

SC リレートーク

取材編#10

事務局が現地取材した内容をお伝えする
取材編、第10号です。
今回は、小坂町SCの皆さんとひないホッ
とライフ様を訪ね、生活支援について教え
ていただいた視察の模様をご報告します。

今回の取材内容／

生活支援の取組（ひないホッとライフ様）

【視察報告】

「小さな声に応える仕組みづくり」

一大館市ひないホッとライフに学ぶ、暮らしに寄り添う生活支援のかたち

買物代行

活動者の集め方

担当制

地域では、店舗やサービスの減少、公共交通機関の縮小などにより、高齢者の生活支援の必要性が高まっています。

一方で、生活支援コーディネーター（SC）からは「ニーズは感じているが、どんな支援ができるのか悩んでいる」という声が多く聞かれます。

小坂町でも助け合い活動は行われていますが、より地域に近い形での支援を模索していました。

買い物支援などを行っている大館市のボランティア団体「ひないホッとライフ」の取組を参考にしたいと、小坂町包括木村SCから事務局に提案をいただき、今回の訪問が実現しました。

（写真）訪問してお話を聞きしている様子
活動の工夫や悩みをお聞きすることができました



ひないホッとライフの取組概要

主な活動	買い物代行／巡回カフェ／除雪支援
会員数	30名（民生委員・OB中心、賛助会員あり）
特徴	担当制／地区別対応／具体的な声かけ

買い物代行のポイント

支援実績	年間 約200回
体制	担当制、包括と連携
対象	比内地区の方で要支援者、事業対象者（包括と連携）
効果	変化に気づきやすい／早期対応につながる
費用	利用券：1回300円／活動者への謝礼：1回200円

活動内容と経緯

◆研修から始まった助け合いの仕組み

- 大館市が実施する「さわやかセンター」養成研修を受講したことから始まりました。助け合い活動の注意点やプライバシー保護を学び、修了後は民生委員を中心としたメンバーで、話し合いを重ねてきました。
- 地域包括支援センターから「買い物に困っている人が多い」という声を聞いたことをきっかけに、総合事業のサービス・活動B事業として買い物代行を開始。
- その後、巡回カフェや除雪支援へと活動を広げています。

◆担当制だからこそ見える変化—買い物代行

- 買い物代行は、ひないホッピーライフの中心的な活動です。
- 対象は要支援と事業対象者の方で、契約時には包括支援センターと団体スタッフが一緒に説明に伺います。支援は担当制で、継続的に同じ利用者と関わることを大切にしています。
- 関係が深まる中で、利用者の体調や気持ちの変化に気づきやすくなり、気になる様子があれば包括支援センターへ連絡します。包括からは「日頃からの付き合いがあるので、状況を具体的に伝えてもらえて対応しやすい」との声も聞かれました。
- 「頼りにされることがうれしい」「顔を見て話せるのが大事」という活動者の言葉からは、支援が一方通行ではないことが伝わってきます。

◆地区を回るからこそ見える地域の姿—巡回カフェ

- 巡回カフェは、地区内を回りながら開催するサロンです。SCの発案で始まり、地区ごとの特徴や違いが見えてきました。
- 町中の地区では参加者は少なめでも「困っている」と言えるのが強み。山間部では助け合いが根づいており、一見不便そうでも「困っていない」と感じている場合もあります。
- 「困っていそうなところが困っていない、困っていなさそうなところが困っている」という言葉が印象的でした。
- 巡回することで、固定のサロンだけでは見えにくい地域の姿を知る機会にもなっています。

◆活動を支える体制と人の集め方

- 現在の会員は30名。多くが民生委員（またはOB）で、役割が引き継がれているケースもあります。活動者を募る際は、「誰かいませんか」と広く呼びかけるのではなく、「近くの〇〇さんが買い物で困っていて、これくらいの頻度でお願いできなか」と具体的に声をかけています。
- 会計についても役員の中で担当を決め、事業ごとに収支を管理しています。立ち上げ当初はSCがサポートしていましたが、現在は団体として自立した運営が行われています。

SCの参考になるポイント

- ✓ 「たのしくないと続かない」 視察で繰り返し聞かれたのが、この言葉でした。
- ✓ 打合せは「女子会みたいだった」と笑い合いながらも、経理や報告書など、やるべきことはしっかりと行っています。
- ✓ SCが最初に関わり、負担の大きい立上げは手厚く支援し、落ち着いてきたところで地域に任せていく。そのプロセスが、ひないホッピーライフの自立した活動につながっているように感じました。

