

令和元年度 久留米市高齢者実態調査

利用者インタビューによる各団体からの  
聞き取り調査 報告書

令和2年7月

久留米市



## 目 次

1. 調査の概要	1
(1)利用者インタビューの目的	1
(2)実施要領	1
2. 調査結果	2
(1)青峰ドレミ会	2
(2)－1ほっとカフェ中央町(利用者)	6
(2)－2ほっとカフェ中央町(運営者・協力者)	11
(3)十三部老人会	18
(4)原田火曜会	21
(5)デイサービスあおぞら	25



# 1. 調査の概要

## (1)利用者インタビューの目的

この資料は、「久留米市第8期高齢者福祉計画及び介護保険事業計画」策定に先立ち、地域の関係団体等の利用者に対して、活動上の課題、高齢者の困りごと、今後必要な取り組みについてインタビューを行い、計画策定のための基礎資料とすることを目的とする。

## (2)実施要領

### ①実施方法

久留米市の担当者及び計画策定協議会の委員が対象団体の活動場所を訪問し、インタビュー形式で参加者から聞き取りを行った。

### ②対象団体

日時	活動場所	団体名
令和2年1月15日 11:00~12:00	青峰校区コミュニティセンター 【南圏域】	青峰ドレミ会 【住民主体の通いの場】
令和2年1月15日 15:00~16:00	ふれあいほ〜る中央町 【中央圏域】	ほっとカフェ中央町（利用者） 【認知症カフェ】
令和2年1月15日 16:30~17:30		ほっとカフェ中央町（運営者） 【認知症カフェ】
令和2年1月16日 10:30~11:30	十三部公民館 【北圏域】	十三部老人会 【住民主体の通いの場】
令和2年1月21日 11:30~12:30	原田公民館 【西圏域】	原田火曜会 【住民主体の通いの場】
令和2年1月27日 14:00~15:00	デイサービスあおぞら 【東圏域】	デイサービスあおぞら 【介護サービス】

## 2. 調査結果

### (1) 青峰ドレミ会

期日：令和2年1月15日 11:00~12:00

場所：青峰校区コミュニティセンター

#### 《ポイント》

##### 【活動の立ち上げや参加したきっかけ、参加して感じていること】

- ・活動をはじめたきっかけは自分自身のため。
- ・活動に要する費用について、概算額を計算して参加者数や月謝などを算出した。
- ・近所の方が見学に来られ、すぐに参加したいという人が集まった。
- ・運営が軌道に乗るまで、時間は要しなかった。
- ・運動することで、体力もついてきた。参加する前と比べると、膝の違和感も無くなってきた。

##### 【活動を続けていく、広げていくためのポイント】

- ・自分たちでいいアイデアがあれば、こうしたらどうかと考えており、どんどんプラスの方向に向かっている。
- ・現状からマイナスにならないように、全員参加で楽しくやっている。
- ・年齢を重ねて移動が大変なので、近場に活動する場所がある事が続けること条件だと思う。
- ・コミュニケーションがうまくいっているから、活動がスムーズに、お互いを認め合いながらできていると思う。
- ・誰かが一人で引っ張っていくのは大変。役割分担をして、それぞれが出来ることをやってきたので、長続き出来ていると感じている。
- ・人に頼るのではなく、自分たちの力でやっていくということが、大事なことだと思う。

#### 《聞き取り内容》

##### 【活動のきっかけ】

- ・こういった会を始めるからと、人に勧められた。
- ・近所の方が会に入っていて、興味を持った。
- ・発起人が、広報に出して募集して、徐々に人数が増えていった。
- ・会の立ち上げのきっかけは、まず自分自身のため。自分が腰を悪くしてリハビリに通った

が、地元で何か体を動かすことをやりたいと思い始め、まず高良内校区で活動されている会を見学に行き、地元で立ち上げることにした。まず月1回発行されている青峰だよりの募集枠に記事を出した。次に月謝も幾らぐらいにしたらいいのか。部屋代、先生への支払い、冷暖房費、それを合わせて月に幾らぐらいかかるか計算して、最低15名は集まらないと運営していけないという思いで募集をかけた。声かけを行い、見学に来られた方は、やはりすぐに入れてほしいという事になって、会が軌道に乗るまでそんなに長くはかからなかった。

### 【活動状況】

- ・最初は体を動かすよりも歌を歌っていた。ドレミの歌。先生たちが来てくれて。それも良かったと思う。
- ・次は音楽だけでなく、体も動かしたいという事で、またそれで10回だけ市の講師に来てもらって、その先生に指導をしてもらい、その後は月1回の自主活動をやっている。
- ・それから今日していた3Bが1回と音楽教室が2回で毎週水曜日に月4回活動している。あと1回は自主活動。自主活動が楽しい。ゲームなど、いくつになっても楽しい。
- ・1時間半程度の時間で、歌や体を動かしたり、誕生日紹介等色々。ゲームだけは毎月少し変えてつくるようにしている。あとは最近プロジェクターを市の補助で購入したので、YouTubeをプロジェクターに映してみんなでやっている。最初はプロジェクターの使い方も分からずに、会の運営も難しいと思ったが、色々とできるようになった。
- ・ドレミ会は平均年齢が76歳で、自分たちでいいアイデアがあれば、こうしたらどうかと考えており、どんどんプラスの方向に向かっている。現状からマイナスにならないように、全員参加で楽しくやっているのが特徴。
- ・ドレミ会に入りたい方がいると聞いたが、メンバーが多過ぎてもまとめられないので、今は25名でちょうど良いと感じている。
- ・参加率は毎回9割5分。余程の事が無い限り休まない。9割方は絶対に参加する。
- ・皆さん歩いて7、8分くらいの場所から来ている。
- ・大体、校区の方だが、校区外の方も何人かいる。
- ・もう年をとって乗り降りも大変なので、やはり近場にあるという事が続けることの条件だと思う。自分のためにやはり頑張らないといけないと思う。
- ・青峰は高齢化が進んで本当に少子化で、高齢者や後期高齢者のほうが多くなって、このように皆さんで集まるといことがない。ここのまちづくりで活動しているのは、ドレミ会ぐらいだと思う。
- ・情報交換ができる点が良い。ただ集まって体操して何か歌って帰るだけではなく、コミュニケーションがとれている事が良い点だと思う。
- ・会に来て運動することで、体力もついてきた。会に来たことによって、違和感が全然ないわけではないが、以前と比べると体力がついて、膝の違和感のようなものもなくなった。ずっと会がある間は続けていこうと思う。

- ・楽しいのが一番。
- ・私は隣町に住んでいるが、縁があって声をかけてもらったので喜んで来ている、会の皆さんが共通して一番思っている事は、皆さん同じ立場で共感できていることだと思う。
- ・ドレミ会の中で、得意な事がある方は、その方がリーダーになって、指導してくれるので、自主活動のリーダーになってもらって、計画をしてもらったりとか、何かそんな感じで各々の特徴を生かして、このサークルは活動している。
- ・大体月4回の活動だが、月によっては第5週目があるから、そのときにそういう集まりとか、食事会とかを今のところはしている。水曜日は、皆さん前もって日にちをあけてもらっており、無理のないところで計画している。
- ・介護を受けなくていいように、体力づくりをしたり、自分で歩いてトイレに行けるように、運動とか脳トレとかをしている。
- ・人間関係ができてなかったら、絶対にできないと思う。コミュニケーションがうまくいっているから、今、私たちは活動がスムーズに、お互いを認め合いながらできているのかなと思う。それができてないと、どんなに目標を高く掲げても、計画倒れかなと思う。
- ・会員の中から、各々役割を分担したらどうかという声はずが上った。誰かが一人で引っ張っていくのは大変。役割分担をして、それぞれができることをやったらという声がり、すぐその方向に進めたから、長続きできたという感じである。
- ・自主学級のときも、役割分担して、歌の上手な方は口腔体操をするという具合に分けた。だから、私もプログラムはつくるが、一人で全部やらなくていいから、気持ちは楽になった。

### 【市などからの支援】

- ・最初の10回だけは、市から指導員が無料で来て頂き、その後、去年、プロジェクターを買いたいからと思って、市に相談に行き購入した。
- ・最初に立ち上げたときに、地域包括支援センターに相談して、市からも懇切丁寧に教えて頂いて、それで補助金が頂けた。
- ・地域包括支援センターは、高齢者の相談窓口と捉えていた。困ったときには包括に行こうと思って、すぐ電話を入れたら、うまいぐあいにアドバイスを頂いた。それからのつながりである。

### 【ボランティアへの意向】

- ・今のところは、団体としてはまだそこまではいっていない。各々のボランティア活動はしている。
- ・文化祭の料理とか手芸とか、声をかければ何人かでお手伝いに行く。
- ・強制をするということはやめている。やはり楽しくなくなる。



### 【自由意見】

- 楽しく活動するというのが、まずは第一。そして、一人で行くのではなく、何人か誘って、そして見学に行って、じゃあ青峰で始めたいよねということで始めた。先生に来てもらうには、えーるピアのLLアドバイザーの方に頼んでみようかなと思ったりもしたが、たまたまそのとき包括に相談したら、今、市の企画でこういうことがありますよと言うから、やめてそれに即飛びついたという形である。
- 特別に考えて動いてはいない。自主活動の内容も充実してきている。だから人に頼るのではなく、自分たちの力でやっていくということが、今の私たちには大事なことかと思う。また、その能力がまだある。あと5年したら、それができないかもしれない。そのときは誰かに頼らないといけないけれど。自分たちに合った活動ができる。それも大事なこと。
- 一番の問題は、団地に住む方たちは、バスで帰ってきて、それからまた階段を上っていく。ここにはエレベーターがない。

## (2)－1ほっとカフェ中央町(利用者)

期日：令和2年1月15日 15:00～16:00

場所：ふれあいほ～る中央町

### 《ポイント》

#### 【活動の立ち上げや参加したきっかけ、参加して感じていること】

- ・最初は認知症予防のために来たが、他の方が一生懸命頑張っている姿を見て、自分も頑張っている。
- ・来るたびに楽しい。他の人と話ができるし、自分が思ったことをできる。認知症の進行が少し遅れているのではと感じている。
- ・軽度認知症と診断された。医師から、外に出ているんな人と接触したほうがいいと言われ、当初、本人は参加を嫌がったが、一緒に参加した。外に出て行くことで、いろんな人と会い、カラオケで声を出す、歌うことで少しずつ元気になってきた。
- ・行くところがあるのと、全く予定がないのでは全然違う。
- ・来ている方たちの話を聞いて、前向きに物事を考えられるようになった。

#### 【活動を続けていく、広げていくためのポイント】

- ・私たちは、医師から「外に出なさい、人との交流をたくさん持ったほうがいい。」と教えてもらい参加するようになったが、定年退職して社会からリタイアしてしまうと、普段は家にいて、そういった情報を知る機会がほとんどない。自分の経験から、医師から教えてもらうのが一番いいと思う。
- ・私はとにかく「広報くるめ」を見て、認知症講座がどこであるかを見て、日程が合えば友達を誘って行っていた。そして、もらった書類を家族に届けたりして、輪を広げている。
- ・本人たちが意見を述べる場があればいいと思っている。介護者は場を持っているが、認知症の本人たちが話し合える場、そういったものが今から必要ではないかと感じている。

### 《聞き取り内容》

#### 【活動のきっかけ】

- ・パンフレットの「生きがい探し」というキャッチフレーズに魅かれた。
- ・マンションにチラシが入っていた。体操やヨガに興味を持って参加した。
- ・最初はアイパッドなどから始めて、それからここがほっとカフェという名前に変わって現在に至り、週1回だが午前・午後、自分の好きなところに参加させてもらっている。ここに来るまですごくつらい思いをしていたが、ここでみんなに話を聞いて頂いたりしな

がら、ここで力を頂いて、本当に感謝している。

- ・今まではコミセンにも行っていなかったが、今はコミセンとの関わりをしっかりと持つようになって、一生懸命他の方を誘った。これからも、近くだから誘おうと思っている。やはり、ここに来ている方から「来てよかった」という声がたくさん聞かれるので、すごく嬉しい。自分の認知症予防のために来たが、他の方が一生懸命頑張っている姿をサポートしながら、私も頑張っている。
- ・かかりつけ医から「認知症の初期」と言われ、家族に話したら、ほっとカフェのことを誰かに聞いたらしく、行ってみた。自分では、しゃべったり、体を動かしたり考えたりといった行動がいかに大事かということに身に染みて感じている。その行動をきちんと毎日やっていたら、結果はわからないが、認知症の予防的なことはできるのではないかと期待している。
- ・私は、ここに約4年半お世話になっている。もともと体は丈夫だったので今まで運動を一生懸命してきたが、少し違和感があり、友達から言われてここに来るようになった。ここで他の方と話して楽しい。
- ・大体月に8回近くお世話になっている。来るたびに楽しい。他の方とお話しできるし、自分が思ったことをできる。認知症の進行が少し遅れている感じもしている。
- ・私は主人のことでいつもここにお世話になっている。来始めて7か月くらいになる。主人が病気になってから、体を動かしたほうが良い、手を動かしたほうが良い、頭を使ったほうが良いという話を聞き、地域包括支援センターに紹介されて、すぐこちらに挨拶に来た。「すぐ来ていいですよ」と言われて、それから主人と2人でいつもお世話になっている。主人も喜んで毎日来ている。そして、会長をはじめ他の方もとても気を使ってもらえるので、私達も気楽に2人で頑張っている
- ・今日は主人と2人で来た。ここに来たきっかけは、主人の姉が亡くなったことで心労が重なり、意思疎通がうまくできないようなときがあったので、病院に行き、あらゆる検査を受けた。その結果、軽度認知症だと言われた。そこで看護師から地域包括支援センターの説明があり、「ゲートボールをしているから一度見に来ないか」と言われたが、主人は嫌った。しかし医師から、「みんなそうやって屁理屈ばかりで行きたがらないが、外に出ている人々と接触したほうが良い、他のものもあるから」と言われて、認知症カフェを紹介された。そのときに家から一番近かったのがここだったので、電話をして主人と2人で来た。来だして2カ月だが、出て行くことでいろいろな人と会えるし、カラオケで声を出す、歌うことで少しずつ主人が元気になってきた。それと、先生から体を動かすのもいいと教えてもらってから、体育館に1日1時間くらいだが、ほぼ毎日ランニングマシンに乗ったり自転車に乗ったりしていると、だんだん主人の体が動くようになってきた。やはり行くところがあるのと、全く予定がないのでは全然違う。医師からは、「患者の中には80歳を超えても認知症が改善された人がいる。85歳でも改善される人がいるから、あなたはまだまだ大丈夫」と言われて、今は主人と2人でできるだけ外に出ていくようになって、主人も随分元気になった。いいところを紹介してもらって本

当に感謝している。

- ・今まで外との交流がなかったから、市がいろいろなことをしていることを今回初めて知った。おかげさまで元気になったし、主人も以前ほど心配しなくてよくなって、随分精神的には落ちついた。これからもずっとお世話になろうと思っている。
- ・月に1回やっている家族相談会、介護者の集い、そしてご本人の集いがある。これは最近物忘れが増えたとか、認知症あるいは介護の軽度って言われた方々が集まる場所。4月から始めて今6、7人来ている。
- ・ここに来るようになったのは平成29年の9月だが、それ以前から認知症予防の講演会等はずっと聞きに行っていたが、自分自身としては、まだずっとずっと先の話だと思っていた。
- ・先生から勧められたカウンセリングで、「とにかく人と会うときはカラ元気でもいいから元気を出しなさい」と言われて、ここに来ている方たちの話を聞いて、これだけ前向きに物事を考えられるようになった。ここに来てよかったと、本当に心から思う。それまでは、ここに来ていることを知られたくなくて、ずっと隠していた。理由は、前の友達と一緒にだと、その人たちとだけグループになって新しい友達ができない感じがあるからだが、友達に「最近元気になった。昔と全然違う」と言われて、何かしているのと言われたから、ここを紹介して、その方もここに来るようになった。それから11月にあった認知症予防講座で、たまたま隣に座った方とも話して、ここを紹介したら、その方も12月からここに来るようになって、「本当にいいところを紹介してもらった」と喜んでくれている。

#### **【活動を広げていくためのアドバイス、市への意見・要望など】**

- ・今回、初めて医師から、「こういうところがあるからとにかく行きなさい、外に出なさい、人との交流をたくさん持ったほうがいいから」と教えてもらったが、定年退職して社会からリタイアしてしまうと、普段は家にいて、そういった情報を知ることは、ほぼない。私は自分の経験から、医師から教えてもらうのが一番いいと思う。こういった場所があることも、意外と知らない人のほうが多いと思う。だからといって、デイケアとかデイサービスに行くまでではないので、もう少し病院や、こういった場所との交流というか、情報が頂けると、もっと早くからいろんなことができたのではないかという気持ちはある。
- ・私たちはインターネットを使わない。何かある時は娘がすぐに調べてくれるが、自分たちではしないのでますます情報がない。
- ・市報が各戸に配達されているので、私はとにかく市報を見て、認知症講座がどこであるかを見て、自分と日程が合えば友達を誘って行っていた。そして、そこでもらった書類を帰りに兄に届けたりして、輪を広げている。今言われたように、医者からここに行ったらどうかと言ってもらえるよう、医師会とかに声かけしてもらったら、利用する方が増えると思う。

- ・先ほど言われたように、医師との関係はどうなっているのか。私は1回も病院でそういった事を聞いたことがない。もっと医師にどんどん宣伝してもらわないと。かかりつけ医に聞いたら「そういったものがあるんだね」という程度。それは市の責任ではないか。市報も字ばかりなので、もっと分かりやすくするという事も1つの案ではないか。
- ・先ほど言われたように、全ての病院にチラシを置いていいのではないか。
- ・医者は患者の体の状態や家族構成などを一番把握しているから、先生から勧められるとせっかく勧めてもらったからと思うはず。だから、私は病院と連携するのが一番いいと思う。
- ・今、夫が要介護1だが、本当に初期の頃にほっとカフェを利用させてもらっていた。ほっとカフェに来るようになって何か進行が止まったような感じだったが、それ以上に他の病気の症状が悪化して、ほっとカフェには通えなくなったが、デイサービスを利用しながら、進行は止まっている。
- ・本人の意見を述べる場所があればいいと思っている。介護者は場を持っているが、認知症本人たちが話し合える場、そういったものが今からは必要ではないかと感じている。

#### 【協議会委員からの意見】

- ・他団体のヒアリングを行った中で、地域包括支援センターが活躍していると感じた。非常に住民の方と接点があり色々な形でサポートしてくれたり、日ごろの相談にも応じているようだ。回覧板の中に包括支援センターからのチラシも入っているが、色々書いてあって読む気も見えない感じなので、もっと久留米市も地域包括支援センターの日ごろの活動を増やすとともに、市の広報活動がうまくいっていないといった意見があるので、市でも地域包括支援センターの役割をもっと拡大してもらえるといいと思う。

#### 【運営者としての意見】

- ・会員のうち、一部の方の送迎を行っている。介護施設ではないので、本当に自分で来る事ができない方。特に認知症の症状がある場合は、妻や娘等の家族が父親や母親、妻等を連れてくる。自分で来られない、連れてきてくれる人もいない方だけが、送迎の対象になる。
- ・送迎は車で15分圏内としているが、今は車が1台しかないので、いずれ困るだろうという思いはあるし、障害や認知症の方々のボランティアをやっているところは、どこも送迎で非常に行き詰まっていると思う。施設は別にして、全国的にボランティアの送迎も確実に増えているので、いずれ検討していかなければと思っている。
- ・地域包括支援センターの役割が非常に大きくなってきた。全国の認知症カフェは、ほとんど地域包括支援センターが担当していて、社会福祉協議会が一部。
- ・そういった中で地域包括支援センターとの縁が今までほとんどなかった。こちらから声かけをしたが、非常に忙しいようだ。ここ半年から一年の間に、地域包括支援センターのケアマネジャーがほっとカフェを紹介するようになってきた。

- 一度紹介すると、私たちの取り組みがいかにかに良いかを理解してもらえているようで、次から次という形で紹介してくれる。ケアマネジャーは要介護1以上で、なかなかデイになじめない方々を紹介する。
- つまり、ここはつなぎの場所になっている。認知症予防カフェという題目なので、「予防」という目的で認知症の方も来る。家族も、予防のため認知症の方を連れて来られる。元気な方も予防ということである事ができる。
- だから、ほんとカフェは完全に混在型。認知症は軽度の初期の方が多い。地域包括支援センターとの関係は非常に大きいと思う。
- 個別に地域包括支援センターは頑張っている。ただ、認知症カフェの取り組みにはあまり力が入ってないと思っている。市からもよろしくご支援をお願いしたい。
- 認知症カフェについて、一般的なかかりつけ医、脳神経内科はもちろん、一般内科のかかりつけ医にもっと浸透していけば、橋渡しの形になっていくのだろう。

## (2)－2ほっとカフェ中央町(運営者・協力者)

期日：令和2年1月15日 16:30～17:30

場所：ふれあいほ～る中央町

### 《ポイント》

#### 【運営にあたっての課題】

- ・移動、送迎の課題があり、もっと身近に行ける場所があればいい。
- ・車に乗らなくてもいいが、一人で歩いてくるのは心配という方もいる。
- ・介護保険で賄えないデイサービス、デイケアのすき間をカフェが提供する、すき間をどうやって埋められるかについて模索している。

#### 【展開していくための問題点、アドバイス】

- ・ある程度の場所、スペースがないと、人がいてもできない。それがあれば人を集めることはできる。
- ・誰かやっている人がいて、「あなたも来ない？」って言ってもらえたら、「はい、行きます」となるが、自分からなかなか参加はできない。
- ・「私はここに居てもいいんだ」という環境、ポジションをつくってあげる、安心していられる場所をうまく作ってあげないとだめだと思う。それは、利用する人もサポーターになる人も同じ。
- ・口コミでは広がらないので、広報をもっときちんとやればいいのか。市の発行する広報だけではなく、いろんな形で広報を戦略的に行えば、結構人は集まってくるのではないか。
- ・それぞれの地域に、場所をどう確保していくかと、ノウハウを持った人を地元でどう育てていくか。地元で通えるような場所づくりがますます必要。
- ・介護事業所はどれも忙しいが、地域の中の介護事業者が、地域のためにお手伝いをするという形であればいけるのではないか。
- ・イメージの問題はある。おもしろいですよ、楽しいですよということがわかると、参加するようになる。
- ・発起人になってくれる人がいて、基盤をしっかりとってくれる人がいれば、広まっていく可能性は大きい。
- ・60歳代前後の人たちは、世の中にいっぱいいる。思いもあって、時間もある人を掘り起こすのが鍵。
- ・10年前、久留米市の認知症サポーターは700人程度だったのが、最近は約3万人。この人たちの活躍の場をどのようにつくるというか、勧めるかというのは大きなテーマ。

## 《聞き取り内容》

### 【運営上の課題など】

- ・一番問題と言われるのが交通手段で、「どうやって行ったらいいですか」とよく聞かれる。バスに乗って行ける方は、リハビリの一つとしてバスに乗って行って頂ければいいが、それもままならないような方もいる。それでも、ここの活動に参加して頂きたいと思う方がいる。
- ・送迎をお願いするが、人員のことや距離の問題で、なかなか難しい場合もある。なので、もっと身近に行けるところがあればいいのと、送迎がどうかにならないかと思う。デイサービスのような送迎でなくても、もう少し何か考えられることはないかと思う。車に乗らなくてもいいが、一人で歩いてくるのは心配という方もいる。
- ・知り合いに、認知症カフェはやらないのかとお聞きしたところ、その方は認知症の方々の支援を積極的にされているので、その必要性はわかるが、経済的なものが難しい、事業として運営するのにとてもハードルが高いということである。やはり認知症カフェ、あるいは予防カフェの運営は、とても難しいというイメージが大きいということ、いろいろな方とお話しして感じる。
- ・総合事業を何か手がけていきたい。介護保険というサービスで賄えない部分の、すき間を埋めるようなビジネスの展開を考えている。自宅で看取れるようなお手伝いができたら、自分自身も看護師として本当にやりがいを感じられると思う。あるいは、介護保険で賄えないデイサービス、デイケアのすき間を、ここのようなカフェが提供できるとか。そういうすき間というものをどうやって埋められるかというのを、今ずっと模索している。やはりそのためには、人、物、金がすごくネックになってくる。
- ・校区には1, 300人の高齢者がいるが、そのうちに認知症の方が、国の調査の基準からいくと推定で210人。だから、どこかで困って、家族で悩んでおられるということだろうと思う。そのうち何人かがここに来ている。推定で210人が認知症だったら、同じ数の予備軍がいるとして、400人以上の方が困っている状況にあると思う。
- ・校区に、敬老会という会があるが、高齢者は増えているのに会員はどんどん減っている。その理由がわからない。市役所のアンケート調査を見たら、高齢者の男性の4割は、「何もしてない」ということであった。「何かボランティアをやりたいけど、どうしたらいいかわからない」という。そういう方々がこちらを向いてくれたら、何人かで仲間をつくって、自分の家の近くに、お互いさまのためにそういうものを作ろうという雰囲気を作りたくて、この5年ぐらいここで活動をしているが進まない。
- ・進まないものの一つが、認知症予防カフェだと思っており、小学校単位だと46校区あるので、まちづくりの方にもそういうテーマを理事会で出してもらって、いろいろ練ってもらうが、優先順位が違う。防災や減災は優先順位が高いのに、そういう勉強会もやっていないから、認知症だけやれないというのが現状で、その辺りをどうやって、高齢者として自分の住んでいるところで活動をやっていくかが大きな課題である。



### 【他に広めるためのアドバイス、問題点、市との連携や要望など】

- ある程度の場所、スペースがないと、人がいてもまずできないと思う。それがあれば人を集めることはできると思う。
- 2、3年前から、地域の人材をどのように活用すればいいかという市民活動にも参加させてもらっていて、地域というのは本当にすごい力になると思うが、足かせになっている部分もたくさんあると思う。みんながやりたいと思っていても、そこに既存のグループがあったときに、「参加させてください」と言える人もいるが、実際は、なかなか参加できないと思う。ただ、誰かやっている人がいて、「あなたも来ない？」って言ってもらえたら、「はい、行きます」となるが、自分からなかなか参加はできないと思う。
- ふれあいサロン、いきいきサロン、老人会、自治会活動はいろいろあると思うが、そこには既存のリーダーというか、中心になる人がいて、そこに入っていくのはものすごく難しいことだと思う。認知症予防カフェとか認知症カフェのように、誰でも入ってきていいんだよという、何か仕組みをつくらない限り、人材も行かないと思うし、利用する人も行かないと思う。
- 人によって、すぐ飛び込める人と飛び込めない人がいると思う。そういうところに気を配れる人たちがいるシステムをつくり上げない限り、なかなか難しいのではないかなと思う。
- 「私はここに居てもいいんだ」という環境、ポジションをつくってあげるといふか、安心していられる場所をうまくつくってあげないとだめだと思う。それは、利用する人もサポーターになる人もそうである。
- 地域に人材はいっぱいいると思う。ヒト・モノ・カネと言うが、人も物も金もあると思う。しかし、そこに飛び込んでいく勇気がどれくらいあるかというのが、大きな問題かなと思う。
- 最初は、やっぱり挨拶だと思う。そういうところからまず入っていったほうがいいのではないかな。
- なかなか口コミでは広がらないので、広報をもっときちんとやればいいのか。市の発行する広報だけではなく、いろんな形で広報を戦略的に行えば、結構人は集まってくれるのではないかなと思う。これからますます高齢者は増えるので、その辺りの仕組み、仕掛けでもって広報していくということをやって頂きたい。
- 認知症カフェにしても、結局まちづくり振興会、46校区にコミセンというのがあって、そこで何らかの形でやっていただくのが一番だと思う。
- 校区によっては、ある校区は45%の高齢化率で、高齢化対策が大変。私の住んでいる校区は高齢化率は17%。そうすると高齢者が少ないので意識が違う。そういうことはあるにしろ、やっぱりまちづくり振興会という校区のためにある組織に、どのように認知症カフェについて理解してもらって、行動に移してもらおうかというのは、住民の力で何とかしないといけない。それで、私と同じような考えを持っている人たち、今のところ5人ぐらいで世話人会をつくって、自主的に少しずつ始めている。初めからは無理なので認知してもらおう。壁もあるし、遅いやり方だが、結果的には一番いいのかと思って取り組んでいる。

- ・その辺のバックアップを市にお願いして、去年から具体的に活動をいろいろ応援してもらっている。この2年間、すごく市から応援とアドバイスを頂いてやっている。
- ・行政が声を吸い上げて次の施策に持ち込むということだが、これは地域全体で考えることだと思う。今、これは認知症カフェという高齢者を対象にしているが、そうではなく、老人と子どもが一緒にいると和やかになるので、そういう方策を考えて頂けたらと思う。学童保育も4年生までで後はないし、そういうところに認知症予備軍の人たちも関わられるような方策も考えて頂ければありがたいと思う。
- ・隣近所で1年も2年も3年も全く顔を見かけない方が何人もいる。やがてそういう方の中から、お亡くなりになったとか、施設に入られたとか、日ごろ全く顔を見かけないままそういう状況になっている。そういう方々に、何とか家から一歩でも外に出てもらいたいし、外出する機会が多くできるような取り組みを、地域あるいは広く久留米全体で、何かうまくやる方法がないかなと考えている。私もまずは、自分の町内からそういったことを始めたいと思っている。もし私がそういうことで成功して、住民の方をうまく引っ張り出して外出の機会を増やせるようなことになれば、皆さんにまたそのノウハウを提供したいと思う。
- ・きっかけは3年ぐらい前に、自動車の一時停止違反で自動車学校での認知症の検査を受けることになったこと。その検査はA、B、Cランクとあって、Cランクは医者に即刻通告されて、認知症の検査を受けないといけないそうだが、私はたまたまAランクだったが、自分もそういう予備軍になっていきつつあるのかなと実感した。たまたま、この認知症カフェも知っていたので、頭の体操の時間に半年参加した。そして、半年後に免許の更新の試験を受けたときに、10ポイント点数がよくなっていた。だから、やっぱりこういう頭の体操、それから人に交わるということが非常に大事だなということを実感した。やっぱりこういう場所というのは、大切なことじゃないかなと実感している。
- ・私は車で来ているが、ちょっと遠過ぎる。問題は、それぞれの地域に、そういう場所をどう確保していくかということ。それと、ノウハウを持った人をどう地元で育てていくか。地元で通えるような場所づくりが、ますます必要になってきているのを実感する。
- ・「自分が住んでいる近くにあったほうがいい」という意見は、色々な方が言われる。2年前ぐらいに久留米市は、全域で支え合い推進会議を各校区に立ち上げた。私は、職場がある校区の支え合い推進会議に委員として参加している。そこに入って、支え合い推進会議の目的や、今後地域がどういうふうに向かっているかなければいけないのかという話し合いをする中で、認知症カフェはそこにぴったり入るのではないかと。支え合い推進会議の中で、地域の中で必要などころに入るのではないかと。2年前からずっと思っている。
- ・場所が一番必要だと言われたが、立派なコミセンがどの校区にもあって、人もいる。認知症予防カフェの要件の中には、専門家が携わらなければならないということがあるが、今これだけ介護事業所が増えてきているので、おそらく介護事業所のない校区はないと思う。介護事業所は、どこも自分たちの仕事が手いっぱい忙しいというのはあるが、

地域の中の介護事業者が、地域のためにお手伝いをするという形であればいけるのではないか。支え合い推進会議に出ながらいつも思う。ただ、その半面で、先ほど意見があったように、地域というのはやはり壁があって、入りやすい面もあれば、今までしたことのないことを求められたときの拒否反応というのは、地域に限らずどういう組織にもあるかと思う。地域がリーダーシップをとったときに、本当に公平で居心地のいい、誰にでも開かれた場所ができるのかという問題はあるが、私はやはり地域の中で育てて、作っていくのがいいと思う。

- こちらのような認知症カフェを増やすということは、有料のところを増やすということになる、今の状態だとサロンは無料であるし、私の住んでいるところでは、100円で昼御飯も出る。これを月に2回やっている。おいしい御飯とおやつをおなかいっぱい召し上がってもらって、楽しんで。専門家を呼んでお勉強会をし、歌ったりしている。喜んでもらっていると思うのだが、推進会議でも、子どもたちの土曜塾もメンバーがあまりにも決まり過ぎていて、大人もお年寄りも入れるようにしようと、ある校区では今その話し合いが随分進んできている。だから、いわゆる地域でする無料のいろんな取り組みと、この認知症カフェをどうやって推し進め、皆さんに勧めていくかというところでずっと悩んでいる。
- スタッフメンバーはもちろん全員ボランティアだが、うちの自治会から年に3万円頂いている。お世話になるのは、ほとんど長寿会の者だからということで、長寿会からも年間2万円、いろいろな名目で頂いて運営している。それと、参加するときには必ず100円を参加料として頂いている。
- 認知症カフェに取り組んでいていつも問題になるのが、ふれあいサロンとの違いである。これは、全国どこでもそうになっていて、今、全国に7千を超えたと言っているが、その中にふれあいサロンで、うちは認知症カフェだと言っているところが結構ある。何故かと言うと、認知症の方も来ているからということである。その辺りの棲み分けがすっかりしてないのだが、ふれあいサロンで認知症の方を受け入れられないのかと相談してきた。それが、なかなかできないと言われる。
- 結局、普通のふれあいサロンというのは、高齢者の楽しい集まり。そういう楽しい集まりは、介護予防として絶対必要である。そこから、物忘れが出てきた人をどう救うか、その体制ができてないということである。だから、相談を受けられる専門家、それをサポートできる人たちを置いていくだけでやっていけると私は言っているが、その時にお金の問題が出てくる。社協とかいろんなところから出ている補助金もあると思うが、その辺りの活用だけでは、なかなか難しい。私も全国の様子を知っているが、みんな赤字である。最低でも来ていただく方への謝礼を、うちは全部500円。専門家であろうが書道の先生であろうが、市民サポーターであれば全部500円という考え方で統一してやっている。久留米市も市民活動の助成金も出る。ちょこっとデイとか、住民型認知症カフェも住民型通所サービスB、総合事業で年間30万円出るようになった。こういうことを、ふれあいサロンで、ふれあい会で活用すれば、また検討可能かと思っているがいかがだろうか。

- ・私はそれがなかなか簡単じゃないと思っているので、最低、受益者負担で1000円を2000円、3000円にする努力をしている。ふれあいサロンの中での認知症カフェは、プラスで考えていくべきだと思う。専門家が来るのだから、その方のためにプラス3000円でも5000円でも頂くぐらいで、利用者の方は文句を言わないと思う。うちは今、625円もらっている、確かにお金の問題で来られない方もいると思うが、それは次の問題になると思っている。
- ・連携が必要である。ふれあいサロンでの認知症の方の受け入れが難しければ、連携して認知症カフェに振っていただければいいと思う。無料で選ぶか選ばないかは、利用者の判断である。ここの価値がわかれば、お金は払っていただける。生活保護者の問題とは別なので、そこだけご理解頂ければと思う。
- ・認知症ということが頭にあるから、足を運びにくいというのはあるのではないかな。
- ・「認知症カフェ」とうたっている認知症カフェには、ほとんど来ない。ここは「認知症予防カフェ」だから、予防のためにやっているんだと紹介してほしい。認知症の予防で来ているということが、しっかり伝わればいいのではないかな。
- ・マンションの方は、カルチャースクールに行っているお年寄りが多い。「そんなところ、お年寄りの集まりではないか」と言われる。だから、サロンにも来られない。
- ・確かにイメージの問題はあると思う。こんなにおもしろいですよ、こんなに楽しいですよということがわかると、来られると思う。
- ・まず土台づくりではないが、発起人になってくださる方がいて、基盤をしっかりしてくださる方がいれば、広まっていく可能性は大きいと思う。
- ・全国の認知症カフェの8割は介護事業所である。行政から言われてやっているところが多い。その8割の介護事業所には、人がいない。だから、月に1回である。月に1回でいいのかという部分もあるが、やはり人がいないこともあり、場所の問題もあって、ちょっと気軽には集えない。だから外に出ようと言って、外に出るところが今増えてきた。地域の中の集会所とか、そういうところで行っている。
- ・あちこちの介護事業所が、認知症カフェをやりたいと、うちに見学に来る。しかし、自分ではやらない方がいいと言っている。週に1回以上やれるのは、住民とかNPOだから、そういうところを地域で探して、それを応援してあげてくださいと言っている。そういう認知症予防カフェを広めていきましょうというのが、我々の提案である。
- ・企画として月1回できても、それでは意味がないと思う。そうなったときに事業所として関わることは、逆に潰していくことにつながると思う。定着させることを考えると、基盤になって、いつもそのことで動ける人がいてくれて、周りにサポートの輪ができるという体制をつくるのが、長続きするし、楽しいことの連鎖につながっていくと思う。
- ・60歳代前後の人たちは、世の中にいっぱいいる。思いもあって、時間もある人を掘り起こすのが鍵。だから、その掘り起こしを今ご提案している。人材を発掘するプロジェクトを検討しましょうと、今言っている。それはやっぱり進め方。そこが一番大きな課題だと思う。運営者をいかに見つけるか。ノウハウはうちが全部提供すると提案している。

発掘のためには、広報も含めて市の協力が必要。

- 10年前にオレンジリングに参加したときは、久留米市では745人だった。つい最近では3万人がサポーターということである。この方々の活躍の場をどのようにつくるというか、お勧めするかというのは大きなテーマである。この活動を、国は15年前からやっているが、やっと今年、フォローアッププログラムができた。オレンジリングサポーターになるために90分の講座を受けた方に、さらに深く関心を持っていただけるようなフォローアッププログラムが示されたと同時に、そういう方々は自分の地域で認知症の方をサポートする役割があるので、それをどういうふうに生かすかということを考えているところで、具体的な行動をやるつもりである。
- 今度、人材発掘というプロジェクトを考えている中に、今の認知症サポーター、今300人程度いるキャラバン・メイトの方々にも声かけをお願いしたい。広報くるめでもお願いする。SNSも含めて、多くの、行政も含めた地域包括支援センターとか医師会とかいろいろ入れて、みんなで声かけする。この社会福祉をどうしていくか。単純にボランティアをしたい人にまず集まってもらう。そこで認知症予防カフェも提案する。そこに人材が眠っていると思う。
- その次が問題で、その方々を育成していく研修として、私どもは8回研修を考えている。そして1年かけて、次年度から認知症カフェを始めるというプログラムだが、第8期福祉計画の協議委員会の皆様、ぜひこれを市とともに実現してほしいと思う。
- 人材はいる。見つけきってない、掘り起こせてないということである。そこを特に行政にはお伝えしながら、我々とともにやっということを今ご提案している。そうしていくと、いろんな活動が広がっていくと思う。地域支え合いにもつながる。

### (3)十三部老人会

期日：令和2年1月16日 10：30～11：30

場所：十三部公民館

#### 《ポイント》

##### 【活動の立ち上げや参加したきっかけ、参加して感じていること】

- ・ 回覧板を見て、友達を誘ってきた。
- ・ ポストにチラシが入っていたので、運動不足だから、ちょっと入ってみようかと思った。
- ・ 参加している皆さんが良いから、参加しようということになると思う。
- ・ 歩けなかったが、参加するように来るようになってから歩けるようになった。
- ・ 若い人が来ると、自分の気持ちも若くなる。

##### 【活動に参加しない人の想定される理由】

- ・ 自分たちより年上でも「俺は老人じゃない」という人が多い。
- ・ 皆の活動の中に入るのに、最初がとても緊張するのではないか。
- ・ 出るのは楽しいとか、ためになるというのはわかっているが、そこを一踏ん張りして「行こう」と動くかだと思う。
- ・ みんなと一緒に活動するよりも一人の方が楽しいという人と、体力的に来るのが難しい人が結構いる。
- ・ まだ64、65歳ぐらいまでは仕事をしている、年金は65歳以上でないとももらえないから、仕事をしないといけない。そうすると、仕事優先になる。

##### 【活動を続けていく、広げていくためのポイント】

- ・ 年齢は、ある程度アバウトで、来たい人はどうぞというような感じ。
- ・ 高齢者という枠を決めない方が、活気が出るのでは。

#### 《聞き取り内容》

##### 【活動のきっかけなど】

- ・ 回覧板を見て。それで友達を誘ってきた。
- ・ 老人会ができてから、みんな誘い合って来た。
- ・ 発足したのは、老人会の中の曜日を決めて、木曜日のグラウンドゴルフをした後がよからうということで、木曜日に決めてもらった。それから2年半経過している。
- ・ ポストにチラシが入っていたので、運動不足だから、ちょっと入ってみようかと思った。
- ・ お友達と会話ができたり、楽しくなる。

- ・会長さんや役員の人たちが引っ張ってくださる。
- ・やはり参加している皆さんがいいから、参加しようということになると思う。悪い人がいたら長続きしない。
- ・御井町の方からも、2人来ている。
- ・周りに同級生、同じ年の人が4、5人いらっしゃるが、なかなか誘いについてきてもらえない。
- ・朝から一踏ん張りしないと、なかなか県道を渡りにくい。
- ・老人会クラブを立ち上げるとき、「老人会」という名前を使いたくなかった。最初「十三部クラブ」で登録したが、市との調整の際、老人会という名前がついてないといけないようなことを言われて、今、「十三部クラブ老人会」としている。

### 【活動内容・改善効果など】

- ・全然歩けなかったが、これに来るようになってから歩けるようになった。
- ・気のせいだと思うが、頭がよくなったような気がする。
- ・千本杉から来る人も「歩くことが苦手やったけど、ここに来るようになって、何か歩くのがスムーズになった」ということは話していた。
- ・「老人会」というのがすごく抵抗があった。それでちょっと足踏みしていたが、来たら皆さんお元気で、私以上の年齢の方もいらっしゃるし、すごくパワーをいただいている。
- ・若い人がいらっしゃったりすると、自分の気持ちも若くなる。

### 【参加しない理由等】

- ・自分たちより年上でも「俺は老人じゃなか」という人が多い。
- ・地域性というか、個人のつながりがないと難しい。
- ・みんなと接したくないという人もいる。
- ・「十三部クラブだより」というものを、会員さんには毎月出している。そして、それを一応回覧板でコミセンのほうから回してもらおうが、それを見て来られた方もいる。それでも、回覧板を回しても、「ああ、これは老人会やろう」といって見ない人もいると思う。
- ・皆さんの中に入ってくるという、初めがとても緊張する。
- ・初めもだが、毎回そうである。勤めているときに感じていたが、仕事に行くというモードにならないと、パートとかも行けなかった。まして、小地域のサロンなどで食事したりするのは、人前で一緒に食事するということから、とても緊張されるのではないかと。
- ・出るのは、楽しいとか、ためになるというのはわかっているが、そこを一踏ん張りして「行こう」と動くかだと思う。
- ・ここは体力的に元気な人しか来れない。普通のサロン、食事会にも誘うが、半数くらいは「私、そんなに人前に行きたくない、出たくない」という人がおられる。来てもいいが体力的に来られない、歩くのがやっとなかという方もおられる。人前にあまり出たくない。ひとりのほうが楽しいという人と、体力的に来れない人が結構おられる。

- ・50歳代の友達がたくさんいるが、その若さにエネルギーをもらえることがある。会話もできるし、脳も活性化する。そういう人は入れないのかなと思うのだが。
- ・老人クラブとしては、回覧板にも「60歳以上」と書いている。その辺りは、ある程度アウトでいいというような感じで、来たい人はどうぞというような感じである。ここの「ここにコストップ」も、一応「誰でもご自由に」ということは書いている。
- ・高齢者という枠を決めないほうが、活気がでるのではないか。
- ・まだ64、65歳ぐらいまでは仕事をしている、年金は65歳以上でないとももらえないから、仕事をしないといけない。そうすると、仕事優先になる。校区の老人会、校区老連のほうにも、役員をしてある方で60歳ちょっと位の方がいらっしゃるが、仕事があるからなかなか出て来られない。
- ・地域には、子ども会もない。以前はあったが、子ども会に入ったら親が役員などをしないといけない。そういうことがネックになっているのではないか。

#### **【心配ごと、困ったとき、近隣との助け合いなど】**

- ・一人で生活している。だから、例えば自分が病気したりしたときに、どこかに頼むところがあるといいなと思う。まずは、近くに友達がいるが、何かそういうときに市から支援していただければ。
- ・今は、すぐ119番するのはいけないと、よくテレビなどで言っている。自分が具合悪くなったときなどは、やっぱり心配。近くに子どもがいるが、子どもも仕事を持っていて、そこにいなかったりする。そういう時に、自分はどうしたらいいかというのが心配。
- ・やはり民生委員さんしかいないので、カレンダーにしっかり電話番号を書いて、「これを見てください」と人には言っているが、自分がいざなったら、どこでどうしようかという不安に駆られる。
- ・まずは隣近所から。携帯電話でも、連絡できるようにしていると安心だと思う。
- ・声かけが必要。
- ・プライバシーに関するところも難しい。ちょっとひどい病気になられたら、家族に話が行って、近所にはもう情報は入らない。



#### (4) 原田火曜会

期日：令和2年1月21日 11:30~12:30

場所：原田公民館

##### 《ポイント》

###### 【活動の立ち上げや参加したきっかけ、参加して感じていること】

- ・校区のコミュニティセンターで、地域包括支援センターの介護予防の勉強会があったが、距離が遠くてもう年齢的に行けない。それで、「近くの自治会でやってほしい」という声が出てきた。
- ・総会の際に、意見を聞いたら、ほとんど「参加したい」という意見だった。今までずっとそれからのメンバーで活動をしている。
- ・以前から、何人かは立ち上げたいという気持ちはあった。
- ・ラジオ体操は毎日していたので、その人たちに話したが、老人会とは別に世話役をつくらうという話をした。そうしたら、地域包括支援センターからどのようにしたらよいかという話があって、すぐ賛成ということになった。
- ・元気になってきた。
- ・楽しい。病気の人、入院している人以外は、ほとんど毎回、全員が参加している。

###### 【活動に参加しない人の想定される理由】

- ・集落到180人ぐらいいる中で、65歳以上が75、6人。高齢化率はすごく高い。限界集落到近づいている。そして、男の人たちが出てこない。老人会の中で80歳が一番下。
- ・下の世代からの参加がないので、しばらくしたらまた年齢も上がって、参加する人も出てくるのではないかと思っている。70歳前は現役で、まだちょっと若過ぎる。

###### 【活動を続けていく、広げていくためのポイント】

- ・91歳の方が、「自分は何もできない」と言われるから、「できなくていい。したくないならしなくていいので参加してほしい」と言っている。
- ・家に閉じこもっているのが一番悪い。何ができなくても、みんなと一緒に会うだけでいいから、と言っている。

##### 《聞き取り内容》

###### 【活動のきっかけ】

- ・平成29年4月から始めたので、令和2年3月いっばいで丸3年になる。
- ・校区のコミュニティセンターで、地域包括支援センターの介護予防の勉強会があったが、

- そこまではもう年齢的に行けない。それで、「地元でやってほしい」という声が出てきた。
- ・老人会の総会のときに、皆さんに意見を聞いたら、ほとんど「参加したい」ということであつた。今までずっとそういうメンバーで来ている。
  - ・地域包括支援センターが中心になってやってもらつたので、向こうにも通っていたが、「こちらでやりましょう」という話になつた。そのかわり、「ご協力をお願いします」ということで、最初は支援して頂いた。
  - ・今入所しているとか、病気の方たちは来ていないが、「どなたでも結構です」ということで話をしている。一応、老人会とは別の行事であるが、老人会の会合があつたり、こつちがあつたりと、参加するのはほとんど同じ人間である。
  - ・以前から、何人かは立ち上げたいという気持ちはあつた。それで、ラジオ体操は毎日していたので、その人たちに話したが、老人会に世話役をさせると入り手がなかつたり、世話役のなり手がなかつたりするから、それとは別に世話役をつくらうという話をした。そうしたらちょうど、地域包括支援センターの方から話があつて、すぐ賛成ということになつた。

#### 【活動状況など】

- ・元気になってきた。
- ・楽しい。病気の人、入院している人のほかは全員来ている。
- ・この地区は隣組が6組しかない。だからその中で、班長を一人ずつつuckingしている。連絡係やこの鍵当番である。
- ・“楽しく”を第一にして、時々ケーキを買つたり、クリスマスにケーキを買つたり。もうすぐぜんざい会をする。今、シニアの文化祭に出す作品を作っている。去年、久留米市に出して、優秀賞をもらった。

#### 【参加されない理由】

- ・長寿会は65歳以上だが、集落で180人ぐらいいる中で、65歳以上が75、6人。高齢化率はすごく高い。限界集落に近づいている。そして、男の人たちが出てこない。私たちが長寿会の中で80歳が一番下。
- ・長寿会には70人ぐらいいた。ただし、入院患者とか病院通いの人もいて、全部入れかえて50人になつた。
- ・病院通いの人などがいて、常時30名ぐらいの参加。15名ぐらいは体が悪いとか、病院通いをしているとかで、よく集まって35名ぐらい。もうどんどん減っている。
- ・下からの参加がないので、しばらくしたらまた上がってくるかと思っている。70歳前は現役で、まだちょっと若過ぎる。

#### 【活動を広げていくために】

- ・91歳の人が、「自分は何もできない」と言われるから、「できなくていい。したくないな

らしなくていいので参加してほしい」と言っている。

- ・家に閉じこもっているのが一番悪い。「何ができなくても、みんなと一緒に会うだけでいいから」と言っている。
- ・よその集落の人たちにも少しは言っている。それで、何回かよその集落の人たちも見に来た。

### 【問題点や困る事など】

- ・このひとり暮らしは若い人だろう。今、夫婦二人は5、6軒だろうか。だから、あと10年したら空き家が出てくる。
- ・若い人たちはどんどん便利なところに出ていくから、私らだけが残っていく。
- ・年齢の差がちょっとあるから、若い人にはちょっと物足りないと思う。
- ・ここは人間が増えない。住宅が増えない。だから、人間の入れかわりがない。
- ・いろいろ言われるのは、やっぱり世話約が大変だということだが、全然世話する必要はない。班長さんたちがいるから、何も自分たちはする必要はない。ただ、何か連絡があったときだけよそに連絡するだけでいいから、全然大変じゃない。うちは一番最初に班長さんを決めて、言い出しっぺの人たちを役員に入れた。
- ・「こういうことをやりたい」という、何人かのグループから始まっている。友だちのメンバーが言い出し、声を掛け合って、そうしたら、小さなグループができて、自治会長なり老人会長さんたちに協力してもらった。
- ・最初から大きい集まりでやったら会長さんも大変。結構仲いい人たちがいるから、誘い合わせで、そういう人たちを引き込んでいくのがよいと思う。

### 【市との連携や要望】

- ・個人的には、地域包括支援センターからは、「こういう仕事をしていますよ」ということで、時々来てもらって話をしてもらい、「何かあったらそちらに行ってください」とメンバーの人には言っている。まだ今のところは元気で、頼むというようなことはない。
- ・全体の運営のためには、地域包括支援センターとの連絡が必要だと思う。そして、市内の施設との連携が必要。
- ・コミュニティセンターで、毎月1回やっている介護教室に行っている。あそこも決まった人たちで今は人数が少ないが、行けば楽しいから参考になる。向こうで教えてもらったのを、ここで実施している。
- ・うちでは健康づくり財団、それから「ドレミで介護予防」で市の支援を受けている。一番喜ばれるのは「ドレミで介護予防」だが、火曜会のほうで「ドレミで介護予防」を年に2回しか利用できないというのは少ない。
- ・財団の方と市の二つ合わせれば、年に4回はできる。そういうのはフルに活用させてもらっている。
- ・一番集まりやすいのは、やっぱり年とってからはお茶菓子食べてわいわいということだろ

う。市の助成は飲食がだめなので、参加者から少し参加費を頂く。

- 久留米市への要望として、年をとって買い物に行くのが不自由になってきたときに、バスとかを回してもらえるとありがたい。幾らかは出していいので、そんなバスがあったらいい。

- 移動手段が確保できたらありがたい。買い物とか病院とか、よく使うところだけでも、皆さん乗り合わせなどで。

## (5) デイサービスあおぞら

期日：令和2年1月27日 14:00～15:00

場所：デイサービスあおぞら

### 《ポイント》

#### 【活動の立ち上げや参加したきっかけ、参加して感じていること】

- ・家族から勧められた。
- ・主治医から「リハビリになるよ」と勧められた。
- ・知り合いが通っていた。
- ・みんなで話しすることが楽しい。認知症の防止になっている。
- ・元気になった。健康になった気がする。
- ・お風呂に入れるのがうれしい。(自宅では入浴するのが困難)
- ・外に出る機会になっている。(デイ以外に外出することはほぼ無い)
- ・みんなで一緒にお話をしながら食事ができるのが楽しい。家ではあまり食べない人も、デイに来ると食べるので、家族も安心している。
- ・デイに来る以外は、家でテレビを見ることが多い。(運動を家ですることはない。)
- ・定期的に顔を合わせるのいい。
- ・家にいると寝ていることが多い。デイサービスに来ると周りに人がいるので、シャキッとなる。
- ・家ではあんまり話はしない。デイサービスでいろんな人と会えるので、話がたくさんできる。

#### 【活動を続けていく、広げていくためのポイント】

- ・家族と同居している人は、家族が送り迎えをしてくれるが、移動に困る方がいる。
- ・送迎があるのでこのサービスを利用できる。送迎は必要。
- ・みんなに会うのは楽しい。デイサービスのような高齢者が集まる場を続けてほしい。

### 《聞き取り内容》

#### 【活動のきっかけ】

- ・身体障害者になってから、ずっと参加している。
- ・家族から勧められて来ている。
- ・主治医から「リハビリになるよ」と勧められた。
- ・知り合いが参加していて、一度見学に来てみたのがきっかけ。

### 【活動状況・改善した事など】

- ・参加者それぞれに合わせて、塗り絵や脳トレをやっている
- ・お話やお絵かき（色塗り）をしている。
- ・体操や、機能訓練などもやっている。
- ・みんなでお話することが楽しい。認知症の防止になっている。
- ・脳トレも行っている。（都道府県名を答えたり、お試し参加者に対して自己紹介）
- ・デイサービスに来ることが楽しい。
- ・歌をみんなと一緒に歌うことが楽しい。
- ・体操、クイズ、・カードゲームをやっている。

### 【活動の参加頻度】

- ・毎日来ている人もいるが、週1回から3回くらいの人もいて、回数は人それぞれ。
- ・通っている人は田主丸町在住の方がほとんど。
- ・身体の状況などを踏まえて、グループ分けをしている。

### 【参加することによっての効果】

- ・奥さんと一緒にご主人もこられている。
- ・元気になった。健康になった気がする。
- ・お風呂に入れるのがうれしい。（自宅では入浴するのが困難）
- ・外に出る機会になっている。（デイ以外に外出することはほぼ無い）
- ・食事が美味しいので、みんなほぼ完食している。
- ・野菜も多く、バランスよく、様々なものが食べることができるので毎日食事が楽しみ。
- ・みんなと一緒にお話をしながら食事ができるのが楽しい。家ではあまり食べない人も、デイに来ると食べるので、家族も安心している。
- ・デイに来る以外は家でテレビを見ることが多い。（運動を家ですることはない。）
- ・体操するので体が動くようになった。
- ・頭を使うようになった。
- ・生活のリズムが整った。
- ・デイサービスに行く前には、洋服などの準備をする。
- ・定期的に顔を合わせるのいい。
- ・家にいると寝ていることが多い。デイサービスに来ると周りに人がいるので、シャキッと  
なる。
- ・家ではあんまり話はしない。デイサービスでいろんな人と会えるので、話がたくさんできる。

### 【問題点や困る事など】

- ・課題等ではないが、来年度から年数回、デイの中で買い物に出かけるという企画を予定し

ている。

- ・買い物に自分で行くことはない。なので、買い物に困るということはない。
- ・移動に困る方がいる。家族と同居している人は、家族が送り迎えをしてくれるが。
- ・送迎があるのでこのサービスを利用できる。送迎は必要。
- ・みんなに会うのは楽しい。デイサービスのような高齢者が集まる場を続けてほしい。

### 【その他】

- ・施設の人に良くしてもらって特に困ることはない。
- ・困ったことがあったら、家族や民生委員に相談できる。
- ・家の近くに主治医がいて、定期的に見てもらっている。
- ・家族と住んでいるため、ヘルパーさんの利用はない。
- ・デイに行かない日は、集落の老人会に参加したり、老人センターの草取り作業に参加したりしている。
- ・時々、ショートステイを利用している。
- ・ご近所さんとの交流もあり、デイサービスに誘っているが、「私は行きたくない」と家に閉じこもりがちな人もいる。

### 【今後必要なサービス等】

- ・デイサービスをもっと作ってほしい。送迎付きの通いの場が必要と思う。
- ・こういうサービスはいいと思う。

### 【元気を維持するために必要なこと】

- ・人に会うことが元気になる秘訣。デイサービスは仲良くなった人に会えて、おしゃべりができるので、すごく元気になる。
- ・好き嫌いせずに何でも食べる。
- ・運動として、自転車や歩いたりして、畑に行っている。

令和元年度 久留米市高齢者実態調査 利用者インタビューによる  
各団体からの聞き取り調査 報告書

令和2年7月

発行：久留米市 健康福祉部 長寿支援課

〒830-8520  
福岡県久留米市城南町15番地3  
TEL 0942-30-9184  
FAX 0942-36-6845