

# 「N・S・Cぽつぽつ隊」の活動

N(南街)・S(桜が丘1丁目)・C(中央)

## 活動域：

南街・桜が丘1丁目・中央

## 目標：

『高齢者に優しい安心・安全で支え合いの出来るまちづくり』

## 実施事項：

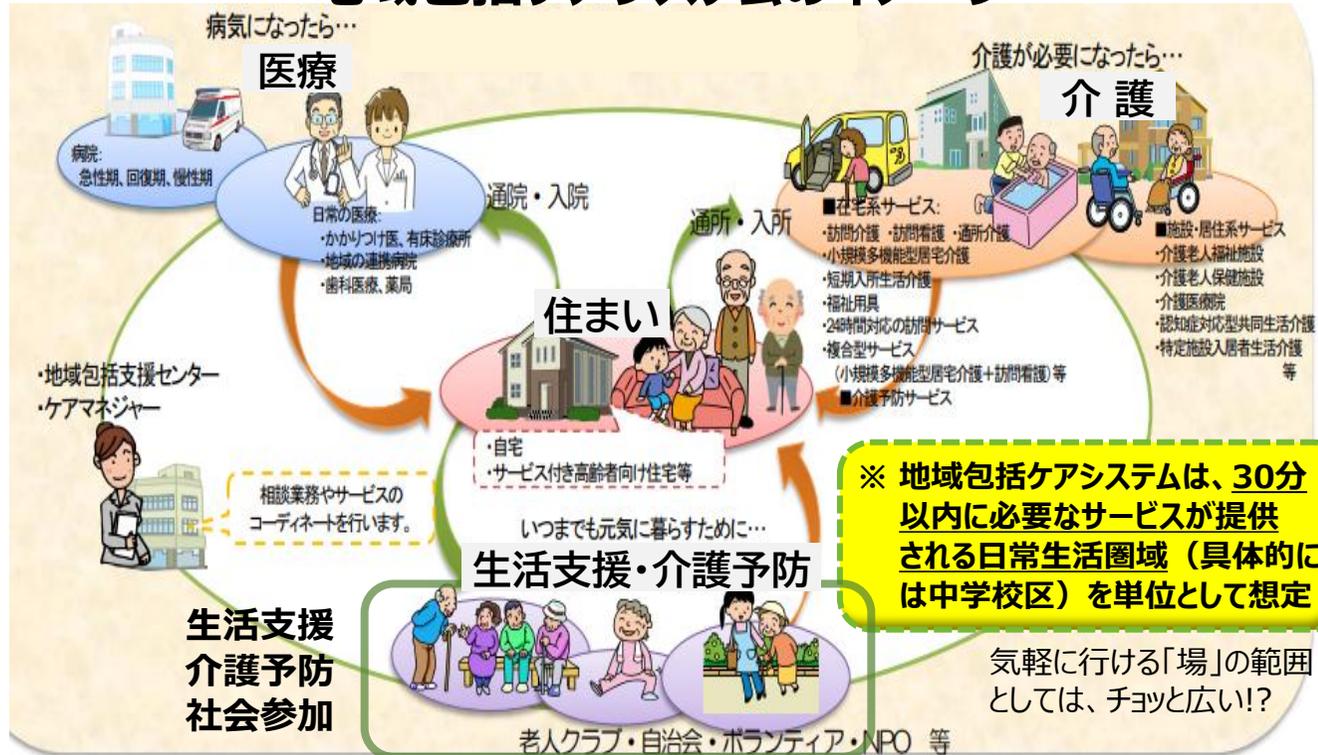
### 生活支援・介護予防サービス

- 地域ニーズの把握とサービス創出
- 住民主体、NPO、民間企業など多様な主体の様々なサービスとの連携体制づくり
- 地域サロンの開催
- 見守り協力員、民生委員との連携等

### 高齢者の社会参加

- 現役時代の能力を生かした活動
- 興味、関心がある活動
- 新たにチャレンジする活動
- 趣味活動
- 健康づくり活動、地域活動
- 介護、福祉以外のボランティア活動等

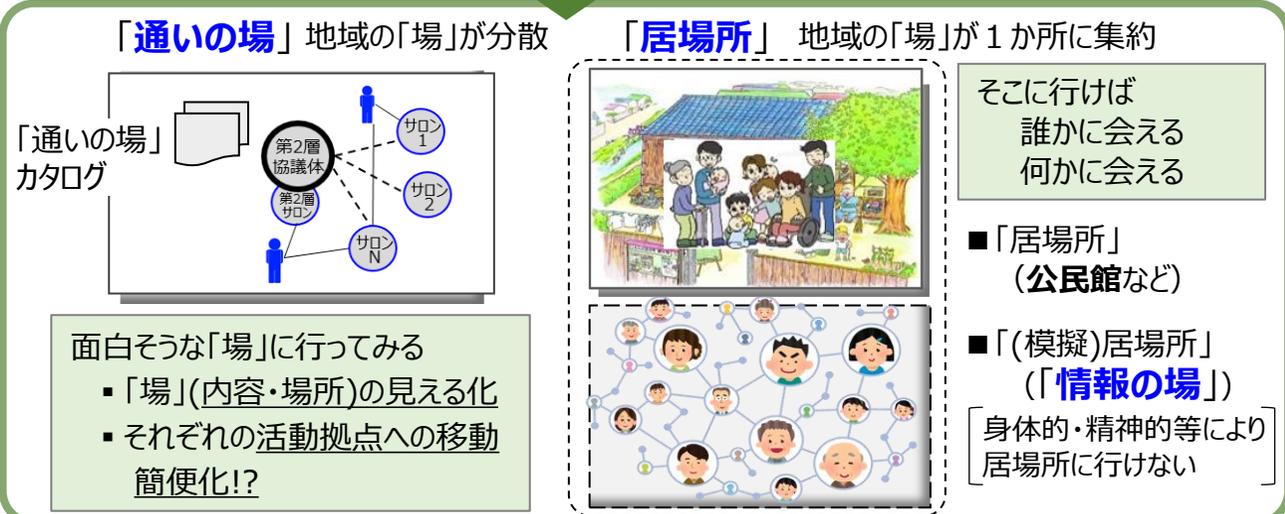
# 地域包括ケアシステムのイメージ



※ 地域包括ケアシステムは、30分以内に必要なサービスが提供される日常生活圏域（具体的には中学校区）を単位として想定

気軽に行ける「場」の範囲としては、チョッと広い!?

個人の都合・好みにより多様な「場」を自由に選択



「通いの場」地域の「場」が分散

「通いの場」カタログ

第2層協議体

第2層サロン

サロン1

サロン2

サロンN

面白そうな「場」に行ってみる

- 「場」(内容・場所)の見える化
- それぞれの活動拠点への移動簡便化!?

「居場所」地域の「場」が1か所に集約

そこに行けば誰かに会える 何かに会える

- 「居場所」(公民館など)
- 「(模擬)居場所」(「情報の場」)

身体的・精神的等により居場所に行けない

# 「N・S・Cぽつぽつ隊」2024～2025年度の活動内容

## 【活動目標】

『高齢者に優しい安心・安全で支え合い  
の出来るまちづくり』

## 【活動の基本方針】

- ご自宅の近くで開催
- 安心・安全を楽しく
- フレイル予防を楽しく
- 交流・助け合い
- 住民の皆さんが主役

- 2024～2025年度は学びの場を開催  
防災・防犯・安全・高齢者介護
- 2026年度は  
楽しい交流の場も準備中

## ★2024年度「地域交流の場ぽつぽつ」

- |           |                             |
|-----------|-----------------------------|
| 1. 暮らしの防災 | [4月] 火を出さない                 |
|           | [5月] 家具の転倒を防ぐ               |
|           | [6月] 食料などを準備しておく（日常備蓄）      |
|           | [7月] トイレの備え                 |
|           | [9月] スマホで防災（スマホでの災害情報の入手方法） |
|           | [10月] 外出先で帰宅困難になった場合の行動ルール  |
|           | [11月] 地域の防災活動・訓練の狙いと実施内容    |
|           | [12月] 自分でできる“薬の情報”管理        |
|           | [1月] 災害時に備える筋力トレーニング        |
|           | [2月] 災害伝言ダイヤル（安否確認）実習       |
|           | [3月] 被災時のアロマセラピー            |

## ★2025年度「地域交流の場ぽつぽつ」

- |           |                        |
|-----------|------------------------|
| 1. 防犯・安全  | [4月] 詐欺から身を守る          |
|           | [5月] 自分事の防犯対策          |
|           | [6月] ネット詐欺から身を守る       |
|           | [7月] 交通事故削減方法を学ぼう      |
|           | [9月] 消費者被害を防ぐために①      |
|           | [10月] 消費者被害を防ぐために②     |
| 2. 老いを考える | [11月] 終活を考える           |
|           | [12月] 成年後見制度を学ぶ        |
| 3. 認知症    | [1月] 看護師さんから認知症を学ぼう    |
|           | [2月] 認知症サロンの方から認知症を学ぼう |
|           | [3月] 薬剤師の目線から認知症予防を学ぼう |

# 「N・S・Cぽつぽつ隊」が目指すこと（現在+今後 → 将来）

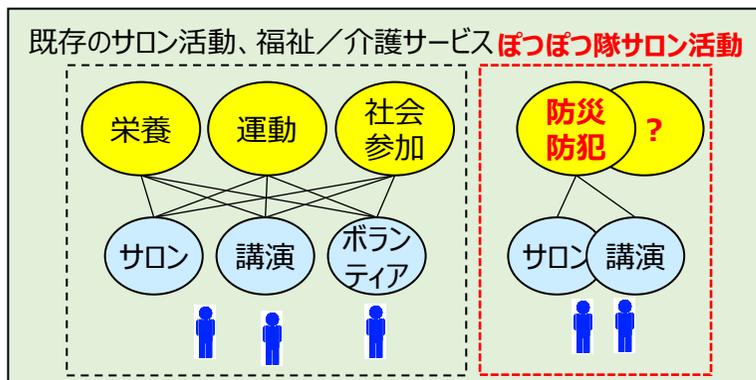
## [Step 1] 地域ニーズの把握と 個々のサービス開発と改善

### <地区の特徴>

- 高齢者比率、高齢者の一人暮らしの比率が大きい地区。（他地区も同様だが）
- 「防災・防犯」に関するサロン活動が無く、自治会の「防災活動」や「防犯活動」に関わっている人と、自治会会員ではない人（自治会が無いエリアの住民も含む）の知識や準備行動の格差が大きい。（地域防災力向上の障害）

### <サービス創出>

- 先ずは、自分自身の命を守る「自助」防災の内、地域住民全員が最小限やるべき準備・行動をプログラム化する。（月1回）
- 各拠点（サロン等）の要望に応じて「ぽつぽつ隊」より講師派遣しプログラム展開図る。
- プログラムの新規開発と改善



## [Step 2] サービスの展開 （サービスのネットワーク化と拠点づくり）

### <「居場所」づくり>

- N・S・C地区内の“南街公民館”（仮）を居場所とし、居場所の1か月のプログラム構成作成する。  
南街公民館“利用連”との協業調整 → カタログを作る  
→ プログラムの内容、場所、日程を網羅的に表示。  
自身で月単位で参加予定を設定できる。

### <「通いの場」のネットワーク化>

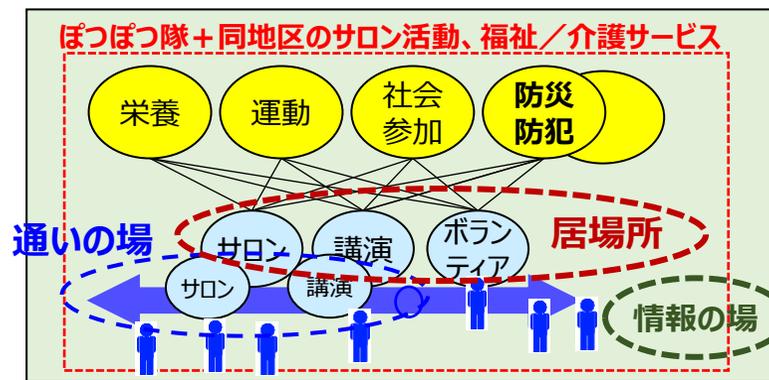
- N・S・C地区主要拠点（居場所以外の公民館・市民センターなど）のプログラムカタログを作る。

### <「情報の場」づくり>

- 身体的・精神的に外出できない人への「情報の場」作り。  
ネットワーク化・見守り訪問など

### <共通>

- 各協議体が開発したプログラムや各拠点（サロン等）の優良プログラムを実施できる拠点を増やす。  
その逆も。サービス提供のネットワークづくり。



## [Step 3] インクルーシブケア

- 「インクルーシブな地域包括システム」検討会を立上げる。  
→ 多様な人の困りごとを吸上げ、改善するしくみ  
→ インクルーシブ生涯教育のしくみ等について
- 検討会で抽出される課題を解決するプロジェクトを推進  
→ 行政、他のボランティア団体との連携

サービス開発・改善と展開のサイクルを回す

## [Step 1] (地域ニーズの把握と個々のサービス開発と改善) における問題認識と課題

### <問題認識>

- サービスを届けたい人にどうやって知らせ、参加してもらうか？  
自治会の会員でない住民、自治会が無い地域の住民
- 現在の場所は個人的に負担を掛けている、及び参加人数によっては手狭になっている。公民館／市民センターの予約取りにくい。
- 防災・防犯などの“知識伝達型”の「場」だけでは、飽き易い！？  
比べて、料理・体操・趣味などの“体験型”の「場」は飽き難い！？

### <課題>

- 地域としてのサービスの過不足把握と新規サービス開発  
→ 地域住民の抱えている問題、要望を聞く（アンケートもあり？）  
→ 年間で複数テーマを検討（知識伝達型＋体験型）  
[ぽつぽつ開発プログラム] 防災、防犯  
[（他拠点）体験型プログラム] ？？
- 地域の人々に知ってもらい、参加してもらう方法  
→ 市役所LINE公式アカウント、社協HPへの掲載
- 開催場所をできれば固定したい。（ぽつぽつ隊はいつもあそこでやってる）  
南街公民館、高齢者福祉館、南街地域集会所、・・・  
上記 市営公共施設の優先予約を可能にしよう！！

## [Step 2] (サービスのネットワーク化と拠点づくり) における問題認識と課題

### <問題認識>

#### 1. 一般的な認識

自身の生活の中や近隣地域自治会内外で感じるコミュニケーション

#### ■自治会エリア内の高齢者間及び多様な世代間とのコミュニケーション停滞

- 回覧板を回す時の挨拶が疎(最も基本的なコミュニケーション)
  - ◀高齢者> 身体的な理由で回せない
  - ◀その他年代> コミュニケーションするのは面倒/時間が無い

#### ■近隣に話す「場」が無い/少ない

- すぐに相談できる、井戸端会議的な「場」(物理的な「場」)
- SNSなどの適度な距離感の方がありがたい?  
(情報的な「場」)

#### 2. ぽつぽつ隊を含む各種サービスへのアクセス性

市内どこからでも、受けたサービスに気軽に参加できるか?

#### ■集約化(ここへ来れば受けたサービスが何でもある)

- 新たな場所設営は大変(場所、費用-現実的には??)
- 既存の公民館などの施設を「居場所」として使えないか?  
(サービス内容、単なるプログラムの集合体でいいか?)  
→ 「居場所」のカタログ化と教宣

#### ■ネットワーク化(複数場所で同一のサービスを提供)出来るか?

- 各サービス提供者が他の提供者のサービスを自前で実施できるか  
→ サービス実行力(知識・提供方法)の教育、学習方法
- 各サービス提供者が他のサロン等に講師として出向く
- アクセス性が均等になるようにサービスを分散配置できるか?
- 「居場所」に行けない人、居場所に無いプログラムに参加したい人のための補完的役割として検討すべき?
- サービス内容の見える化  
→ 「居場所」以外のカタログ化と教宣
- 受けたサービスへのアクセス方法(遠い場所への行き方)  
ちよこバス増便?、タクシー費用補助?

### <課題> 以下課題の検討会を立ち上げる

#### 1. 「居場所」づくり

##### ■「居場所」の作り方要領策定と試行

- 居場所の基本要件:
  - (1)欲しい情報、やりたい活動がある
  - (2)運動・栄養・社会参加・防災等バランスの良いサービス
  - (3)多様な年齢、性別にとって居心地が良い
  - (4)アクセスしやすい
- 「居場所」を実体験できる実際の家屋、公民館等の借用/活用  
の理解を得る。  
→ 「南街公民館」の場合は“利用連”と概念、実施要領等について調整要

#### 2. 「通いの場」づくり

##### ■共有化(複数の場所で同一のサービスが受講できる)

他拠点プログラムと「ぽつぽつ」プログラムの共有化。

##### ■サービスのネットワーク化(受けたサービスの場所に気軽に行ける)

- 「居場所」以外のサービスカタログ化  
地域の人々が自身で参加したいサービスを選択し、気軽に行く
- 参加の為の足の確保(乗合タクシー/ちよこバス 費用補助)  
運転免許返上促進のためにも

#### 3. 「情報の場」づくり

##### ■「居場所」「通いの場」のプログラムを冊子、動画などで個別に配布できるようにする。

- 見守り協力員、民生委員、ほっと支援センター職員などが訪問する際に説明し必要に応じて手伝いをする。

## [Step 3] (インクルーシブ地域包括ケアへ) における問題認識と課題

### <問題認識>

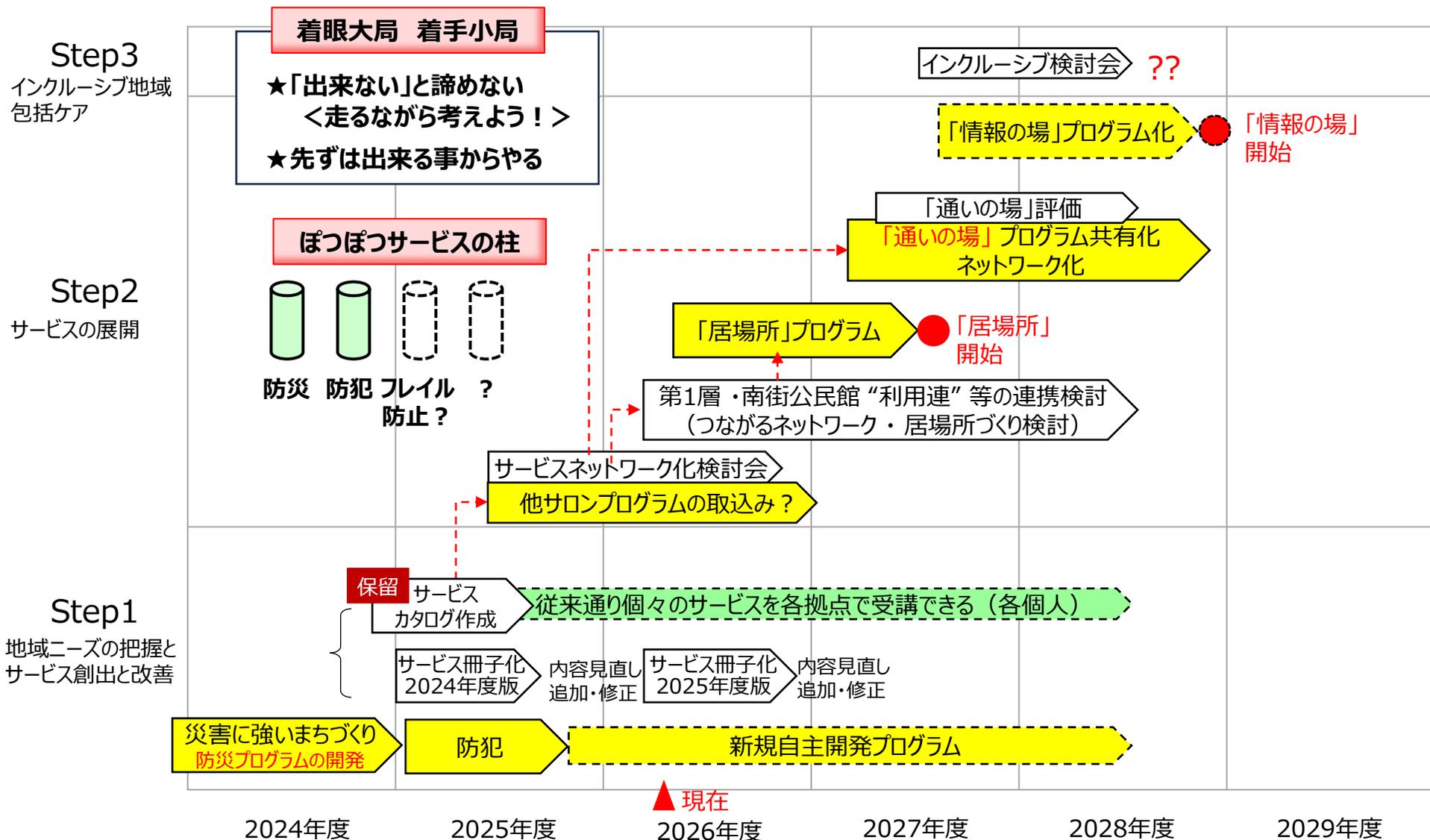
- 「インクルーシブな地域包括ケアシステム」  
どんなプログラムとするか、具体的内容、策定方法が分からない。  
具体的な問題を知らない (どんな人がどんなことを困っている)  
(インクルーシブ生涯教育の思いはあるが)

### <課題>

- 「インクルーシブな地域包括ケアシステム」 検討会を立上げる。  
検討会メンバーは？
- 課題解決プロジェクトの推進方法  
問題認識、解決技術、試行予算、・・・

# 「N・S・Cぽつぽつ隊」 中期計画（2026-2028年案）

毎年、見直しローリングする（常に以降3か年の計画）



# 2025年度 ぽつぽつ活動 実施計画（実績と計画）

Step	実施項目	2025年度												備考	
		4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3		
1	サービスの開発・実施 ①防犯関連講話 ・特殊詐欺 ・?? ・??	詐欺から身を守る ●	自分事の防犯対策 ●	ネット詐欺から身を守る ●	交通事故削減方法を学ぼう ●										@南街老人福祉館
	②交通安全					夏休み	消費者被害を防ぐために ① ●	消費者被害を防ぐために ② ●	消費者被害を防ぐために ③ ●						
	③消費者トラブルを防ぐ														
	④認知症														
保留	サービスの見える化 ①既存サービスの調査とカタログ検 討(公民館独自サービスも含) 及び更新要領(頻度等)検討							調査 ●	カタログ形式検討 □						
保留	②カタログ発行・配布 毎月更新??														
1	③「くらしの防災」見直し・冊子化														
2	サービスネットワーク化検討 他サロンプログラムの取り込?														

▲ 現在

# 2026年度 ぽつぽつ活動 実施計画（実績と計画）

Step	実施項目	2026年度												備考
		4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	
1	サービスの開発・実施 <div style="border: 1px dashed black; padding: 2px; display: inline-block;">企画中</div>													
1	「居場所」の構築 ①南街公民館 “利用連” との連携検討 → 既存サービスの調査とカタログ検討	調査・検討		●										
	②カタログ発行・配布 毎月更新??	配布先・方法検討		■	第1回目発行									
2	「通いの場」ネットワーク化検討 カタログ検討	調査・検討		●		第1回目発行		■						
3	2025年度活動実績冊子化	内容見直し		■	Web/冊子		■							