1ページに、たったの1人、しかも1年かけて
「気になる人」の実態と関わり方を見つけ出す

福祉推進員・民生委員のための

かんたんマップ

住民流福祉総合研究所
木原　孝久

福祉推進員・民生委員の皆様へ

本冊子は、小地域で活躍する福祉推進員（福祉員・福祉協力員）などのために作った活動帳である。福祉推進員と連携して活動する民生委員にも活用していただけるはずだ。

およそ５０世帯という小さな圏域で活動している人が多いが、それでも、たった１人で活動しなければならないので、①情報が不足している、②仲間もいない、孤独な作業になっている。本冊子はその悩みへの解決策を提示するものだ。

私共はそのために支え合いマップを開発したが、「もっと簡単にできるマップがほしい」という声もあり、このマップを提案することにした。

⑴「かんたんマップ」づくりの段取り

①まず、自分の担当の小地域（およそ５０世帯）の住宅地図を用意する（市町村や社会福祉協議会に相談すれば入手できる）。担当地区が５０世帯を大幅に超える場合は、５０世帯ずつに分ける。それを必要枚数コピーする。

②そこに、１ページ当たり１人に絞って、「気になる人」をのせる。テーマによっては、２人以上のせることもある。

③普段の地域活動の中で、その人に関する情報が得られたら、その都度、マップに記入していく。

例えば、一人暮らしの人について、その人の生活状況や健康状態などの情報とともに、その人は誰と接触しているか、誰が見守っているか、見守りのキーマンは誰か、生活の面倒まで見ている人はいないか―そして欠けている関わりは何か、など。

④その後、ご近所を巡回したり、他の住民を訪問したりして、新たに入手した情報も加えていく。

⑤つまり、１年３６５日がマップづくりだ。だから、ゆったりと構えて、気長に新情報を追跡する。

⑥住宅地図に関係の線がたくさん増えていく過程で、推進員が取り組むべき課題が見えてくる。この課題探しがマップづくりの本当の目的だ。

⑦マップづくりは継続したまま、気になる人の気になることの解決に取り組む。

⑵見つけた世話焼きさんたちとご近所福祉推進チーム

推進員は、いつまでもたった１人での孤独な作業を続けていくべきではない。ご近所の同志と手を携えていかねばならない。

一人暮らしの高齢者はみんな、推進員だけが見守るというのはおかしい。住民は何もしていないわけではない。本冊子によってそういう対象者に関わっている人を見つけ出し、その人と一緒に活動をすすめていくのだ。できればそうやって自分の重荷を一つひとつ住民に手渡していく―そのためのツールが本冊子なのである。

そのためには、世話焼きさんを見つけることが重要だ。何人かはいるはずだから、いずれはこの人たちと一緒にご近所福祉推進チームを作って、みんなで力を合わせて福祉をすすめていっていただきたい。これが私たちの最終目標なのだ。

福祉推進員は、民生委員と連携する場合が多い。民生委員は５０世帯のご近所を複数担当している。だから、いくつかのご近所に分けて、それぞれのご近所において、そこを担当している福祉推進員と連携すればいい。

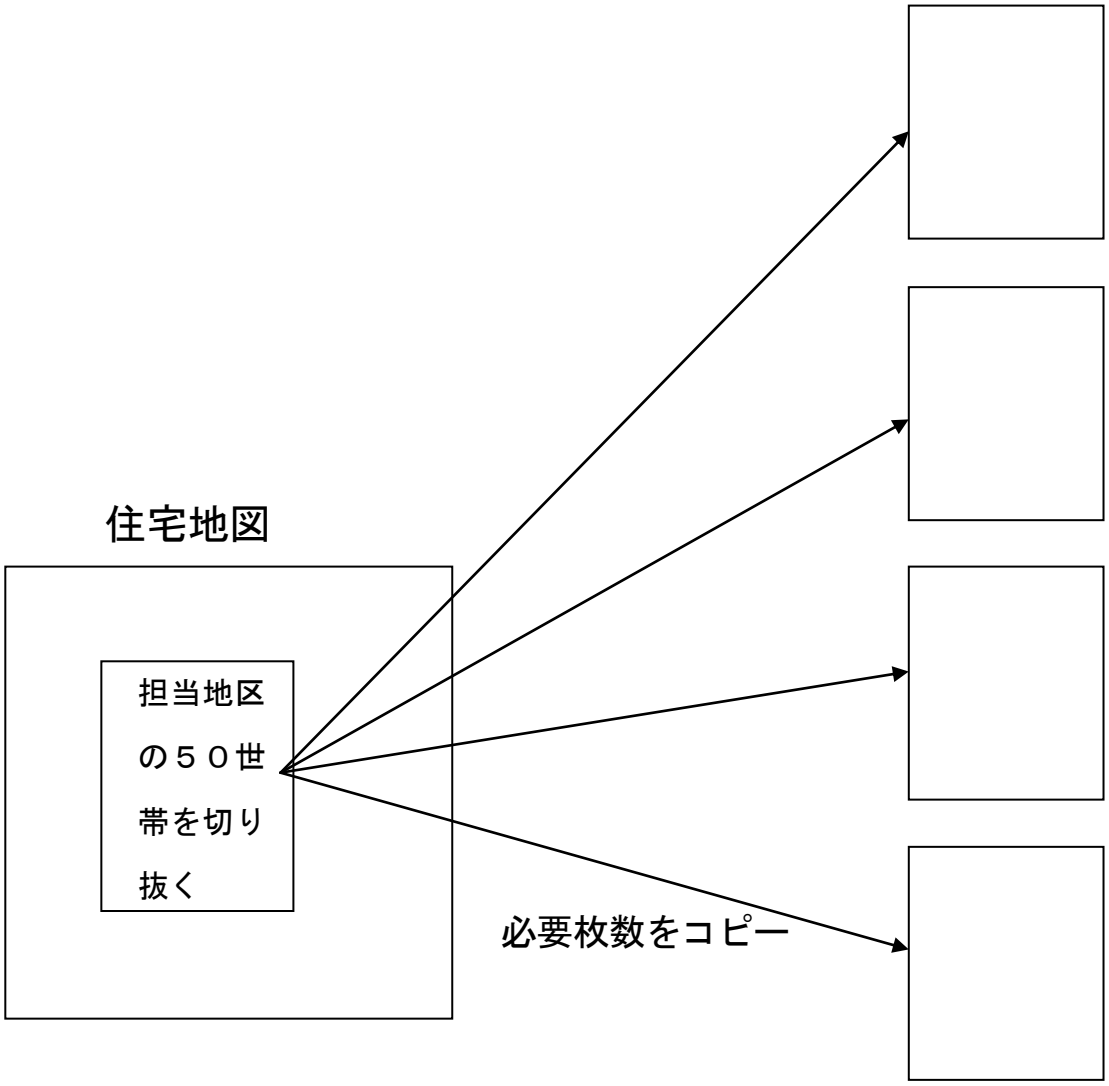
⑶取り組み方などは「小さな町内の福祉活動手帖」に

本書では、気になる人や問題が見つかるまでの手順を取り上げている。そういう問題にどのように取り組んだらいいかについては、本研究所が発行している「小さな町内の福祉活動手帖」（本研究所ホームページで無料ダウンロード可）をお読みいただきたい。５０世帯程度の小さな町内での福祉活動のあり方をまとめたもので、本書の読者にピッタリの内容となっている。

「かんたんマップ」に記入する用紙づくり

まず初めに、あなたが取り組む５０世帯が載っている住宅地図（住民の氏名が入っているもの）を関係機関から手に入れる。そこから、その５０世帯の部分を、A4 大で必要な枚数だけコピーする。

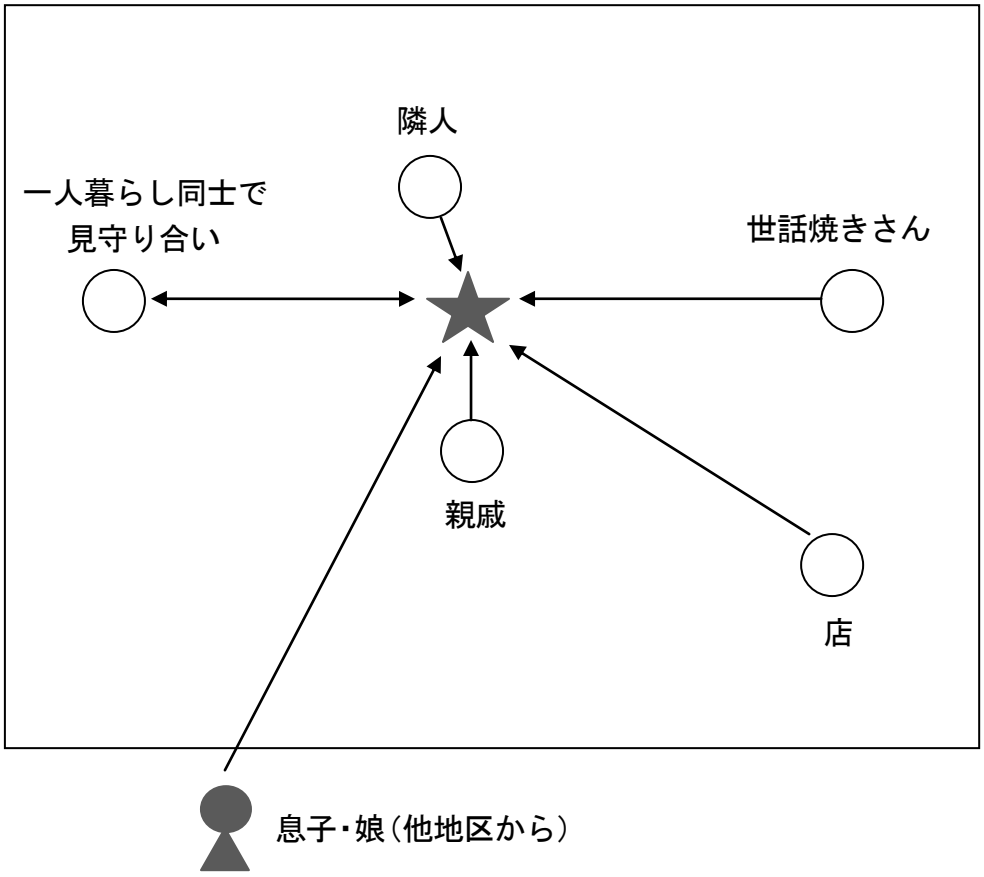
そして、例えば１枚目は、＜１＞一人暮らし高齢者、①一人暮らし高齢者の見守り状況（次ページ）と表題を書く。そして、１ページ１人分に限る。気になる一人暮らし高齢者が３人いたら、この項だけで用紙を３枚用意することになる。気になる一人暮らし高齢者が増えたら、増えた分だけ新たに用紙を用意する。



＜１＞一人暮らし高齢者

見守られ努力はしているか、仲間を見守っているか、助けられ上手か？

①一人暮らし高齢者の見守り状況



①接点にある人と結ぶ。（矢印の方向に注意）

②この人を見守っているらしい人は？（〇〇さん）－見守りの状況

③見守りのキーマンは？（情報源）〇〇さん

④困り事にも対応している人は？　〇〇さん（対応内容）

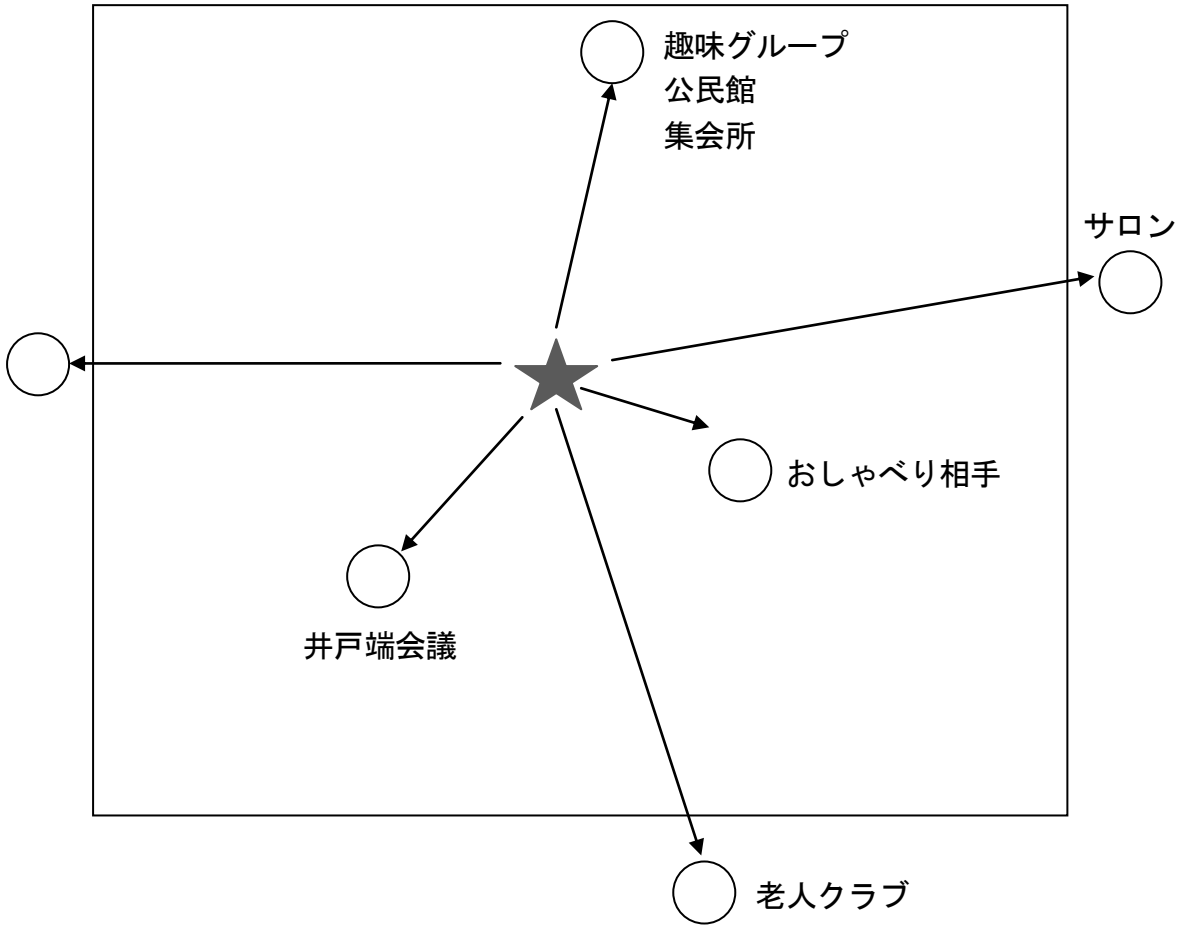
⑤逆に本人が面倒を見ている相手は？

⑥本人は見守られ努力をしているか？

⑦子ども（息子・娘）はときどき来ているか？ご近所にあいさつしているか？

今後の取り組み課題

②一人暮らし高齢者（ふれあい）



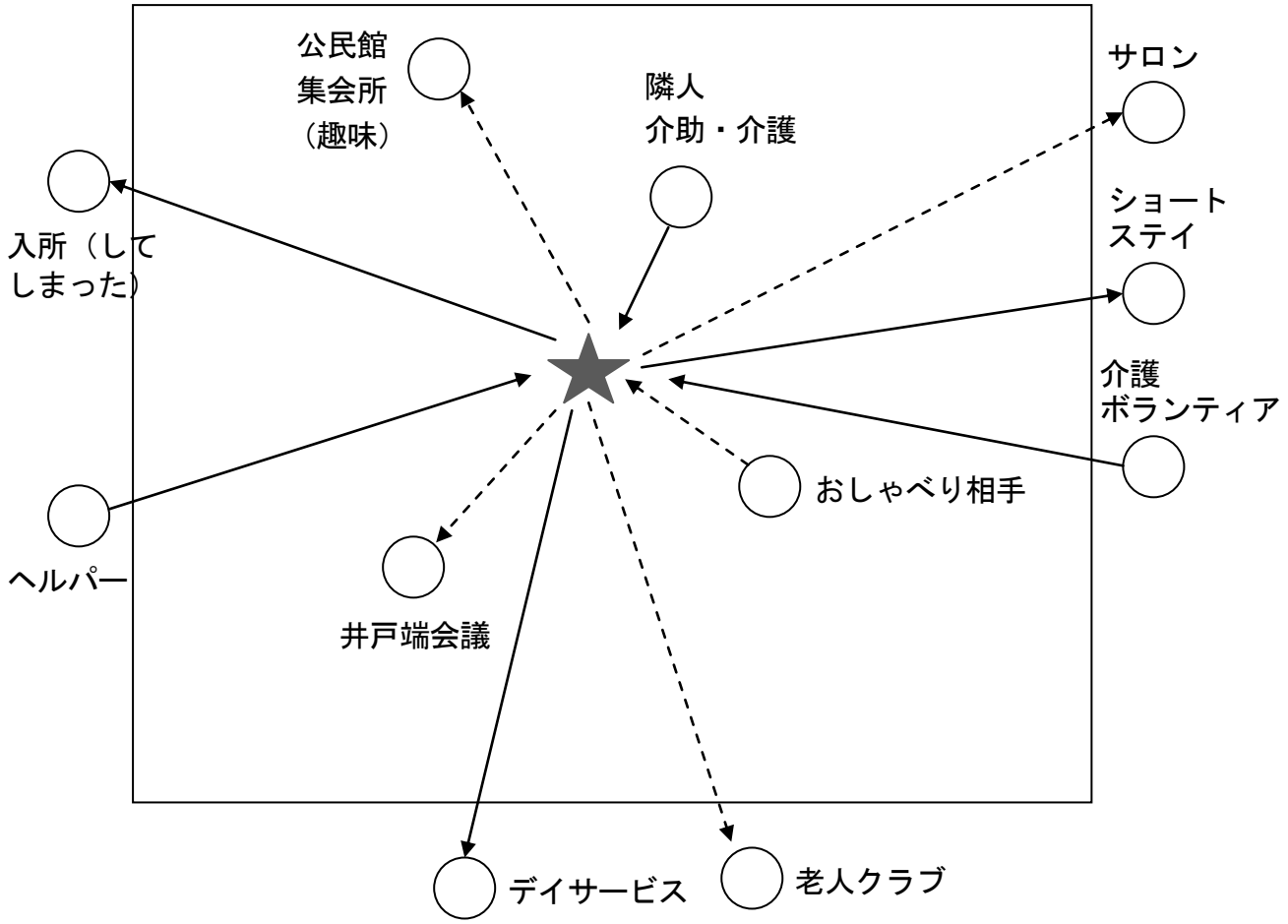
①ふれあいのチャンス（全て記入する）

②そこに参加している人は？

③本人のふれあいの中心は？

今後の取り組み課題

③一人暮らし高齢者（要援護・要介護状態にある人）



①本人の要介護度は？

②サービスを受けている状況

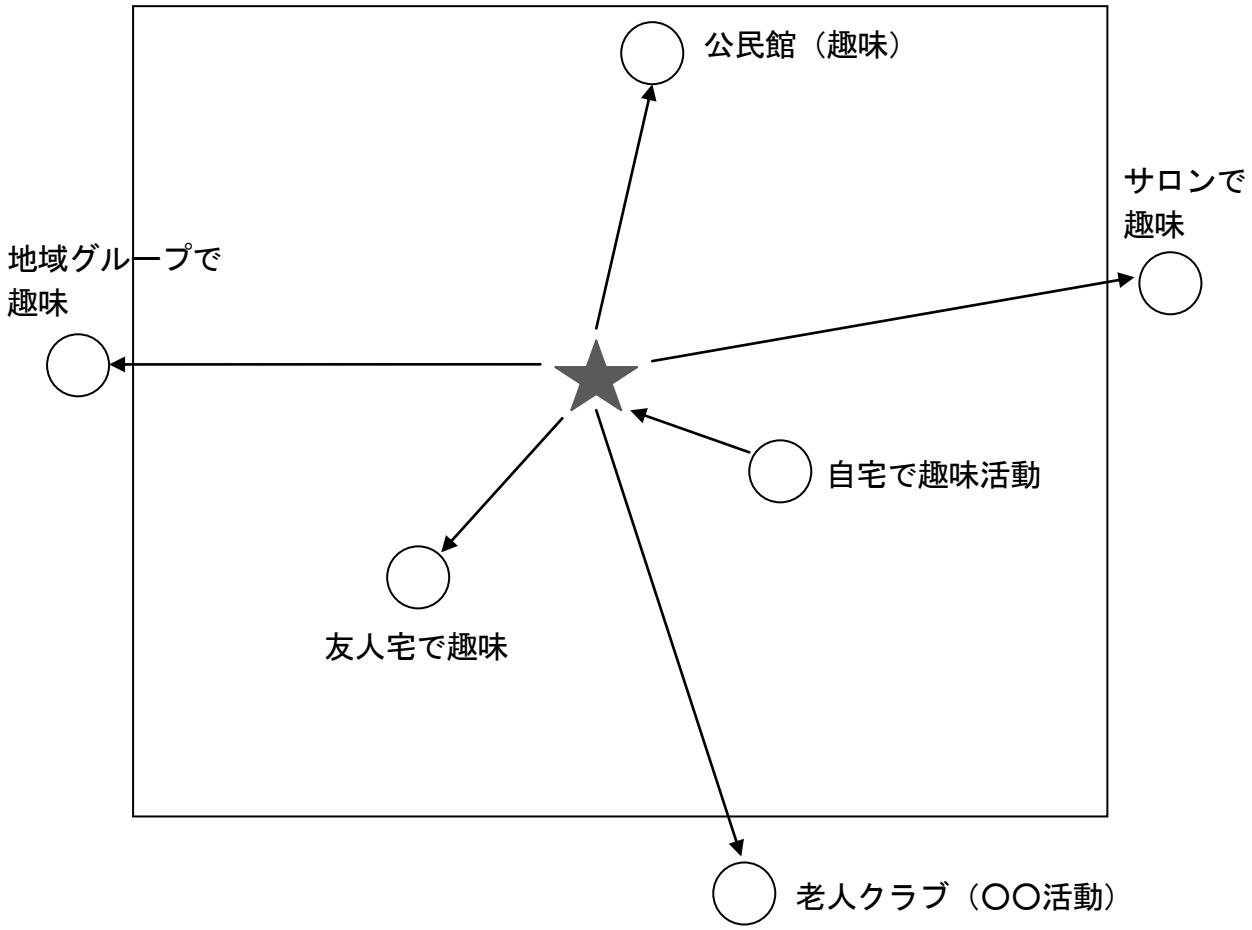
③介護ボランティアの関わり状況

④点線は、ふれあいや活動への参加状況→要介護でもふれあいや活動に加わっているか？

⑤本人への周囲からの生活支援状況

今後の取り組み課題

④一人暮らし高齢者と生きがい状況

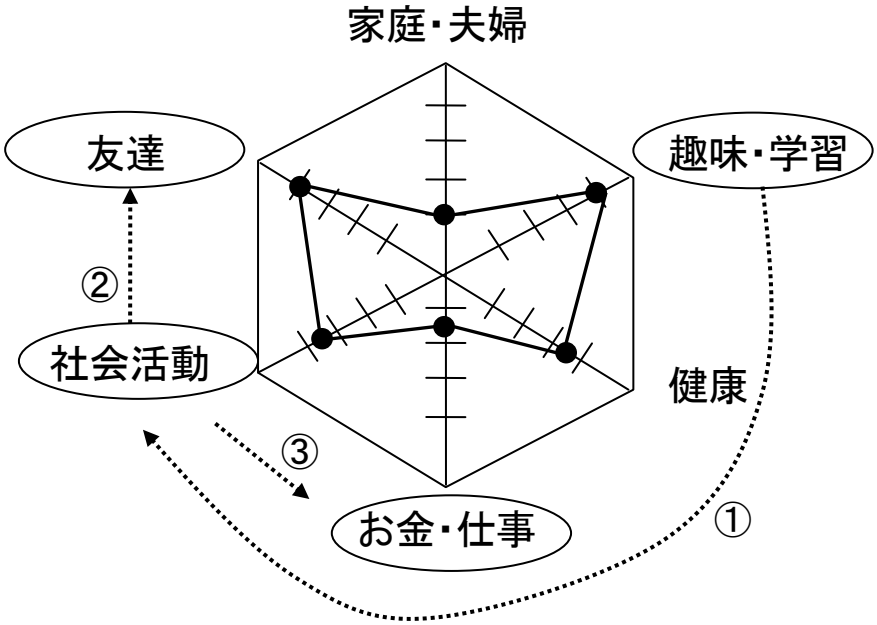


①趣味活動について、どこで何をしているかを記録

②本人が本来やりたいこと（ライフワーク）は何か？ それが実現できているか。

今後の取り組み課題

⑤一人暮らし高齢者の生活充足状況



本人の生活充足状況

①豊かさのダイヤグラムにのせる－５段階で評価

②それを線で結ぶ

③６項目をうまく活用した豊かさ満開作戦

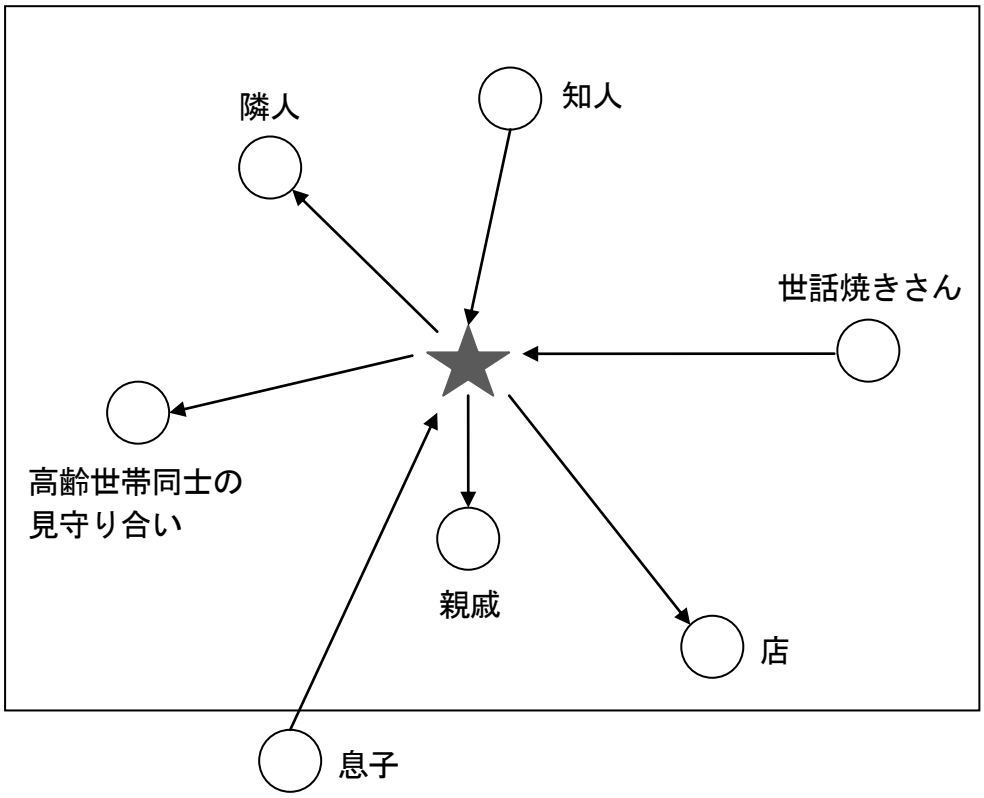
例：趣味を生かして人のために（社会活動）。その結果、ふれあいが充足。少し収入も。

今後の取り組み課題

＜２＞高齢者のみの世帯（２人とも元気な場合）

将来のために、今のうちから夫婦で地域デビューしておこう。

①見守り状況



①２人のそれぞれの体調は？

②接点にある人を結ぶ（矢印の方向に注意）

③この中で見守ってくれている人は？

④見守りのキーマンは？

⑤２人の生活問題はあるか？

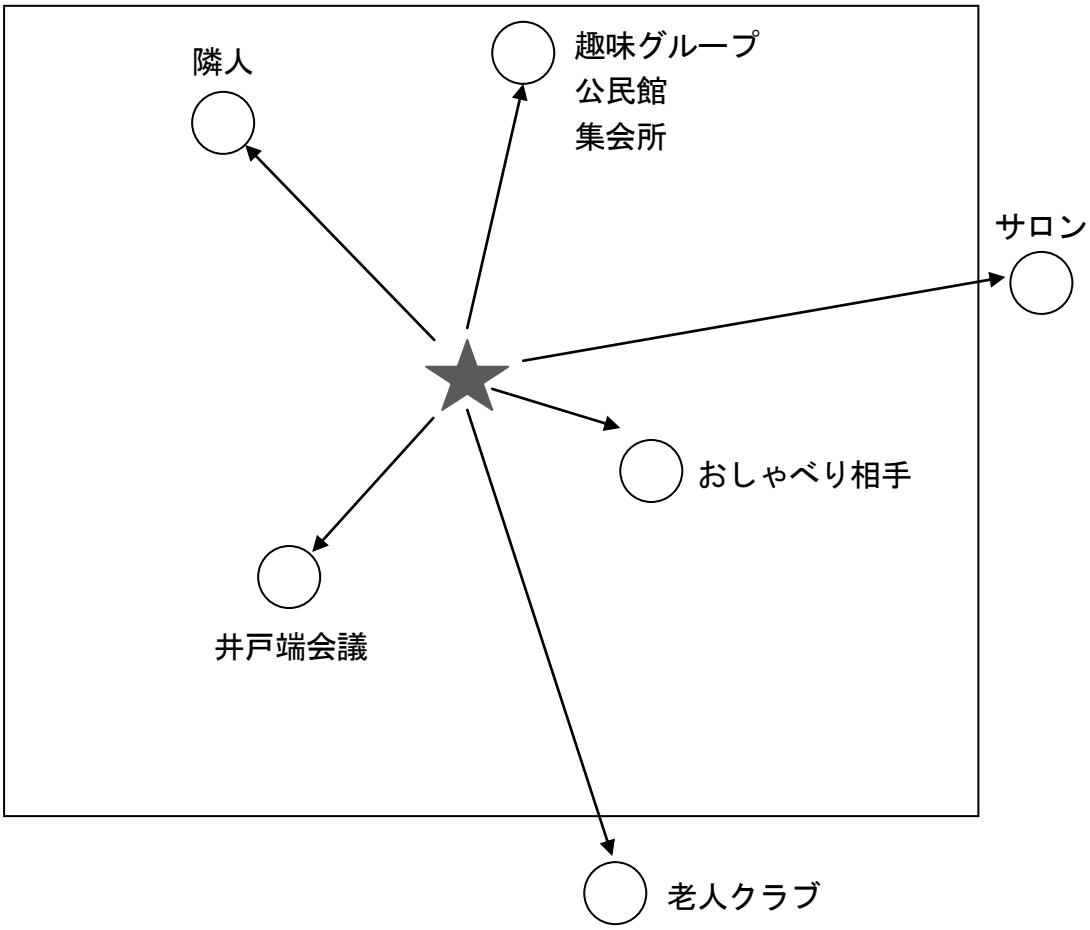
⑥逆に２人が面倒を見ている相手はいるか？

⑦２人は見守られ努力をしているか？

⑧子どもはときどき来ているか？隣人に挨拶しているか？

今後の取り組み課題

②ふれあい状況



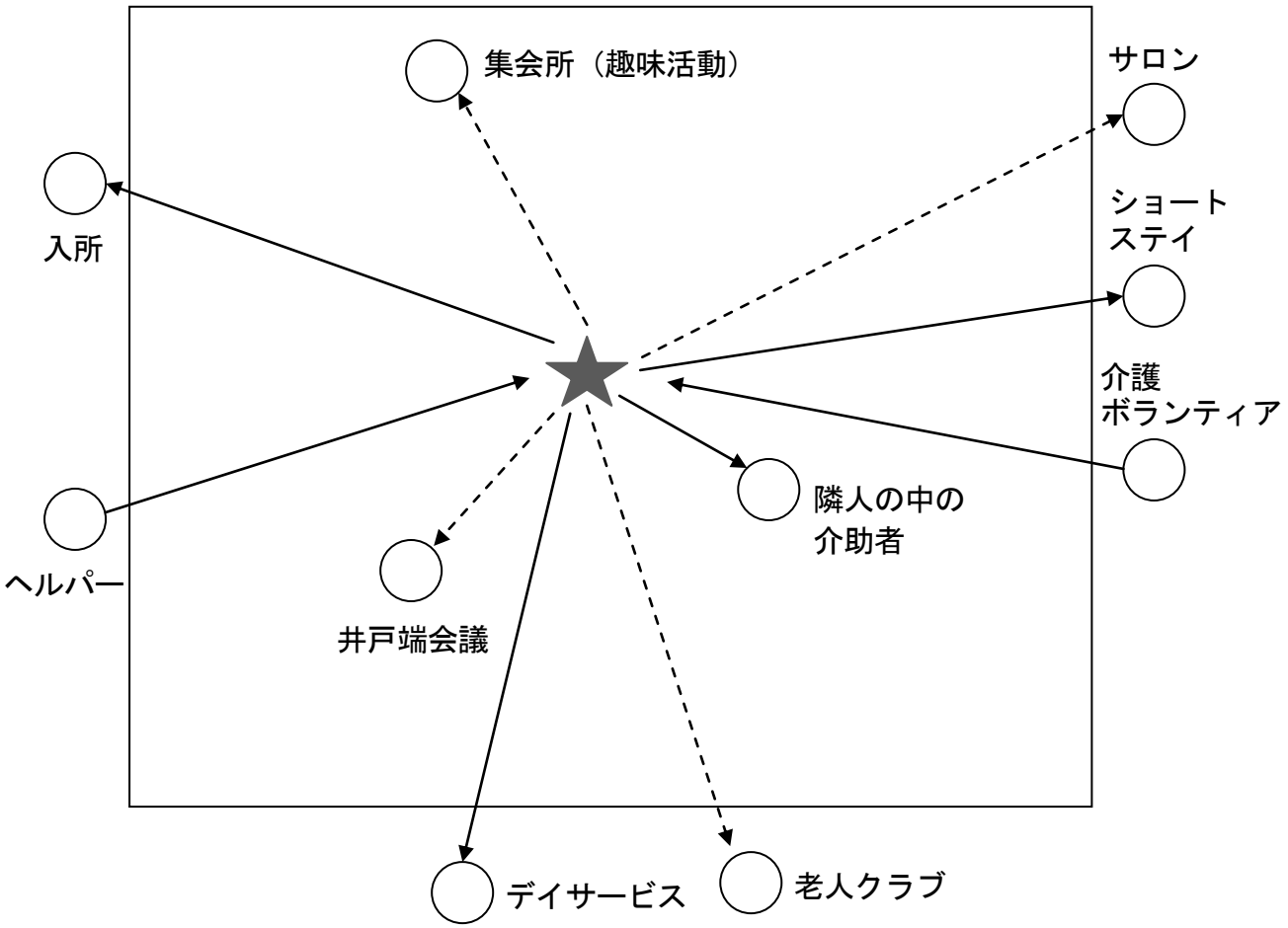
①ふれあいのチャンス

②それに参加しているか？（夫婦のどちらかだけか、一緒に参加しているか）

③２人のふれあいの中心は？

今後の取り組み課題

③夫婦のどちらかが要介護の場合



①本人の状態

②サービスを受けている状況

③夫婦へのボランティアの関わり状況

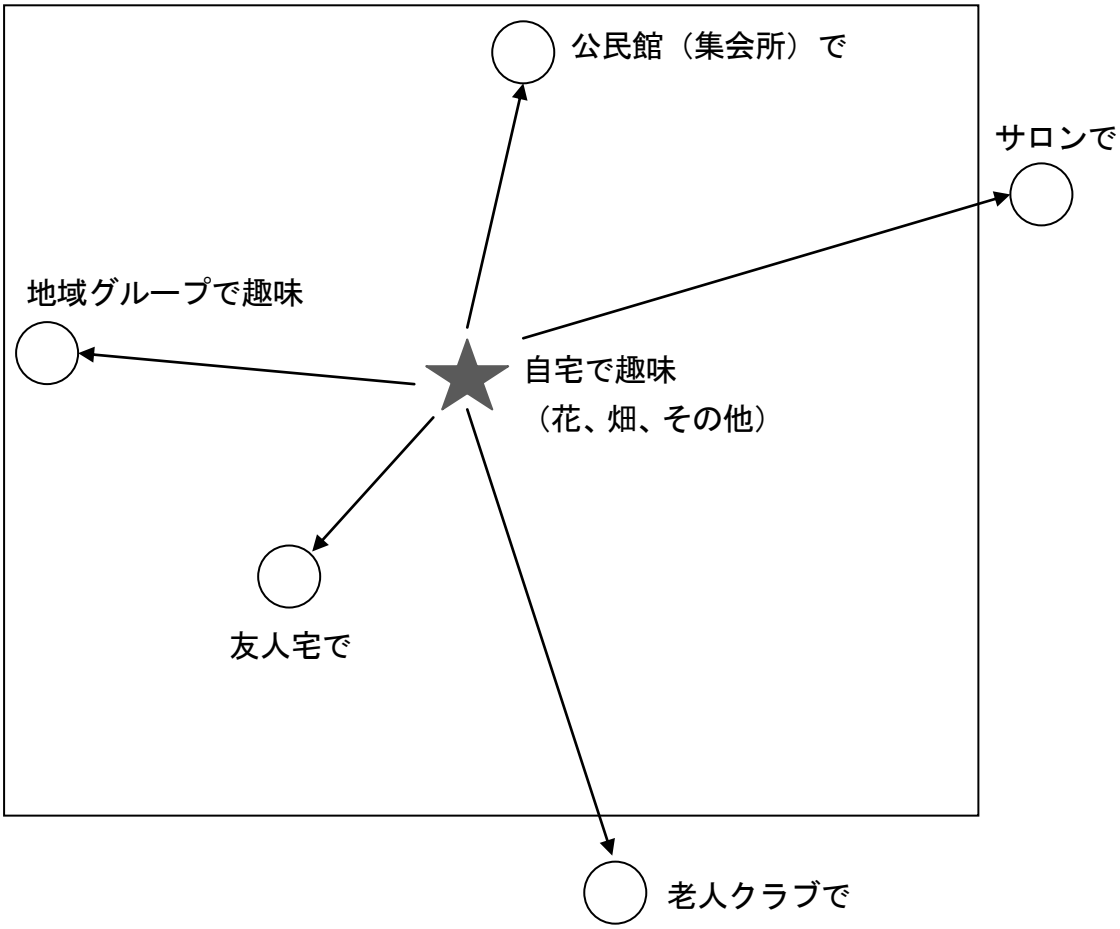
④２人の生活問題への周囲の関わりは？

⑤２人はふれあい活動に参加しているか？（受け入れられているか）

　→夫婦のどちらかか、それとも夫婦で一緒にか？

今後の取り組み課題

④生きがい活動



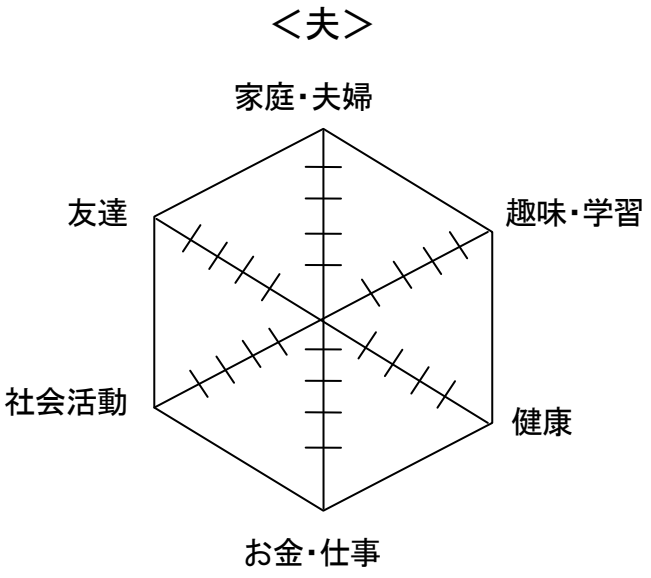
①夫婦、それぞれどこで何をしているか？

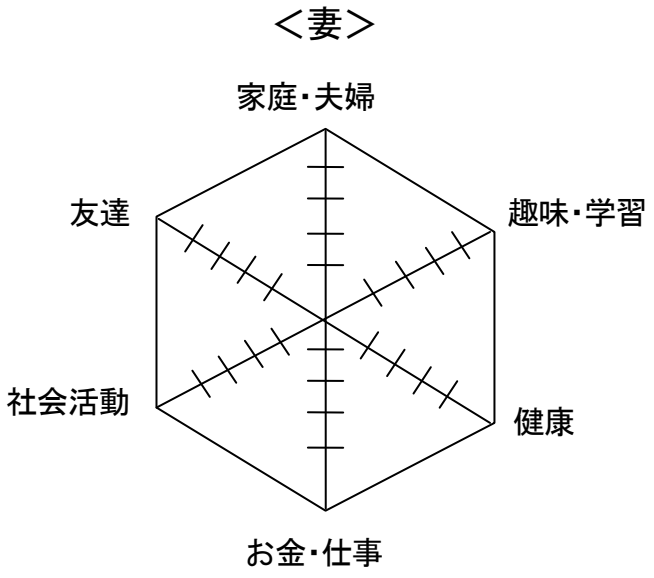
②夫婦一緒にしているか？それとも…

③２人は本人が本当にやりたいことをやれているか？（ライフワーク）

今後の取り組み課題

⑤夫婦それぞれの豊かさ充足状況





①豊かさのダイヤグラムにのせる（５段階）

②それらを線で結ぶ

③夫婦は「共に豊かに」を実現しているか？

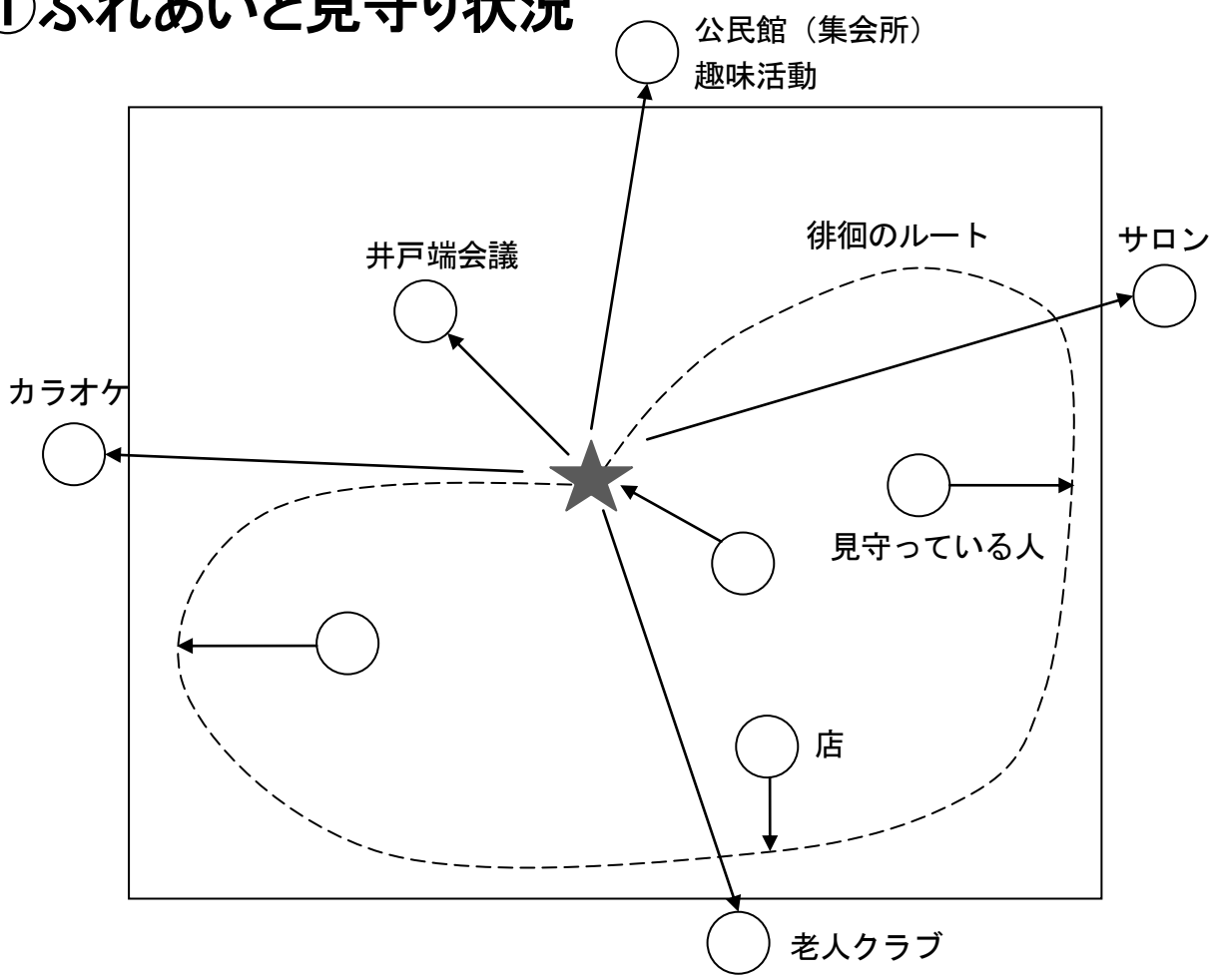
④６項目を生かした豊かさ向上作戦を考えてみよう

今後の取り組み課題

＜３＞認知症の人への対応

認知症をオープンにしているか、地域グループの仲間に入れているか？

①ふれあいと見守り状況



①本人や家族の状況

②徘徊しているとしたらそのルート。ルート沿いで見守っている人はだれか？

③サロン、老人クラブ等が受け入れているか？

④普段の見守りは誰がしている？

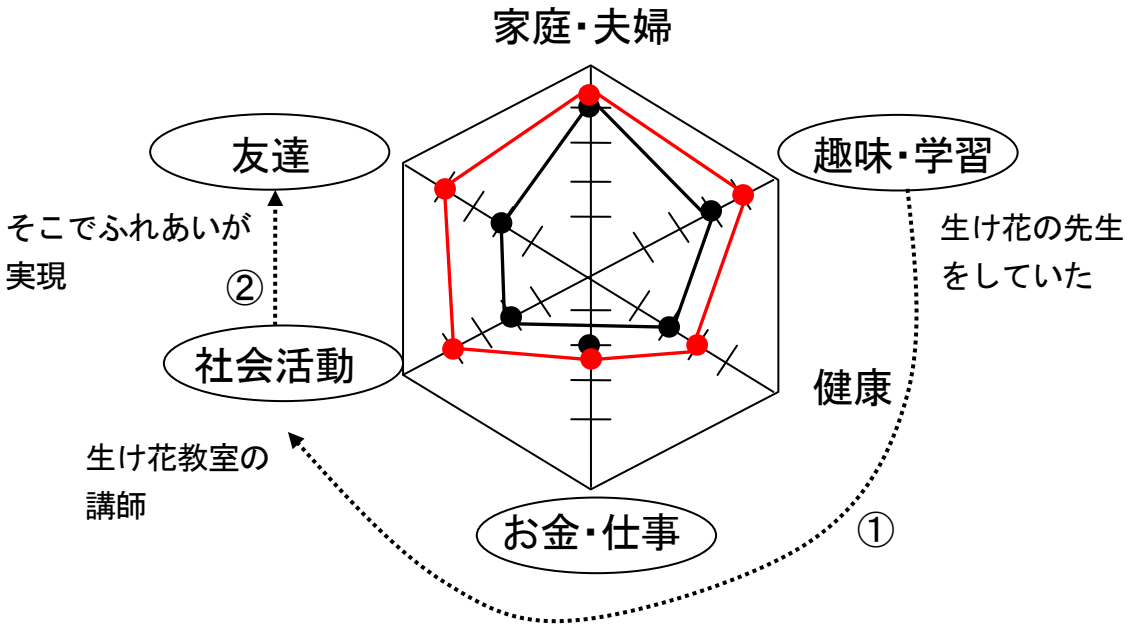
⑤生活支援の必要はあるか？

⑥家族は認知症をオープンにしているか？

⑦本人の生きがいは何か？それを生かす方法はないか？

今後の取り組み課題

②生きがい状況



①本人の生きがいは何か？

②それを生かす方法はないか？－それをダイヤグラムで考えてみる

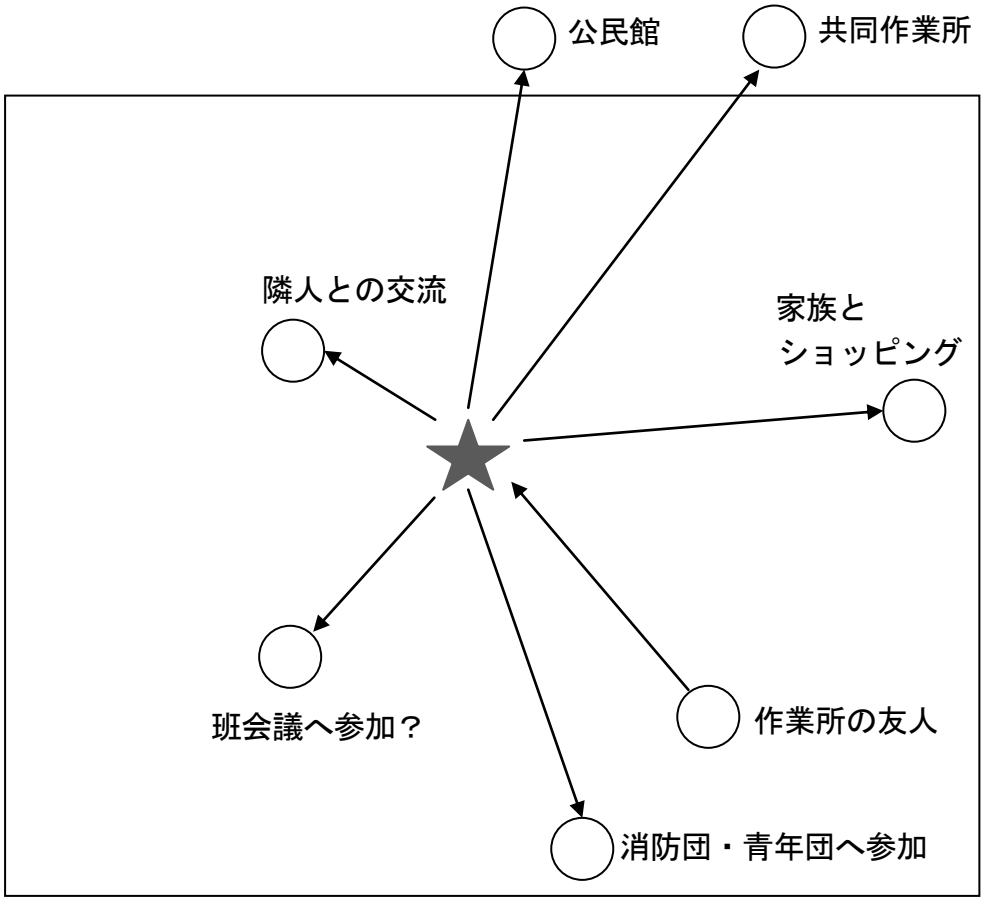
③豊かさダイヤグラムに記入してみる

今後の取り組み課題

＜４＞障害者への対応

障害があっても、ふれあいはできているか、能力開発はできているか？

①本人のふれあい等の生活状況

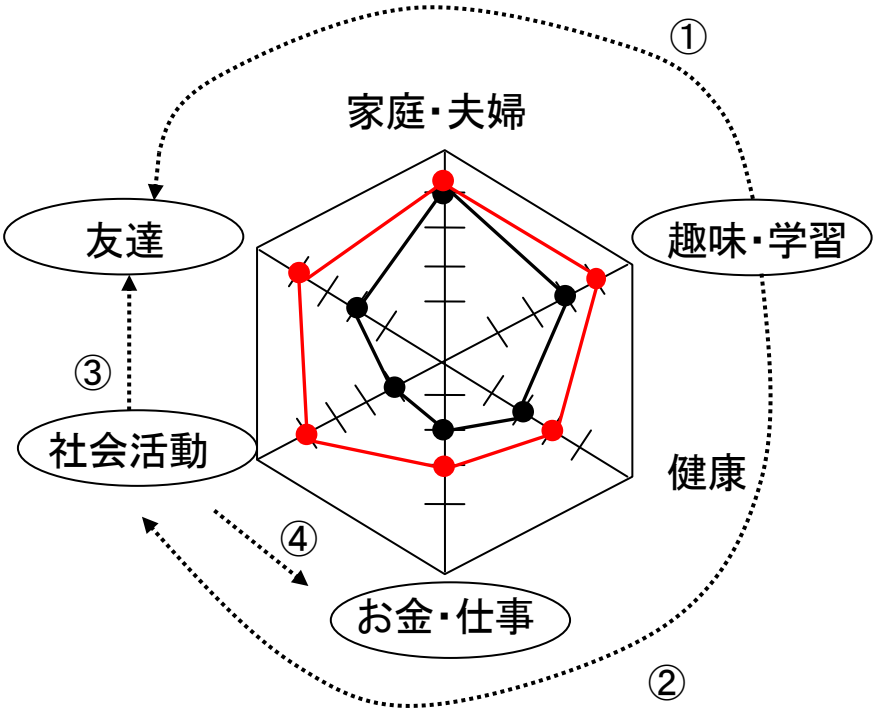


①本人の状況（障害の内容・年齢・性別など）

②地域、ご近所との交流のチャンスを探す

今後の取り組み課題

②生きがいの開発



①本人はどういう力を持っているか―調べよう

・作業所で身につけた技術

・本人が持っている技術

・生きがいとしてやっていること

・障害の特性をどのように能力として生かせるか

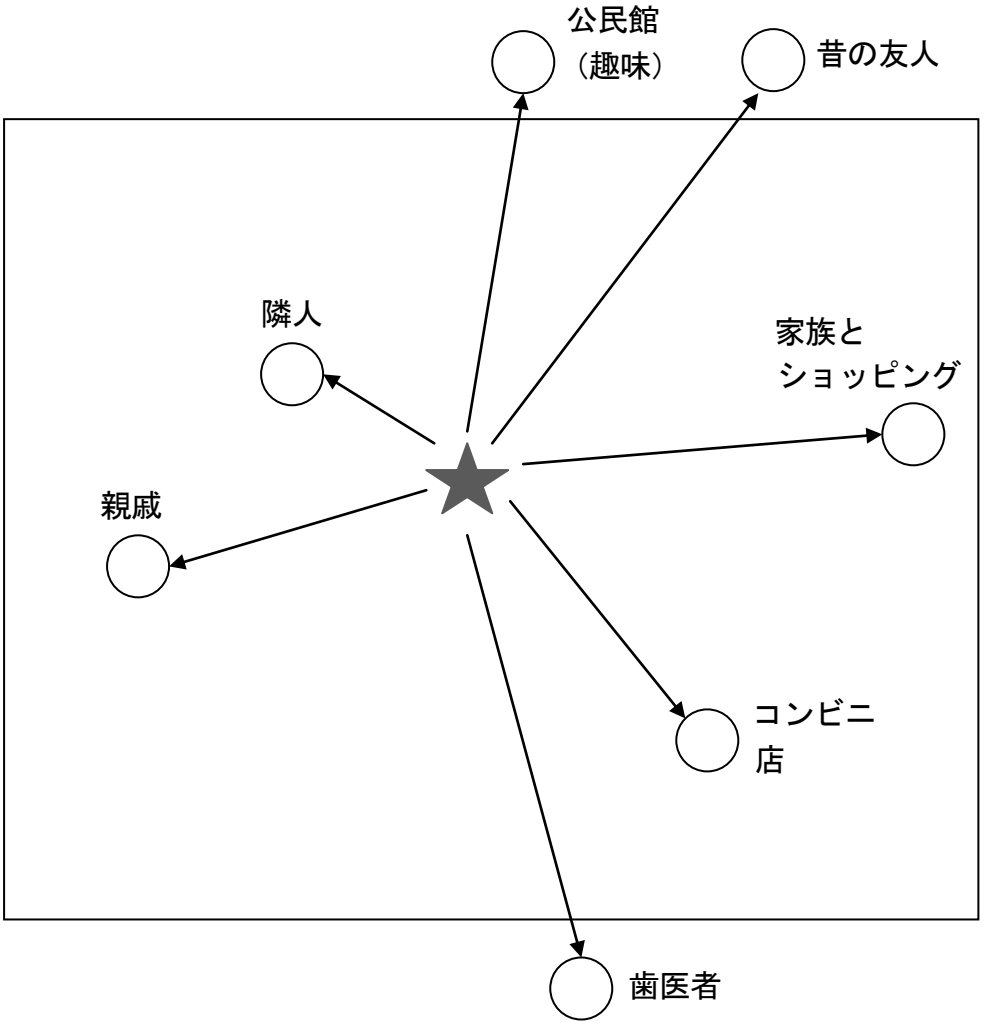
②その力を生かせないか考える―そのヒントを探す

今後の取り組み課題

＜５＞引きこもりの人

引きこもりでも、本人は誰かを見込んでいるはずだ。その人を探せ！

①見守り状況



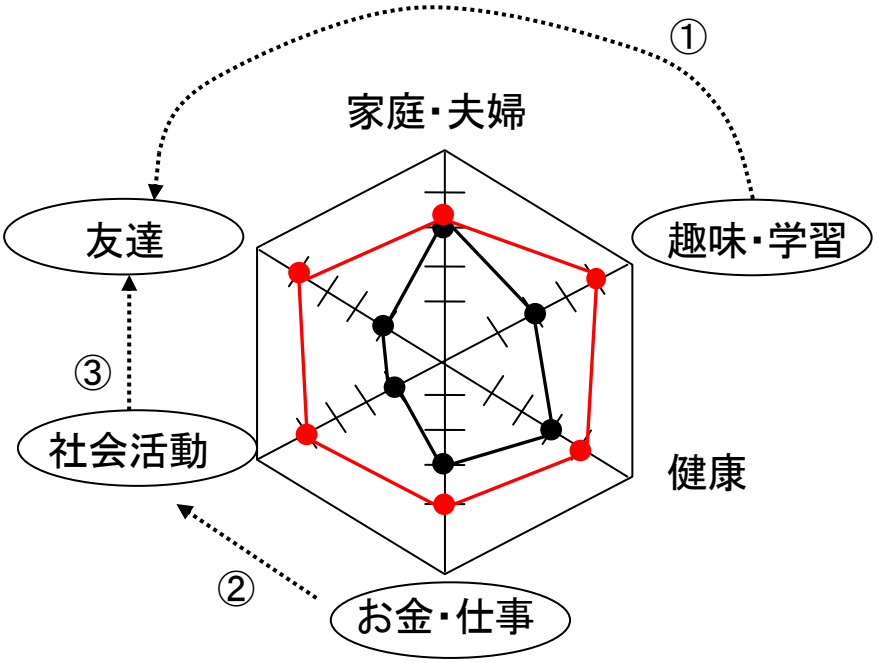
①引きこもりと見られる人（年齢・性別・状況）

②その人と接触のある人を探す

③その中の誰かと交流をしていないか？－その人を突き止める

今後の取り組み課題

②本人の生きがいから入る



本人の生活状況（家族は？健康は？）

①その人の特技はないか？（元の仕事、今の仕事、趣味など）

②それを生かして「ふれあい」につなげられないか？

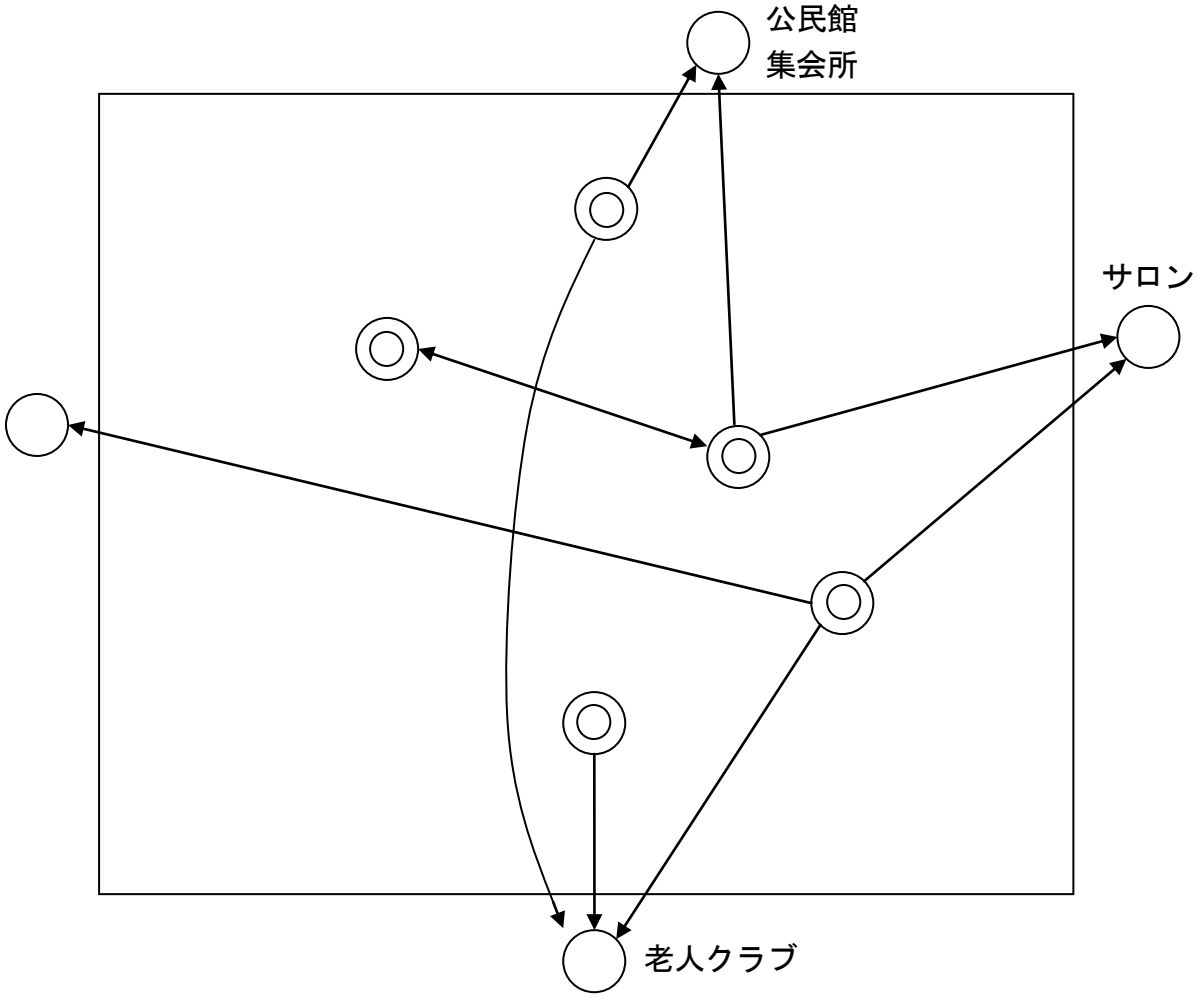
③「趣味」を通して交流。または「仕事」の腕を生かして「社会活動」ーそこで交流

④それによって豊かさダイヤグラムはどう変わる？

今後の取り組み課題

＜６＞ご近所内のふれあい状況

ご近所全体のふれあいの状況も把握しよう。「気になる人」は参加しているか？



①ご近所内の一人暮らし、高齢者のみの世帯に印をつける（◎印）

②ご近所内外でふれあいが行われている場所を記入（サロン・公民館・集会所等）

③ご近所内の一人暮らし高齢者や高齢者のみの世帯はこれに参加しているか？

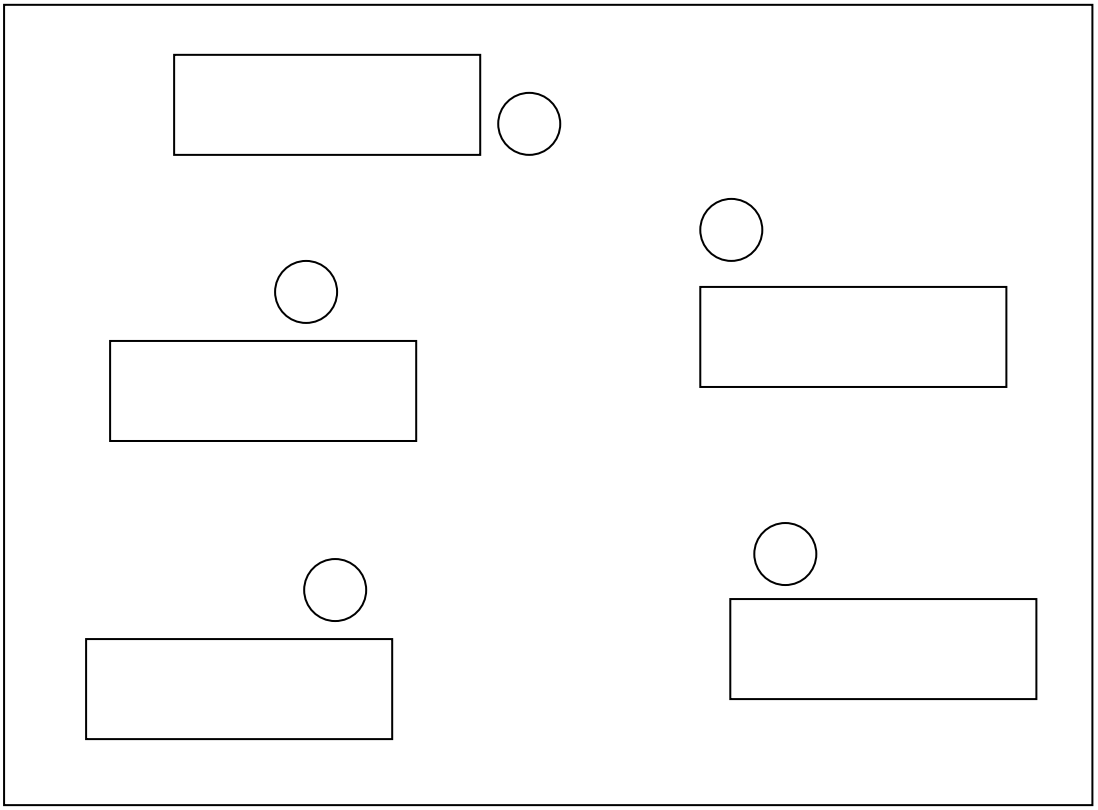
④参加していない理由は何か？

⑤サロン、老人クラブ等は一人暮らし高齢者や高齢者のみの世帯、および要介護の人を受け入れているか？

今後の取り組み課題

＜７＞生きがい活動とその支援

本人は安全よりも、生きがいを求めている。それを応援しよう。



①ご近所内の一人暮らし高齢者、高齢者のみの世帯を地図に記入する

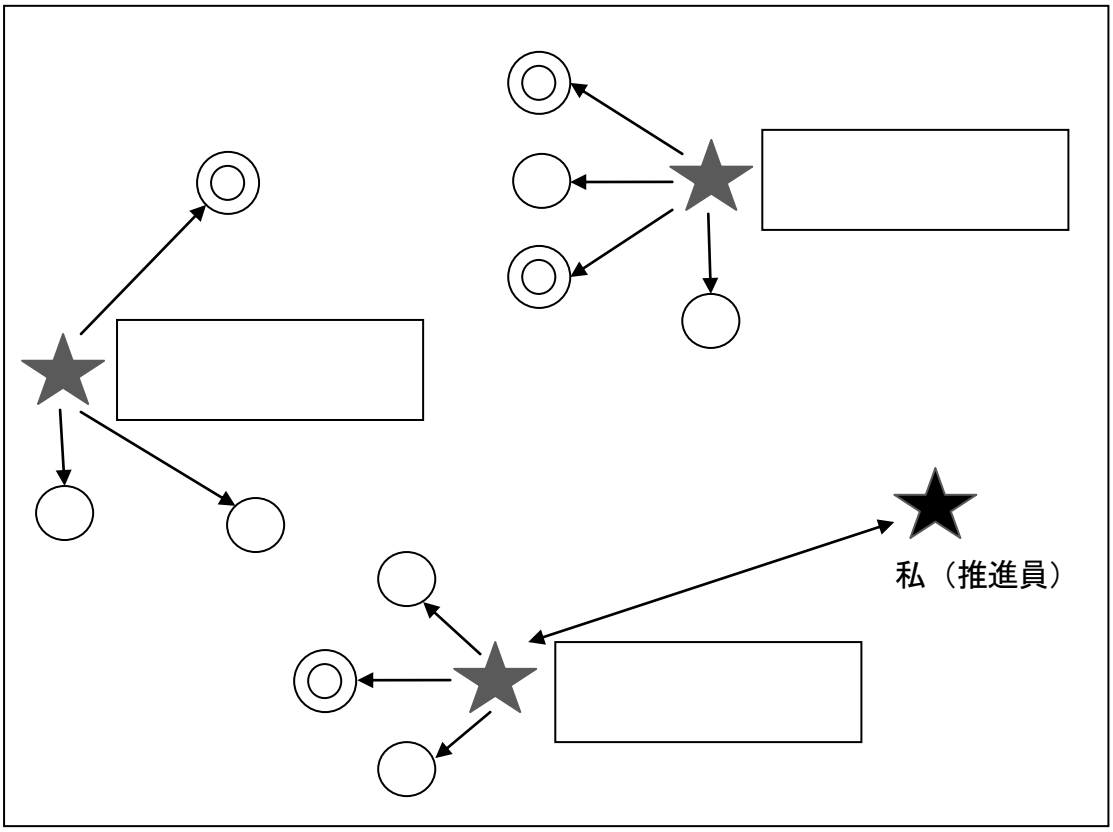
②それぞれがどんな生きがい活動をしているか？　□に入れる

③その生きがい活動を支援している人はいるか？（その人から線を引く）

今後の取り組み課題

＜８＞世話焼きさんの活動状況

大型世話焼きさんを見つけたら、その人から１０人分の情報が得られる！



①世話焼きさんを見つけたら記入（☆印）

②それぞれが誰に関わっているか？

③その中に私（推進員）が把握している要援護者（◎）は含まれているか？（一人暮らし高齢者・高齢者のみの世帯）

④私（推進員）と接触した人とは線を結ぶ

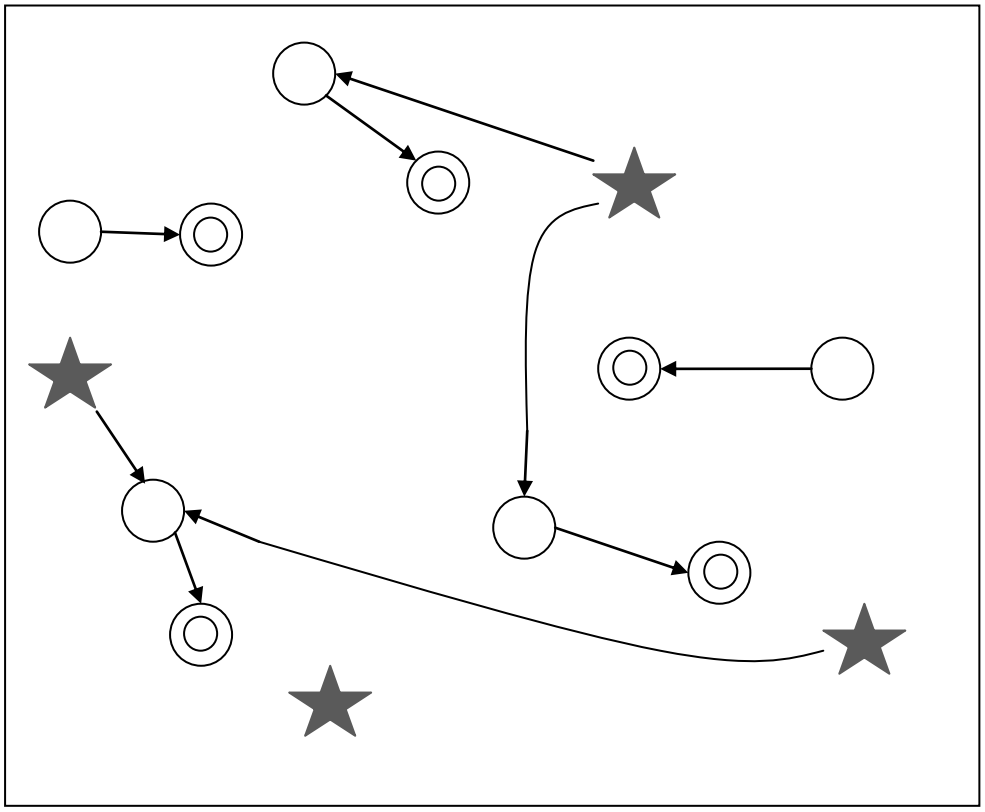
⑤これらの世話焼きさんと情報交換して新しい情報を入手する

⑥他の世話焼きさんと接触する機会を見つける

今後の取り組み課題

＜９＞情報源マップ

自分に要援護者（◎）の情報をくれた人（○）をマップにのせ、その人とつながっている世話焼きさんがいないかも調べる



①自分が関わっている対象者に印をつける（◎印）
②自分が把握した個々の要援護者の情報源をこの中にすべて記入する（○印）
③世話焼きさん（★）の自宅にも印をつける
④個々の情報源とつながっている世話焼きさんがいないか。いれば、世話焼きさんの情報も提供してもらおう。世話焼きさん本人にも接触すれば、多くの新しい情報が得られるかもしれない。

今後の取り組み課題

マップづくりのその後に

マップづくりがうまくいったら、次は何をしたらいいのか。

⑴取り組み課題をまとめよう

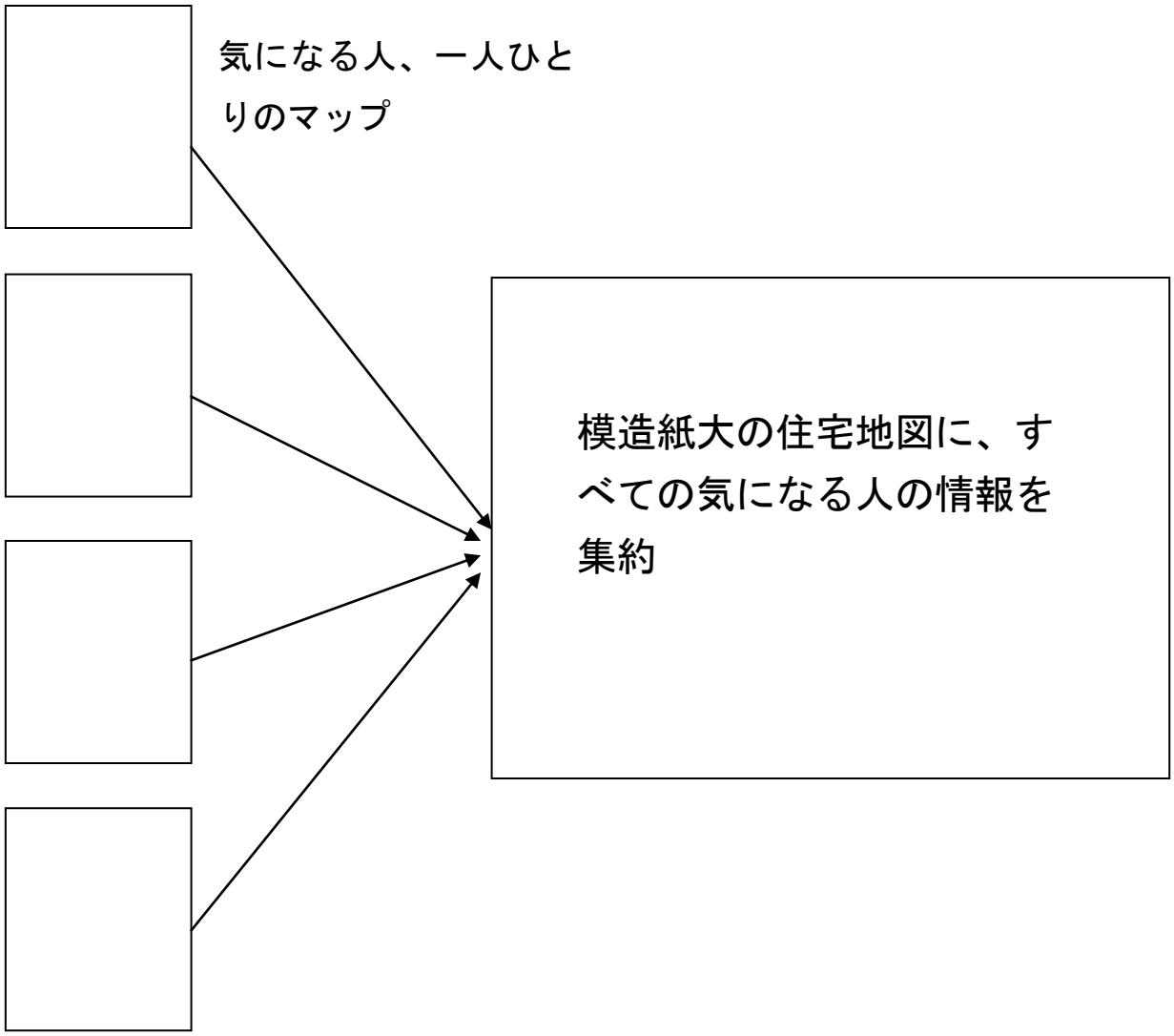
各ページの末尾に「今後の取り組み課題」の欄がある。その欄に書かれたことを、下の欄で整理してみよう。

	取り組むこと	取り組み方
1		
2		
3		
4		
5		

⑵個々のマップ情報を１枚のマップに集約

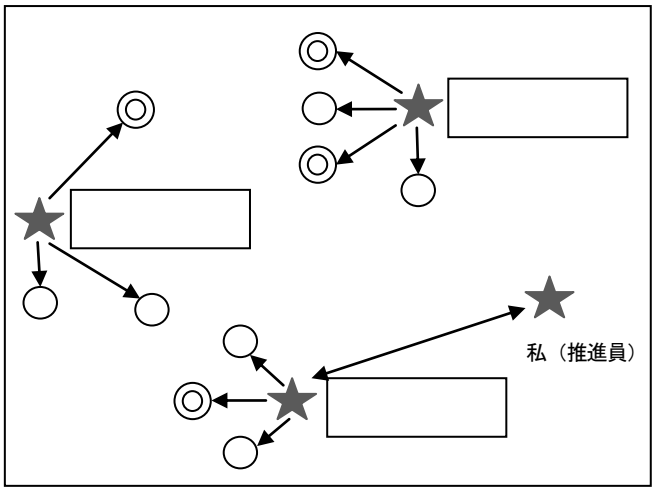
まずやるべきは、これらのマップ情報を１枚のマップに集約することである。ここまでは、やり易さを最優先にして、１枚１テーマに絞ってきた。しかし、読者もお分かりの通り、これらの線は、地域の中では複雑に絡まり合っている。例えば、一人暮らし高齢者と引きこもりの人が意外に繋がっているということもありうる。引きこもりの人同士が猫好きという共通点で交流していたといった事実も出てくる。

むろんそれだけマップは複雑になるし、見にくくなるが、しかし得られるものもある。最終的には１枚のマップに集約する必要がある。その時は、模造紙大の地図を使うべきである。



⑶世話焼きさんたちと、初めから１枚の地図に記入する方法も

本書は初歩のコースで、場合によっては、初めから世話焼きさんが数名いれば、世話焼きさんに集まって情報を出し合ってもらい、１枚の大きな地図にすべてをのせていくのもいい。これが本格的なマップづくりになる。その場合は、別にマニュアルがあるので、そちらを読んでいただきたい。(「支え合いマップづくり入門」)



⑴数名の世話焼きさんと福祉推進員が一堂に会して、模造紙大の住宅地図に全員（世話焼きさんと推進員）が知っていることを記入していく。

⑵既に本シートに記入済みの場合は、これを１枚の模造紙大の住宅地図に転記しながら、それに新しい情報を加えていく。

⑶取り組み課題（「気になる人」への対応として取り組むべきこと）の欄の分も転記しつつ、それをまとめる。

⑷世話焼きさんを中心に、有志住民とも協力して、課題に取り組む

⑸以後も必要に応じてマップを取り出し、気づいたことを加えていく。