

地域活動事例紹介



介護保険制度の改正により、平成29年度までに市町村に移行される「新地域支援事業」に該当する可能性のある活動分野には、新地域支援事業と入れています。

事例には次の分類を入れています。

連携

「連携」……地域の関係団体と連携している事例

会員外

「会員外」…会員外の高齢者にも参加を求めている事例

日常的

「日常的」…週1回以上活動している事例

継続

「継続」……5年以上継続している事例

高齢者の孤立防止

仲間

安否確認や見守りの活動、サロン活動により孤立防止をはかり、仲間をつくることで豊かな高齢期の生活を送りましょう。

取り組み状況

(平成26年度老人クラブ実態調査)

安否確認・声かけ活動は66%、サロン活動は実施30%・協力27%

孤立と認知症を 防ぐ仲間づくり

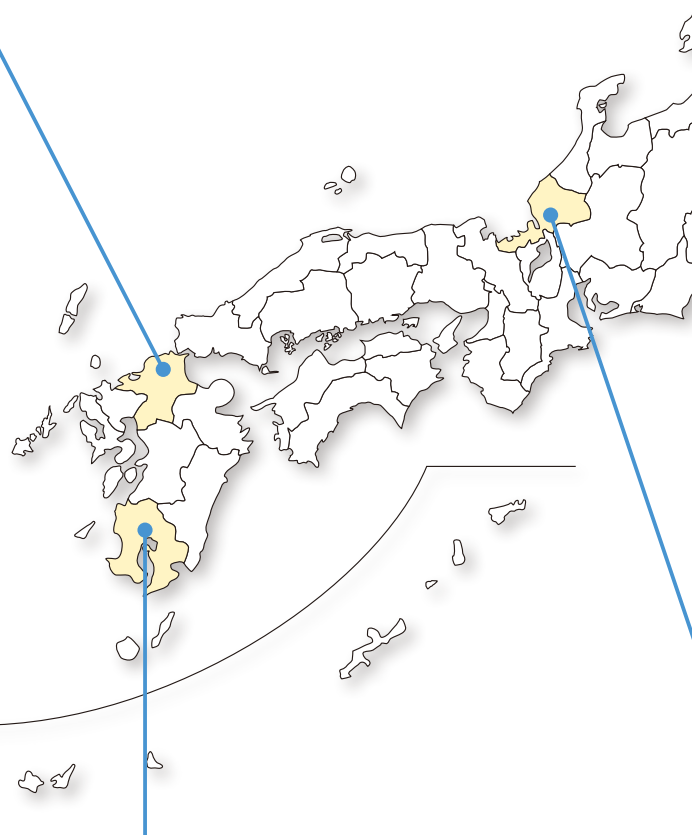
連携

日常的

北九州市戸畑区

大谷第一地区老人クラブ連合会

“一人暮らし高齢者を孤立させない”ことをモットーに、様々な健康づくり活動をはじめ、週1回の友愛訪問、サロンによる仲間づくり、自治会や社協等と連携した地域づくりに取り組んでいます。これらの活動を通して、認知症にならない・させないことも目指しています。



黄色い旗の安否確認、買い物支援

鹿児島県 知名町老人クラブ連合会

連携

集落の理解を得て、高齢者宅に毎朝元気の印として黄色い旗を立てることを進めています。旗がなければ老人クラブ会長や区長等が駆けつけて、安否確認します。友愛訪問は一緒に楽しめるように三味線を持参。また、車を運転しない高齢者の負担を減らすため、買い物や通院には声を掛け合い、買い物を頼まれたり、車に同乗して共に行く活動をしています。



認知症になっても 暮らせる地域のために

かたがみ
秋田県潟上市 児玉創寿会

連携

会員外

会員が認知症になったことをきっかけに、認知症の方への訪問を開始。現在は地域全世帯を対象に広げて、認知症サポーター講座を受講した役員全員と会員有志12人が関係機関と連携して、クラブ便り配布や資源ごみ回収の際に声かけをしています。一人暮らしの方へは必ず手渡しをすることで、安否確認、見守り、緊急事態の発見に努めています。



居場所づくり、 支え合い活動、見守り体制

横浜市緑区 霧が丘地区老人クラブ連合会

連携

会員外

地区内には老人クラブ、社協、ケアプラザ等の各団体が主催するサロンが7つあり、相互に連携しています。クラブ主催の友愛サロンでは参加者に「支え合い依頼書」を配り、屋内作業（蛍光灯交換等）、屋外作業（庭木の剪定等）、その他（病院同行等）に対応しています。自治会等8団体との「見守りネットワーク」体制も3年目になり、進展しています。



社協「サロン」を自主運営

福井県南越前町 今庄白寿会

連携

会員アンケートの結果、集いの場の要望が多かったことから、平成25年度より社協の「ふれあいサロン」を自主運営しています。10集落に1人ずついるサロン協力員が企画、会場準備など全般を受け持ちます。開催は月1回で、閉じこもり予防や健康増進のプログラムが中心です。会員だけでなく地域住民の状況把握や安否確認ができ、情報共有が図れるようになりました。



高齢者の生活を支える

全国運動の一つ「友愛活動」では、前ページで紹介した孤立防止の取り組みに加えて、友愛訪問、高齢者の生活を支援する活動に取り組んできました。

取り組み状況

(平成26年度老人クラブ実態調査)

友愛訪問61%、日常生活を支援する活動35%

身近な友人を手伝う 「シルバーヘルパー」

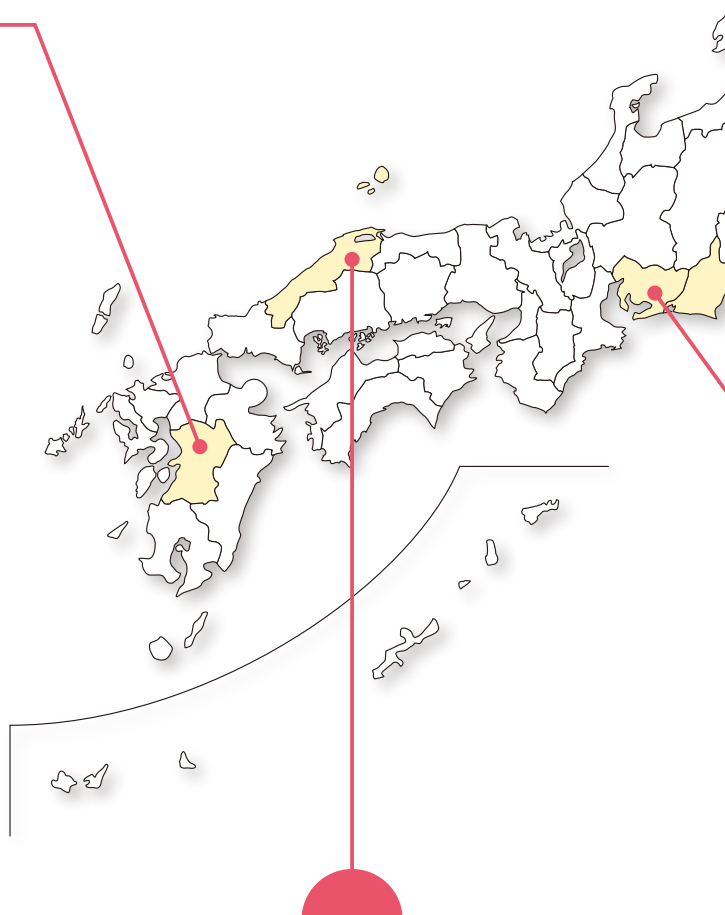
熊本県合志市

杉並台老人クラブ若草会

県内では友愛活動員を「シルバーヘルパー」と呼び、平成元年から活動しています。クラブでは男性25人、女性13人がヘルパーになり、39人への月1～2回の訪問活動を通して“身近な友人が必要としていることを、ちょっとお手伝い”。話し相手を基本に、家事や日常生活の援助を行っています。信頼関係により何でも相談される関係になり、心待ちにされています。



継続



「お助けマン互助会」は、 利用者・支援者共に会員主体

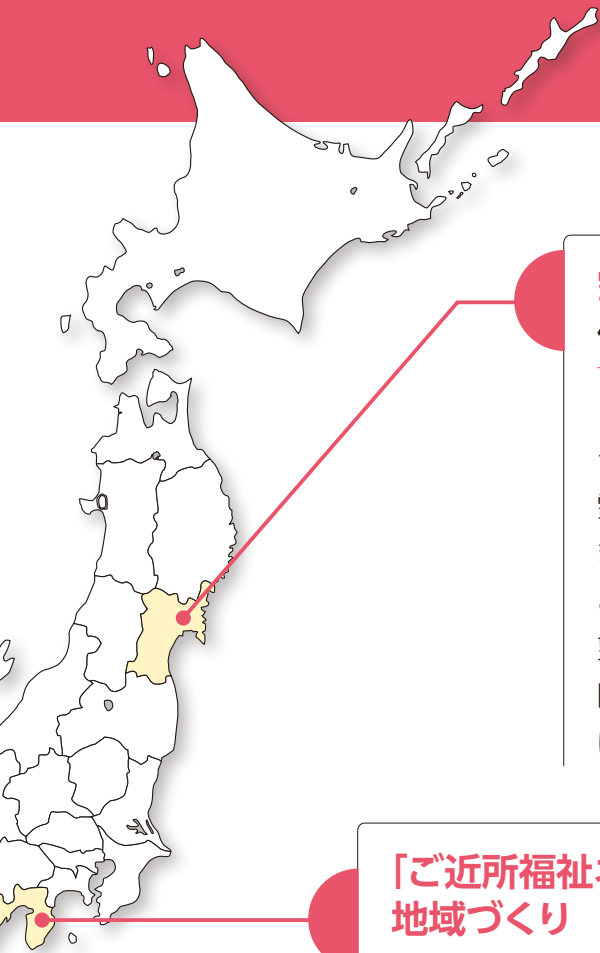
島根県出雲市 稗原喜楽会

連携

会員外

中山間地域で高齢者の生活支援が課題になる中、ケアマネージャーの声かけで互助会を立ち上げました。支援者34人、利用者100人余り、ほとんどが老人クラブ会員です。通院付添いや草取り等野外作業、障子張替え等屋内作業の他に、花見やクリスマス等のイベントも実施しています。利用者・支援者共会費を払い、支援を受けたら料金を払います。信頼が地域活性化につながります。





雪道おたすけ隊

仙台市太白区 羽黒台白寿会

連携

会員外

町内会に「羽黒台まかせ手クラブ」を発足させて、除草と除雪の活動に取り組むことになりました。老人クラブ会員が中心となり、町内会にも協力者と希望者を募って活動しています。区役所からは「仙台雪道おたすけ隊第1号」に任命されました。



「ご近所福祉ネットワーク」で支え合う地域づくり

静岡県西伊豆町 中区むつみクラブ

連携

地域包括支援センターの呼びかけで、老人クラブ、区役員、民生委員等でネットワークを組織。高齢者へのアンケートにより把握した困りごとを住民に伝えたところ、93%が「困っている人がいたら手伝う」と回答しました。それを受け、「ゴミ出し、買い出し、話し相手、その他」に区分して、ボランティアを募集、登録しました。遠慮なく頼める組織になることが課題です。



会員外の依頼も多い「ちょびっとお助け隊」

山梨県中央市 桜ことぶきクラブ

連携

会員外

高齢者同士協力し合うことが必要と、クラブ内に「ちょびっとお助け隊」を立ち上げました。65歳から93歳の隊員12人で、草取り、ごみ出し、犬の散歩等、初年度は33件、今年度は7月までに30件対応しました。気兼ねなく依頼できるように会員は30分100円、15分未満50円、会員外は200円、100円としました。会員外の依頼も多く、交流が広がっています。



日常的



健康の維持増進を図る

「健康活動」は高齢者に関心の深いテーマとして、最初に全国運動に取り上げた活動です。現在は「健康づくり・介護予防活動」として、各種スポーツや体操、健康講座など、幅広く取り組まれています。

取り組み状況

(平成26年度老人クラブ実態調査)

活動の中で最も多く、1クラブあたり3.4項目の活動を実施。

ベスト5は、グラウンド・ゴルフ63%、健康・介護予防の学習61%、いきいきクラブ体操40%、輪投げ33%、ウォーキング32%

ウォーキングは体力別に 3コース設定

会員外

宮崎県新富町 田中寿クラブ

月2回開催しているウォーキングは、会員外の高齢者も参加対象で、特に一人暮らしの方には情報を届けることも兼ねて呼びかけをしています。そしてできるだけ多くの高齢者が参加できるように、体力に合わせて3つのコースを作り、車いすでも参加できる体制を整えました。車いすや足に自信がない方も参加してもらい、幅広い健康づくりをしたいと考えています。

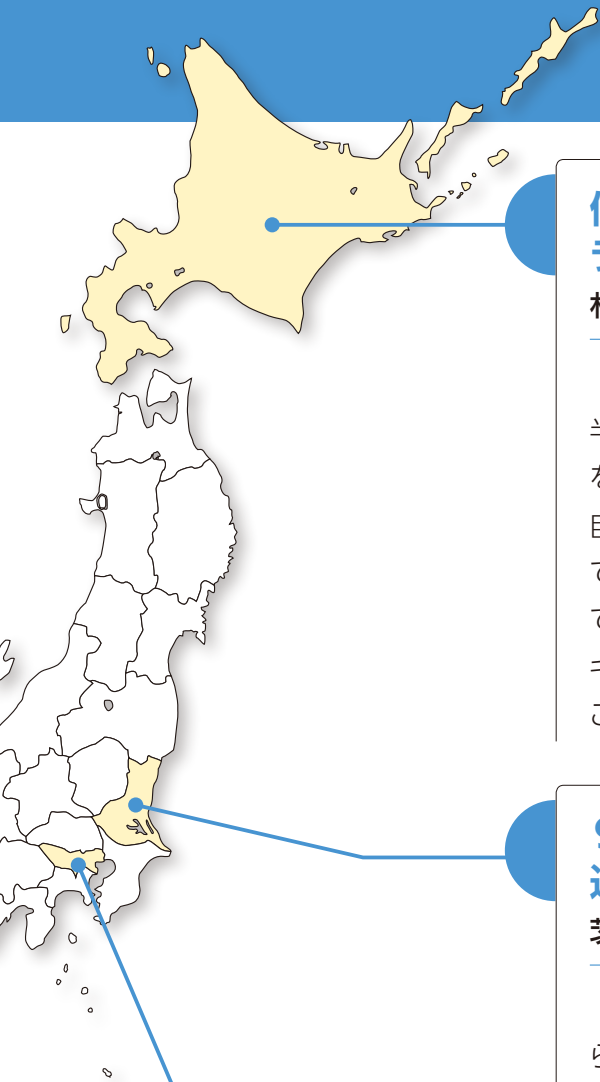


対象を高齢者に広げた「健康教室」「体操教室」

名古屋市 東区老人クラブ連合会

参加対象を会員に限らず高齢者に広げた活動を行っています。“毎日のちょっとした運動の積み重ねで健康を維持する”ため、保健所と共催した講話と体操による「毎日健康教室」は毎回100人ほどが参加、会員外も15%います。音楽に合わせた「げんき体操教室」は参加90人の内会員外は2割。趣味の作品展にも会員外は2割参加しています。





住民と共に ラジオ体操、ウォーキング

連携 会員外 日常的

札幌市厚別区 みずほ楓会

5月から10月の間、毎朝6時半から地域の公園でラジオ体操を行っています。夏休みには、自治会と合同で児童に呼びかけて、世代間の交流の場にもなっています。今年度からはウォーキングサークルを立ち上げて、これも地域住民に呼びかけ、隔週水曜日に活動を始めました。



9年続く、 週1回の介護予防体操

日常的 継続

茨城県茨城町 桜ヶ丘団地クラブ

介護予防体操は平成18年から毎週木曜日に実施して10年目になります。マンネリ化しないように、ストレッチ中心の体操や日本相撲協会の相撲健康体操を取り入れるなどの工夫をしています。肩こりや腰痛が解消した、姿勢がよくなったと好評です。平成20年から始めたグラウンド・ゴルフは、休耕地を借りて自分たちでコートを作成、一角には花壇も作りました。



連携 会員外

豊富な健康メニューに市民も参加

会員外

東京都 小金井市悠々クラブ連合会

会員に人気がある健康づくり活動は、連合会では健康ウォーキング、グラウンド・ゴルフ、レクダンス、単位クラブでは健康マージャン、カラオケ、折紙等です。活動の周知は、個別のチラシを配布する他、市報や地域の掲示板を活用して広報して、一般市民の参加も呼びかけています。どの活動も約1割は市民の参加を得ています。



4

安全

安全・安心の暮らし

安全・安心の暮らしには、様々な分野があります。最近では、高齢消費者被害防止活動が重要になっていますが、これまでも災害対応、交通事故防止、子ども見守りや地域安全パトロールなどに取り組んできました。

取り組み状況

(平成26年度老人クラブ実態調査)

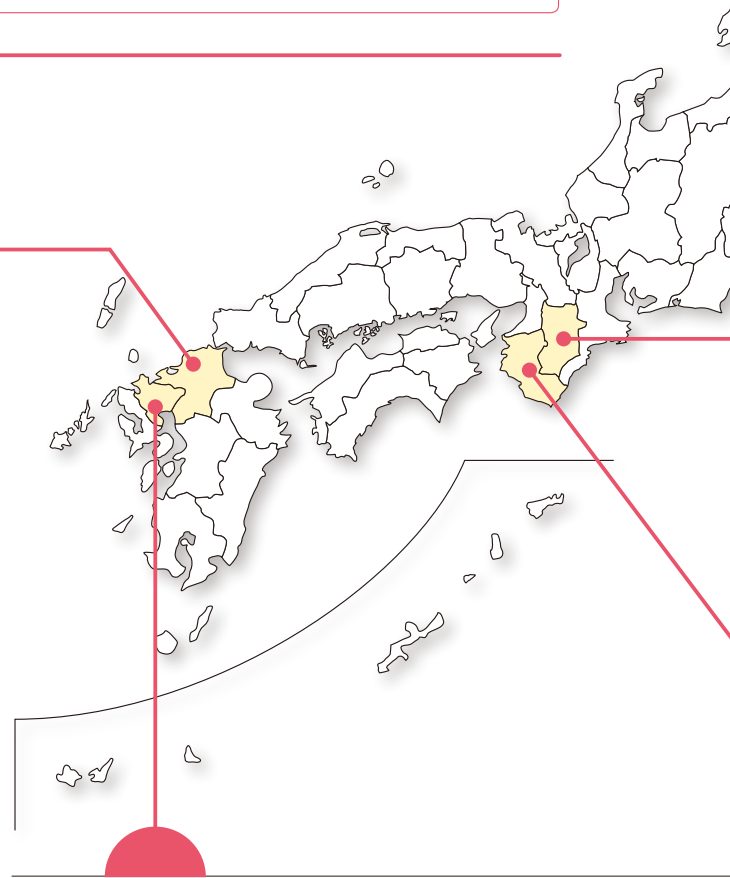
交通安全等事故防止の取り組み69%、防災に向けた取り組み51%、地域（子ども）見守りパトロール活動48%、悪質商法等消費者被害防止の取り組み46%

夏休み・冬休みに地域の夜間パトロール

福岡市南区 日佐1丁目明正クラブ



校区防犯協会と青少年育成組合主催の「夏休み・冬休み夜間パトロール」をクラブで支援しています。期間中、毎日参加する30人程の約半数がクラブ会員です。21時から約1時間、公園や河川敷、学校校庭、神社境内、スーパーなどを巡回して、周囲の方々から「ご苦労さん」とねぎらいの言葉をいただいています。



10年続く、毎日の子ども見守り活動

佐賀県唐津市 山本老人クラブ

保育園と小学校から帰宅する子どもたちに、交通指導と見守りの活動に取り組んで10年になります。荒天の時も休むことなく毎日10人、お揃いのジャンパー、たすきを着用したクラブ会員が交替で立ち、声かけを行ってきました。

ケンカしそうな子ども、イジメそうな子どもにも声をかけ、地域の父兄たちからも“じいちゃんたちのおかげでみんな仲良し”と感謝されています。





消費者被害防止見守りサポーターが 巡回・訪問

連携 会員外

群馬県高崎市 城南地区長寿会連合会

連合会のサポーターは33人、会員外も複数名います。標語とクラブ名入りのジャンパーを着用して、2～3人のグループで月1～2回地域を巡回、一人暮らし高齢者を中心に訪問も行います。地域のイベントにも出向き、県制作の「NO! 詐欺音頭」を活用した啓発活動を行っています。サポーターの注意を思い出して被害を防げたという報告もあり、少しずつ手応えを感じています。



子どもたちと共に交通事故防止活動

連携

奈良県 五條市老人クラブ連合会

交通事故の中でも危険な飛び出し事故を防ぐ活動を、飛び出すことの多い子どもたちと行おうと考えました。子どもたちと一緒に歩いて飛び出しそうな場所を確認して、その場所に“足形マーク”を描きました。“ここは危険”という意識が、足形マークを描くことで高まったように感じています。



振込詐欺防止の創作劇発表

継続

和歌山県橋本市 古佐田老人クラブ連合会

市老連の交流会に、地区老連では平成18年度から演劇を発表、伝統行事や昔話、人権などをテーマにしてきました。作・演出は心得のある方の指導により、全役員14人が一致団結、会員も協力して15分間の舞台を作りあげます。最近では特殊詐欺被害が急増し、身近でも被害があったことから、詐欺被害防止をテーマに掲げた「悪質商法にだまされないで！」等を延べ5年間演じました。



連携 日常的 継続



地域で子どもを育てる

子どもの健全育成、子育て支援など、地域で子どもを育てることに役割を担っている老人クラブが増えています。高齢者にとっても、世代交流活動は楽しみや生きがいにつながっているようです。

取り組み状況

(平成26年度老人クラブ実態調査)

世代間交流活動35%

保育園、 小学校、 児童館と交流

広島市安佐北区
鈴張学区老人クラブ連合会

連携

日常的

継続

保育園の誕生会には年4回参加、ゲームや歌、昼食を共に楽しいひと時を16年継続しています。小学校では登下校時の見守りと校内パトロールで安全に努め、課外活動ボランティアとして米づくり、昔遊び、蛍の飼育等も実施しています。児童館では月1回「百人一首」、正月のカルタ大会ではぜんざいを振る舞います。交流を通して子どもたちは挨拶、話ができるようになったと感じています。



教え教えられて楽しい交流

かてなちよう
沖縄県 嘉手納町老人クラブ連合会

小学校2年生に昔遊びを教えたところ、児童はそれを現代風にアレンジして幼稚園児に継承しました。教職員研修でも発表されたこの経験を活かして、今年度実施した交流会は、1日目は昔遊び、2日目は子どもたちの手づくりおもちゃで遊び、今昔取り混ぜ、教え教えられの楽しい交流。高学年には平和学習も行います。35年間毎日(雨の日は軒下)、子どもたちとラジオ体操も実施。





子ども育成会と共に「昔の遊び教室」開催

長野県 白馬村シニアクラブ (老連)

連携

昔遊びの伝承と子どもとのふれあいを目的に、子ども育成会と協力して、夏休み期間に「昔の遊び教室」を開催しています。草木染め、竹とんぼ、はたきごま、紙ヒコーキ等、高齢者から子どもたちに教えながら交流を深めています。



小学校登下校時のアイガード、平和教育に参加

大阪府東大阪市 長瀬南校区老人クラブ 南寿会

連携

日常的

校区連合会では、小学校と次の活動を実施しています。①登下校時のアイガード（見守り）活動 ②5・6年生の平和教育—戦争体験の話、戦時中の食生活実習 ③昔遊びと遊具づくり指導—たこ揚げ、竹トンボ等 ④校庭の除草作業



これらを自治会、PTA、子ども会等と連携することで地域の輪が広がり、多くの参加者が集うようになりました。

小学校の「寿ルーム」で交流

徳島県徳島市 老人クラブ寿会

連携

日常的

継続

小学校の教室を日常的に寿会へ開放する「寿ルーム」。戦争体験伝承や下校時見守りをしていた寿会へ“交流を通して高齢者理解を進めたい”との相談があり、平成17年に開設しました。火曜日から木曜日まで午前中20分間の休憩時間に、交代で昔遊びを指導します。その他、1年生と「生活科」で昔遊びを、4年生とは「総合的な学習時間」で戦争体験の話や物作り等、1年を通じた交流をしています。



連携 日常的 継続



次世代へ伝える

歴史や文化を伝承することは、高齢者にも役割が求められています。特に戦争体験については、体験者が高齢化するなか、ますます重要になっています。

取り組み状況

(平成26年度老人クラブ実態調査)

昔の遊びの伝承28%、郷土芸能や祭りの伝承27%、郷土史・生活史の伝承13%、戦争に関わる体験の伝承8%

「被爆・戦争体験を語り継ぐ平和集会」

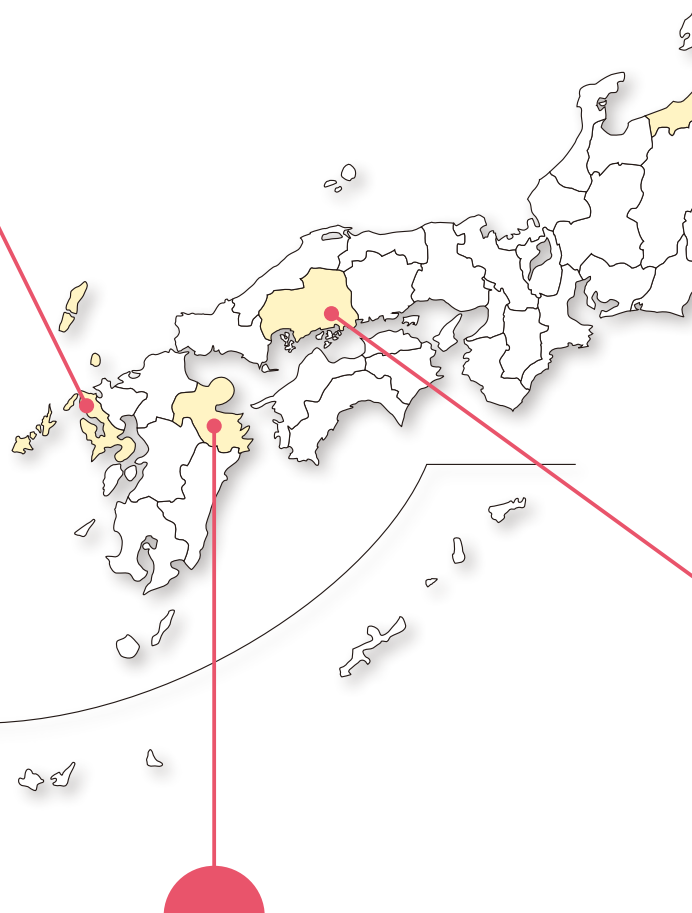
長崎県

諫早市老人クラブ連合会

連携

会員外

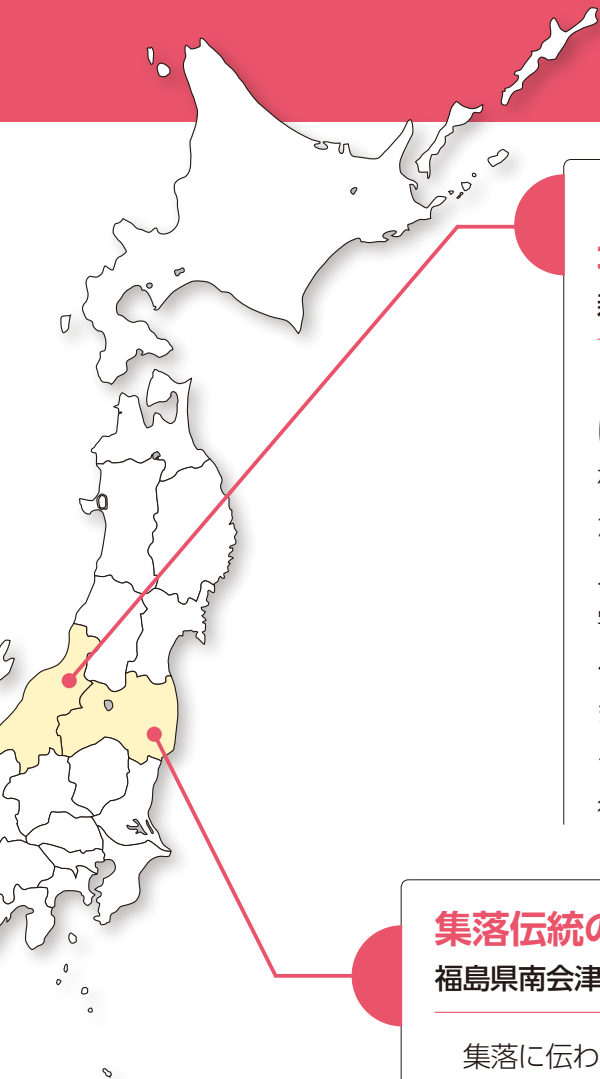
被爆・戦争体験を次世代に伝えることは老人クラブの役割です。平成27年は戦後70年に加え市老連結成50周年であり、平和集会開催を三役と若手委員会で準備しました。8月8日当日は会員や若い世代を含め市民約500人が参加。原爆ビデオ上映、詩の朗読、体験談、中学生・大学生の意見発表、合唱団の歌、平和市諫早宣言の全員朗読、原爆パネル展と充実した内容でした。被爆・戦争体験等証言集『戦後70年を振り返って』も発行して、学校や関係団体に配布しました。



お大師様をまつる「カンコロお接待」

大分県 姫島村老人クラブ連合会

お大師様をおまつりする「カンコロお接待」は、さつまいもを乾燥させて粉にしたカンコロを、うどんのようにしてけんちん汁に入れた“いもきり”、カンコロと小麦粉の平ダンゴにきな粉をまぶした“ゆでダンゴ”、干しかぶとふだん草を和えた“お和え”、以上3品を振る舞います。当日は会員70人が朝6時から炊事を始め、お接待は11時から14時まで、例年約400人の参拝者があります。



「ふるさとかるた」により、 地域を再発見

新潟県新発田市 上本田寿クラブ

連携

継続

豊浦地区の「ふるさとかるた」は平成20年、子どもたちに絵札を描いてもらい、130セットが完成しました。有志の方に購入してもらい、剰余金で小・中学校や保育園に寄贈。小学校へふるさと学習の出前授業もしました。公民館のジャンボ版かるた大会は毎年開催されています。老人クラブのゲーム大会や新年会にも取り入れ、地域の学習を楽しみながら行っています。



集落伝統の「水引十人芸」

福島県南会津町 館岩地区老人クラブ連絡協議会

連携

集落に伝わる「十人芸」は、明治時代、積雪2m以上の山で材木を切出す仕事を終えた酒宴の席上で踊ったのが始まりとされ、それを10人で唄や太鼓、鉦(かね)に合わせてコミカルに舞うようになった民間伝承娯楽芸能です。老人クラブ活動はもちろん、神社への奉納、学校や地域行事にも参加しています。



初めて開催した「空襲の体験を語り継ぐ会」

広島県 福山市老人クラブ連合会

会員外

会員外



昭和20年、空襲で市街地の8割が焼失した体験を語り、若い世代に平和の大切さを伝えようと、一昨年、若手委員長が中心となり「福山空襲の体験を語り継ぐ会」を開催しました。当時の生活も紹介した資料を作り、4人が語り部となりました。当日は予想を超える約150人が集まり、参加者も体験を語りました。「また開催を…」 「二度と戦争を起こしてはならない」などの声も聞かれました。



地域の環境美化

全国運動「全国一斉社会奉仕の日（9月20日）」は、最も多くのクラブで活動されていた清掃活動に焦点をあてて設けたものです。清掃活動は、現在でも一番多く取り組まれています。時代を反映させたリサイクルや花づくりの活動も増えてきました。

取り組み状況

（平成26年度老人クラブ実態調査）

清掃活動86%、「社会奉仕の日」実施66%、募金の実施・協力48%、リサイクル・資源ごみの回収38%、花いっぱい・緑化活動36%

観光客の通り道を、コスモス街道に整備

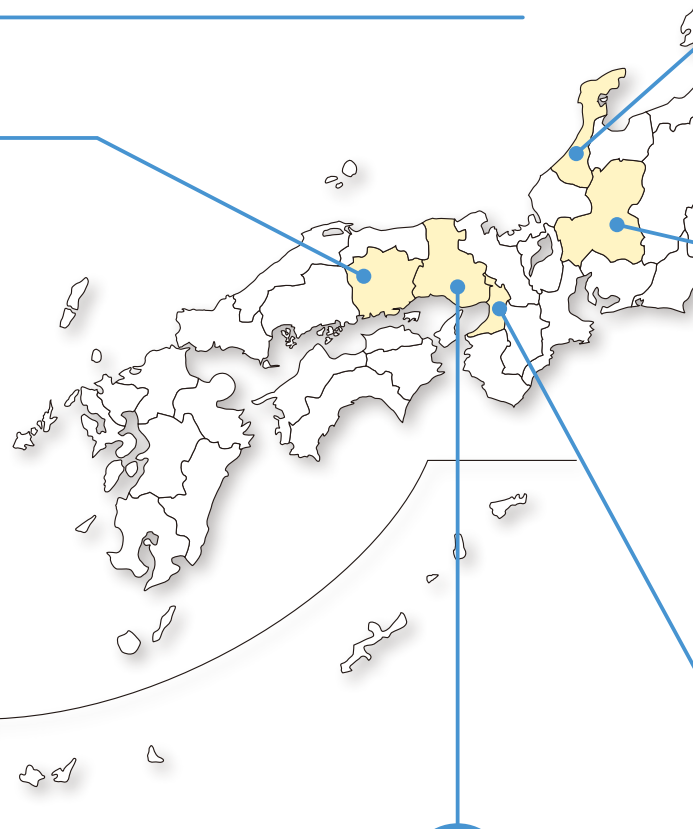
岡山県
まにわ
真庭市老人クラブ北房支部

北房地域は、6月に「ほたる鑑賞」、10月には「コスモス畑」と県内外から大勢の観光客が訪れます。そこで老人クラブでは、各種団体と協力して周辺の歩道にもコスモス畑をつくり、環境整備を行い、観光客を歓迎しています。



連携

継続



リサイクル「エコ雑巾」と「プルタブ」回収

神戸市垂水区 星が丘星朗会

連携

会員外

ホテル等の使い捨てタオルを収集して月2回「エコ雑巾」をつくる活動をしています。小学校に寄贈したところ好評で、学校から発注もあります。災害被災地への救援物資としても活用しました。またアルミ缶の飲み口「プルタブ」を“混ぜればゴミ・分ければ資源”と回収。資源回収日のわかる「ゴミカレンダー」を作成し、各戸に配布してPRします。住民の労いの言葉が励みです。



資源ごみ回収は、 クラブPRにも効果

石川県^{すずし}珠洲市 清水喜楽会

連携

会員外

継続

平成17年から空き缶、古紙、ダンボールの資源ごみ回収に取り組んでいます。その収益はクラブの花見会や映画鑑賞等の活動費に充て、集いの場づくりに力を入れてきました。この活動を通して会員同士の絆を強めるとともに、地域の高齢者も協力的になり、加入者も増えてきています。



自治会や子ども会と共に、 公園清掃

岐阜県美濃加茂市 川合西健寿会

連携

継続

老人クラブで手入れが不十分だった2か所の公園清掃に取り組もうと、市のクリーンパートナーに登録して、平成21年から活動を開始。定期清掃年4回、ごみ拾い等年6回、除草剤散布も実施、25年からは1か所増やし3か所が対象です。自治会にも呼びかけて毎回40～50人が参加、子ども会も加わりました。目に見える社会貢献は、会員の生きがいにもつながっています。



花づくりボランティア

大阪市淀川区 加島中下町老人クラブ

連携

日常的

花いっぱい町、花を通じて子どもたちに生きる力を育むことをめざして、平成25年「小学校夢ちゃん花づくり隊ボランティア会」を結成しました（“夢ちゃん”は区のキャラクター）。緑化推進リーダーの指導によりパンジー等3,000の苗を毎日当番制で育て、児童と共にプランターへ移植、小中学校等6つの公共施設に配布しました。地域の津々浦々に花が咲く夢を追いかけています。



活動別 推定実施クラブ数・参加者数

※ 紹介した活動について、平成26年度老人クラブ実態調査による活動実施割合から、実施クラブ数と参加者数を推定しました。

※ 参加者数は、1クラブの会員数67人が全員参加の場合と、()内にはその半数(33人)が参加の場合について人数を出しています。

※ 下記の活動に対して、1クラブあたり約10項目の活動を実施していることとなります。(実態調査による活動全体の実施項目数は1クラブあたり16項目です。)

分類	活動名	実施割合	推定	
			クラブ数	参加者数
1 仲間	安否確認・声かけ活動	66%	69,651	4,666,617人 (2,298,483人)
	サロン活動(実施)	30%	31,660	2,121,220人 (1,044,780人)
	サロン活動(協力)	27%	28,494	1,909,098人 (940,302人)
2 暮らし	友愛訪問活動	61%	64,375	4,313,125人 (2,124,375人)
	日常生活を支援する活動	35%	36,936	2,474,712人 (1,218,888人)
3 健康	グラウンド・ゴルフ	63%	66,485	4,454,495人 (2,194,005人)
	健康・介護予防の学習	61%	64,375	4,313,125人 (2,124,375人)
	いきいきクラブ体操	40%	42,213	2,828,271人 (1,393,029人)
	輪投げ	33%	34,826	2,333,342人 (1,149,258人)
	ウォーキング	32%	33,770	2,262,590人 (1,114,410人)
4 安全	交通安全等事故防止の取り組み	69%	72,817	4,878,739人 (2,402,961人)
	防災に向けた取り組み	51%	53,821	3,606,007人 (1,776,093人)
	地域(子ども)見守りパトロール	48%	50,655	3,393,885人 (1,671,615人)
	消費者被害防止の取り組み	46%	48,545	3,252,515人 (1,601,985人)
5 世代交流	世代間交流活動	35%	36,936	2,474,712人 (1,218,888人)
6 伝承	昔の遊びの伝承	28%	29,549	1,979,783人 (975,117人)
	郷土芸能や祭りの伝承	27%	28,494	1,909,098人 (940,302人)
	郷土史・生活史の伝承	13%	13,719	919,173人 (452,727人)
	戦争に関わる体験の伝承	8%	8,443	565,681人 (278,619人)
7 奉仕	清掃活動	86%	90,758	6,080,786人 (2,995,014人)
	「社会奉仕の日」実施	66%	69,651	4,666,617人 (2,298,483人)
	募金の実施・協力	48%	50,655	3,393,885人 (1,671,615人)
	リサイクル・資源ごみの回収	38%	40,102	2,686,834人 (1,323,366人)
	花いっぱい・緑化活動	36%	37,992	2,545,464人 (1,253,736人)
上記24活動を実施する延べクラブ数、参加者数			1,104,922	74,029,774人 (36,462,426人)
1クラブあたりの活動項目数			約10項目	