

2009 - 12

活動名称	ネットワーク形式（杉並方式）で「介護者の会」を運営する試み ～介護者の心に寄り添える「介護者の会」を目指して～
活動要旨	区が開催した「介護者サポーター養成講座」の修了生らが杉並介護者応援団を立ち上げ、行政や専門機関の方、また地域住民の方々と協力しながら、介護者の会の運営とネットワーク化の支援をするなどの活動をおこなっている。
応募者	特定非営利活動法人 杉並介護者応援団 土屋 洋子
連絡先	〒168-0065 東京都杉並区浜田山 2-13-1

## 、概要

平成 17 年秋、杉並区が家族介護者を支援するボランティアを養成するための「介護者サポーター養成講座」を開催。講座修了生が、18 年 3 月に杉並介護者応援団（以下「応援団」という。）を結成した。同時期に、主に認知症の方の家族介護者を支援するために、区が地域包括支援センターを基軸に開いた介護者教室から「介護者の会」が 3 ヶ所立ち上がった。これら介護者の会の運営の応援のため、応援団の介護者サポーター（以下「サポーター」という。）が活動を始めた。並行して、既存の介護者家族会についても賛同を得られた会については、サポーターが参加し、家族会を地域に開く方向で、広報、啓発活動などを開始した。それまで「家族会」と呼ばれていた会は、「介護者の会」と呼ばれることとなった。

応援団は、平成 18 年度から 3 年間、杉並区社会福祉協議会の地域活動助成金を取得し、介護者向けの講演会、交流会、介護相談会及び、サポーターのスキルアップのための研修を行った。同時に介護者の会の情報交換、事例検討会を毎月 1 回行い、サポーターが、介護者同士、介護者の会相互のネットワークを築くためのコーディネイターとして活動することとした。

この間に行政からの支援も進み、応援団の N P O 法人化を契機として、21 年度からは、区の委託事業として介護者の会の継続を支援することとなった。

現在、応援団からサポーターを派遣している会は 10 ヶ所。介護者の会の立ち上げやサポーターの派遣を希望する地域包括支援センター（杉並区の呼称は、ケア 24）が増えて来ている。

このため、行政の協力を得て毎年サポーター養成講座を開き、増員を行ってきた。21 年度は、区の事業である「すぎなみ地域大学」のボランティア養成講座で、「介護者応援ボランティア」（介護者サポーターと同意）の養成を行う講座の運営を受託し、修了生は応援団に入会し、サポーターとして活動することとなった。

介護者の会では、サポーターは、会の準備、進行に気を配り、参加者が十分に話しが出来るよう、気持ちが軽くなってまた介護に向き合えるよう、ピアサポートを進める。

介護者の会には、介護経験者、OB の参加もあり、介護や地域の情報も提供されている。必要な場合は、サポーターが専門職やケア 24 など専門機関へ繋ぐこととしている。

参加者に傾聴し、リアルに聴いてもらえたと感じる場を提供する一方、要介護者の方が共に参加した際にも楽しんでもらえるようなプログラムと、サポートする人材を準備している。

これを発展させ、「メリーゴーランド浜田山」というミニデイサロンを 20 年秋より開始。認知症の方本人や家族、地域住民や支援者が参加し、互いに交流を行っている。毎月 1 回、舞踊体操、歌唱、お茶会などのプログラムを介護者、要介護者がともに楽しみ、リフレッシュする機会を提供することで、地域の中の居場所としてのサロンが、地域資源として定着するよう、模索している。

介護者の会とミニデイサロンの運営や、サポーターのスキルアップについては、研究者や専門職による研修やコンサルテーションなどを得て、これを区内の支援者や介護者の会のリーダーが集まる「介護者の会連絡会」で共有している。区内全域の介護者が自ら、介護者の会やサロンを選んで参加できるように、数と質を向上させ、行政、地域、各支援機関等との連携を図りながら、要介護者と介護者の地域支援を継続している。

## 杉並介護者応援団の事業概要

介護者の会、ミニデイサービスを開催し、介護者や「介護者の会」のネットワークをもって介護者・要介護者の地域生活を支援することを目標としています。

- \* 現在杉並区には、右記表内の「介護者の会」の他に5ヶ所の会があります。これらの会の交流、情報交換のため、「連絡会」を開いて
- \* 地域包括支援センター（ケア24）を基軸に各地区の「介護者の会」が、地域で介護者を支える社会資源として機能し、定着していくための働きかけをします。
- \* 地域の介護保険事業所や高齢者を支える活動を行っている諸団体、専門職、地域の方々とともにネットワークを築きます。
- \* 区との連携・協働により、介護者支援の人材の養成、レバレッジアップ研修を行っています。
- \* 介護に関する講習会、施設見学会などを行い

- \* 区外の介護者の会や支援団体とつながり、広く介護について学び、情報を交換しています。

これら「介護者の会」を継続支援するための事業は、杉並区から運営を委託され実施しています。

## 杉並介護者応援団から以下の介護者の会にサポーターを派遣しています。

会名・場所	開催日・時間	連絡先TEL
浜田山かしの会 浜田山会館	毎月第2金曜日 13:30~15:30	724浜田山 5357-4944
荻窪ソックスの会 ゆうゆう荻窪東館	毎月第2水曜日 13:30~15:30	724荻窪 3391-0888
阿佐谷介護者の会 ゆうゆう阿佐谷館	毎月第4金曜日 13:00~15:30	杉並区介護予防課 3312-2111
上井草おでこの会 上井草ふれあいの家	奇数月第3金曜日 13:30~15:30	上井草ふれあいの家 3394-9831
下井草さくら会 ケア24下井草	毎月第2金曜日 13:30~15:30	724下井草 5303-6341
桐の会 勤労福祉会館	毎月第3木曜日 13:30~15:00	724上荻5303-6851 724善福寺5311-1024
高井戸カモミールの会 都営アパート12号棟	毎月第4水曜日 13:30~15:30	724高井戸 3334-2495
和泉ワイワイクラブ 和泉ふれあいの家	毎月第2木曜日 13:30~15:30	和泉ふれあいの家 3321-4808
成田うぐいすの会 成田会議室	毎月第3金曜日 13:00~15:00	724成田 5307-3822
久我山さくららの会 さんじゅ久我山	毎月第4木曜日 13:30~15:00	724久我山 5346-3348

## 介護者の会では、

- \* 主に在宅で介護をされている家族が集い、介護に付随する悩みや不安を語り、聴き合い、仲間同士支えあう気持ちで、交流や情報交換を行っています。
- \* 会で話された個人情報、他所で洩らさないルールがあります。
- \* 少し離れた会へ、また複数の会へもご都合にあわせてお気軽にご参加ください。茶菓子程度の参

## ミニデイサービス（サロン）

介護が必要な方や介護者が集い、仲間やボランティアとおしゃべりしたり、歌や健康舞踊体操などを楽しんでいま

♪メリーゴーランド浜田山♪  
毎月第3金曜日10:00から12:00

♪メリーゴーランド荻窪東♪  
毎月第3月曜日13:30から15:30  
ゆうゆう荻窪東館にて開催中



どなたでも お気軽に  
ご参加ください！

## 介護者の会でのお茶タイム



## 、地域の紹介

(1) 杉並区は、人口 52 万 8857 人、29 万 3540 世帯を抱え、城西地区と呼ばれる 23 区の西側に位置している。JR 中央線が区中央部を、北部に西武新宿線、南部に京王線が走り、東西への移動は比較的容易であり、南北の移動は、バス路線が中心となり、コミュニティバスがこれを補完している。約 34k㎡と、区部では比較的面積の広い区であるため、地域包括支援センターは 20ヶ所ある。所轄地域の住まいの特性や地域性も少しずつ異なっている。高齢者人口(65歳以上の対人口比)は 18%程度であるが、高齢者の一人暮らし、2人暮らし、日中独居も少なくない。

### (2) 杉並区の取り組みと応援団設立の経緯

平成 17 年当初、区内には、保健センターが支援する認知症の方を介護する家族会が数ヶ所あり、通所介護事業者主催の通所者家族の会も存在していたが、継続に不安を持つ会も出てきていた。

介護保険制度の施行等により、要介護者支援の施策が示されたものの、介護者に対する支援は不足。行政(区の高齢者施策課)としても、家族に介護が必要になった時、介護を受ける要介護者と共に介護者も支援してこそ介護家族支援だとの認識を持っていた。そこで、当時杉並区在宅支援センター(現在の地域包括支援センター)に対し、介護者支援対策として「介護者の会」設立を呼びかけた。

平成 17 年秋、賛同したケア 24 荻窪、方南、浜田山が地域住民に対して、家族介護者教室を開催し、介護中の悩みや苦しみを話し合える会の設立(場づくり)を呼びかけ、設立後の会が継続できるように支援協力をする。(介護者の会の誕生：荻窪ソックスの会、方南ふらっと会、浜田山かしの会)

同時期に行政が、地域で家族介護者を支援するボランティア養成のため、第 1 回の「介護者サポーター養成講座」を開催。介護者サポーターが誕生する。

平成 18 年 3 月、サポーター養成講座を修了した 12 名が「杉並介護者応援団」を設立。介護者の会、及びサポーター相互の協力を図り、ネットワークをもって区内の介護者の会を支援することとした。同時に会の継続のため、賛同を得られた既存の家族会へもサポーターが世話人として入り、通所者の家族会を地域に開く方向で応援を行うなどの活動を始めた。

平成 18 年 4 月より介護者の会支援のバックアップを介護予防課が継承する。

当初は、主に介護者の会の開催場所についての支援を行う。

平成 21 年 2 月、応援団が法人格を取得。平成 21 年度より、杉並区から、介護者の会の継続支援事業及び、介護者サポーターの養成事業を受託する。

## 、活動の内容

### 1、区内介護者の会の継続支援活動（杉並区保健福祉部介護予防課よりの委託事業）

#### （1）介護経験者と共に語り合い、気持ちを分かち合うことにより心の支え合いの場となる

##### 「介護者の会」

平成 21 年 8 月現在、応援団から区内 9 ヶ所の介護者の会へ、介護者サポーターが運営の応援者として参加

介護者の会では：基本の活動として、毎月 1 回同じ曜日・時間に同じ場所に集まり、介護状況や心の内を話し、聴き合い、情報交換を行っている。

サポーターの役割：会場の設定、茶菓の準備、情報提供等のための事前準備。参加者の話を傾聴し、参加者同士のピアサポートを促す、ファシリテーターの役割を行なう。

（旧メンバーのストーリーを繋げる支援、新メンバーへの配慮・導入の支援、時間配分、遅刻、早退者への配慮なども含む。）会の振り返りを行い、必要な際には、専門職へつなげる。

#### （2）ネットワーク形式による「介護者の会」支援の利点

介護者が自分の都合に合わせて参加する会を選択できる。複数の会へも参加できる。

[ 自宅周辺の会で近所の方に会うのを避けたい、要介護者が不在のデイサービスの曜日に合わせて参加したい、会の特色に合わせて選びたい、など。（連携をとっている機関や立ち上げ時の背景、会の構成員の状況などにより、介護者の会は特徴を持つ。施設入所された方の多い会、男性の参加者が多い会、臨床心理の専門家が継続して参加している会もある。）]

会運営の基本ルールや活動のレベルを維持するよう、組織的に取り組むことができる。

介護者サポーターが継続して出席し、会を見ていくことで運営が安定する。

介護者は、参加している会以外の情報もサポーターから得ることができる。

区内全域に会が存在することで、行政、各ケア 24、専門諸機関等と連携して介護者の支援に取り組める。

サポーター自身も活動についての疑問や課題を分かち合い、学びあうことができる。

など、ネットワーク形式の利点を活かした活動を行っている。

#### （3）「介護者の会」参加者の状況

##### 現状

ア、認知症になった方を介護されている家族が増えている。

イ、男性介護者の増加が見られる。

ウ、介護に対する身内の理解・支持不足で主介護者は孤立感を味わっている事が多い。

エ、今までしてきた普通の生活ができないことがある。

オ、困難事例：仕事と介護の両立の難しさ、シングル介護の困難さ、経済的負担の重さ、遠距離介護の大変さ、男性介護者の戸惑い、嫁の立場の辛さ、実父実母介護のやり難さ

介護者の会の必要性と役割が見えてきた。

ア、駆け込み寺的な役割・・専門職と話すとき、要介護者だけでなく介護者も格好をつけてしまう。自分と同じ介護経験者同士の集まりであることに意味がある。（今の自分の気持ちを素直に出せ、聴いてもらえたと感じる場）

- イ、背負った荷物を一時降ろす場所として・・・介護者が自分の悩みや不安を話すことでストレスを発散し、苦しいのは自分だけではないとの思いを仲間と共有できる。再び、新たな気持ちで介護に向き合う力を得る。
- ウ、自身の状況の理解と方向性を見出す場・・・語ることで自分や状況への理解が進む。自分が何に苦しんでいるのか、どうしたいのかが見えてきて、自己表現や周囲に対する働きかけをするようになったり、新しい方向を探すこともある。
- エ、虐待防止のセイフティーネットとして・・・介護者自身も気づいていない要介護者に対する虐待かもしれない行為を、会の中で他のメンバーやサポーターが気付き、専門職に繋げることで最悪の事態を回避できることがある。
- オ、社会とつながる場・・・孤立しがちな介護者にとっては、唯一の社会とのつながりの「場」となることがある。自分だけの問題ではないと感じ、社会に対して視野が開ける。
- カ、介護保険制度体制における、セカンドオピニオンとしての意義をもつ

#### (4) 介護者の会に対する新たなニーズ

参加者の介護状況の変化・・・自身の介護予防で参加し本格的な介護が始まった方、施設介護に移行した方や看取りを終える方も増えて来た。会の状況や参加者のニーズは変化していくため、柔軟な対応が必要になっている。

独自のプログラム・・・会の原則はくずさないよう努めるものの、参加者の希望を聞きながら、会独自でリフレッシュのためのプログラムを企画したり、近くの会とともに新規参加者を募る催しを計画したりすることもある。20年秋には、江戸東京建物館へ要介護者、介護者が出かけ、リフレッシュしてきた。21年7月には、3つの介護者の会合同で、「杉並落語会」を開催し、介護者、要介護者20名が笑って交流を行った。施設見学なども希望に応じて行っている。介護関係の講演会、相談会、介護者の交流会も行ってきた。

介護者の会の増設・・・地域包括支援センターや認知症対応型通所施設、既存の家族会などで応援団からのサポーター派遣を希望するところが増えており、今後「介護者の会」の増設が見込まれる。

## 2、ミニデイサロン活動 ～メリーゴーランド浜田山～

現在、浜田山地区において、介護者と要介護者が共に参加し、お茶を飲みながらおしゃべりをし、日舞を基本にした健康舞踊体操、歌唱などでリフレッシュしようというサロンを開催している。  
(毎月1回 第3金曜日 10時から12時)

開催場所のゆうゆう館(旧、区の敬老会館)の管理受託団体(シルバー人材センター)の協力も得、地域の方がボランティア講師を務める。地域の支援者(民生委員、町内会長など)へ参加呼びかけも行っており、これら支援者にとっても、支援対象者の把握、支援のきっかけづくりとしての機能をもつ場として、連携の気運が高まっている。

応援団としては、地域の支援者との情報交換や連携を図り、介護者や要介護者が地域で自分らしく暮らし続けるためのきめ細かな有形、無形の支援が住民から提供されるためのコーディネート

模索しているところである。

要介護者・介護者がともに安心して参加できる、地域の居場所とリフレッシュの機会を提供するとともに、地域の方々との交流の場となり、地域資源として定着することを期待している。

7月には、キャラバンメイト(応援団では5名が登録)が講師となり、認知症サポーター養成講座を開催。メリーゴーランド浜田山参加者、地域の方など16名がオレンジリングを取得した。

### 3、介護者の会連絡会の開催（杉並区保健福祉部介護予防課よりの委託事業）

20年5月より、応援団代表と区の担当職員が、介護者の会を後方支援するケア24や事業所、保健センター所轄の認知症家族会などへ現状の把握と挨拶のために回り、区内介護者の会の連携を訴えた。8月、21年2月に、介護予防課の声かけにより区内15ヶ所の介護者の会のリーダー、ケア24の担当職員・事業所の担当者、応援団サポーターが集まり、介護者の会連絡会を開催。各支援者たちが、区内の介護者の会の現状と問題点を共有し、今後連携をとっていくことを確認した。

21年度は、応援団が区の委託を受け、2回の連絡会開催を予定している。セルフヘルプグループ・家族会の研究者による、支援者向け講演や事例検討会も引き続き行なっていく。

### 4、サポーター（介護者応援ボランティア）の養成（杉並区区民生活部地域課よりの委託事業）

21年5月から6月にかけて、区の主催する「すぎなみ地域大学」の講座として、「介護者応援ボランティア講座」が開講。この講座のカリキュラム作成から運営までを応援団が受託し、講座修了後に応援団のサポーターとして活動を行う人材を養成した。36名が受講し、10名の修了生が実地研修の後、各介護者の会などに配属される。

この地域大学は、講座修了後の活動の受け皿を明確にし、各種のボランティアを養成するという区の方針の下行われている。活動がすぐには難しいという方にも、今後、介護者支援の重要性や介護者の会の存在を職場や地域などで語ることで、認知症についてもよき理解者となることをお願いし、啓発、広報活動に一役かって頂いている。

### 5、介護者サポーターの研修（介護予防課委託事業）

サポーターのレベルアップを目的とする研修は、講座としては、毎年2～3回行っている。他に随時、事例検討会や、専門職や家族会研究者よりのスーパービジョンやコンサルテーションを受けている。20年度は、傾聴のスキルを身につけるため、東京女子大学教授（臨床心理士）無藤清子氏を講師として、ロールプレイによる研修を行なった。

また、活動のルールを明確にし、信頼性を高めるために、「サポーター規約」を作成して研修を行っている。特に個人情報の保護に関しては、法人化後の重点項目として徹底させている。

### 6、啓発活動、ネットワークづくり

応援団の活動は、NPOと地縁団体や専門機関及び行政との新たな関係づくりと、協働により、誰もが安心して暮らしを継続できる地域をつくることをめざしている。

介護者の会やミニデイサロンには、民生委員、あんしん協力員（高齢者などを見守るボランテ

ニア) 町内会長などの参加もあり、地域の支援者たちが横のつながりを持って地域の中で介護者、要介護者をきめ細かく支える体制をつくる必要があると考えている。

又、介護者・要介護者の声を専門機関や行政に届け、専門的なサポートや利用者本位の支援が行えるよう、橋渡しを行うことも可能となる。

21年6月「すぎなみ介護保険サービス事業者の会」にてオブザーバーとしての医師会も加え、参加6団体に介護者の会の広報を行った。各団体の会合等への出席、パンフレットの配布を行っている。

本年度は、社会福祉士会との連携も深めている。社会福祉士会が授業のプログラムを任された区内の高校の「奉仕の時間」に、応援団のキャラバンメイトが認知症サポーター養成講座を行うことになっている。

又、首都圏の介護者支援のネットワークに参加し、介護者支援についての学習や情報収集を行うとともに、啓発事業等への協力を行っている。



落語で笑ってリフレッシュ



ミニデイ クリスマス会



介護者応援ボランティア講座

わたしたちは、  
こんな活動をしています



## 、活動の成果と今後の展望

### 1、介護者の会やサロン活動における成果

- (1) 認知症初期の方を介護する家族は、病の受容が難しく、迷いや辛さを感じている一方、要介護者の抱え込みもみられる。会への参加をきっかけに介護保険サービスや地域資源の利用につながった例が多く見られる。  
中期、後期の介護にあっては、在宅から施設介護に移行する際など、「会の仲間に背中を押してもらった」と表現する介護者も多い。会では、経験者からの情報提供や同じ目線にたったアドバイスにより、介護者が自身の選択や介護の方法に罪悪感を抱かないよう、自身の生活も大切に作る姿勢を自然な形でサポートしている。多様な社会資源を活用し、介護を抱え込まない地域生活の実現に効果が期待できる。
- (2) ウツ状態であったり、虐待の危険のある参加者が、本音で話せる場、楽しめる場を見出し、危険を回避している。
- (3) 会において話しをする中で考え方の整理がついたり、問題との付き合い方を学ぶことにより、次のステップへ踏み出せることもある。
- (4) 地域の支援者と専門職、専門機関、行政との連携により、一人一人の介護者へのトータルかつきめ細かなサポート体制が可能となり、介護者の介護力を高め、介護家族や要介護者の支援にもつながる。
- (5) 介護者の会やサロンには、在宅介護から施設介護に移行した方、介護 OB の参加があり、これらの方が会の活動を支えたり、地域活動へのデビューを果たす例が出てきている。
- (6) これらの人材が、施設との橋渡し役として施設を地域に開ききっかけとなったり、会やサロンが、看取られた方のグリーフケアの役目を果たす場ともなるなど、会や地域がより豊かに発展する可能性を持っている。
- (7) サロンは地域の支えあいの核として、介護者、支援者の交流、連携を創出し、潜在的な孤立した介護者の掘り起こしを可能にし、地域の力を高める。
- (8) サロン活動をきっかけに、児童委員(民生委員)など地域支援者との連携がとれ、小・中学校生徒や PTA との交流を計画している。また、高校での認知症サポーター講座の開催により、ボランティア活動や介護について学ぶ機会を提供している。  
こうした活動により、世代を超えた参加、啓発、交流が期待できる。特に、子供たちには、介護や家族間の協力について学ぶ機会を提供し、教育効果も期待できる。

### 2、介護者の会のこれから ~介護家族を応援するために~

- (1) **介護者の会の存在や意義を一人でも多くの方に知って頂くための広報・啓発活動を継続する。**

認知症になった方の介護においては、特に初期段階で介護者が介護者の会に参加し、他の介護者の体験を聞く事で、病の受け入れがスムーズになるケースが多い。

まず、会に足を運んでもらえるよう、あらゆる場を利用し、呼びかけを一層強化して

いく。(各専門職連絡会、町内会長、民生委員、ケア 24、地域のボランティア、地域の会合、介護保険事業者、ホームページ、社会福祉士会、区施設など)

一方で、連携が進み、地域情報が共有されてくる中、地域ごとに効果的な方法を工夫することも必要であることが分かってきた。

回覧板が有効な地域、町内会への働きかけが有効な地域、商店街や他の団体との連携が必要な地域など、地域の状況に即した効果的な方法をとることとした。

#### (2) 区内全ケア 24 (20ヶ所) に介護者の会設立の呼びかけを継続する。

ケア 24 などの主催する介護者教室に応援団サポーターが講師として招かれ、介護者の会の立ち上げ、その後のサポーター派遣に協力する形が増えている。

区内全域のケア 24 には介護者の会の存在意義は理解されているが、現実には会の立ち上げを希望しても今までは、サポーターが不足していたため要望に応えられなかった。サポーター養成講座の開講により、人材の供給に目途が立ってきた。

**【要介護者には、介護保険等の支援、介護者には、介護者の会参加が当たり前な社会になって欲しい。】**

### 3、杉並介護者応援団のこれから

#### (1) 行政との協働事業の継続

応援団の法人化により、行政等と対等な立場で委託契約を結ぶことが可能となり、介護者の会の継続支援についても責任を明確にし、信頼性を高めることができた。今後もこの体制を継続することにより、介護者及び介護家族、介護者の会から出る生の声を今以上に行政や社会に伝えながら、応援・支援を行っていくことができると考えている。

#### (2) ボランティア活動の展望

杉並区では、10月より、シニア世代のボランティア活動を推進するための「長寿応援ポイント制度」を開始する。応援団の活動は、地域貢献活動として登録され、これに参加した60歳以上のサポーター及びボランティアは、ポイントを獲得することになる。これによって、活動のPRと活動参加者の増員を期待している。

#### (3) NPO 法人としての体制整備

法人として、組織体制を整え、法令遵守により信頼性を高めるよう努める。

この点については、区の協力により、組織運営の専門家を招き整備を行っている。

#### (4) ピアサポートの理念

設立当初の地域に根ざしたボランティア活動時の気持ちを大切に、介護者の現状から乖離しないよう、共に地域で生活する者としての立場や感覚を大切に、あくまで地域の仲間として、ピアサポートの精神を堅持する。

#### (5) 世代間の交流と連携

介護者同士、介護者の会相互、サポーター、地域住民、専門職・機関、研究者や大

学、教育機関（小、中、高校）などとの連携強化を視野に入れて活動を行ってきた。連携が具体化している部分もあるが、世代を超えた連携については始動したばかりである。しかし、ミニデイサロンには、地域の青年講師の協力を得ており、地域の各支援者との連携も深まっていることで、今後の展望が持てる状況である。

#### （６）活動成果の検証と蓄積

平成 18 年度より、「サポーターの活動が何故介護者の会に必要なのか」、また「介護者の会における現状と課題」についての研究（研究代表者 埼玉県立大学 小川孔美氏）に協力してきた。本報告書の介護者の会の必要性和役割などについては、この調査によって明らかにされた部分も多い。これらの研究成果を行政も参加している介護者の会連絡会などで、小川氏が発表することによって、行政が介護者の会と連携して介護者を支援する重要性を改めて提示することにつながり、また、会のリーダー等にとっては、展望が広がり連絡会に期待する声が聞かれる結果となっている。これからも継続してサポーター活動の検証を行い、資料として蓄積し、経験の積み上げだけに頼らず、活動に客観性を持たせていきたい。

また、介護者の会に 3 年以上参加していて昨年度より傾聴の研修を依頼した無藤清子氏（東京女子大学教授）とは、介護者の会支援についての共同研究を始めている。現時点では、その介護者の会でのサポートのふりかえりと、“介護者サポーターがめざしているもの・抱えている困難”についての面接調査に協力中である。これらの結果を踏まえ、多様な介護者の会でのピアサポートに一層役立てるサポーターのコミュニケーション・傾聴のあり方を明確化して、サポーターの研修プログラムを共同で開発していく予定である。

両氏の協力を得て、介護者の会支援のためのマニュアルづくりも計画している。

又、東京女子大学は区内にキャンパスを持つため、今後、大学の地域貢献についても地域の求めるものを、行政との協力も視野に入れ、提言していきたいと考えている。

#### （７）ネットワークの広がり介護者の会の改変

区内には、介護保険施行以前からの認知症の家族を抱える方の家族会があり、それぞれに重要な役割を果たし、多くの家族の支持を得ていた。これら、既存の家族会とそのリーダーの方々から、応援団は多くのことを学ばせて頂いた。

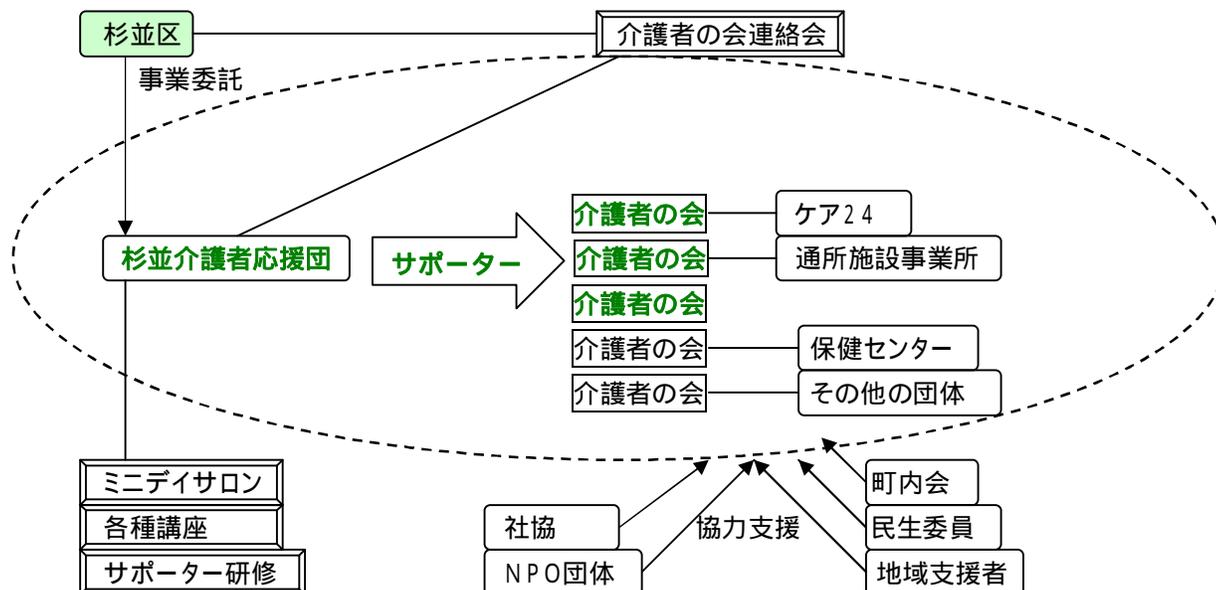
しかし、高齢者支援の中心が、これらの会のバックアップを行っていた保健センターからケア 24 に移行するに従い、閉じる会、継続のためにサポーター派遣を希望する会なども出てきた。

「介護者の会連絡会」では、それぞれの会を大切に、ミッションを同じくする者として、お互い協力できることは協力し、連携して区内の介護者の会を盛り立てようという合意ができたと考えている。

#### （８）区外のネットワーク

介護者の会の地域ネットワークを NPO がコーディネートし、行政との協働で支援するという方式は、一部では、杉並方式とも言われるようである。区外・近県からもこ

の方式について、講演などを依頼されることも出てきた。区外から、介護者の会への見学者も増えている。これらの団体や支援者との協力、学びも大切にしていきたい。首都圏の介護者の会ネットワークにも参加して、介護者支援のNPOや、他地域の介護者の会からも学び、協力しあっている。地域を大切にする一方で、広い視野に立つての介護者の支援を考え、提言していくことも必要と考えている。



## 絆

円滑なコミュニケーションの流れを創ろう。

私たち「杉並介護者応援団」は、

- 介護者の方たちと、絆を持ちたい。
- 介護者家族の皆さんと、絆を持ちたい。
  - 行政の方たちと、絆を持ちたい。
- 各専門機関の方たちと、絆を持ちたい。
- 地域住民の方たちと、絆を持ちたい。