

支え あい



活動立ち上げの い・ろ・は



平成 29 年 9 月

社会福祉
法 人

横浜市保土ヶ谷区社会福祉協議会



1 支えあい活動の効果

住民同士の支えあいを地域の仕組みに・・・

高齢化や核家族化が進み、ご近所との付き合い方は少しずつ変化してきました。昔は、日常のご近所づきあいの中で、ごく自然な形で成り立っていた住民同士の支えあいを、地域の中で仕組みとして整えていく必要が出てきました。

この冊子では、身近な地域で支えあい活動を立ち上げたいという想いを応援するために、生活支援ボランティア活動と地域の中での居場所づくりの2つの活動の立ち上げに向けた検討のポイントをまとめました。

誰もが「困ったときはお互いさま」の意識で気兼ねなく利用でき、ある時は支援された方が、ある時は支援する側に回れるような、皆が活躍できる地域の仕組みを一緒に作っていきましょう。



支えあい活動立ち上げのい・ろ・は

〇目次

1 支えあい活動の効果	・・・1
2 生活支援ボランティア活動の立ち上げに向けた検討ポイント	・・・2
3 居場所づくりに向けた検討ポイント	・・・8
4 活動継続のポイント	・・・11
5 参考資料・会則（例）	・・・12

(1) 支えあい活動とは

①生活支援ボランティア活動

誰でも、高齢になったり、障がいがあったりすると、日常の暮らしの中で、自分だけでは対応できない、ちょっとした困りごとが生じてくることがあります。

こうした生活上のちょっとした困りごとに対して、地域住民の支えあいで解決しようという取組が、「生活支援ボランティア活動」です。

昔は当たり前のように隣近所で助け合っていたことも、近隣とのつながりが希薄になった今では、地域の仕組みとして作りなおす必要があります。

【生活のちょっとした困りごと】

ゴミ出し・草刈り・電球交換
家具の移動・布団干し
買い物・調理・掃除

など



②居場所づくり

隣近所との付き合いが少ない世帯が増えてきています。元気なうちは、それでもやっていけますが、高齢になったり心身に障がいが生じると、近隣との付き合いが希薄なため、家の中に閉じこもるようになりがちです。そのまま必要な支援を受けられずに、気付いた時には重度な状態になっていたり、最悪の場合には孤立死してしまうというケースも、残念ながら決して稀なことではありません。

地域でこのようなことが起こらないために、人と人とのつながりを作る活動が「居場所づくり」です。

(2) 地域で行う効果

①早期発見

日常生活の中での活動のため、参加者や利用者の変化や異変に、早期に気づくことができます。



②気づきの共有、見守りの継続

活動を通じて感じた気づきを活動者間や、民生委員や地域ケアプラザなどの関係機関と共有し、様々な支援につなげることができます。また、専門的な支援を受けながらも、地域とのつながりの中で見守りを継続することができます。

③心情面の支え

活動の参加者、利用者にとっては、地域の方々とのつながりの中で暮らしていけるということや、地域の一員として認められ、大切にされていると感じられることが、心情面の支えになります。

また、近所づきあいの延長線上にある活動ですから、一方的に支援される側にいるのではなく、時には誰かのために役に立つ側に回れる場面があると、より一層、生きる張り合いにもつながります。支援する側・支援される側という固定した関係にならないようにする視点が大切です。



2 生活支援ボランティア活動の立ち上げに向けた検討ポイント

協力してくれる仲間を数名集めて、次に挙げる項目を参考にしながら検討を行いましょう。

(1) 組織

どのような組織での活動とすることを考えます。

自治会・町内会として実施する場合もあれば、地区社協の活動に位置づけて実施する場合があります。

また、独立したボランティアグループとして立ち上げ、地元の自治会・町内会や地区連合、地区社協などの支援を受ける場合があります。

【組織】

- ☐ ボランティアグループ
- ☐ 自治会・町内会
- ☐ 老人会
- ☐ 地区社会福祉協議会
- ☐ その他

(2) 対象エリア（範囲）

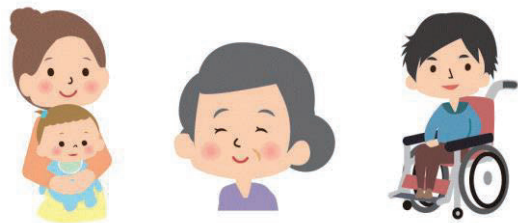
活動の対象とするエリアを絞りましょう。

【対象エリア】

- ☐ マンション・団地内
- ☐ 自治会・町内会エリア
- ☐ 地区連合（地区社協）エリア
- ☐ 地域ケアプラザエリア
- ☐ 区域 など

(3) 対象者

活動の対象者を誰にするかを考えます。



【対象者】

- ☐ 一人暮らし高齢者
- ☐ 高齢者夫婦世帯
- ☐ 高齢者がいる世帯
- ☐ 年齢問わず、障がいのある方
- ☐ 妊婦や乳幼児を抱えた世帯
- ☐ 困っている人は全て対象とする など

(4) ニーズ把握

対象エリア（範囲）の住民は、どのような生活の困りごとを抱えているのか、ニーズ把握を行いましょう。

地域ケアプラザや区社会福祉協議会（区ボランティアセンター）などには地域住民から様々な相談が寄せられています。どのようなニーズがあるか、確認してみると良いでしょう。

【ニーズ把握の方法】

- ☐ 住民へのアンケート調査
- ☐ 民生委員、老人会などへのヒアリング調査
- ☐ 地域ケアプラザ・区社会福祉協議会等の支援機関へのヒアリング調査 など

(5) 活動内容

どのような困りごとに応える活動にするかを検討します。

できることを、できる人が、できる範囲で、楽しみながら行うのが長続きする秘訣です。

まずは一つのことから始めて、少しずつ活動の幅を広げていく方法もあります。

一旦、どのような活動内容とすることを決めた上で、利用される方のニーズと、担い手となる方々の対応できる内容とで、少しずつ活動内容を変化させていってもよいでしょう。

【活動内容】

★日常的な家事

- ☐ 日常の掃除
- ☐ ゴミ捨て
- ☐ 洗濯
- ☐ 食事の支度
- ☐ 布団干し
- ☐ 庭木の手入れ
- ☐ 草むしり
- ☐ 日常の買い物、宅配の手配（惣菜、食材、日用品など）

★外出の支援

- ☐ 外出時の付き添い、荷物持ち（買い物、通院、美容院、散歩など）
- ☐ 車での送迎
- ※ただし、サービスの対価として有料で送迎する場合は福祉有償運送の登録が必要な場合があります

★非日常的な家事

- ☐ 日用品以外の買い物（衣料品、家具、電化製品など）
- ☐ 電球交換
- ☐ 包丁研ぎ
- ☐ 衣替え
- ☐ 網戸やふすま、障子の張り替え
- ☐ 家具の移動
- ☐ 粗大ごみの廃棄
- ☐ 大掃除
- ☐ 電化製品、水回り等の不具合の確認や小修繕
- ☐ 工事や工事見積もりへの立ち合い

★その他

- ☐ 安否確認の声掛け（電話・訪問）
- ☐ 話し相手
- ☐ 短時間の子守り
- ☐ 犬の散歩（入院中のペットの世話） など

留意点

○住民同士の支えあい活動なので、特別な資格は必要ありません。

利用される方にもその点は予め説明しておくことが大切です。例えば、庭木の手入れの依頼を受けた場合など、専門業者とは異なることを説明しておきましょう。

○危険が伴う作業など、ボランティアでは対応が難しい場合には、お断りしましょう。

必要に応じて専門業者などの紹介や、業者による見積りの立ち合い等に切り替えて支援することもできます。

（６）コーディネートの方法

利用したい人からの相談を受け付け、内容に応じて下見に行き、ボランティアに依頼するといった一連の流れをどのように行うかを検討しましょう。

①コーディネーター

利用したい人とボランティアとの調整を行うのがコーディネーターです。

相談受付、下見、ボランティアへの連絡調整等を行うため、一人に負担が集中しないように組織の規模に応じて複数名で持ち回りで行うことをおすすめします。

対象エリアが広範囲の場合や、生活圏がいくつかに分かれている場合には、そのエリア毎にコーディネーターを配置しておく、と、コーディネートがしやすくなります。

②相談受付の方法

利用したい方からの依頼をどのように受け付けるかを決めましょう。

拠点となる事務所がなくても、団体として携帯電話を一つ契約し、複数の方が当番制で受け付けを行っている団体もあります。



【相談から活動までの流れ】

- 相談受付
- ↓
- 本人面談、下見
- ↓
- ボランティア依頼
- ↓
- 活動日の連絡
- ↓
- 活動当日

③本人との面談・下見（必要に応じて）

依頼された本人と面談し、利用条件の説明や依頼内容の確認を行います。自宅へ伺う場合には、トラブル回避のため、なるべく2名以上で伺うと良いでしょう。

活動日、時間帯等細かな希望を確認するとともに、必要な資材の手配等についても相談しておきましょう。

④ボランティアへの依頼

依頼内容に応じて、何名で対応するか等を決め、対応できるボランティアを調整します。

可能であれば、下見と一緒に一緒に行っておくと、活動がスムーズにできるでしょう。

⑤活動日時の連絡

活動日時が決まったら、本人およびボランティアに連絡しましょう。

（７）ボランティア保険

活動中の様々な事故によるケガや損害賠償等に対応するため、「ボランティア活動保険」への加入をおすすめします。

利用者を車に乗せての送迎を行う場合には「送迎サービス補償」への加入をおすすめします。

いずれも、保土ケ谷区社会福祉協議会にて取り扱っています。保険料やプラン内容は毎年更新されるため、保土ケ谷区社会福祉協議会にお問い合わせください。

（８）運営にかかる資金、経費等

活動を行うための運営費をどのように賄うか、団体としてどのように考えるか、話し合いで決めていきましょう。また、併せて現金や通帳の管理を誰がどのように行うかも検討しておきましょう。

①利用料

住民による支えあい活動は無料のもの、有料のものと様々です。「助け合いなのだから無料でやりたい」と考える人もいれば、「利用する側が気を遣わないように低額でも料金をもらった方が良い」など、考え方は人それぞれです。団体としてどのように考えるかを話し合いましょう。

また、利用料のほかに、運営費の確保のために、入会金や年会費を設定する場合があります。

②ボランティアの活動費（交通費など）

ボランティアへの活動費として、交通費や昼食代等の実費相当額の支給を行うかどうかを検討します。

なお、ボランティアへの報酬が時給、日給、月給等で支払われる場合は、有償のボランティア活動となり、「ボランティア活動保険」の対象外となる為、「福祉サービス総合補償」への加入をおすすめします。

③金銭のやりとり

利用料やボランティアへの活動費を設定する場合には、金銭のやりとりをどのように行うかを検討します。考え方としては次のパターンが考えられます。

- １．利用料全額を運営費に一旦入れて、ボランティアの活動費は後日、団体より支給。
- ２．利用料の一部をボランティアの活動費とし、残りを運営費に入れる。
- ３．利用料全額をボランティア活動費に充てる。

また、お金を直接受け取ることによるトラブルを避けるため、チケット制にしている団体もあります。

【収入】

- ☐利用料
- ☐自治会・町内会や地区社協等からの助成
- ☐あったかほ도가や助成金
- ☐寄付金
- ☐バザー等による収益金 など

【支出】

- ☐活動費（ボランティアの交通費等）
- ☐通信運搬費（電話代、切手代等）
- ☐物品等購入費
（活動に必要な機材、消耗品等）
- ☐印刷費（チラシ作成費等）
- ☐保険料
- ☐車両経費
（ガソリン代、駐車場代等）
- ☐会場費（会議等の会場賃借料）
など

④あったかほ도가や助成金

保土ケ谷区社協では、赤い羽根共同募金や世帯賛助会費、善意銀行、横浜市社協の各種基金を財源として、「あったかほ도가や助成金」による活動支援を行っています。

新規活動の立ち上げには「立ち上げ資金」の助成を通年で実施（申請は4月～12月）、継続的な活動への助成は毎年4月に申請を受け付けています。

なお、申請にあたっては、安定した団体運営と事業の継続性の観点から、一定の自主財源の確保が必要です。利用料や、他の団体（自治会・町内会、地区社協等）からの助成、バザー等による収益金等、自主財源確保に向けた検討も行いましょう。

（9）会則

基本的な団体の運営方法が決まったら、会則を作りましょう。会則は、会の目的や活動内容を明確にするだけでなく、助成金の申請や保険をかける際に必要になります。

会則のモデルは参考資料（12 ページ）をご参照ください。

（10）ボランティアの募集

ボランティア募集のチラシを作り、様々な方法で協力してくれる人を募りましょう。

募集にあたっては、自治会・町内会や連合町内会などにも趣旨を説明し、協力してもらうとよいでしょう。

また、保土ケ谷区社会福祉協議会（ボランティアセンター）や、地域ケアプラザなどにもボランティア募集のチラシを掲示してもらったり、ボランティアの紹介を依頼しましょう。

【ボランティアの募集】

- ☐ 回覧板
- ☐ 掲示板
- ☐ 関係機関への依頼
- ☐ 各種イベント等でのチラシ配布
- ☐ クチコミ など



（11）ボランティア説明会・研修会

ボランティア説明会や研修会があると、初めての方も安心して活動を始められます。

ボランティア活動の内容や、依頼から活動までの仕組み等の説明を行うほか、ボランティア活動の心構えや留意点などの研修を行いましょう。

また、ボランティアの名簿の作成と併せて、それぞれ、どのような活動なら出来そうか、得意分野などの聞き取りをしておく、依頼があった時にコーディネートがしやすくなります。



ボランティアは若くて元気な人がやるもの！？

そんな固定観念はありませんか？

ある地区では82歳の女性がボランティアとして登録をしています。手に軽い障がいがあり重いものが持てないので、買物などはボランティアに依頼していますが、話好きで足も丈夫なので、話し相手のボランティアに登録をして活動しているそうです。

ある時は誰かに支えられ、またある時は誰かを支える側に・・・

（12）活動の案内・広報PR

活動案内のためのチラシを作り、様々な方法で広報PRを行いましょう。

自治会・町内会、地区連合などの協力を得て、回覧板や掲示板で広報を行うほか、様々な行事、イベントの際にチラシを配布するなどしてPRしましょう。

活動の広報PRは、活動立ち上げ時だけでなく、毎年定期的に実施することが大切です。定期的な広報は、利用者の拡大と同時にボランティアの増加にもつながり、支えあい活動の広がりにはとても重要な取組です。

活動が軌道に乗ってきたら、どのような依頼に対して、どのように対応したかなど、活動のイメージが湧くようにチラシを作り直してもよいでしょう。

（13）活動当日・活動報告

トラブルを避けるため、依頼内容を本人と再度確認したうえで、活動を行うようにしましょう。活動終了後のコーディネーターへの報告の方法、金銭（あるいは利用チケット）の受け渡し方法についても、予め決めておきましょう。

（14）定期的な会議等

コーディネーター同士、あるいはコーディネーターとボランティアとで、活動上の悩みや困りごと、あるいは活動を通じて気付いた新たなニーズについて、話し合う機会を定期的に設けましょう。

その際、活動を通じて嬉しかったことなども共有する時間をもてると、活動のモチベーション向上につながります。

（15）各種記録、様式等

利用相談受付や、ボランティアのコーディネート、利用料やボランティア活動費の出納など、間違いなく行えるように、記録を取るようにしましょう。

【活動の案内・広報PR】

- ☐ 回覧板
- ☐ 掲示板
- ☐ 関係機関への依頼
- ☐ 各種イベント等でのチラシ配布
- ☐ クチコミ など



【定期的な会議等】

- ☐ 活動の様子
- ☐ 利用者の様子
- ☐ 悩み、困りごと
- ☐ 活動の喜び、うれしかったこと
- ☐ 活動を通じて気付いた新たなニーズ など

【各種記録、様式等】

- ☐ ボランティア名簿
- ☐ 利用依頼票
- ☐ ボランティア活動記録
- ☐ 利用料、活動費の出納帳
- ☐ 金銭出納帳

など



3 居場所づくりに向けた検討ポイント

(1) 仲間づくり

まずは協力してくれる仲間をつくりましょう。

友達、地域の知り合い、民生委員、自治会・町内会、老人会などに呼びかけて協力者を集め、次に挙げる項目を参考に検討を行いましょう。



(2) 組織

自治会・町内会として実施する場合もあれば、地区社協の活動に位置づけて実施する場合があります。

また、独立したボランティアグループとして立ち上げ、地元の自治会・町内会や地区連合、地区社協などの支援を受ける場合があります。

(3) 会場

どこを会場とするかを考えます。一般的には地元の自治会・町内会館、集会所などを会場とすることが多いようです。

ただし、高齢で足腰が弱い方々などの参加を考えると、より身近な歩いて行ける範囲で大小様々な居場所があることが望ましいと言われています。

最近では「住み開き」と言って、個人宅を居場所として開放するケースもあります。

(4) 対象者とニーズ

参加対象者を誰にするかを考えます。

会場の規模などから対象者をある程度限定する場合がありますが、最近では、誰でも気軽に自由に参加できる居場所づくりを行う団体が増えてきています。

孤立しがちな方々が地域の中で人とのつながりをもつきっかけとなるのが居場所づくりなので、対象とする人がどのようなニーズをもっているかを探ることも大切な視点になります。

例えば、一人暮らしの中老年男性などは、誰でも参加OKな居場所よりも、あえて対象を限定した方が、安心して参加できるかもしれません。

【仲間づくり】

- ☐ 地域のことを良く知っている人
- ☐ 誰でも笑顔で迎ええられる人
- ☐ 世話好きな人
- ☐ 人脈がある人 など

【組織】

- ☐ ボランティアグループ
- ☐ 自治会・町内会
- ☐ 老人会
- ☐ 地区社会福祉協議会
- ☐ その他

【会場】

- ☐ 自治会・町内会館・集会所等
- ☐ 個人宅(空き室)開放型
- ☐ 個人宅の庭先、ガレージ開放型
- ☐ 空き家、空き店舗
- ☐ 学校、福祉施設、企業、商店等の会場(休業日の利用など)
- ☐ 公園、農園等、屋外の活用 など

【対象者】

- ☐ 高齢者
- ☐ 一人暮らし高齢者
- ☐ 認知症高齢者とその家族
- ☐ 障がいのある方
- ☐ 妊婦や乳幼児世帯
- ☐ 子ども
- ☐ 一人暮らしの中老年男性
- ☐ 年齢性別問わず誰でもOK など

(5) 目的や内容

居場所には様々なタイプがあります。対象とする方のニーズに合わせて、どのような居場所にするかを考えましょう。いくつかのプログラムを組み合わせ、好きなものに参加してもらう方法もあります。

また、自由に集まってもらう中で、参加された方々の意見を取り入れながらプログラムを考えていくこともできます。参加者の得意なことを披露してもらったり、参加者に指導役に回ってもらうなどして、参加者にも何か役割を担ってもらえるとよいでしょう。

(6) 開催日時

担い手の人数などに応じて、開催頻度を決めましょう。参加者の中からお手伝いが可能な方がいれば、手伝ってもらいながら、開催頻度を増やしてもよいでしょう。

対象とする方が参加しやすい曜日、時間帯で開催できるとよいでしょう。

(7) ボランティア行事用保険

行事中の様々な事故によるケガや損害賠償等に対応するため「ボランティア行事用保険」への加入をおすすめします。

保険料やプラン内容は毎年更新されるため、保土ヶ谷区社会福祉協議会にお問い合わせください。

(8) 運営にかかる資金、経費等

活動を行うための運営費をどのように賄うか、団体としてどのように考えるか、話し合しましょう。

また、併せて現金や通帳の管理を誰がどのように行うかも検討しておきましょう。

①参加費

プログラムにもよりますが、1回あたり100円～数百円の参加費をとるところが一般的なようです。

②ボランティアの活動費(交通費など)

ボランティアへの活動費として、交通費等の実費相当額の支給を行うかどうかを検討します。

③金銭のやりとり

参加費は当日、受付にて徴収することが一般的なようです。ボランティアの活動費を支給する場合は、当日精算とするか、後日まとめての精算とするかを決めておきましょう。

【目的・内容】

- ☐ お茶を飲みながらおしゃべり
- ☐ 食事をしながら交流
- ☐ 持ち寄りランチの会
- ☐ 体操やレクリエーション
- ☐ ゲームや手芸、折り紙など作業をしながら交流
- ☐ 音楽を聴きながら交流
- ☐ 歌声サロン
- ☐ 畑仕事をしながら交流
- ☐ 様々な情報提供 など

【収入】

- ☐ 参加費
- ☐ 自治会・町内会や地区社協等からの助成
- ☐ あったかほどがや助成金
- ☐ 寄付金
- ☐ バザー等による収益金 など

【支出】

- ☐ 活動費(ボランティアの交通費等)
- ☐ 通信運搬費(電話代、切手代等)
- ☐ 物品等購入費
(活動に必要な機材、消耗品等)
- ☐ 印刷費(チラシ作成費等)
- ☐ 保険料
- ☐ 車両経費
(ガソリン代、駐車場代等)
- ☐ 会場費 など

④あったかほ도가や助成金

保土ヶ谷区社協では、赤い羽根共同募金や善意銀行、世帯賛助会費、横浜市社協の各種基金を財源として、「あったかほ도가や助成金」による活動支援を行っています。

新規活動の立ち上げには「立ち上げ資金」の助成を通年で実施（申請は4月～12月）、継続的な活動への助成は毎年4月に申請を受け付けています。

なお、申請にあたっては、安定した団体運営と事業の継続性の観点から、一定の自主財源の確保が必要です。利用料や、他の民間団体（自治会・町内会、地区社協等）からの助成、バザー等による収益金等、自主財源確保に向けた検討も行いましょう。

（9）会則

基本的な団体の運営方法が決まったら、会則を作りましょう。会則は、会の目的や活動内容を明確にするだけでなく、助成金の申請や保険をかける際に必要になります。

会則のモデルは参考資料（12 ページ）をご参照ください。

（10）活動の案内・広報PR

活動案内のためのチラシを作り、様々な方法で広報PRを行いましょう。自治会・町内会、地区連合などの協力を得て、回覧板や掲示板で広報を行うほか、様々な行事、イベントの際にチラシを配布するなどしてPRしましょう。活動の広報PRは、活動立ち上げ時だけでなく、毎年定期的に実施することが大切です。

定期的な広報は、参加者の拡大と同時にボランティアの増加にもつながり、支えあい活動の広がりにはとても重要な取組です。

【活動の案内・広報PR】

- ☐ 回覧板
- ☐ 掲示板
- ☐ 関係機関への依頼
- ☐ 各種イベント等でのチラシ配布
- ☐ クチコミ など

（11）活動の振り返り

活動が終わったら、簡単な振り返りを行いましょう。その日の活動の様子、参加者の様子、気付いたことを話し合ひましょう。

その際、活動を通じて嬉しかったことなども共有する時間をもてると、活動のモチベーション向上につながります。

【定期的な会議等】

- ☐ 活動の様子
- ☐ 利用者の様子
- ☐ 悩み、困りごと
- ☐ 活動の喜び、うれしかったこと
- ☐ 活動を通じて気付いた新たなニーズ など

参加者はお客様！？

地域で開催するサロンなどの居場所は、ボランティアも参加者も同じ地域に住む住民同士、対等な関係です。お茶を配るのを手伝ってもらったり、来てくれた人をお客さんにしない工夫を皆で考えてみましょう。

また、一人で参加した人が居心地悪い思いをせずに、早く自分の居場所と感じられるようにするにはどうしたらよいか考えてみましょう。

あるサロンでは、自分の湯呑み茶碗とビニール袋を持参してもらっているそうです。居場所に馴染みやすくなるのと同時にボランティアの洗う手間を省く一石二鳥の効果！？

今日、行くところがある、地域の中で役に立てることがある・・・



4 活動継続のポイント



（1）団体間のネットワーク

支えあいの仕組みは、そのエリアに一つあれば解決するというものではありません。

利用する側の立場になって考えてみると、隣近所の人だから頼みやすい場合と、逆に身近すぎる人には頼みづらい場合があるようです。居場所にしても同様で、家の近くの居場所が良い人もいれば、ちょっと離れていても自分の好みのプログラムがある居場所を選ぶ人もいます。

支えあいの仕組みは様々な圏域で、重層的にあるのがベストです。近隣エリアの他団体とのネットワークを作ることによって、自分のところでは対応できないニーズについてカバーし合えると良いでしょう。

（2）ボランティアさんを離さない

生活支援のボランティア活動は、せっかく立ち上がった後も、なかなか利用者からのニーズが上がってこないという悩みを抱える団体が多いようです。

立ち上がったばかりの活動は、浸透するまでに時間がかかります。広報PR活動に力を入れるのはもちろんのこと、せっかく協力を申し出てくれたボランティアさんを離さないことが大切です。ボランティアさんに広報活動を手伝ってもらったり、ボランティアさんが定期的に集まる機会を設けておくなどの工夫をしてみましょう。

ある団体では、生活支援ボランティア活動と居場所づくりの二つを同時に立ち上げ、生活支援のニーズがなくても、定期的に居場所の活動にボランティアに入ってもらうことで、ボランティアさんとのつながりを保てるようにしています。

（3）フラットリーダー制

せっかく立ち上げた団体が、リーダー交代がうまくいかず、活動が立ち行かなくなってしまうというケースが多くなってきています。

一人のリーダーに頼るのではなく、役割をいくつかに分けて、皆がそれぞれに役割を分担し、また定期的に役割を交替する仕組みにしていくと、団体として息の長い活動ができます。

（4）目的を見失わない

生活支援ボランティア活動も居場所づくりも、明確な目的を持って立ち上げているはずですが、

しかし、長く続けていくうちに、そして担い手や参加者が代替わりをしていくうちに、いつの間にか実施すること自体が目的になってしまうことが多々あります。

当初の目的に立ち返り、目的に沿った活動になっているか、定期的に活動の意義を皆で確認し、活動者のモチベーションを保つようにしましょう。

（5）地域ケアプラザ・区社会福祉協議会など関係機関との連携

活動の立ち上げ、広報等の相談はもちろんのこと、活動上の困りごとや、利用者や参加者で専門的な支援が必要そうな気になる方がいた時など、いつでも関係機関にご相談ください。



5 参考資料

○生活支援ボランティア活動の会則（例）

※囲み内はサロン等の活動用の文例

「○○○○（団体名）」会則（例）

第一条（名称および所在地）

本会は○○○○（団体名）と称し、事務所は○○○（代表者宅など）に置く

第二条（目的）

本会は住民同士の支えあいにより、高齢者、障がい児者、子育て世帯などが地域で安心して生活できるようにすることを目的とする

本会は住民同士の交流により、高齢者、障がい児者、子育て世帯などが地域で安心して生活でき、また地域の中で居場所と役割を持って生活できるようにすることを目的とする

第三条（活動）

本会は、前条の目的を達成するため、次の活動を行う

- （１）個別ニーズに基づく生活支援活動
- （２）会員相互の交流、研鑽のための活動

- （１）誰もが集えるサロン活動
- （２）会員相互の交流、研鑽のための活動

第四条（会員）

○○地区に居住し、本会の目的に賛同するものは誰でも所定の手続きを行うことで会員となることができる

第五条（役員）

本会は会員の互選により次の役員を置く。その任期は１年とする。ただし再任を妨げない

会長（１名）、副会長（１名）、総務（１名）、会計（１名）、会計監査（１名）

第六条（役員の職務）

本会の役員は次の任務を行う

- （１）会長は本会を代表し、会務を統括する
- （２）副会長は会長を補佐し、円滑な会務の推進を図り、会長に事故ある時は会長の代行をする
- （３）総務は会長と連絡を密にし、会の運営の円滑化を図る
- （４）会計は本会の経理を統括し、出納事務等を行う
- （５）会計監査は年１回以上会計を監査する

第七条（会議）

本会の運営を円滑に推進するために次の会議を行う

- （１）総会
- （２）役員会
- （３）その他、会長が必要と認めた会議

第八条（事業年度）

本会の事業年度は毎年４月１日から翌年３月３１日までとする



（附則）この会則は 年 月 日から施行する



おわりに

地域の活動は「一度始めたらやめられない」というものではありません。

「とりあえず３年だけやってみる」「うまくいかなければ１年で見直しをする」など、最初から気負いすぎず、できるところから少しずつ始めてみましょう。

この小冊子にまとめた検討のポイントは、この通りに検討しなければならない、というものではありません。

それぞれの地域の特性に合わせて、様々な地域の支えあいのスタイルがあると思います。

地域に根付いた息の長い支えあい活動と一緒に作っていきましょう。

支え
あい

活動立ち上げのい・ろ・は

発行日 平成 29 年 9 月

発 行 社会福祉法人 横浜市保土ヶ谷区社会福祉協議会
〒240-0001

横浜市保土ヶ谷区川辺町 5-11 かるがも 3 階

TEL:045-341-9876 FAX:045-334-5805

<http://www.shakyohodogaya.jp/>



困ったときはお互いさま
できる時に できる範囲で 楽しみながら
ある時は誰かを支え、またある時は誰かに支えられ
誰もが活躍できる地域社会を目指して…

