

～ 実 践 編 ～

## 9. 友愛活動のすすめ方

友愛活動は、クラブや地域の特性、対象者の状況によって様々なすすめ方が考えられますが、ここでは基本的なすすめ方を示しています。順にステップを踏みながら、少しずつ無理なく取り組んでいきましょう

これから取り組もうとしているクラブは「ステップ1」から、友愛活動に既に取り組んでいるクラブは、現在の取り組み段階に合わせたステップからはじめていきましょう。

ステップ1

全会員が「友愛活動」に対する理解・認識を深める



ステップ2

会員個々により「友愛活動」に取り組む



ステップ  
3-①

老人クラブで「友愛活動」に取り組む

ステップ  
3-②

地域の他の組織・団体との連携により「友愛活動」に取り組む



## ステップ 1

## 全会員が「友愛活動」に対する理解・認識を深める

活動に取り組むにあたり、まずは共通理解を深めることが大切です。  
色々な行事を通じて会員同士で話し合ってみましょう。

(ポイント)

- ① 友愛活動4つの柱を理解しましょう。(11ページ参照)
- ② クラブ内での現状の取り組み状況を共通理解しましょう。
- ③ 現状の取り組みの中で困っていることについて意見を出し、共有しましょう。

(シート記入例)

- 1 あなたが現在取り組んでいることについて「4つの柱」に分けて記入してみましょう。

<p>① 声かけ・訪問活動</p> <p>安否確認</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・月に2回ほど、一人暮らしの方を訪問している。</li><li>・高齢の方に道で会った時には自分から声をかけるようにしている。</li></ul>	<p>② 暮らしの支え合い</p> <p>軽易な生活援助</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・車で買い物に行く時に、重いものやかさばるものは代行して買ってきている。</li></ul>
<p>③ 集いの場づくり</p> <p>外出のきっかけをつくり閉じこもりを防止</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・ときどき、近所の人をお茶のみに自宅に誘っている。</li></ul>	<p>④ 情報を届ける</p> <p>情報をきっかけとした人と人とのつながりづくり</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・老人クラブでの行事がある時に近所の人にも声をかけて誘っている</li><li>・会合で配られた悪質商法の注意喚起のチラシの内容を近所の人に伝えた。</li></ul>



- 2 現状の取り組みの中で困っていることについて記入しましょう。

- ・様子が気がかりな、男性一人暮らしの高齢の方がいるが、女性の自分一人では最初の訪問がしにくい。
- ・自宅でのお茶のみ会を開催すると、気兼ねをする人がいる。

- 3 お互いに、自分の書いた内容を発表し、クラブ内での状況を確認しましょう。

(ステップ1 記入シート)

1 あなたが現在取り組んでいることについて「4つの柱」に分けて記入してみましょう。

<p>① 声かけ・訪問活動</p> <p>安否確認</p>	<p>② 暮らしの支え合い</p> <p>軽易な生活援助</p>
<p>③ 集いの場づくり</p> <p>外出のきっかけをつくり閉じこもりを防止</p>	<p>④ 情報を届ける</p> <p>情報をきっかけとした人と人とのつながりづくり</p>



2 現状の取り組みの中で困っていることについて記入しましょう。

3 お互いに、自分の書いた内容を発表し、クラブ内での状況を確認しましょう。

※ コピーをしてお使い下さい。

## ステップ2

## 会員個々により「友愛活動」に取り組む

クラブ内の「友愛活動」への取り組み状況を確認したら、まずは「声かけ」、「お誘い」など、会員一人ひとりが「日常でできること」から取り組んでみましょう。

(ポイント)

- ① **ステップ1** で確認したクラブのみなさんの取り組みも参考にしながら、あなたが「日常でできること」を考えてみましょう。
- ② 現在の取り組みの中で困っていること等で「他のクラブ員と一緒に取り組むこと」で解決できること、一緒に取り組んだ方が効果があること等について考えてみましょう。

(シート記入例)

- 1 **ステップ1** で確認したクラブ内での取り組みを参考に、あなたがこれから「日常でできること」について記入してみましょう。

☆私が取り組む「友愛活動」

- ・「古紙回収」の時には声をかけて、手伝うようにしたい。
- ・「お茶のみ会」を週1回は開催するようになりたい。

- 2 お互いに、自分の書いた内容を発表し、「会員個々による取り組み」を把握しましょう。

☆みなさんが取り組む「友愛活動」

- 3 みなさんの発表を聞いて、あなたが「一緒にできる(したい)」と思った活動は何ですか。

地区の集会所を使った、お茶のみサロンを老人クラブで実施したい。

世話役を当番制にすると、あまり負担にならないし、自宅ではないので参加する人も気兼ねがないと思う。

(ステップ2 記入シート)

- 1 ステップ1で確認したクラブ内での取り組みを参考に、あなたがこれから「日常でできること」について記入してみましょう。

☆私が取り組む「友愛活動」

- 2 お互いに、自分の書いた内容を発表し、「会員個々による取り組み」を把握しましょう。  
☆みなさんが取り組む「友愛活動」

- 3 みなさんの発表を聞いて、あなたが「一緒にできる(したい)」と思った活動は何ですか。

※ コピーをしてお使い下さい。

## ステップ3-① 老人クラブで「友愛活動」に取り組む

友愛活動を効果的にすすめていくためには、組織として計画的にすすめる必要があります。

ステップ2で確認した、「個々で取り組む友愛活動」について、クラブ全体で、もしくはクラブの中でチームをつくって取り組んでいけるか、会員同士で考えてみましょう。

(ポイント)

- ① 取り組む活動の目的や活動方針等について、同じ理解・認識をしていきましょう。
- ② 活動を担当する部会や友愛チーム等の設置について話し合ってみましょう。
- ③ 活動を実施する際の役割を分担し、まずは実践していきましょう。
- ④ 活動のための資金等が必要な場合は、活用できる助成金を調べたり(※)、会費からの捻出、参加費の徴収等についても検討してみましょう。

※市町村老連や社会福祉協議会、役場等にも相談してみましょう。

- ⑤ 定期的に活動についての報告会を開催し、活動の成果や課題点等を共有することでより良い活動にしていきましょう。

(シート記入例)

活動の名称	お茶のみサロン	
活動の目的 (取り組み方針)	外出のきっかけをつくり、閉じこもりや孤独を解消する。 気軽に参加してもらえ場所にする。	
活動の対象者	〇〇地区の高齢者(参加したい人は誰でも良い)	
チームメンバー と役割・当番	(第1・第3月曜日) 松江 花子、浜田 一子 (第2・第4月曜日) 出雲 二郎、益田 三子	
活動日時・場所	日時 毎週月曜日(第5月曜休み)	場所 〇〇地区集会所
活動に必要な費用	費用 年間4,000円(チラシコピー代) お茶・お菓子代は参加者負担とする	財源 老人クラブで予算化してもらう お茶・お菓子代 1人150円
活動の 実施 内容 方 法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ サロン開催のチラシをつくる。</li> <li>・ 回覧板にチラシを載せてもらい、地区の全家庭にサロン開催を案内する。</li> <li>・ 会員は、チラシを持って、個別に声かけをする。(特に男性会員は男性一人暮らしの方を積極的に誘ってみる)</li> <li>(当日)</li> <li>・ 当番は9:00に集合し、お茶の準備をする。</li> <li>・ 会員は、近所の人をできるだけ誘い合ってくるようにする。</li> <li>(内容)</li> <li>・ 健康チェック (担当: 浜田さん・益田さん)</li> <li>・ いきいきクラブ体操 (担当: 浜田さん・益田さん)</li> <li>・ ゲーム(頭の体操) (担当: 松江さん・出雲さん)</li> <li>・ お茶会</li> <li>(開催後)</li> <li>・ 次回も参加してもらえよう、また、知人にも参加してもらえよう声かけをする。</li> <li>・ 欠席した人がいたら、会員が帰りがけの様子を見に行くようにする。</li> </ul>	

(ステップ3-① 記入シート)

活動の名称		
活動の目的 (取り組み方針)		
活動の対象者		
チームメンバー と役割・当番		
活動日時・場所	日時	場所
活動に必要な費用	費用	財源
活動の内容 実施方法		

※ コピーをしてお使い下さい。

## ステップ3-②

## 地域の他の組織・団体との連携により「友愛活動」に取り組む

現在、「クラブ（友愛チーム等）で」取り組んでいる場合は、地域の高齢者の困りごとに対応できる活動となっているかどうか、改めて確認してみましょう。そして、他の組織・団体の活動も把握し、一緒に取り組める活動等があるかどうか、話し合ってみましょう。

### （ポイント）

- ① 地域の高齢者の生活上の困りごとを調べてみましょう。
- ② 地域の中で取り組まれている、様々な福祉活動（老人クラブで実施している友愛活動、その他の団体等が実施しているもの等）を調べてみましょう。
- ③ 現在取り組まれている福祉活動が、地域の高齢者の生活上の困りごとに対応したものになっているか調べてみましょう。
- ④ 他機関・団体との連携、役割分担も視野に入れながら、対応できていない困りごと（課題）に対する新たな友愛活動について考えてみましょう。

### （シート記入例）

地域の高齢者の困りごと	現在、地域で取り組まれている活動	活動に取り組んでいる団体・人	困りごとに対応した活動になっているか
一人暮らし高齢者等の食事の準備	配食サービス	社会福祉協議会	日曜日は配達がない お金がかかるので毎日頼むと負担が大きい
スーパーやホームセンターが遠い	特になし	特になし	対応できていない
災害が起きた時に自分で避難できるかどうか不安	災害時避難助け合い事業	行政 民生委員	手上げ方式のため登録していない人もいる



上記のことから「老人クラブとして新たに取り組める活動」や、「他の団体等と協力し合える活動」、「協力して行った方が良い活動」はありませんか？

車の運転ができない方の買い物代行や、移動式販売等の仕組みをつくることできないだろうか。

「災害時避難助け合い事業」に登録が必要と思われる人への声かけが必要ではないだろうか。

「老人クラブとして新たに取り組める活動」があれば、**ステップ3-①**のシートを使って考えてみましょう。

(ステップ3-② 記入シート)

地域の高齢者の 困りごと	現在、地域で 取り組まれている活動	活動に取り組んで いる団体・人	困りごとに対応した 活動になっているか



上記のことから「老人クラブとして新たに取り組める活動」や、「他の団体等と協力し合える活動」、「協力して行った方が良い活動」はありませんか？

「老人クラブとして新たに取り組める活動」があれば、ステップ3-①のシートを使って考えてみましょう。

※ コピーをしてお使い下さい。

## 10. 友愛活動を継続させるために

友愛活動の取り組みができるようになったクラブは、今後も継続した取り組みになるよう、記録をつけたり今後の活動展開について話し合いを行うなど、体制を整えましょう。

### 1 記録をつける

クラブ内やチーム内で活動を記録する共通の様式を作成してみましょう。

相手の様子や気づいたことなどを記録することは、専門機関に相談する際にも大変役立ちます。なお、記録する際には、以下の点に注意し、チェックシートで確認しておきましょう。

#### ① 「記録票」を作成する上で気をつけること

自分が本人から直接聞いた話や、実際の行動、自分が感じた状況のみを記録します。他の人から聞いた「うわさ」や、憶測等を記入してはいけません。

#### ② 「記録票」の取り扱い

老人クラブ内で地域の高齢者の抱える課題等を共有する際の参考にします。

ただし、「記録票」そのものを資料として使ってはいけません（訪問先の氏名等、個人が特定できる状態で使用してはいけません）。

また、紛失等の恐れがあるため、「記録票」は持ち歩いてはいけません。

なお、たとえ家の中であっても、「記録票」は、家族や近隣の人が訪ねてきた時に目に触れる場所に置いておくことのないようにしましょう。

プライバシーの保護に配慮して、他の人の目に触れないように、きちんと保管をしましょう。

また、「記録票」を廃棄する時も、プライバシーに配慮して、きちんと処分しましょう。

### 2 活動の集約と報告

活動の記録をとりまとめ、全体の状況を把握し、今後のすすめ方を話し合いましょう。

また、活動状況を市町村老連の役員会や友愛活動推進委員会において、積極的に報告・発表するなど活動への関心を広めていきましょう。

ただし、そうした場合にも、不必要に個人が特定されることがないように、資料を匿名化するなどの配慮をしましょう。

(チェックシート)

～ 記録票を作成する上で気をつけること ～

- 「うわさ」や「本人から確認がとれていない内容（人から聞いた話）」等は書かないようにする。
- 「友愛活動の改善に役立てるための内容」「支援に必要な内容」のみ書くようにする。
- 「記録票」は持ち歩かないようにする。
- 「記録票」は、他の人の目に触れない場所にきちんと保管する。
- 老人クラブでの会議の時、「記録票」をそのままコピーして資料に使うことはしない。
- 記録票を廃棄する時は、プライバシーに配慮してきちんと処分する。



(記録票 作成例①：訪問活動用)

No. \_\_\_\_\_

## 記 録 票

訪問先（氏名）：〇〇 〇〇さん

活動期間：平成24年 5 月 8 日 ～ 平成25年 3 月31日

活動回数：  30  回

記録（活動員名）：△△ △△

月 日	気づき・連絡事項
5 月 8 日	<ul style="list-style-type: none"><li>・ウォーキング大会の案内のチラシを持って行く。</li><li>・先月、足を痛めたので、それから外に出るのが面倒くさくなってしまった、と話していた。</li></ul>
5 月22日	<ul style="list-style-type: none"><li>・サロン活動へ誘ってみる。</li><li>・歌ったり、ゲームをしたりはあまり好きではないと言われ、サロンには行かないと言われる。</li></ul>
6 月 7 日	<ul style="list-style-type: none"><li>・買い物帰りに寄ってみる。庭の草が伸びてきたので刈りたいが、足が痛くてできない、というので、明後日、草刈を手伝うことにする。</li></ul>
6 月 9 日	<ul style="list-style-type: none"><li>・草刈が終わってから、久しぶりにゆっくりと会話する。</li><li>・庭木の手入れもしたい、ということなので、シルバー人材センターに依頼してはどうかと伝える。</li></ul>



(記録票 作成例②：サロン等、クラブで取り組む活動用)

No. \_\_\_\_\_

## 記 録 票

活 動 名：いきいきサロン（〇〇地区：毎週火曜日）

活動実施日：平成25年〇月〇日

活 動 場 所：〇〇地区公会堂

参加者名：〇〇、△△、□□、◇◇、○△、□◇

活動員名：（会 員）松江 花子、浜田 一子、出雲 二郎、  
（会員外）益田 三子、大田 四朗

内 容	気づき・連絡事項
健康チェック	・ 特に変わったことはなかった。
いきいきクラブ体操	・ 今日座って体操をされる方が多かった。 椅子があと2つあると良い。
ゲーム（頭の体操）	・ 手と頭を使ったゲームで、途中、笑いがおこる場面があって楽しかった。
歌	・ 歌詞を知らない人がいたので、次は歌詞カードを準備しておこうと思った。
お茶会	・ ボランティアの〇〇さんが、手づくりのクッキーを差し入れしてくれた。

気づいたこと、次回への申し送り等

- ・ 暑くなってきたため、お茶会の時間までの間で水分の補給が必要だと思う。  
次回からは参加者の皆さんが来る前に、お茶を作っておくと良い。
- ・ 今日は△△さんがお休みでした。帰りがけに、様子を見に寄ってみることにします。

## 記 録 票

活 動 名 :

活動実施日 :

活動場所 :

参加者名 :

活動員名 :

内 容	気づき・連絡事項

気づいたこと、次回への申し送り等

--

※ コピーをしてお使い下さい。

## 11. 地域の相談員、専門職や関係機関等へのつなぎ

友愛活動の取り組みの中で、「いつもと違うな」とちょっとした変化に気づくことや、支援が必要な人や新たな生活・福祉課題を発見することがあります。

老人クラブだけでは解決ができないことについては、地域の相談員や専門職、専門の関係機関、行政のサービスなどに、迅速につないでいきましょう。

(ポイント)

- ① 大切なことは、「老人クラブだけで課題を解決していくこと」ではなく、「地域の関係機関・団体等と連携しながら問題解決を目指していく関係をつくること」です。
- ② そのためにも、常日頃から様々な機関・団体との関係づくりや情報収集、情報交換を行っていくことを心がけましょう。

### 1 地域を担当する相談員や、専門職、専門の関係機関、行政等が提供する活動やサービスを調べる

地域を担当する民生委員等の各種相談員や、地域包括支援センター等の相談ができる機関等を把握してみましょう。

また、それぞれの機関で、どのような内容の相談ができるかも調べておくといいでしょう。

### 2 老人クラブ活動への理解と協力を依頼する

普段から、様々な相談機関等とつながりをつくっておくことが重要です。

地域を担当する民生委員等の各種相談員や、地域包括支援センター等の相談機関、行政の高齢者福祉担当課や社会福祉協議会等に対し、老人クラブで友愛活動に取り組んでいることを伝え、私たちの活動への理解と協力を依頼しましょう。

### 3 老人クラブだけで解決しようとせず、難しい問題等は専門の機関に迅速につなげる

活動をすすめていく中で、自分では判断に迷うことや、難しい問題にあたった場合には、すぐに老人クラブの「友愛活動スーパーバイザー」や、地域を担当する各種相談員、相談機関等に「迅速に」つなぎましょう。

また、専門機関に相談をつなぐ場合には、必ず本人に連絡し、了解を得ておくことが重要です。(但し、生命に関わる状況や、財産に関わる事態など、緊急の場合で本人の了解を得られない場合は、専門機関への相談を優先します)

### 4 行政や関係機関等への提言・要望につなげる

友愛活動を通して把握した課題や友愛活動では解決できない課題等については、市町村老連を通じて積極的に提言・要望活動につなげていきましょう。

(作成例)

## 地域の相談員・相談機関一覧

相談できる内容	相談員・機関名	連絡先	担当者名
生活・福祉に関する相談	民生委員	**-0000	松江 一郎
高齢者の介護や生活支援に関する相談	〇〇地区地域包括支援センター	**-1111	大田 五郎
ものわすれ相談	◎◎保健所	**-2222	
認知性高齢者等の福祉サービスの相談・利用手続き	生活支援員 (社会福祉協議会)	**-3333	出雲 三郎 (社会福祉協議会)
高齢者への虐待に関する相談	◎◎市役所 高齢者福祉課	**-4444	
女性や家庭の問題に関する相談	女性相談員	**-5555	益田 四子
商品購入やサービス提供に関する苦情やトラブルの相談	県消費者センター	0852-**-6666	
悪質な訪問販売等についての相談	警察本部生活環境課	0852-**-7777	
年金に関する相談	〇〇年金事務所	0852-**-8888	

