

## 令和5年度 栃木県シニアサポーター活動報告 集計結果

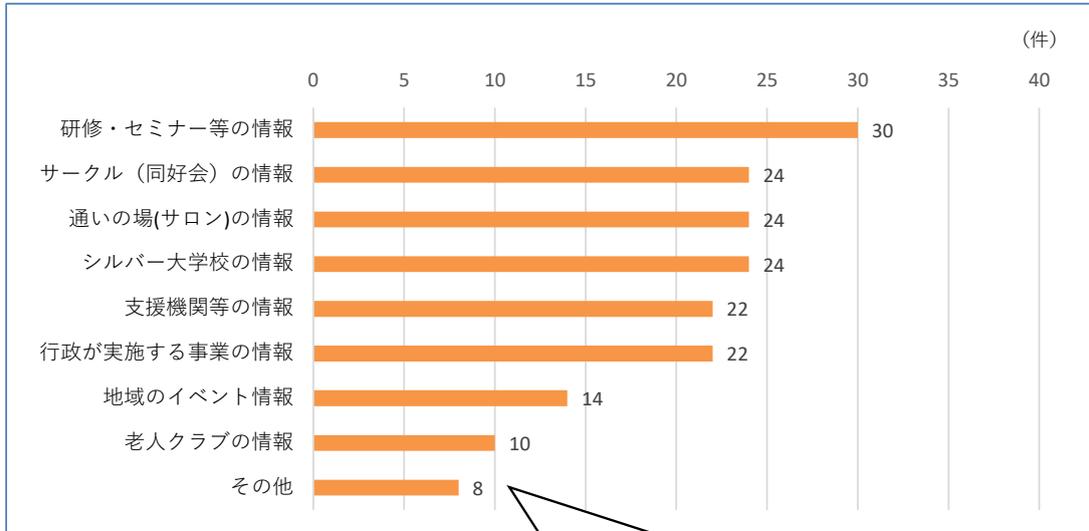
活動期間 : 令和4(2022)年12月1日～令和5(2023)年11月30日

回答数 : 43名/ 55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

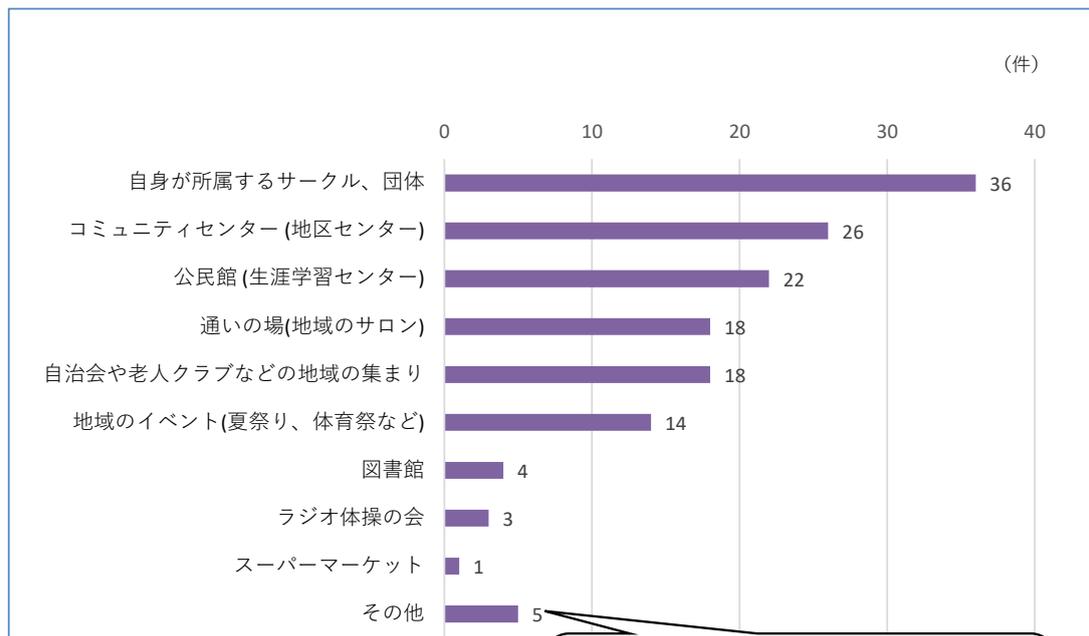
(1) 情報発信(チラシ等の掲示・配布、社会参加の呼びかけなど)

①情報発信を行った内容 (複数選択可)



NPO会員募集、県暮らし安全サポーター、ラジオ体操マップ配布、真岡鉄道視察研修、シルバー人材センター、SNS(インスタ)の活用

②情報発信を行った場所、機会 (複数選択可)



オリオン通り、地区センター、ホームページ、SNS、病院、JA、郵便局、銀行、シルバー大同窓会、

## ○ 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」と回答した方が30名と最も多く、次いで「サークル（同好会）の情報」、「通いの場（サロン）の情報」、「シルバー大学校の情報」が同じく24名、「支援機関等の情報」、「行政が実施する事業の情報」がそれぞれ22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36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)」26名、「公民館(生涯学習センター)」22名、「通いの場(地域のサロン)」、「自治会や老人クラブなどの地域の集まり」が同じく18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ない（ややできていない）」と回答した方は、前年より少なくなり約2割となりました。

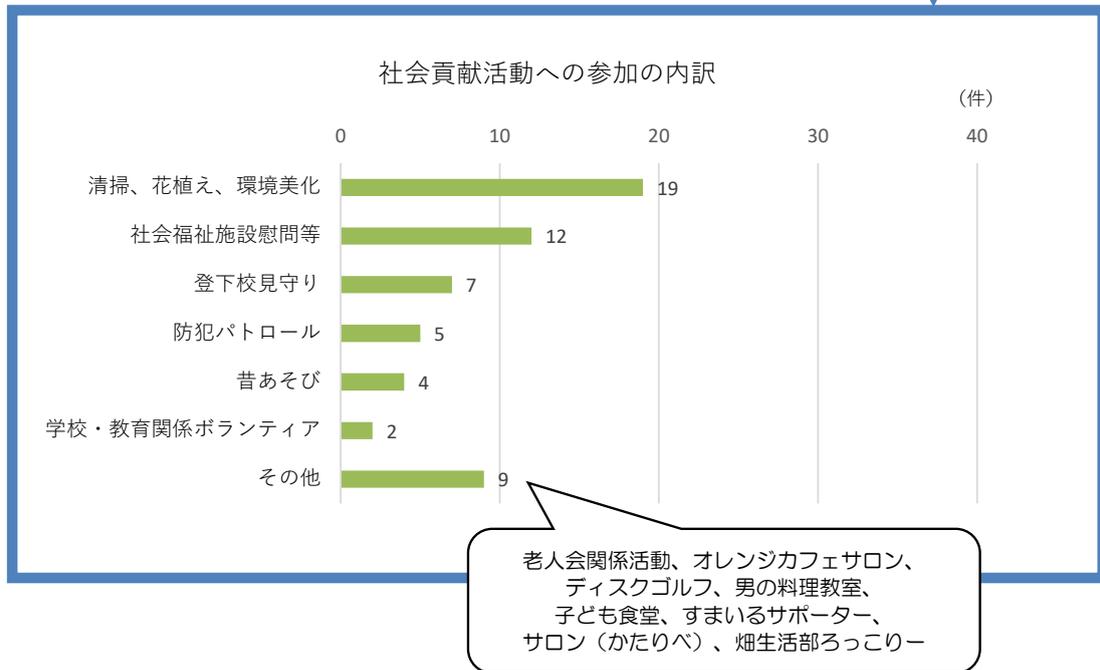
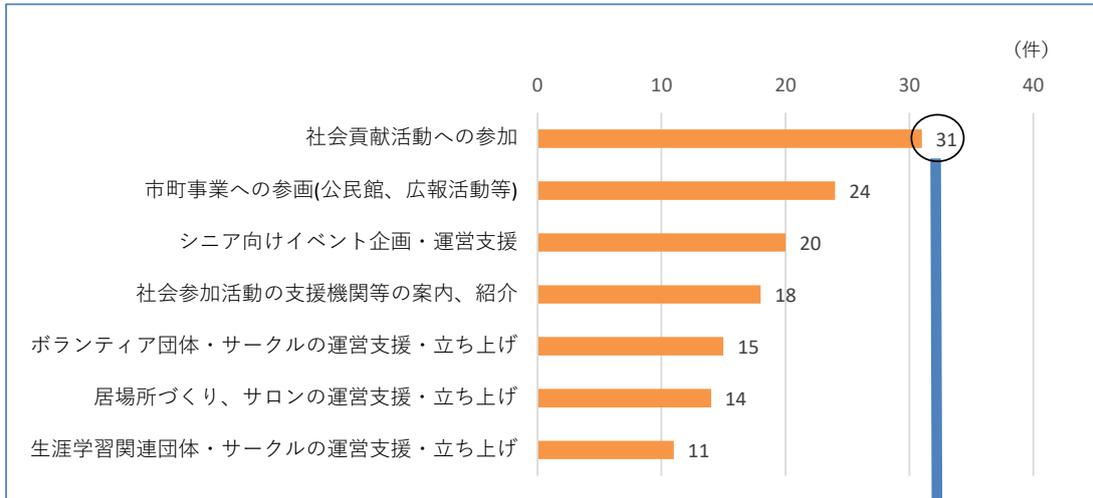
▶「情報の取り方」については、情報発信の回答項目を参考に地域の市町民活動センターや市町社会福祉協議会ボランティアセンターなどの関係機関に足を運んだり、とちぎ県民カレッジなどの各種講座を検索してみてください。

**ぷ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、多くの人がある銀行や郵便局に資料を置いていたり、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がいることも分かりました。

▶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ぴあ）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）



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 (15)	健康づくり推進員、傾聴活動、花壇の手入れ、森林整備、しもつけ元気はつらつ体操みどり、神社の清掃活動、町美化パートナー制度への参加、移動販売(生活支援)、助っ人からす、環境保全活動など
サロン活動 (8)	地域サロン運営支援、火曜サロン、ふれあい村の運営(ニュースポーツ、折紙、頭の体操等)、創年倶楽部の運営(ラジオ体操、ストレッチ)、ゆわら会運営、プレミアムMONTHまちかど広場、サロン「えんがわ」など
サークル活動 (4)	シルバー大OB会支部活動、介護予防体操・レクリエーション、ディスクゴルフ運営、大人の生活工房、
老人クラブ (2)	シニアクラブの運営、大会への参加
学校支援 (2)	施設・学校ボランティア、昔遊び
学び (1)	スマホ・パソコン講座

(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」31名、次いで「市町事業への参画(公民館・広報活動等)」24名、「シニア向けイベント企画・運営支援」20名、「社会参加活動の支援機関等の案内・紹介」が18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」19名、社会福祉施設慰問等」12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」15名、「サロン活動」8名、「サークル活動」4名、「老人クラブ」、「学校支援」がそれぞれ2名、「学び」が1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24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、広報誌の取材**、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、8割近くの方が「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」をまとめましたので、活動の参考にしてください。

### ●【苦労した点】

- ・街中にある活用されていない場所を憩いの場にしたこと。
- ・マンネリ化にならないよう、参加者の意見・要望を取り入れていること。
- ・会場の確保、スタッフの負担、運営費。
- ・参加者動員、チラシの作成と配布、運営資金。
- ・人が集まらないこと。
- ・60歳代から85歳までの年齢差による違い。
- ・参加者の固定。会場までの足の確保。
- ・楽しく参加できるための環境づくり。
- ・行政がシニアサポーターのことを知らなすぎるのがネック。
- ・毎月のメニュー作りで演奏団体の希望者を探すのに苦労する。
- ・夏場の高齢者の体調管理。
- ・場所、時間の選定、周知すること。

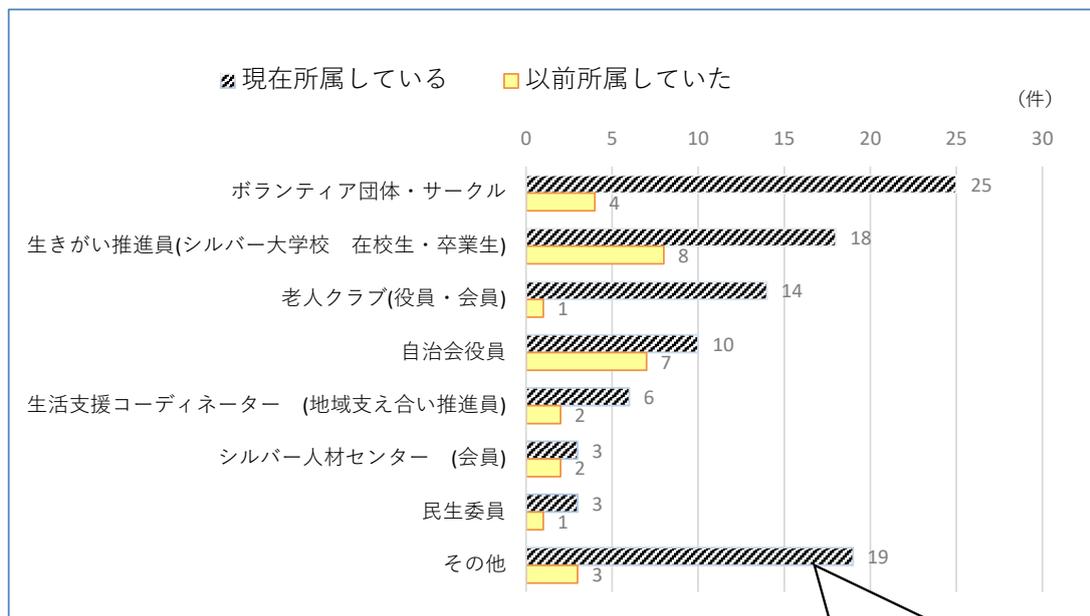
### ●【工夫した点】

- ・参加者に楽しんでもらえるよう季節に合ったものを計画している。
- ・参加者同士のコミュニケーションを重視。
- ・分かりやすい内容にすること。
- ・参加者増加施策検討実施。イベント内容の企画当番制実施。
- ・市民への周知啓発。
- ・フレイル予防のため参加者同士で会話・情報交換している。
- ・ウォーキングをしている人への声掛け。
- ・参加型イベントを企画している。
- ・チラシ配布、他町情報収集。
- ・3密、消毒、体調管理をして開催。
- ・活動後の蕎麦。

## (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	ウォーキング、パン食い競争
	宇都宮市	地域デビュー講座	ニュースポーツ
	高根沢町	ニュースポーツの紹介	スカットボール、サークルリング
	那須烏山市	シャッフルボード	シャッフルボード
	鹿沼市	グラウンドゴルフ	中学校との世代間交流
	鹿沼市	グラウンドゴルフ	粟野地区グラウンドゴルフ
	下野市	グラウンドゴルフ	GG指導員
健康体操	下野市	元気はつらつ体操	音楽に合わせた全身運動、筋トレ
	塩谷町	介護予防体操	筋トレ・ストレッチ・ゲーム
	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	アフリカンダンス	小学校との交流
	宇都宮市	ふまねっと運動教室	ふまねっと運動
IT	宇都宮市	パソコン講座	パソコン操作
	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	那須烏山市	昔あそび	小学校で昔あそびの手伝い
講話	塩谷町	江戸時代の庶民の暮らし	裏長屋の暮らしの講話
	真岡市	環境学習部会 & 真岡エコの会	環境関係授業
学び	高根沢町	認知症サポーター フォローアップ研修	研修後の活動内容発表
	鹿沼市	新聞を読もう講座	下野新聞社スタッフに講話依頼
サロン	那須町	フレイル予防教室	健康体操の指導
	下野市	お試しサロン	サロンのお試し、はつらつ体操
工作加工	下野市	牛乳パック灯籠作り	脳トレ

## 2 所属団体等の状況



NPO法人、防犯パトロール隊、生涯学習センタースタッフ、市グラウンド担当委員、健康増進推進員、傾聴ボランティア、認知症カフェ、環境保全協議会、コミュニティ推進協議会、ハーモニカクラブ、ウクレレクラブ、環境学習部会、おじいちゃんの保育、かみスポクラブ、シルバー大学校、いいところ教え隊おやま、生活支援協議体

### 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」25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）」18名、「老人クラブ（役員・会員）」14名、「自治会役員」10名の順となっている。