

令和6年度 栃木県シニアサポーター活動報告 集計結果

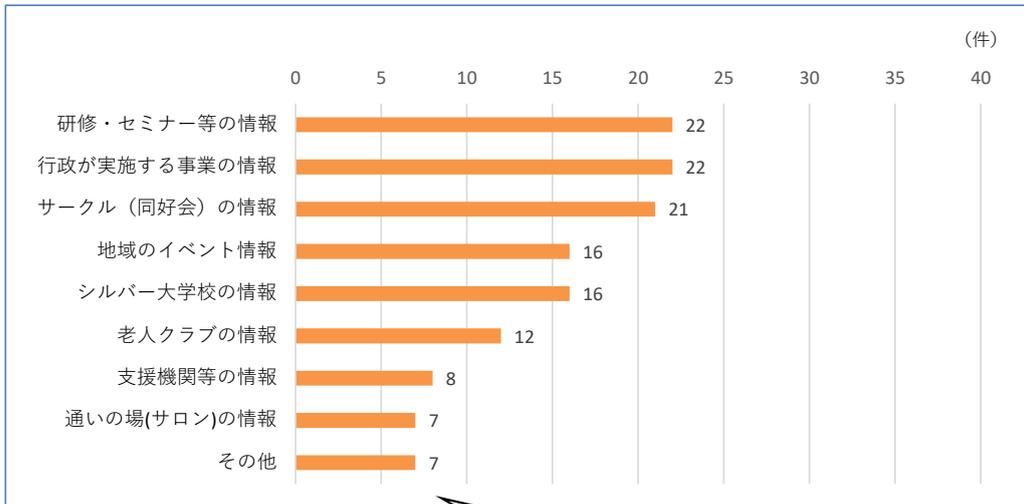
活動期間 : 令和5(2023)年12月1日～令和6(2024)年11月30日

回答数 : 38名 / 47名

1 シニアの社会参加活動を促進するために取り組んだ活動

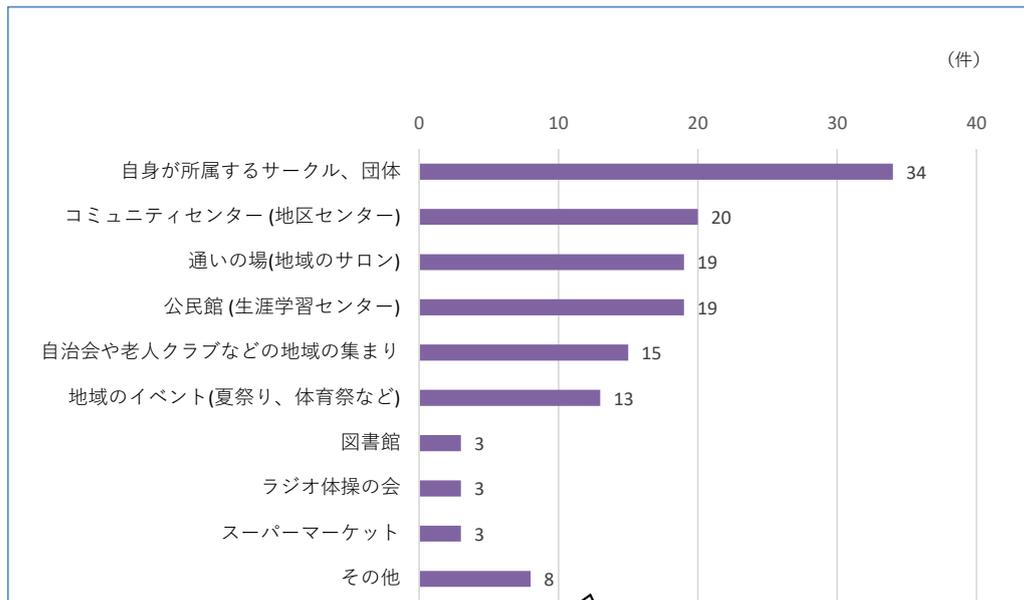
(1) 情報発信(チラシ等の掲示・配布、社会参加の呼びかけなど)

①情報発信を行った内容 (複数選択可)



国交省からの河川クリーン大作戦へのボランティア情報、介護施設への支援活動、無償ボランティア活動(庭木剪定、電球交換など)、社協のイベント情報

②情報発信を行った場所、機会 (複数選択可)



シルバー大学校、市中心街の商店・事業主等、郵便局、銀行、JA、公民館講座、LINE等のSNS、HP

○ 情報発信について

(1) ① 情報発信を行った内容

「研修セミナー等の情報」、「行政が実施する事業の情報」と回答した方が同じく22名と最も多く、次いで「サークル(同好会)の情報」21名、「地域のイベント情報」、「シルバー大学校の情報」が同じく16名、「老人クラブの情報」が12名であった。

(1) ② 情報発信を行った場所、機会

「自身が所属するサークル、団体」と回答した方が34名と最も多く、次いで、「コミュニティセンター(地区センター)」20名、「通いの場(地域のサロン)」や「公民館(生涯学習センター)」が19名、「自治会や老人クラブなどの地域の集まり」が15名であった。

▶別途実施したアンケートにおいて、「情報収集・発信の活動ができている（ややできている）」と回答した方が8割以上となり、コロナが明けて活動がより活発になっているようです。

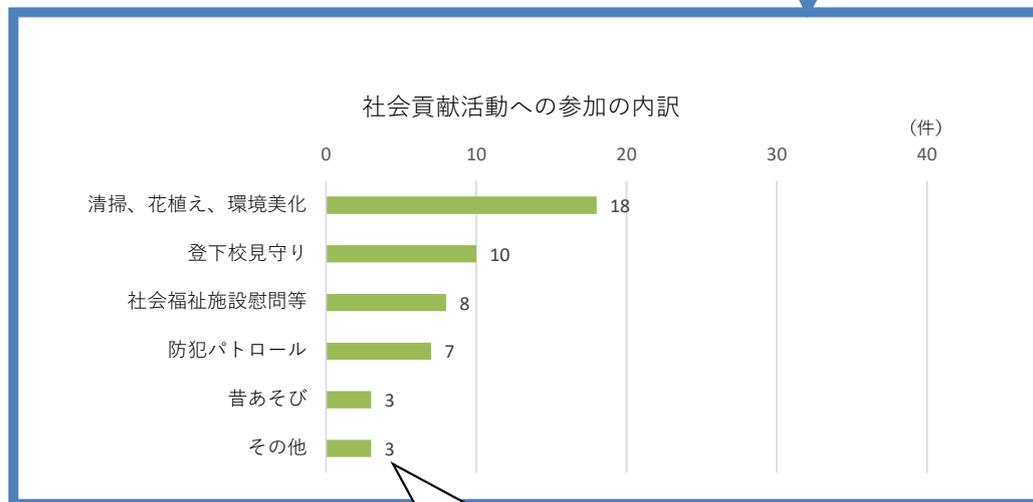
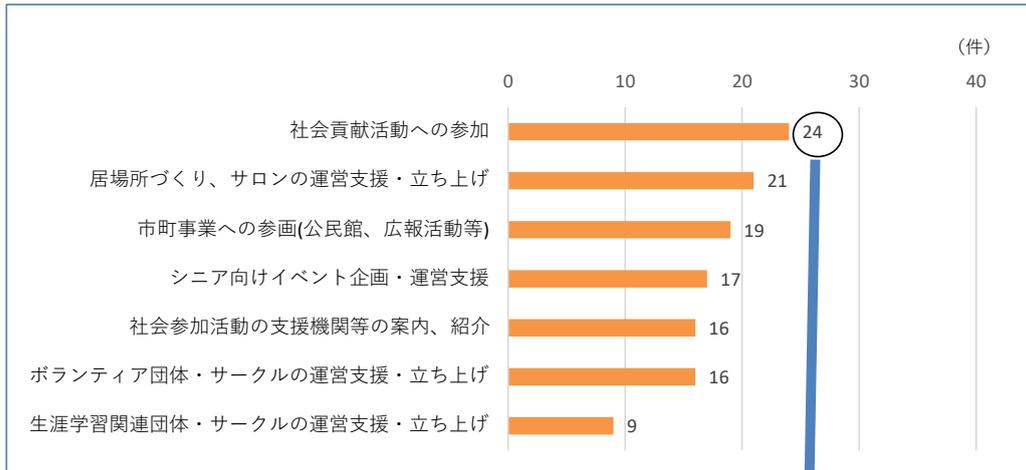
▶「情報の取り方」については、情報発信の回答項目を参考に地域の市町民活動センターや市町社会福祉協議会ボランティアセンターなどの関係機関に足を運んだり、とちぎ県民カレッジなどの各種講座を検索してみてください。

ぶらっとのホームページにも各機関の案内や各市町の取組が掲載されていますので、ぜひご覧ください。

▶情報発信を行う場所・機会として、昨年度に続き、多くの人がある郵便局や銀行などに資料を置いていただいたり、ホームページ・SNS（インスタ）を活用して活動を行っている方からの報告がありました。

▶活動に関する周知（情報発信）については、栃木県生涯学習ボランティアセンター（かがやきネット）やとちぎボランティアNPOセンターぽぽら、各市町にある市民活動センター（例：宇都宮市まちづくりセンターまちびあ）等の機関に団体登録するなどして活動を周知する方法もあります。

(2) 社会参加しやすい環境づくりのための取組（複数選択可）



地域支え合いセンターとのコラボ、子供教室でのアフリカダンス指導、地域での茶話会

社会参加しやすい環境づくりのため、特に力を入れた活動

区分	活動内容
ボランティア (11)	健康づくり教室、「熱気球ふれあいin高根沢」事業への参画、地域公共施設の環境美化、小学校敷地内樹木の剪定他、しもつけ元気はつらつ体操みどり、助っ人カラス、愉快的われらの会(ふれあい村)、ふれあい村の運営、佐久山地区福祉祭り
サロン活動 (10)	健康づくりサロン、火曜サロン、ふれあい村の運営(ニュースポーツ、おしゃべり、脳トレ、歌等)、笑いヨガ、創年倶楽部の運営(ラジオ体操、ストレッチなど)、サロン「えんがわ」の運営、柏木ふれあいサロン、台町自治会地域福祉づくり事業「ミニデイホームの実施」、地域ふれあいサロン「わいわいくらぶ」
サークル活動 (4)	よさこい今市、大人の広場、シル大3校アフリカンダンスとギニアオールスターズの共演「モゴバル」イベントの開催、シルバー大日光08会
老人クラブ (4)	大金台いきいきクラブ グランドゴルフ、シニアクラブ天神の運営、地域の老人会、3丁目自治会(老人会・婦人部)
学び (3)	スマホ・パソコン講座、初めての傾聴教室、フレイル予防サポーター養成講座

(2) 社会参加しやすい環境づくりのための取組について

回答のうち、最も多かった項目は、「社会貢献活動への参加」24名、次いで「居場所づくり、サロンの運営支援・立ち上げ」21名、「市町事業への参画(公民館、広報活動等)」19名、「シニア向けイベント企画・運営支援」が17名であった。
「社会貢献活動への参加の内訳」を見ると、「清掃、花植え、環境美化」18名、「登下校見守り」10名等の回答が多かった。
「特に力を入れた活動」では、「ボランティア」11名、「サロン活動」10名、「サークル活動」、「老人クラブ」がそれぞれ4名、「学び」が3名であった。

▶「社会参加しやすい環境づくりのための取組」について

回答を見ると、複数の活動に取り組んでいる方がいる一方で、活動が行えなかった方も見受けられました。

▶「市町事業への参画」について

「市町事業への参画(公民館、広報活動等)」への回答19名の内訳は、「各種委員として参加」が最も多く、それ以外では、**イベントスタッフ、講座企画、広報活動、公民館事業**などの回答がありました。

▶「特に力を入れた活動」について

同じ地域のシニアサポーターと一緒に活動したり、シニアサポーターが講師等となって運営している活動もあり、行政やシニアサポーター間で連携した取組が進められています。別途実施したアンケートにおいても、7割の方が「行政機関との連携ができて(ややできて)」との回答がありました。

一方で、個別の意見では、「もっと市町行政機関やシニアサポーター間で意見交換を行いたい」という声が寄せられていることから、さらに取組を進めていく必要があります。

次ページ以降に、活動の中で「苦労した点」「工夫した点」および「講師・指導員の実績」をまとめたので、活動の参考にしてください。

●【苦勞した点】

- ・地域の人に声を掛けても中々集まらず、いつも同じような人になってしまう。
- 7:00～13:00迄の体力を使うボランティア活動の為、人選に苦勞。高齢により参加出来なくなる方が増えている。
- ・草刈り、100L袋130袋、落ち葉清掃、100L袋150袋と、集めたごみの量が多く大変だった。
- ・他団体との共演で、連絡・調整、著作権問題の処理、効果や影響等の準備、広報PRが大変だった。
- ・毎月のメニュー作りで演奏団体の希望者を探すのに苦勞している。
- ・参加者を増やすためにどうすればいいか。PRの方法、毎回の内容の検討、会場の確保、資金の調達等々。
- ・新規協力するボランティアが少ない。
- ・高齢化の進展に伴い、助っ人カラスへの要望が増加しているが協力者自身も高齢化している中、若い人たちへの勧誘・PRが課題。
- ・会場の問題もあるが、新しい参加者の更なる呼びかけ。
- ・月3回の活動なので、毎回何をしたら良いか。月1回の会議で中々決まらないこともある。
- ・5人で企画運営をしているので、1人でも欠けたなら(具合が悪かったり)補充がきかず、負担が大きい。
- ・活動日は自由参加なので、開催日の人数が把握出来ない。
- ・コロナ以降の会員数の低下傾向(収入低下)、会報誌の発行等をやっているが、歯止めがかからず。
- ・参加者が会員数の半分程度(15-20名)で固定化。更に増やしていきたい。
- ・特に行政が栃木県シニアサポーター、デジタル推進委員のことを知らな過ぎるのがネック。
- ・高齢者対象になってしまい、今後は若年層参加も企画していきたい。
- ・演奏会等はサロン以外の人も誘っているため、場所が狭い。

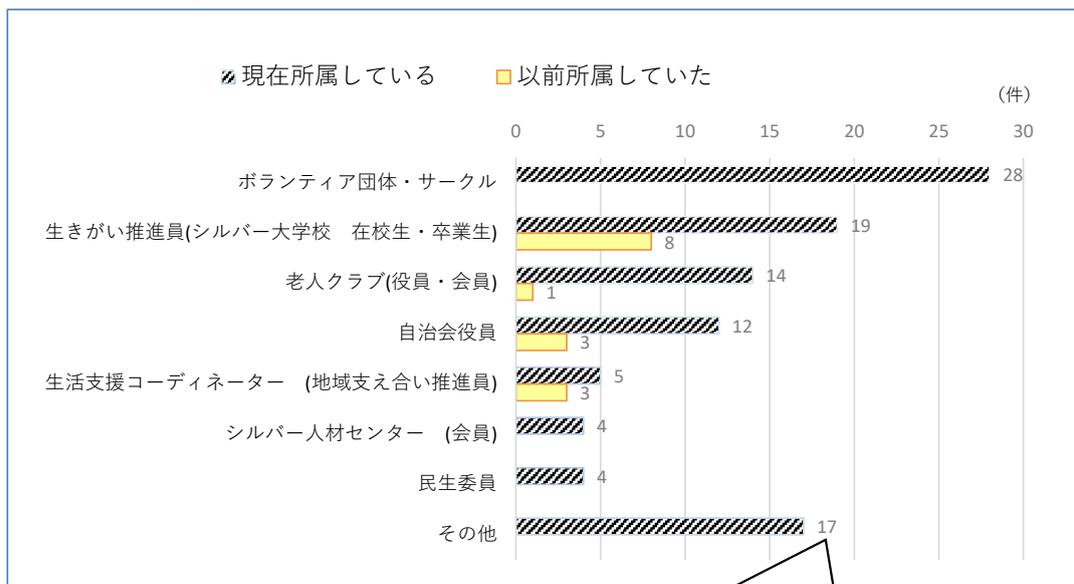
●【工夫した点】

- ・ボランティア要員を募集する方法として、SNS等で拡散・確保している。
- ・会員が高齢になり、家の都合や体の都合等で少なくなってきた。なるべく個人負担にならないように、役割分担をしている。
- ・グループ内にLINEを取り入れたことにより、連絡がスムーズになった。様々な会話が弾み、LINE上で議論もでき、大いに利便性を感じている。
- ・「モゴバル」イベント開催時、パブリックドメインの活用や、ネットを使ったPR etcを行った。
- ・気候条件の悪い時の対応、安全リスクの対応、足場・脚立等の高所作業のリスク管理。
- ・マスク、消毒、体調管理をして開催。
- ・フレイル防止を目的としているため、月1回ニュースポーツを取り入れている。会場は市高齢福祉課で確保してもらっている。資金もここ3年、市の市民活動助成金を利用出来ている。
- ・開催内容が同じものに偏ってしまうので、そうならないように参加者と相談し、内容を変えて実施している。高齢者以外も参加できるように、土・日開催も検討したい。
- ・主な活動は、ニュースポーツ体験、作品作り、頭の体操等なるべく参加してもらえる内容としている。
- ・参加者のレベルに合う内容を検討すること。
- ・高齢化に伴い、参加者が減少傾向にある。フレイル予防のため、参加者同士で日常会話や情報交換などする時間を多くとるようにしている。
- ・体調不良で長期欠席者の方へ家庭訪問をして情報伝達している。老人家庭が多く、身近な困りごとの相談相手になっている。サロン開催は、安否確認にも非常に役立っている。
- ・コロナの時は歌えなかったが、今年は毎回歌う。大きな声を出すことは、健康にも良いと思う。
- ・「初めての傾聴教室」のPRのため、参加募集案内を「社協だより」、講師が鹿沼市の方のため「広報かぬま」に掲載。また、チラシを「ふらっと」「情報センター」「社協」に置いた。
- ・グランドゴルフでホールインワンをした場合、100円預金を行い、年末にそのお金でお楽しみ会をする。
- ・イベント毎にリーダーを決めて、各自の負担を平均化している。
- ・郵便料金値上げのため、ラインを活用。
- ・老人会的な事から居場所づくりのサロンの内容に企画・工夫と、参加型イベントを企画している。
- ・人によって好みが違うのでみんなの意見を取り入れ、続けて同じ内容にならないようにして、多くの人が参加しやすいようにしている。気楽におしゃべりできる環境づくりを心掛けている。
- ・1ヶ月前に次回開催日を告知、会費は予算の中から支出、来られない人(歩行困難)は自宅へ伺う等の工夫をしている。
- ・参加者募集は、老人クラブに声掛けをした。また、講話では予定時間内に修了させるようにした。
- ・中学生のボランティアが福祉祭りに参加。

(3) 講師・指導員の実績

区分	地区	活動名称	活動内容
スポーツ	宇都宮市	歩け歩け大会(宇都宮市中央地区老人クラブ連合会)	宇都宮城址公園外園コース、手遊び、合唱他
	宇都宮市	シルバー大学校中央校同窓会ニュースポーツ研修会	ニュースポーツの研修指導
	高根沢町	ニュースポーツの展開	シル大の研修会に参加後、地域で実施展開
	那須烏山市	ニュースポーツ同好会	シャッフルボード及びディスコンについて指導者として公民館にて開催
	真岡市	地域あじさいまつり、環境ウォークラリー	各所の問題(環境関係)を解きながら回るゲームを企画実施
健康体操	下野市	サロン共楽会・すみれ会	はつらつ体操、パタカラ体操
	塩谷町	健康体操	笑いヨガを取れ入れた健康体操
	塩谷町	健康体操	笑いヨガを取れ入れた健康体操
	上三川町	創年倶楽部	ラジオ体操、ストレッチ
	下野市	しもつけ元気 はつらつ体操みどり	全身運動、認知症予防、ラジオ体操
	上三川町	シニアクラブ定例会	健康体操、脳トレ
	宇都宮市	地域デビュー講座	アフリカンダンス
IT	宇都宮市	ゆったりPC	月2回、姿川地区センターにてパソコン操作指導
	野木町	スマホの楽校・パソコンの楽校	スマホ・パソコン操作
昔あそび	高根沢町	昔あそび(小学校の夏休み時期)	竹トンボ(紙製)ストローライダー・ゴム鉄ボウ・ゴムパチンコ作成、遊び
講話	塩谷町	歴史講話	大岡越前と銭形平次の虚像と実像
サロン	那須町	おしゃべりサロン	血圧測定、ラジオ体操、簡単なゲーム
	鹿沼市	柏木ふれあいサロン	三味の音に合わせてみんなで歌おう会
製作	高根沢町	オレンジカフェ(認知症)	サンタクロースのスノードームの製作指導

2 所属団体等の状況



善意銀行への寄付、食育指導員、大松山公園ラジオ体操同好会、中央公園友の会、保育園でのおもちゃづくり活動、いいとこ教え隊おやま、シニア特派員(高齢福祉課発行のアッティーボ)、大宮地区コミュニティ推進協議会、認知症シルバーサポーター・認知症ゴールドサポーター、更生保護女性会、「ちょっと困応援隊」設立、グラウンドゴルフの栃木県協会理事、すまいるサポーター、愉快なわれらの会、真岡環境パートナーシップ会議、シルバー大同窓会野木支部、地区社会福祉協議会役員、学校運営協議会

2 所属団体等の状況について

回答した方のうち、最も多かったのは「ボランティア団体・サークル」28名、次いで「生きがい推進員（シルバー大学校の在校生・卒業生）」19名、「老人クラブ（役員・会員）」14名、「自治会役員」12名の順となっている。