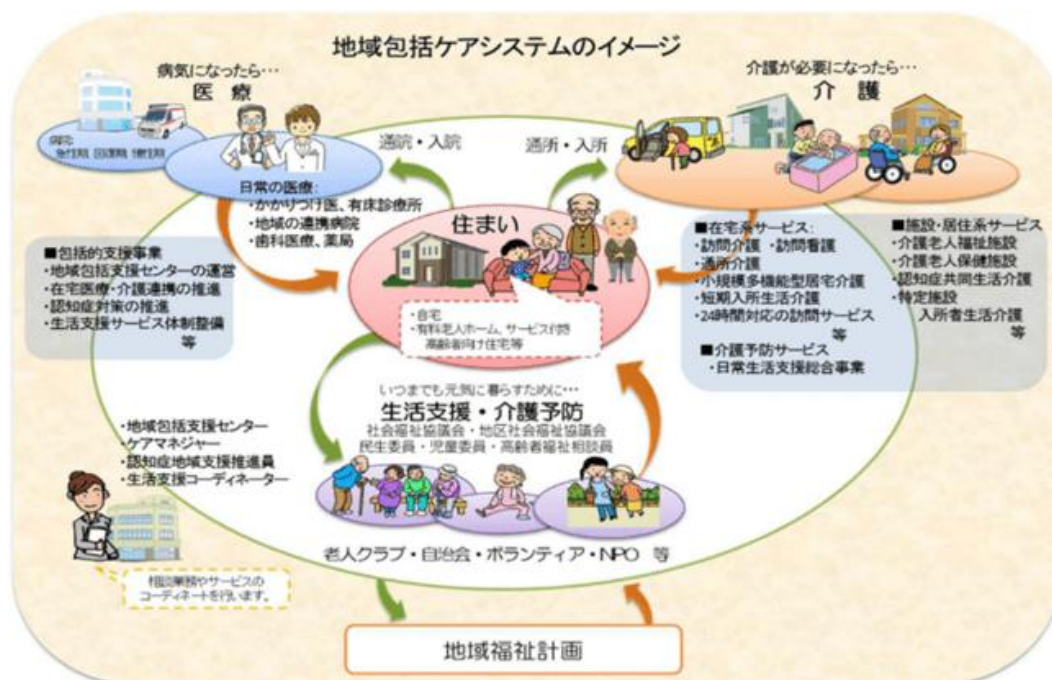
気仙沼市の総人口は、昭和 55 年の 92,246 人をピークに減少が続き、令和 5 年 9 月末時点では 57,896 人、令和 7 年には 55,910 人と見込まれています。さらに令和 22 年には約 40,000 人、令和 32 年には約 32,000 人まで減少すると予測され、令和 5 年比で最大 45% の減となる見通しです。

また、65 歳以上の高齢者数は今後減少に転じると見られる一方で、総人口の減少により高齢化率は上昇していくと予測されます。団塊ジュニア世代が高齢期に入る令和 22 年には、高齢化率は 48.9% に達し、令和 32 年には 52.1% にまで上昇する見通しであり、高齢化がますます進行していくと考えられます。

(2) 生活支援体制整備事業 実施の背景

こうした人口減少と高齢化の進行という社会的背景によって生じる深刻な社会構造の変化は、地域の支え合いや日常生活の維持に大きな影響を及ぼすと考えられます。特に、高齢者が安心して暮らし続けられる環境づくりは、地域にとって喫緊の課題となっています。

このような課題に対応するため、気仙沼市では平成 29 年より「生活支援体制整備事業」に着手し、高齢者を地域全体で支える「地域包括ケアシステム」の構築を進めてきました。このシステムは、高齢者が要介護状態となっても、可能な限り住み慣れた地域や自宅で、自分らしい暮らしを継続できるようにすることを目的としており、そのために医療・介護・予防・住まい・生活支援といった多様なサービスを、地域内で切れ目なく一体的に提供できる体制づくりが進められています。



【参考・出典】第 9 期気仙沼市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画概要版

また、地域包括ケアを支えるには制度やサービスの整備だけでなく、市民一人ひとりが主体的に地域づくりに関わることが重要です。そこで気仙沼市では、住民同士のつながりの強化や地域資源の活用といったソフト面での取り組みも重視し、地域全体で支え合う仕組みの構築に力を入れています。

2 生活支援体制整備事業の取り組み概要

(1) 体制整備の経緯と推進体制

本市では、平成29年4月から「生活支援体制整備事業」を開始し、市全域を担当する「地域支え合い推進員（生活支援コーディネーター）」を1名配置するとともに、16の地区社会福祉協議会圏域（第2層）ごとにも同様に推進員を配置しています。地域支え合い推進員は、それぞれの地域で住民や関係団体と連携しながら、地域の課題やニーズを共有・検討する話し合いの場（協議体）の設置を進めています。協議体を通じて、住民主体の支え合い活動を活発化させるとともに、既存の取り組みをさらに発展させる支援を行い、地域全体で高齢者を支える体制づくりに取り組んできました。



(2) 支援体制の構成：地域支え合い推進員と協力員の役割

■ 地域支え合い推進員（生活支援コーディネーター）

本事業は気仙沼市社会福祉協議会に委託し、第1層（市全域を担当）には1名の地域支え合い推進員を配置し、さらに第2層として16地区社協圏域を担当する9名の推進員を専任で配置しました。それぞれの推進員は地域に密着し、住民同士のつながりを深める「身近な支え合い活動」（地域のお宝探し）や、地域の困り事を把握し支援に努めています。

また、地域の状況をより細かく把握するため、各地区に「地域支え合い協力員」※を配置し、地域支え合い推進員と連携しながら活動しています。

※ 地域支え合い協力員について

本市の特徴的な取り組みの一つとして、地域住民と協力してこの事業を進めるため、各地区社協から地域をよく知る住民1～2名を「地域支え合い協力員」として推薦していただき、地域支え合い推進員と共に地域づくりに取り組んでいます。

(3) 協議体の機能と役割

協議体とは、地域で支え合いの輪を広げるために、地域住民同士が集まり話し合う場です。

本市では、16 地区社会福祉協議会単位で地区懇談会を開催しており、その場を活用して地域の課題や解決に向けての話し合いが進められています。

協議体の主な役割は

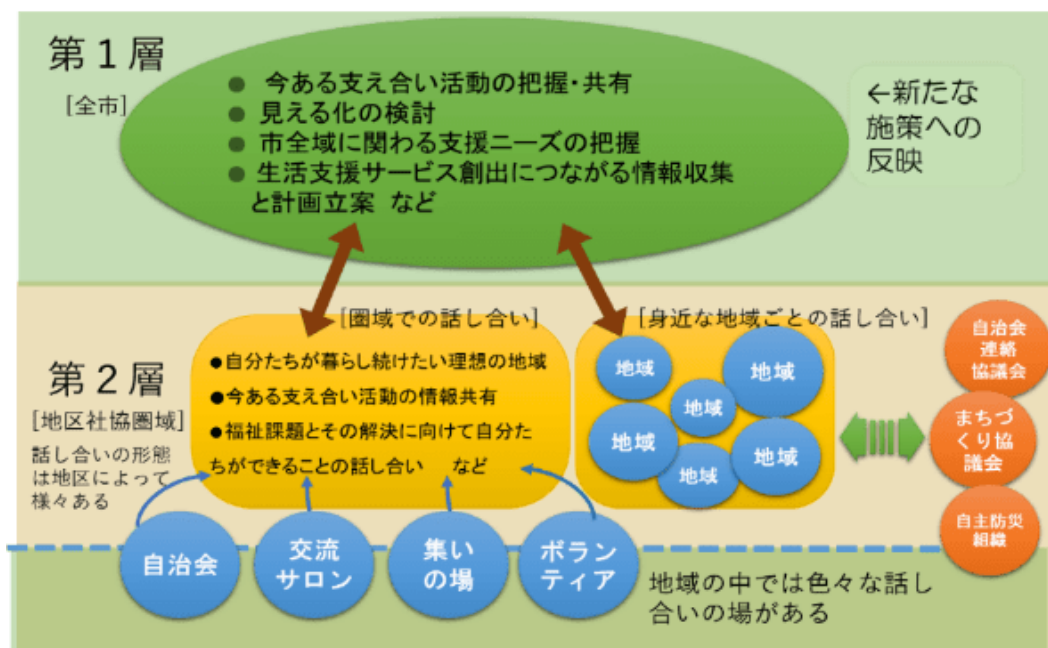
- (1) 地域における生活支援のニーズや既存の社会資源の情報交換、その「見える化」の推進
- (2) 生活課題の解決に向けた取り組みの調整
- (3) 関係団体への働きかけや連携の構築 としています。

協議体の構成員は、地域支え合い推進員、地区社会福祉協議会、自治会連絡協議会、民生委員・児童委員、老人クラブ、ボランティア団体など、多様な地域団体が参加しています。

(4) 第1層協議体と第2層協議体の関係

第2層協議体は、地域の中で助け合いの仕組みをつくることを目的に、地域住民や関係者が集まり、身近な課題や地域資源の情報を共有しながら、解決に向けた話し合いを行っています。こうした第2層での取り組みや意見を受けて、第1層協議体では、市全体で取り組むべき課題の整理や、住民主体の活動が各地区でより進みやすくなるような仕組みづくり、市への提案などを行っており、両層が連携しながら地域づくりを進めています。

本市では、「気仙沼市地域包括ケア推進協議会」の「コミュニティ・生活支援専門部会」を第1層協議体として位置づけ、第2層の取り組みや好事例などの情報共有を図っています。



3 令和6年度地域支え合い推進員の活動報告 ～実績と成果～

(1) 第1層の取り組み

①地域包括ケア推進協議会専門部会（第1層協議体）

令和7年2月13日開催の気仙沼市地域包括ケア推進協議会コミュニティ・生活支援専門部会（生活支援体制整備事業第1層協議体）において、第1部として「地域支え合いフォーラム」を開催しました。

地域のつながりを育む元気なまちづくりを目指して



気仙沼市生活支援体制整備事業

令和6年度地域支え合いフォーラム

〔令和7年2月13日〕
ワン・テン大ホール

地域のつながりの大切さを再認識し、新たな住民参加による介護予防や支え合いの取り組みを広げるための事業として開催しました。



はじめに、東北子ども福祉専門学院副学院長の大坂 純 先生より、「住み慣れた地域でいつまでも元気に暮らすために」をテーマにご講演をいただきました。大坂先生からは「お互いさまの支え合いで、自分らしく暮らし続ける地域をみんなでつくっていきましょう」と参加者に向けて力強いメッセージが送られました。



続いて、地域で実際に行われている支え合い活動について、地域食堂スマイル（南町・柏崎地区）と産直まっちゃん（新月地区）の2団体から実践発表がありました。

最後に市高齢介護課よりフレイル予防サポーター養成事業についての情報提供と、参加された130名全員で海潮音体操を実践してフォーラムを終了しました。

【地域食堂スマイル】

男性の一人暮らし高齢者を対象とした料理教室をきっかけに、女性グループが中心となって地域食堂を立ち上げ、新たな交流の場を創出。地域内のつながりが広がるきっかけとなっています。



奥原 美紀子さん

【産直まっちゃん】

地域の住民有志による話し合いから始まった直売所の立ち上げまでの取り組みを紹介。新鮮な地元野菜とともに、人と人との絆が育まれています。

吉田 貴一さん

みんなの目標

「野菜づくりの経験を活かしながら人と人との絆を育み、社会参加をする。それが生きがい健康づくり、支え合ってみんなで笑顔になろう」

和 表 協 同



参加された
方々の声



「地域の活動が誇らしく思えた」

「自分も何かに関わってみたいという気持ちが芽生えた」

「支え合いの輪が広がっているのを感じた」

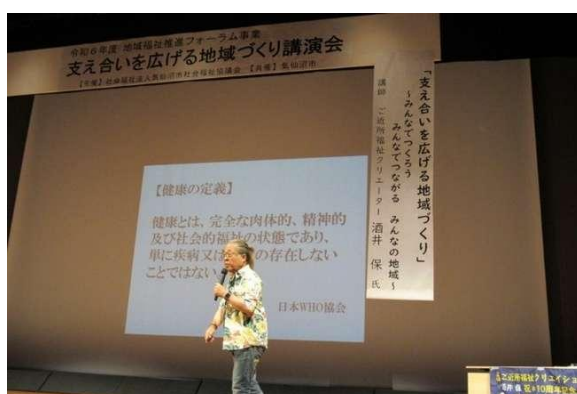
地域での支え合い活動は、住民同士のつながりや生きがいづくりにも大きな力を発揮しています。これからも様々な機会を捉え、地域で行われている支え合いの活動を把握し、住民主体による「元気な地域づくり」を一緒に進めます。



②市社協事業との連携事業

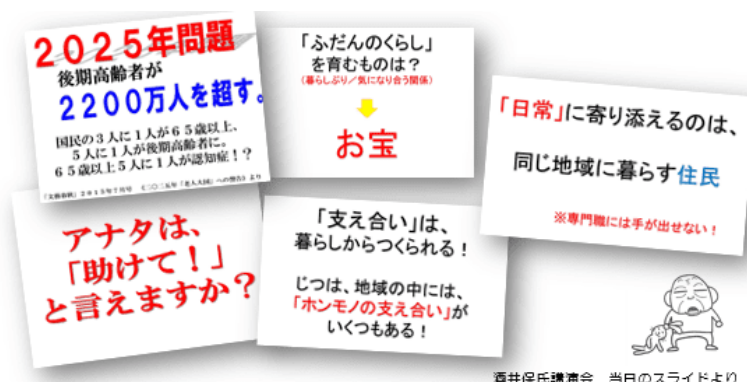
【地域福祉推進フォーラム事業「支え合いを広げる地域づくり」講演会】

- 1 日時・場所 令和6年7月25日 気仙沼中央公民館
- 2 対象 福祉活動実践者、福祉関係団体、行政等関係機関、一般住民
- 3 概要 ご近所福祉クリエーターの酒井保氏を講師に迎え講演を行いました。
支援する側・される側の双方の視点を持つこと、地域全体で支え合う「地域共生社会」の実現に向けた取り組みの必要性について学びました。
講演の中では、地域支え合い推進員の役割紹介も行いました。当日は129名の参加をいただき、アンケート結果では高評価を得ました。活動への誇りや今後の意欲につながったとの声も多く寄せられました。



【お互いさまで支え合う地域づくりを考える講演会】

- 1 日時・場所 令和7年3月7日 市民福祉センターやすらぎ
- 2 対象 福祉活動実践者、福祉関係団体、行政等関係機関、一般住民
- 3 概要 7月に続き、ご近所福祉クリエーターの酒井保氏を講師に迎え、講演会を開催しました。「助けて」と言える地域づくりの重要性が強調されたほか、無理なく「支える」「支えられる」関係づくりの大切さを学ぶ機会となりました。参加者からは、地域のつながりや支え合い活動への関心が高まったとの声が多く、今後も地域支え合い活動を市民とともに推進していきます。



酒井保氏講演会 当日のスライドより

③地域支え合い推進員等との連携

【連絡会議の毎月定例開催】

第1層と第2層の地域支え合い推進員は、「地域支え合い推進員連絡会議」を定期的で開催しています。この会議では、事業の進捗状況や今後の取り組み方針について確認しています。

また、市担当課（高齢介護課）職員のほか、宮城県社協（地域支え合い・生活支援推進連絡会議事務局）職員の参加もいただきながら、他市町の活動状況や先行事例を紹介してもらい、活動の進め方について実践的なアドバイスを受けています。

【生活支援体制整備事業 地域支え合い推進員等研修会】

- 1 日時・場所 令和6年7月25日 気仙沼中央公民館
- 2 対象 地域支え合い推進員、市高齢介護課職員、市社協職員等
- 3 概要 「地域住民のモチベーションをUPさせるためにやるべきことを確認しよう」をテーマとした研修会を開催しました。講義および意見交換を通じ、「支え合いを広げる地域づくり」の取り組み方や、地域住民のモチベーション向上のための課題について学びました。推進員が業務上抱える不安や課題も共有し、具体的なアドバイスを受ける機会となりました。

《気仙沼市内の16地区社会福祉協議会圏域》



(2) 第2層の取り組み

① 16地区社協圏域における「住民主体の通いの場」の把握

住民主体の活動を実施している地域及び団体への訪問活動により、「住民主体の通いの場」を把握し、他の団体への情報提供に努めました。

種 別 団体数 地 区	住民主体の 通いの場	老人クラブ	交流サロン
	9 7	1 1	4 8
西地区	11		3
上地区	6		4
中央地区			1
魚町地区	5		4
南町・柏崎地区	3		
南地区	1		
鹿折地区	25	5	6
松岩地区	4	3	10
新月地区	15	5	3
階上地区	12		3
大島地区	5	4	
面瀬地区	8		7
唐桑地区	25		2
津谷地区	2	4	1
小泉地区	3		
大谷地区	3	3	4

※「住民主体で通いの場」「老人クラブ」「市の交流サロン」に分類し、16地区社協圏域別に集計し、月1回以上活動している団体のみ計上。（令和7年3月時点）

②社会資源の見える化、啓発普及

【パネル展の開催と話し合いの場でのパネル展示】

支え合いの地域づくりの推進に向け、生活支援体制整備事業説明と各地区の活動を紹介するパネル展示を市内3会場で行ったほか、圏域ごとの懇談会（話し合いの場）会場に展示するなど、市民の皆様に活動を身近に感じていただく機会となりました。

場 所	展示期間ほか
松岩公民館	令和6年10月27日 公民館まつり会場で展示
新月公民館	令和6年10月27日 公民館まつり会場で展示
階上公民館	令和6年11月3日 公民館まつり会場で展示
鹿折公民館	令和6年11月10日 公民館まつり会場で展示
大島公民館	令和6年11月16日～17日 公民館まつり会場で展示
本吉保健福祉センターいこい	令和6年12月1日 本吉地域福祉まつりで展示
唐桑保健福祉センター 燦さん館	令和6年12月8日～12月9日 唐桑福祉アート展で展示
市役所ワン・テン庁舎 情報プラザ	令和7年2月3日～2月14日 パネル展示と地域活動紹介の展示動画を実施
気仙沼中央公民館	令和7年2月21日～2月27日
市民福祉センターやすらぎ	令和7年2月27日～3月10日

(各展示場所のようす)



松岩公民館



新月公民館



階上公民館



鹿折公民館



大島公民館



本吉保健福祉センターいこい



唐桑保健福祉センター燦さん館



市役所ワン・テン庁舎情報プラザ



気仙沼中央公民館



市民福祉センターやすらぎ

【広報紙「気仙沼市社協だより」へ「地域のお宝紹介」を掲載】

地域とつながりを持ち、役割を果たしながら元気に暮らしている高齢者の皆さんや、地域で活動する団体の皆さんを、『社協だより』の表紙や「地域のお宝コーナー」で紹介しました。



【けせんぬま支え合いだよりの作成・発行】

生活支援体制整備事業の概要説明をはじめ、各地区で展開されている多様な支え合いやつながりづくりの取り組み、高齢者の社会参加活動、地域支え合い推進員の紹介などを掲載した広報紙『けせんぬま支え合いだより』を作成・発行しました。

配付先は、第1層協議体を構成する団体をはじめ、地区社会福祉協議会会長、自治会長・振興会長、民生委員・児童委員、ボランティア団体、公民館、地域包括支援センター、その他の関係機関・団体等です。



【脳トレ・手指の運動に！フレイル予防と支え合い】

☆つながるきっかけクラフト☆～猫フック・招き猫づくり～

長引くコロナ禍により、様々な理由で弱くなってしまった地域とのつながりを取り戻すため、活動団体や個人で取り組むきっかけとして「つながるきっかけクラフト」づくりを昨年度に引き続き取り入れました。

脳トレ・頭と手指の運動につながるほか、作った作品を訪問のきっかけとしてご近所さんや友人におすそ分けができればと考え作成メニューを提案し、自治会をはじめサロンや市内のグループ等に周知や体験をしていただきました。参加者が作り方を習得し、それぞれの地域に持ち帰り、高齢者サロンなどに取り入れていただくという広がりにつながっています。



(3) 第2層協議体の開催状況と今後に向けての方向性

協議体・住民懇談会については、地区主催及び共催含め、延べ7地区社協圏域で実施し、意見交換等が行われました。

【住民懇談会開催状況】

No.	地区等	開催日	テーマ・内容	参加者
1	津谷地区支え合い推進会議 (協議体)	6月19日	役員による話し合いの事前打ち合わせ	6人
		7月23日	地域課題等の共有と解決に向けての話し合い(継続)	24人
2	上地区社協 (住民懇談会)	10月20日	災害後も自宅で過ごす「在宅避難のススメ」 (明治安田「MY定期講座」を活用した意識啓発等)	39人
3	津谷地区社協 (住民懇談会)	12月10日	・地域の現状について、支え合いの地域づくりに向けての話し合い ※地区社協主催事業 (山田, 川内, 津谷, 北区)	20人
		12月10日		22人
		12月12日		13人
		令和7年 2月21日		13人
4	唐桑地区社協 (住民懇談会)	10月19日	「旧小学校区地区懇談会：ふくし座談会」 ～みんなで話そう！みんなで考えよう！～ ※地区社協主催事業 (小原木, 唐桑, 中井)	22人
		令和7年 2月8日		40人
		令和7年 2月26日		27人



津谷地区支え合い推進会議（協議体）



上地区社協



唐桑地区社協



津谷地区社協

（４）地域支え合い協力員との連携状況

本市における生活支援体制整備事業の特徴的な取り組みの一つとして、「地域支え合い協力員」の配置があります。この取り組みは、地域住民と協力して事業を進める観点から、各地区社会福祉協議会より地域の事情に精通した住民１～２名を「地域支え合い協力員」として推薦いただき、地域支え合い推進員と連携して地域づくりを推進するものです。

【地域支え合い協力員の主な活動内容】

地域支え合い協力員は、地域支え合い推進員の活動に協力し、以下のような支援活動を通じて、地域における支え合い体制の構築に寄与しています。

- ・情報提供

地域の通いの場や支え合い活動に関する情報の提供。

- ・地域とのパイプ役

地域の自治会役員や関係者へ、地域支え合い推進員を紹介し、同行訪問等を行う。

- ・参加と発信

地域の交流会等に参加し、地域の状況を把握するとともに、通いの場や日常の活動を通じて支え合いの重要性を住民に伝える。

- ・協議体や懇談会への参画

協議体の開催や住民懇談会に向けた準備・話し合いへの参加。

- ・情報共有・情報交換

地域の課題や状況について、地域支え合い推進員と情報共有・意見交換を行い、課題解決に向けた取り組みを支援する。

※活動内容は、地区の状況により変わります。

【地域支え合い協力員の配置状況】

令和６年度現在、地域支え合い協力員は市内８地区社会福祉協議会（社協）において、計１４名が配置されています。各地区の状況に応じ、１～２名の協力員が推薦され、地域支え合い推進員と連携しながら活動を展開しています。

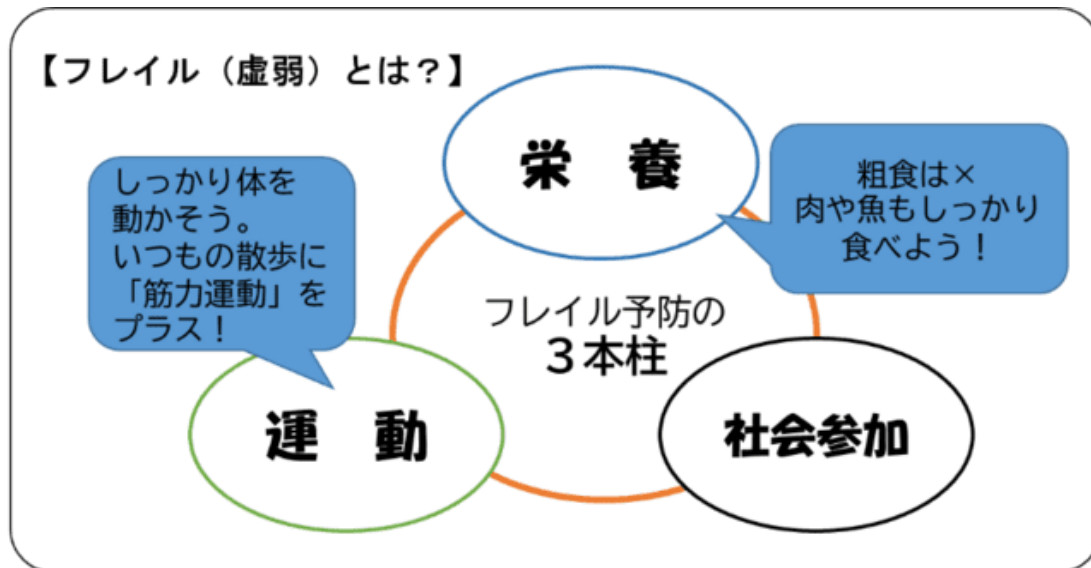
- | | | | | | | | |
|-------|----|-------|----|-------|----|-------|----|
| ・西地区 | ２名 | ・上地区 | ２名 | ・魚町地区 | ２名 | ・鹿折地区 | １名 |
| ・松岩地区 | ２名 | ・大島地区 | １名 | ・津谷地区 | ２名 | ・大谷地区 | ２名 |

4 高齢介護課における取組みについて

(1) フレイル予防サポーター活動事業について

市では、「高齢期のフレイル予防対策」とし、令和元年度より「フレイル予防サポーター養成講座」を開催しており、受講した方は市民サポーターとして、地域で活動をしています。

市社協に所属する地域支え合い推進員も、「フレイル予防サポーター」の一員として活動し、地域で「フレイル予防講座」を開催するお手伝いをしています。



○地域の「健康課題」を関係者で共有することから始めます

「個人」だけの取り組みでは、健康づくりや介護予防の取り組みは継続できないことから、市では「地域全体」でフレイル予防に取り組むことを推進しています。

フレイル予防講座を開催するにあたり、地域の関係者と、「どのような講座にするか。」「講座終了後、どのようなことを地域で取り組むか。」などを協議しており、地域支え合い推進員も会議に出席しています。



○フレイル予防講座の内容について

講座の内容は、運動講座（３回）と栄養講座（２回）の２つのメニューがあり、教材を活用しながら、市民サポーターが講話・実技を行います。

運動講座の内容

- ・準備運動
- ・コーディネーション運動
- ・海潮音体操（※）

栄養講座の内容

- ・フレイルチェックシートの活用
- ・講話「まんべんなく何でも食べよう」
「筋肉を増やす食事」「骨を強くする食事」

（※）^{みしおね}海潮音体操とは、東京都健康長寿医療センター研究所と市民が作成した「ご当地介護予防体操」であり、市で啓発普及しているもの。

【フレイル予防サポーターによるフレイル予防講座の実施状況】

実施団体数	実施回数	延参加者数
８団体	１６回	１８２人

（２）令和６年度『トレッキングによるフレイル予防の検証』と『結果報告会』の開催について

市と東京都健康長寿医療センターは包括的な連携・協力によって健康長寿のまちづくりを推進することを目的として、平成３０年１１月に「包括的連携に関する協定」を締結しています。

その取組みの一つとして、唐桑半島の宮城オルレ気仙沼・唐桑コースでの“トレッキング”がどの程度身体的負荷となり、健康増進や社会課題であるフレイル予防、介護予防にも有効であるかを、東京都健康長寿医療センターに依頼し検証を行いました。

検証は複数のスタッフが四肢にセンサーを装着して体調変化を計測し、身体活動の強さを表す『メッツ』を通過ポイントごとに数値化しました。

その結果、コースの特徴としてアップダウン（中等度の運動負荷）が大きく、フレイルを予防するのに最適なトレッキングコースであると評価されました。

今回は地点ごとにどのくらいの身体活動となるか、「メッツ」を表記した気仙沼・唐桑コースマップを作成しました。

○結果報告会について

結果報告会は交流サロン関係者、フレイル予防サポーター、観光関係者、地域支え合い推進員等を対象として行い、80名の参加がありました。また聴講者には「メッツ」を表記した気仙沼・唐桑コースマップも配布しました。

唐桑半島の宮城オルレ気仙沼・唐桑コースでの“トレッキング”がフレイル予防に効果的であるということや、コースの特徴として中等度の運動負荷の頻度は多いこと、中高年のフレイルを予防するのに最適なトレッキングコースといえるということなどが報告されました。

内 容

「令和6年度トレッキングによるフレイル予防の検証結果報告会」

「オルレを歩いてフレイル予防 in 唐桑」

～唐桑の景色を楽しみながら、歩いて伸ばそう健康寿命！～

講 師

東京都健康長寿医療センター研究所 福祉と生活ケア研究チーム

デジタル高齢社会研究 研究部長 大淵 修一 氏

デジタル高齢社会研究 専門副部長 河合 恒 氏

講演会の様子



「メッツ」を表記した気仙沼・唐桑コースマップ



5 今後に向けて

新型コロナウイルス感染症の影響が長引いたことにより、地域における人と人とのつながりが希薄になり、地域活動の停滞や高齢者のフレイル・認知症の進行などが懸念されてきました。

こうした課題に対し、令和6年度は第2層協議体推進員9名が中心となり、地域の関係者や住民と丁寧に対話を重ねながら、地域活動の再開支援に取り組みました。具体的には、支え合い活動の好事例を他地区に紹介するなど、情報共有やネットワーク強化を図り、地域全体で「支え合いの輪」を広げるための後方支援を継続して行いました。

さらに、地域住民の健康維持とつながりづくりを目的に、「フレイル予防講座」への協力も継続し、休止していた地域団体の活動再開につながるよう支援を行いました。

また、日常生活圏域ごとに話し合いの場（協議体）の設置を進めるとともに、小地域における住民主体の「自助」「互助」による支え合い活動の立ち上げを目指し、関係機関と連携した取組を進めましたが、十分な成果には至りませんでした。

依然として、話し合いの機会を持てない地区も存在することから、「自分たちがどのような地域で暮らしていきたいか」「どのような支え合いがあれば安心して暮らせるか」といった地域の未来像を、より多くの住民が主体的に考えられるよう、今後は話し合いの場の創出に向けた働きかけをさらに強化していきます。

令和7年度も引き続き、地域で集う場の開催支援に努めるとともに、日常生活圏域ごとに協議体の設置を進めてまいります。また、地域の生活課題の解決に向けて、小地域での住民主体による「自助」「互助」の支え合い活動の立ち上げを目指し、関係機関と協働しながら伴走型の支援を継続していきます。

今後も、地域支え合い推進員や関係機関、そして地域みなさんと共に対話を重ねながら、生活支援体制整備事業を協働で着実に進めてまいります。

令和 6 年度 気仙沼市生活支援体制整備事業 活動報告

発行日 令和 7 年 3 月

作 成 社会福祉法人気仙沼市社会福祉協議会
気仙沼市保健福祉部高齢介護課