

チームオレンジ ~ このまちで自分らしく生きていく ~



1. 基本情報(令和7年1月現在)

市・町名	島原市		
人口	高齢者人口	高齢者率	面積
41,974	15,570 人	37.10%	82.96km ²

2. チームの概要

チーム名	チームオレンジれい丘元気かい		
開始時期	2023年 10月 ~		
実施主体	☐ 市町 ☐ 地域包括支援センター ☐ 住民・ボランティア ☐ 社会福祉協議会 ☐ その他		
チームオレンジ コーディネーターの属性	認知症地域支援推進員(島原市地域包括支援センター)		
メンバー構成	認知症サポーター、認知症当事者、認知症地域支援推進員、地域包括支援センター		
活動頻度	第1.3月曜日		
チームオレンジの類型	☐ 第1類型 共生志向の標準タイプ ☒ 第2類型 既存拠点活用タイプ ☐ 第3類型 拠点を設置しない個別支援型タイプ ☐ その他		
チームオレンジ三つの基本について	☒ 3つの基本を満たしている ☐ 3つの基本は満たしていないものの仕組みが構築されている。		
運営財源	☐ 市町からの委託 ☐ 市町からの補助 ☒ 会費・参加費 ☐ その他 () 上記の財源 ☐ 市町一般財源 ☐ 地域支援事業交付金 ☐ その他 ()		

3. チームオレンジの設置に至ったプロセス

島原市の介護予防事業の二次予防事業『いきいき元気塾』修了後、介護予防に向けた取り組みを地域の中で継続していくための場として、平成20年度(H21年2月)市内7カ所(公民館)に自主体操グループ「元氣かい」が立ち上がる。活動の歩みとして、4名からスタート。はじめの1～2年は会員が少なかったが、友人や知り合いへ活動の良さを伝えたことで、口コミで参加者が少しずつ増加し現在54名の会員数となっている。立ち上げ当初からの参加者も多く、高齢化とともに、認知症等により徐々にお休みが増える方もいる。お休みされた時の連絡や、参加継続できるような声かけ、参加時の配慮など参加者同士が自ら声をかけあうことで会への参加が継続できる仕組みができています。

もともと数年に1回受講していた認知症サポーター養成講座に加えて、R5.10にステップアップ講座を受講。

4. 活動内容

毎週第1・3月曜日(月に2回)13:30～15:00の活動で、介護予防プログラム『まだまだがまだす体操』『お口の体操』『骨盤底筋体操』『転倒予防体操』等をおこない、会の運営を参加者で役割分担、協力し、楽しく取り組んでいる。立ち上げ当初からの参加者も多く、高齢化とともに、認知症等により徐々にお休みが増える方もいる。認知症等で配慮が必要な参加者へ動作の促しや、お休みが続く方への連絡などを行いながら、状況の確認やお誘い、気になる時には地域包括支援センターへ相談するなど、認知症になっても元氣かいへ参加ができるよう参加者同士で支援をしている。

5. 活動を進めて行く上で工夫したこと・配慮したこと

・会の運営を参加者で役割分担、協力することで、特定の参加者だけに負担が生じないようにしている。
・包括支援センター主催にて開催、市内の元氣かいリーダーが年に1回、会の運営や課題等について意見交換を実施している。また、介護予防や認知症に関する講座を外部の講師に依頼し、定期的に受講することで知識を深めている。

6. ステップアップ講座の開催状況・講座内容について

R5.10に県すこやか財団 オレンジチューター、チームオレンジ勉強会及びステップアップ講座を島原市と島原地域広域市町村圏組合介護保険課が開催し、れい丘元氣かいメンバーも受講。
さらに、メンバーの中には勉強意欲があられ、令和6年11月8日のオレンジチューターの勉強会へ参加され、知識を深められた。

7. 活動してきたことで得られた効果・見えてきた課題

【効果】
認知症や、身体機能の低下で介護保険サービス利用開始となっても、参加者同士の支援で元氣かいに継続して参加することができ、今までの仲間や地域との交流が継続できている。

【課題】
もともと参加していた方が、認知症を発症してもお互いのことを理解しているので、支援がしやすいが、すでに認知症があり新規で参加する方への場合、どこまで情報を共有するか、また特定の参加者のみ支援の負担が増えないよう役割分担が必要となってくることが予測される。

8. チームのアピールポイント

リーダーを担っている方々が、介護予防ボランティアの会に所属していたり、笑いヨガのインストラクターの資格を有していることもあり、幅広い知識で会を盛り上げている。

9. 今後の活動について

今後も介護予防や認知症等に関する講座を定期的に受講し知識を深め、介護予防の取り組みの中で参加者同士支え合う活動を継続していく。