

地域ぐるみで支え合い

2000(平成12)年に施行された「介護保険法」により、家族中心だった介護に、共助(保険)の介護が加わりました。さらにその後の法改正で「地域包括ケアシステム(生活上の安全・安心・健康のために、医療や介護、福祉等の様々なサービスが日常生活の場で適切に提供できるような地域の体制)」が示されました。これからの介護や介護予防、福祉は、地域ぐるみでの実現へと変わりつつあります。宮崎市は、これを「ぐるみん宮崎」として取り組んでいます。



住み慣れた地域で自分らしく暮らし続ける

「人口減少や高齢化の問題から、介護等の人材が不足して必要な介護サービスを受けることが難しくなる」と言われています。また、要介護や要支援の状態で応じたサービスを受けても、その人の日常生活にはごみ出しや買い物、通院など、多様な困りごとがあり、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けたいという願いがかなえにくくなっている現状があります。そこに地域でこそ果たせる役割があるということです。

支え合いで地域が成長 「支え合いまちづくり」

「地域の人たちと共に時間を過ごしたり、近所の人に声をかけたり、お手伝いしたり。地域

生活支援コーディネーター 仁田脇真理さんにお話を聞きました



住民の『お互いさま』の支え合いから、市内には生活のちょっとした『困りごと』を助け合うボランティア団体を組織した地域もあります」

支え合いは、助けられる高齢者だけでなく若い世代のためのもでもあります。

市が令和2年1月に行った意識調査では、地域の住民同士の支え合いを8割以上の人が必要だと回答しています。住みよいまちづくりには皆さんの気持ち大切です。

「私たち生活支援コーディネーターは、こうした支え合いの仕組みづくりに取り組んでいます。是非お近くのコーディネーターにお声かけください」

「認知症サポーター」になって理解と知識を深めよう！

「最期まで自分らしくありたい」とは誰しもが願うことですが、誰の身にも起こりうる脳の病である「認知症」。周囲の理解不足や介護する家族の疲弊から、本人も家族もつらい状況に陥ることが少なくありません。



「宮崎医療管理専門学校」での講座の様子。

加齢による「もの忘れ」と「認知症の記憶障害」の違いや、認知症による行動や心理症状の特徴などから、認知症の人と接する時の心構え、そして認知症の人を介護する家族の気持ちの理解まで、さまざまなことを学びます。



専用のテキストで認知症を知り「地域で支える」ことの大切さを学ぶ。受講した人には「オレンジリング」が渡される。

これは当事者になった時だけでなく、地域に認知症の人がいた時にどのように対応するか、サポーター

として応援するにはどうしたらいいのか、まさに地域ぐるみで認知症を考えるきっかけにもなる講座です。お住まいの地域で講座を開くこともできます。詳しくは介護保険課にお問い合わせください。



11 住み続けられるまちづくりを 住み続けられるまちづくりを 高齢者が住みやすいまちは「誰もが住み続けたい」と思う持続可能なまち

高齢者だけでなく、子ども、子育て中の人、障がい者など弱い立場にある人たちが住みやすい地域が、結果的に誰もが住みたいと思う場所になります。多様性を認め、助け合うことが持続可能なまちづくりの近道です。昔は「向こう三軒両隣」という言葉があり、家族ではないけれど、近所の人や子どもやお年寄りを見守り、家事の手伝いをするのが当たり前でした。ちょっとした親切がまた別の親切を生む近所づきあいが今見直されています。



若い世代も「認知症」を学び、助け合いの精神を育む。



持続可能な開発目標(Sustainable Development Goals = SDGs)とは、2015年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」にて記載された2016年から2030年までの国際目標です。宮崎市は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています

生活支援コーディネーター連絡先

- 北ブロック(佐土原総合支所内 TEL 73-5088) (佐土原・住吉・大宮・東大宮・北)
- 中央ブロック(介護保険課内 TEL 44-2804) (中央東・中央西・小戸・穂)
- 西ブロック(穆佐出張所内 TEL 82-0533) (大淀・大塚・生目・大塚台・生目台・小松台・高岡)
- 南ブロック(清武総合支所内 TEL 85-8866) (赤江・本郷・木花・青島・清武・田野)

ご相談は 地域包括支援センターへ

高齢者の総合相談窓口として、介護や福祉、認知症に関することなどの相談を受け付けています。相談を受け、適切な機関などにつなぎ、連携して支援します。

市内に19か所ありますので、詳しくはポータルサイトをご覧ください。

