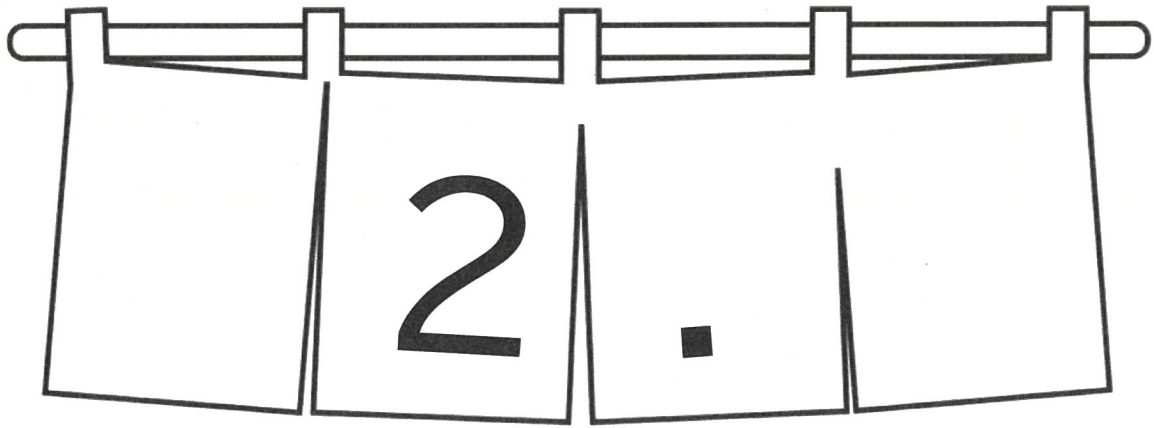




地域福祉の実践を 記録したレシピ

各ブロックの「レシピ」の見方説明

作り方の詳細

※前頁の番号と連動しています。

コーディネーターが特に重要だと感じたポイント

[illegible]

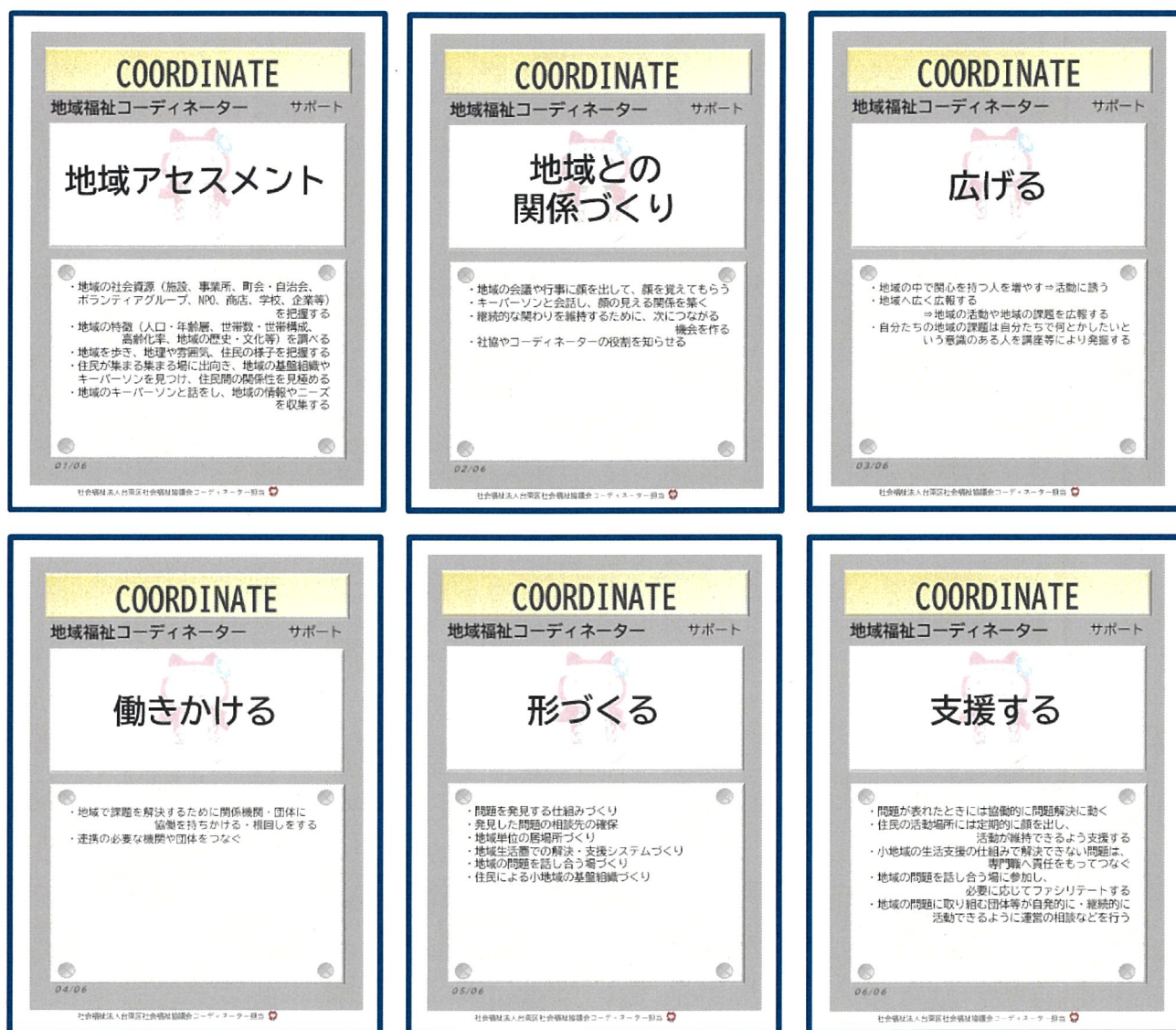
COORDINATEカード
コーディネーターの動きの見える化
※カードの説明はP.6をご覧ください。

地域がどうなったか、
地域への効果

カードの説明

①COORDINATE(コーディネート)カード

台東社協コーディネーターの地域支援における役割を【社会福祉法人東京都社会福祉協議会が発行した「区市町村社協における地域福祉コーディネーターの必要性と養成について」】に基づき、「地域アセスメント」、「地域との関係づくり」、「広げる」、「働きかける」、「形づくる」、「支援する」の6つに分類しました。コーディネーターがどのように活動していたかを見える化しました。



用語の説明

民生委員

…民生委員法に基づいて厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。地域住民の身近な相談相手となり、支援を必要とする住民と行政や専門機関をつなぐパイプ役を務めている。

参考元：政府広報
オンライン



包括（地域包括支援センター）

…地域包括支援センターは、市町村が設置主体となり、保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員等を配置して、地域住民の心身の健康の保持及び生活の安定のために必要な援助を行うことにより、その保健医療の向上及び福祉の増進を包括的に支援することを目的とする施設。

参考元：厚生労働省



介護予防・フレイル予防推進員

…通いの場等の介護予防活動の拡大や、フレイル予防の観点での機能強化を促進する取組を推進する職員。

参考元：東京都福祉局



ノルディックウォーキング

…北欧フィンランドにおいてスタートした2本のポールを使ったウォーキング。

参考元：全日本ノルディック・
ウォーク連盟



地域はっぴい助成金制度

…地域の福祉課題解決を目的とした、ボランティアグループや自助グループなどの団体が行う活動の立上げから運営にかかる費用の一部を助成する制度。（P. 41参照）

つながり会議（地域つながり会議）

…住民を交えて地域で気になっている課題について自由に話し合う会議の場。住民だけではなく、専門職や関係機関も参加し、地域の課題把握から解決に向けてアイデアを出す話し合いの場となっている。（P. 36参照）

アセスメント

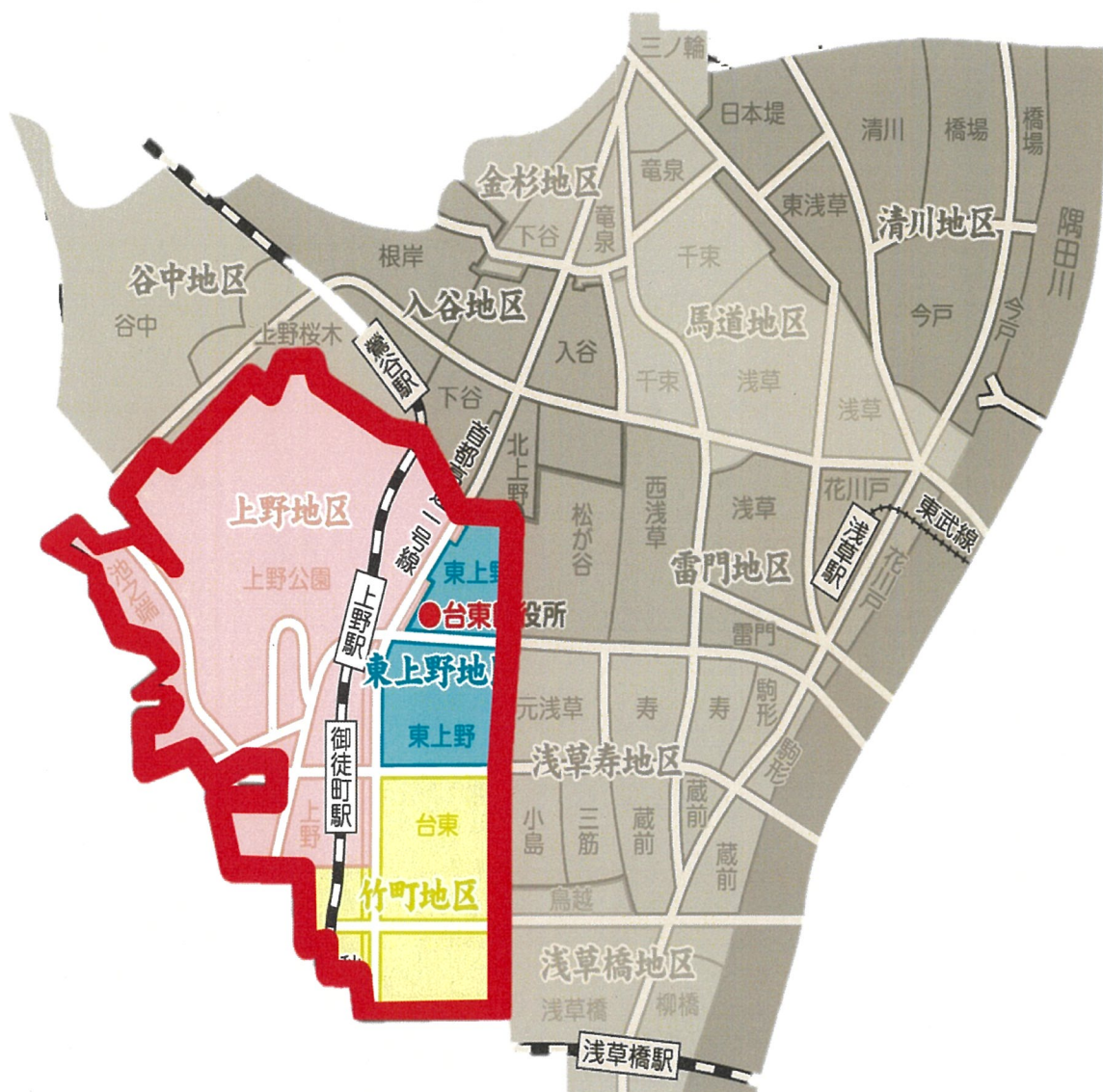
…対象者の生活状況や心身の状態、家族関係などを多角的に把握し、最適な支援を行うための情報整理・分析を行うこと。

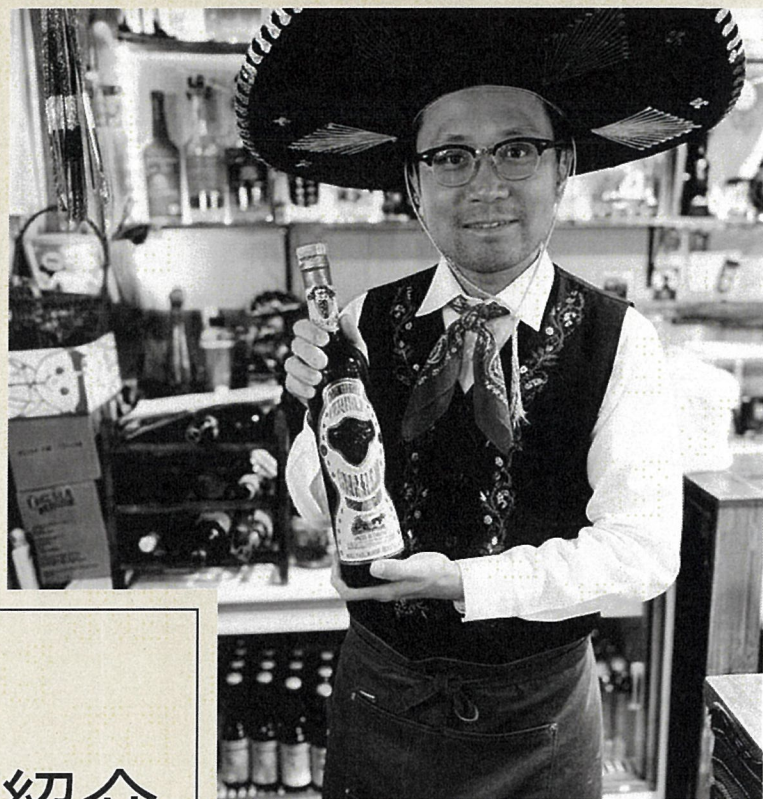
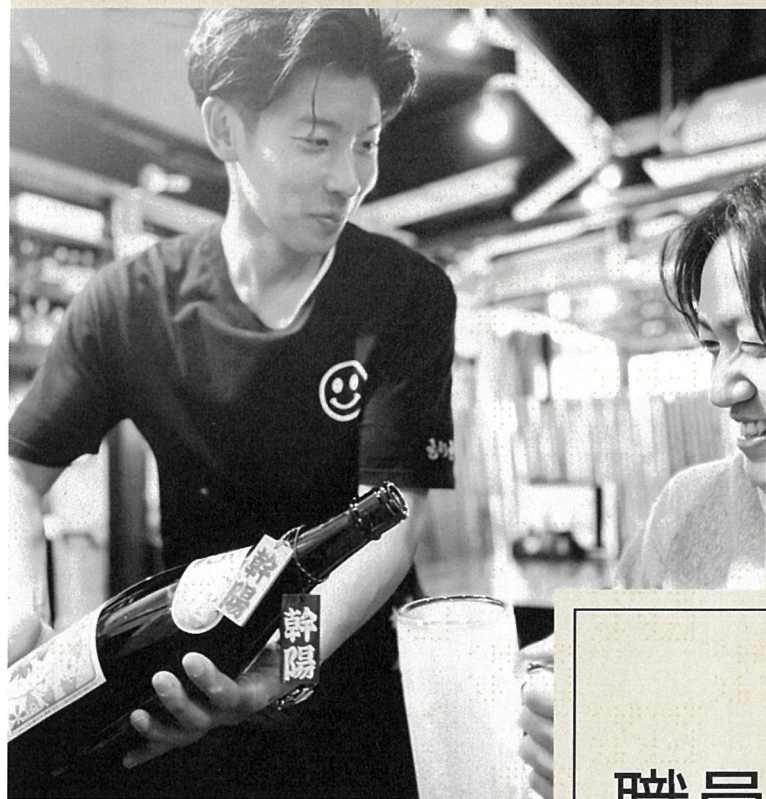
参考元：神栖市社会福祉
協議会



Aブロック

(竹町・東上野・上野)





職員紹介



Aブロック ちがさき

元気になる!!健康づくりレシピ ～チーム福老～



「こんなまちになったらいいな…」の想いをチームで共有し、
催し物を開催しました。
まちの皆が元気になる“健康づくり”レシピです。

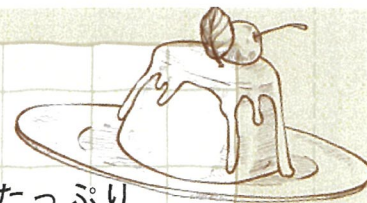
素材

1.地域資源

- 商店街役員 適量
- 診療所 適量
- 地域包括支援センター 適量
- 商店街お休み処 1棟
- 地域住民 多め
- 民生委員さん、サロン運営者 隠し味

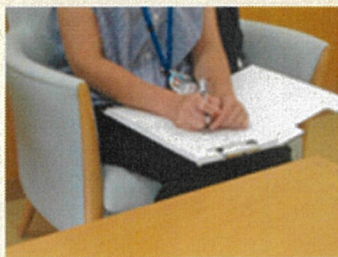
2.コーディネーター

- チームへの思い たっぷり
- 地域への思い たっぷり
- 元気エッセンス お好みで



作り方

1



【相談を受け止める】

よく話を聞き、やりたいことや困りごとを整理します。

2



【関係を作る】

まめに地域に足を運び、一緒に動いていきます。

3



【地域つながり会議を開催】

会議の参加者同士が地域課題について話し合います。



4



【チーム福老の完成】

地域住民と関係機関が協働し、チームができ上がりました。まちに素敵なつながりが広がっています。



POINT

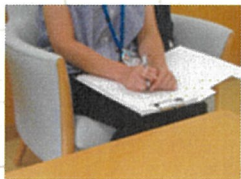


- 下ごしらえ(事前準備)と味の調和が重要です。
- 最初は焦らずゆっくり和えていき、最後は一気に混ぜ合わせます。
- 仕上げのスパイスは皆さんのお好みでどうぞ！

『みつまめワザ』

1 【相談を受け止める】

☑よく話を聞きます。



☑やりたいことや困りごと
を整理します。

包括「地域とのつながりの
再構築を図りたい」

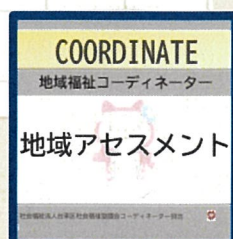
診療所「地域とつながりたい」

商店街「賑わいのあるまち
づくりを目指したい」



【おいしいコツその1】

個々の役割や立場に配慮して
耳を傾けます。



2 【関係を作る】

POINT

☑マメに地域に出向いて、
関係者ひとりひとりの思い
や考えを聞きます。

☑マメに手を動かし、手紙、
メールや報告シートなどを
作成します。

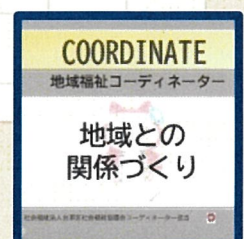


☑密に連絡をとり、
情報を共有します。



【おいしいコツその2】

コーディネーター自身の
人とナリを知ってもらうこ
とも重要です!!



【協力】

*佐竹商店街

*たいとう診療所

*たいとう地域包括支援センター

*台東区介護予防・フレイル予防推進員



チーム福老が立ち上がった!!

【効果】

ひともまちも元気になり、
つながりと笑顔が広がった!!

3【地域つながり会議を開催する】

☑ 綿密な準備をします。

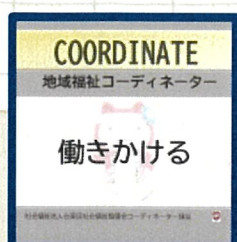
- ・スケジュール調整
- ・次第案作成
- ・会議備品の準備
- ・役割分担
- ・進行、記録方法の打合せ
- ・事前資料配布

☑ 会議開催時には
自由に意見交換ができる場
づくりを心掛けます。



【おいしいコツその3】

会議中はあたたかな雰囲気づくりに配慮します。キーワードは肯定的、一体感、自由な意見出し、皆が主役!



4【チーム福老の完成】

☑ 令和7年4月

『福老のつどい』開催

主催：たいとう地域包括
支援センター

会場：佐竹商店街



☑ 令和7年5月

『つながり会議』開催

主催：台東区社会福祉協議会

会場：佐竹商店街

結成！チーム福老

☑ 令和7年7月～

『出張！健康相談会』開催

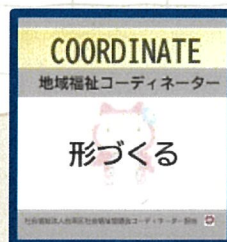
→今後の定期開催が決定

主催：たいとう診療所

会場：佐竹商店街

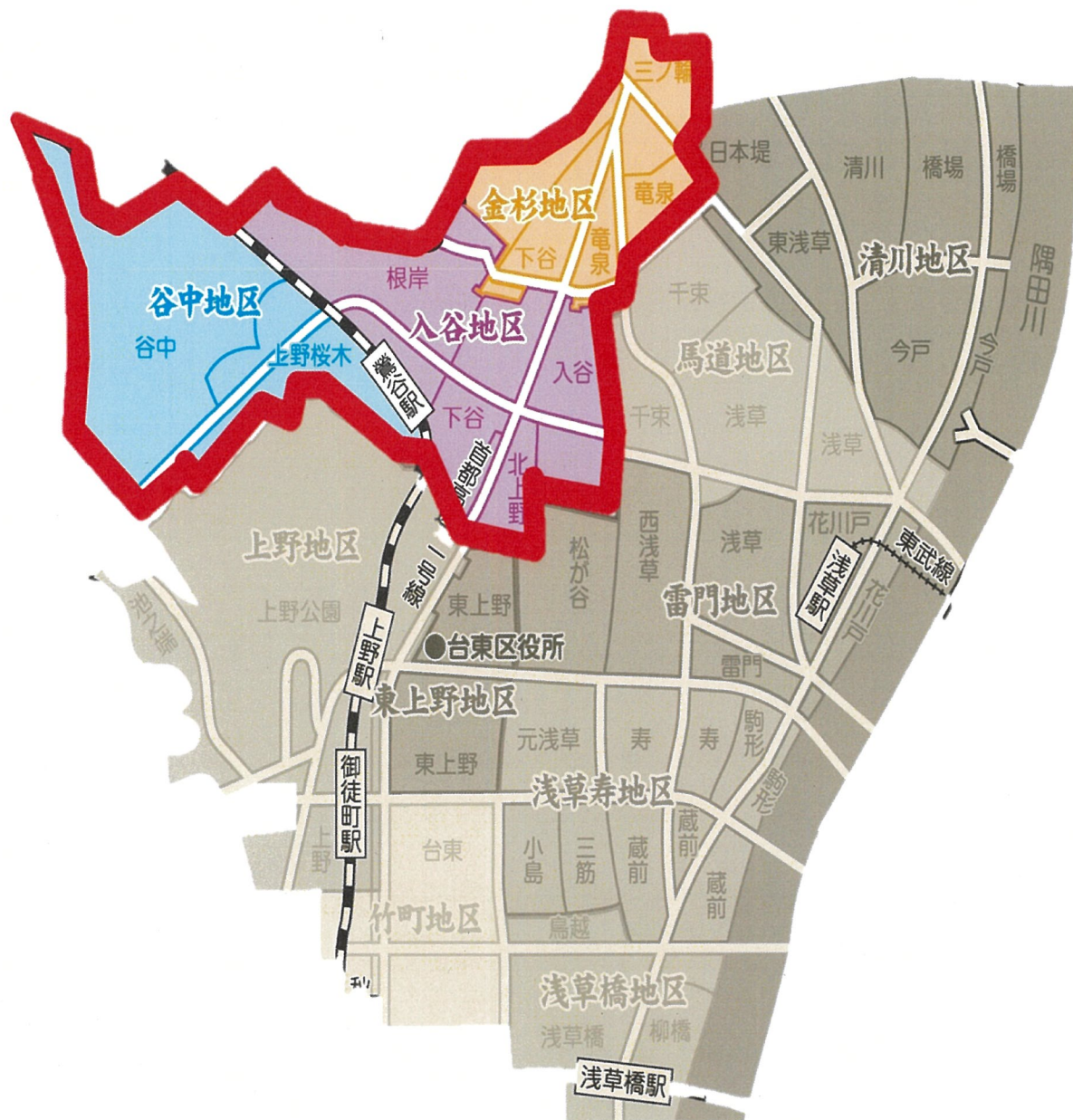
【おいしいコツその4】

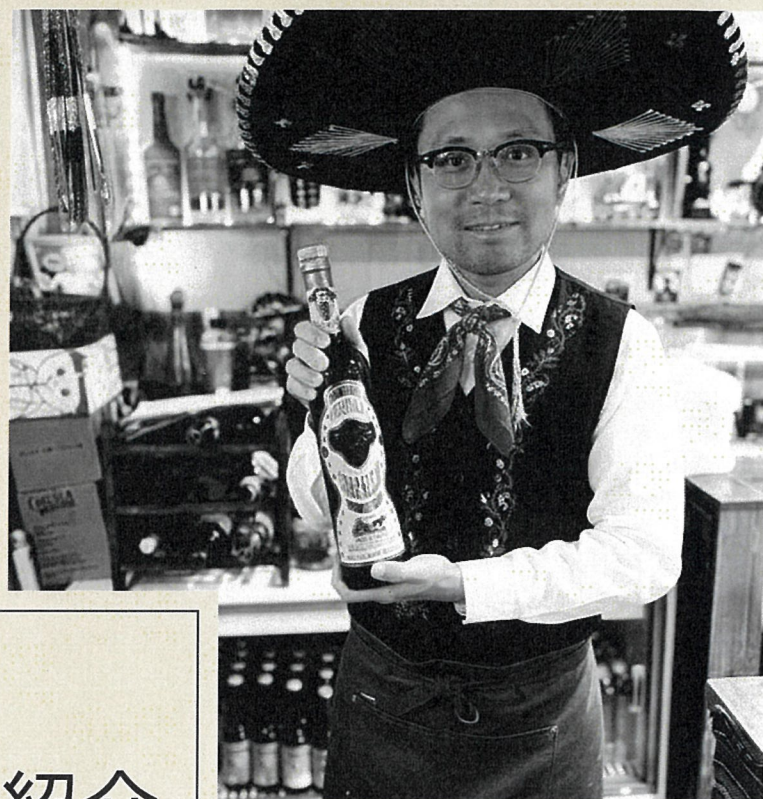
各々の所属や役割に配慮して、誰も取り残さないチームづくりに尽力します。



Bブロック

(入谷・金杉・谷中)





職員紹介



Bブロック こだま

Bグロッキー recipe

はっぴいウォーキングレシピ



ある日、怪我や病気をされた民生委員さんがノルディックウォーキングをしていました。リハビリ後の運動はもちろん、不安や悩みを分かち合いたいという相談から、住民が主体となる“活動の立上げ”レシピができました！

素材

1. 地域資源

- ・ 民生委員さん 適量
- ・ 元民生委員さん 適量
- ・ 診療所職員 適量
- ・ 商店街 適量
- ・ 住民の笑顔 多め
- ・ 助成金 少量

2. コーディネーター

- ・ 民生委員への思い たっぷり
- ・ 地域への思い たっぷり
- ・ 当事者意識 たっぷり



作り方

1



【話し合いの実施】

民生委員さんから傷病（リハビリ）後の不安や悩みを聞いた後、仲間の元民生委員さんやリハビリ専門職と一緒に話し合いをします。

2



【運営メンバーによる話し合いの実施】

民生委員さんや元民生委員さんによる今後の活動に向けた具体的な話し合いをします。その結果、「はっぴいウォーキング」という団体が立ち上がりました！

3



【お試し会の実施】

商店街のイベントに合わせて仲間とノルディックウォーキングをします。コーディネーターも一緒に歩き、当事者の立場になって考えます。また、イベントでは専門職より正しい歩き方のアドバイスを受けます。

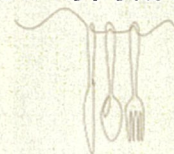


4



【茶話会の実施】

ウォーキング後はランチやお茶をして、仲間とおしゃべりをします。何気ない会話をしたり、不安な気持ちを吐き出したりすると身も心もスッキリします。



POINT



- ・ 下ごしらえ（関係構築）が大切です。
- ・ 焦らず少量ずつ混ぜます。
- ・ 仕上げは愛情たっぷり。

『おとも歩きワザ』

1 【話し合いの実施】

☑話し合いに向けて、事前に日程調整や資料作成、内部の役割分担等を行います。



☑話し合いでお互いの困りごとを整理します。

○民生委員・元民生委員

「入院時は孤独で不安」

「退院後の歩き方が
分からなかった」

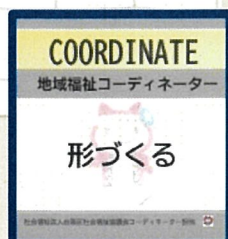
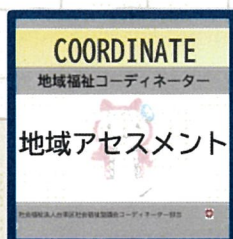
○リハビリ専門職

「退院・通院後に患者との関わりが切れてしまう」

「退院後の歩行について
丁寧な説明が必要」

【おいしいコツその1】

困りごとの解決方法を
みなさんと一緒に考えます。



2 【運営メンバーによる話し合いの実施】

☑1回目の話し合いで決定したこと（商店街のイベントに合わせたお試し会）について再確認します。



☑お試し会以降の具体的な活動（目的、対象、場所、時間等）について意見交換をします。

☑「はっぴいウォーキング」が立ち上がりました！
同時に、活動に必要な物品の購入のために「地域はっぴい助成金制度」を案内しました。

【おいしいコツその2】

団体の負担を減らすために助成金の活用を案内します。





はっぴいウォーキングが 立ち上がった！

【効果】

似た経験を持つ仲間と活動すること、不安が解消され、より楽しい活動につながりました！！

POINT

3 【お試し会の実施】

☑イベントに合わせてノルディックウォーキングのお試し会をします。

☑その際に、コーディネーターもみなさんと**同じ目線で歩きます。**

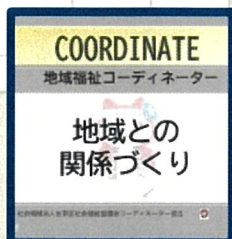


☑イベントでは、専門職より正しい歩き方のアドバイスを受けます。



【おいしいコツその3】

ただ活動を見学するだけでなく、一緒に参加してみなさんとの関係づくりに努めます。



4 【茶話会の実施】

☑ウォーキング後にランチやお茶に行きます。



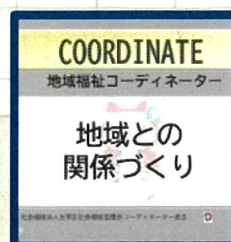
「1人でノルディックウォーキングするのは恥ずかしいけど、みんなでやると楽しいよね！」

「アドバイスが聞けて歩くことが楽になった！」等、メンバーの率直な想いを確認します。



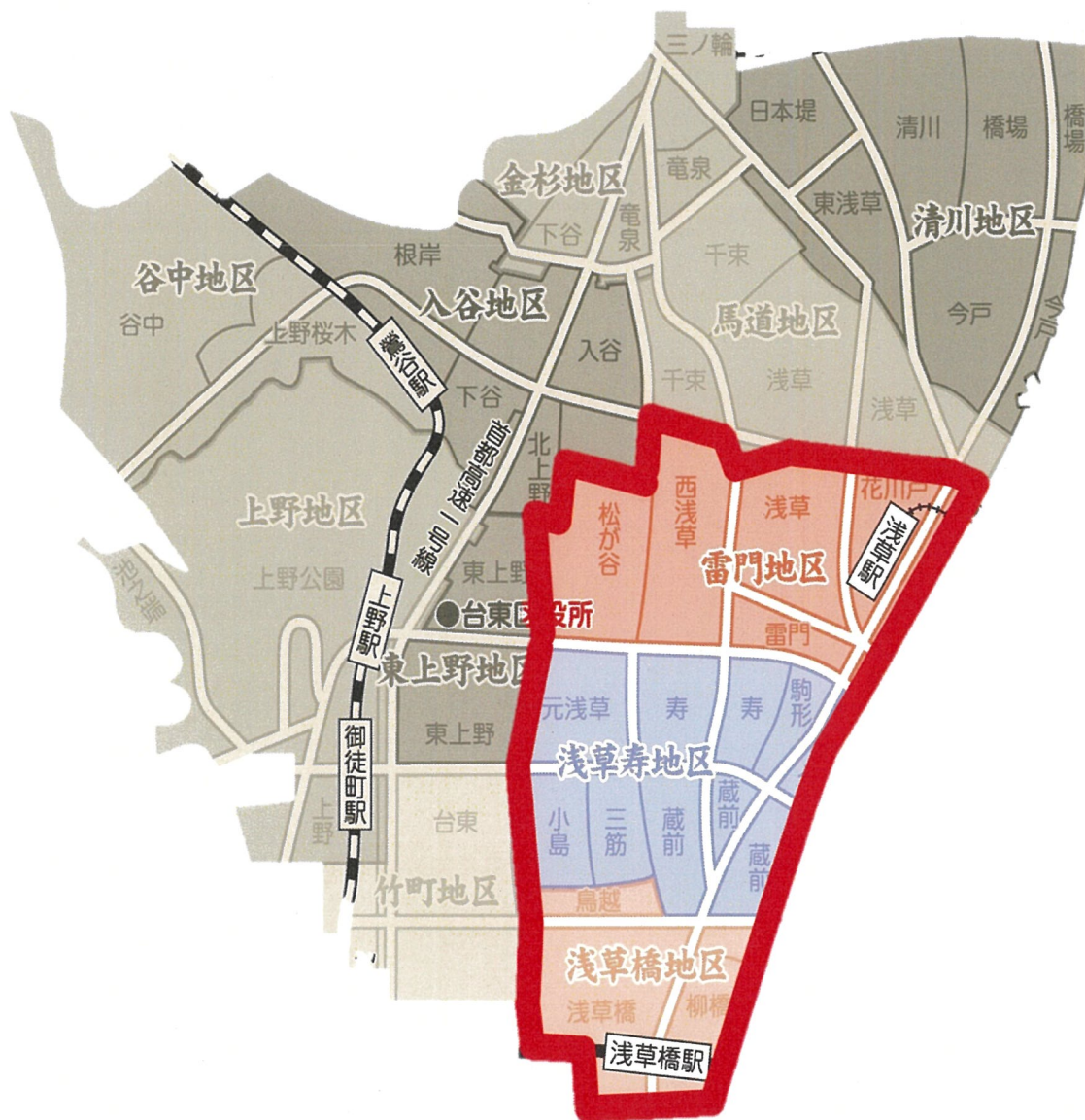
【おいしいコツその4】

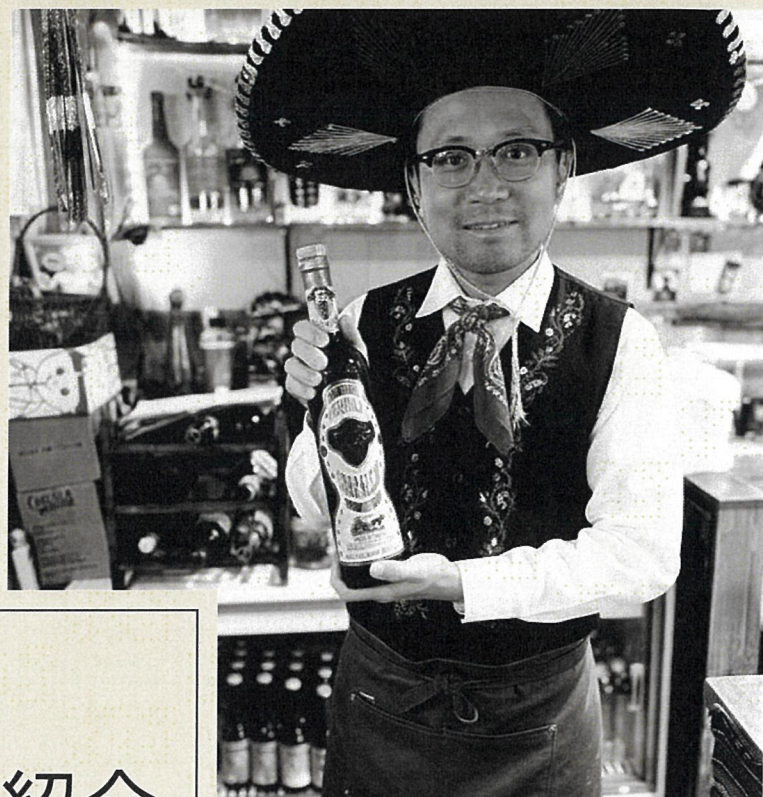
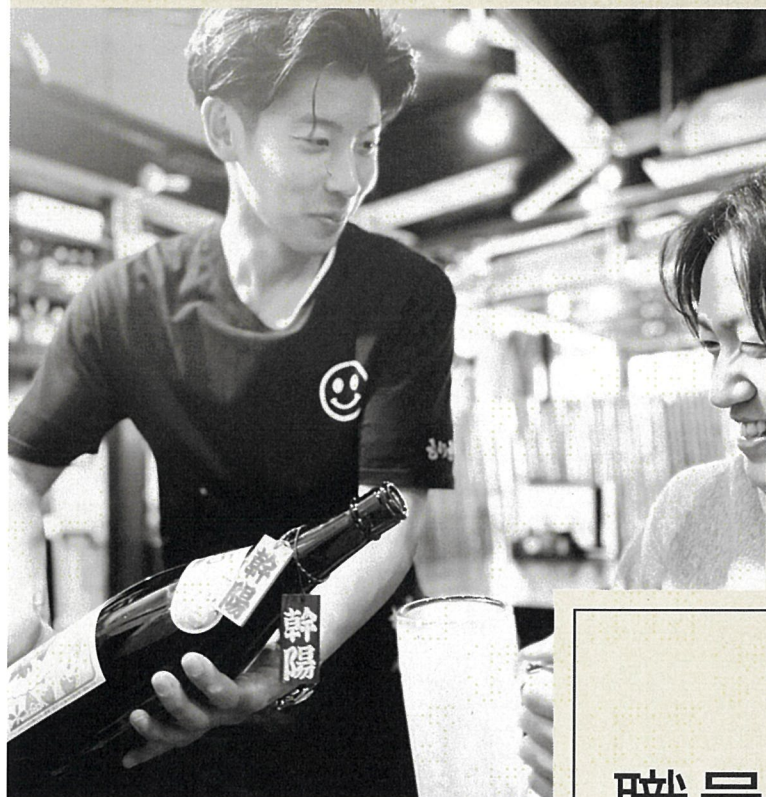
立上げ後も団体の想いを聞いてサポートします。



Cブロック

(浅草橋・浅草寿・雷門)





職員紹介



（ブロック たじま

Cブロッ recipe

想いを形づくるレシピ



～相談者の想いを大切に、一緒に考えて形づくる～

素材



1.地域資源

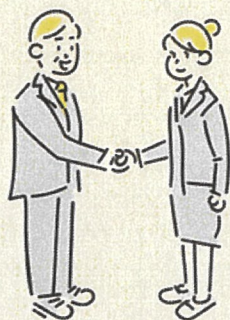
- Aさんの温かい想い たっぷり
- 関係機関の想い たっぷり
- 地域の親子 適量

2.コーディネーター

- 活動者への愛 たっぷり
- 地域への想い たっぷり
- 一緒に考える姿勢 たっぷり

作り方

1



【活動者Aさんと出会う】

関係機関からのご紹介で、「本当に必要としている人に、食を届けたい」と話すAさんに出会う。

2



【悩みを共有し、関係機関と一緒に方法を考える】

子どもの情報を掴みきれておらず、悩むコーディネーター。子どもに関連する複数の関係機関を招いて、情報交換会（つながり会議）の開催。



3



【Aさんの思いと関係機関の情報がマッチする】

つながり会議をきっかけに、ある関係機関から子ども食堂を紹介したい親子がいて、相談を受ける。Aさんとのマッチングを行う。



4



【Aさんとの関わりと親子の変化】

環境の変化について、Aさんに話す親子。また、他の事例でも関係機関からご相談いただけるように！活動者の思いに合わせて働きかける個別支援は、今後も続いていく…。

POINT



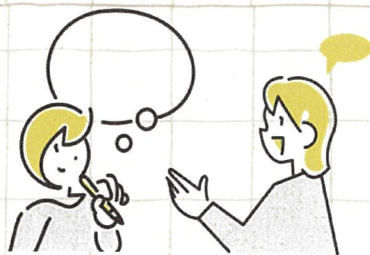
- Aさんの思いに耳を傾け、実現可能な方法を一緒に考えます。
- 関係機関との情報共有やマッチングは慎重に行います。
- 何よりも大切なことは、Aさん（活動者）の思い！あなたの想いを聞かせてください！

コーディネーターの 『形づくるワザ』

POINT

1 【活動者Aさんと 出会う】

- ☑よく話を聞きます。
- ☑Aさんの思い、やりたいことを整理します。



<Aさん>
「必要としている人に、
食を届けたい」

◎活動者の思いや状況、可能な範囲に合わせて、最適な方法と一緒に考えます。

【おいしいコツその1】

◎定期的に足を運び、お会いすることで、Aさんの人柄や想いもより分かります。

◎コーディネーター自身のことも知っていただきながら、関係構築に努めます。

COORDINATE

地域福祉コーディネーター

地域との
関係づくり

2 【悩みを共有し、 関係機関と一緒に 考える】

- ☑必要としている子どもの情報を掴みきれていない…。



◎子どもに関する複数の関係機関を招いて、**つながり会議**を開催します。



◎食を届けたい地域の活動者と、必要としている子ども・家庭のつなぎ方について、みんなで**考える場を形づくり**ます。

【おいしいコツその2】

◎Aさんにもつながり会議の様子を話し、進捗を共有します。

COORDINATE

地域福祉コーディネーター

働きかける



活動者と子どもをつなぐ回路ができた

【効果】
関係機関とのつながりが増え、
活動者の想いに合わせながら、
活動できるようになった！

3【Aさんの想いがマッチする】

☑つながり会議に参加した関係機関の方から、**個別の相談**をいただくようになりました。



対象者のアセスメントや、Aさんとのすり合わせを行います。

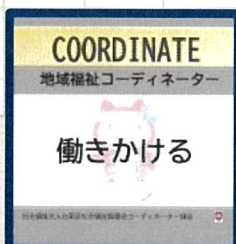
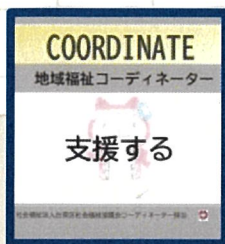


Aさんと、ある親子とのお顔合わせをします。



【おいしいコツその3】

◎お顔合わせでは、お互いがフランクに話せるように席の配置にも配慮します。



4【親子の変化と関係機関との関わり】

☑環境の変化を、Aさんに話す親子。

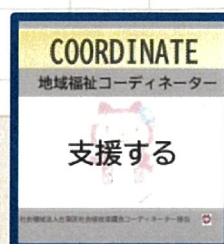


☑他の関係機関からも、地域の気になる親子の相談をより受けるようになりました。

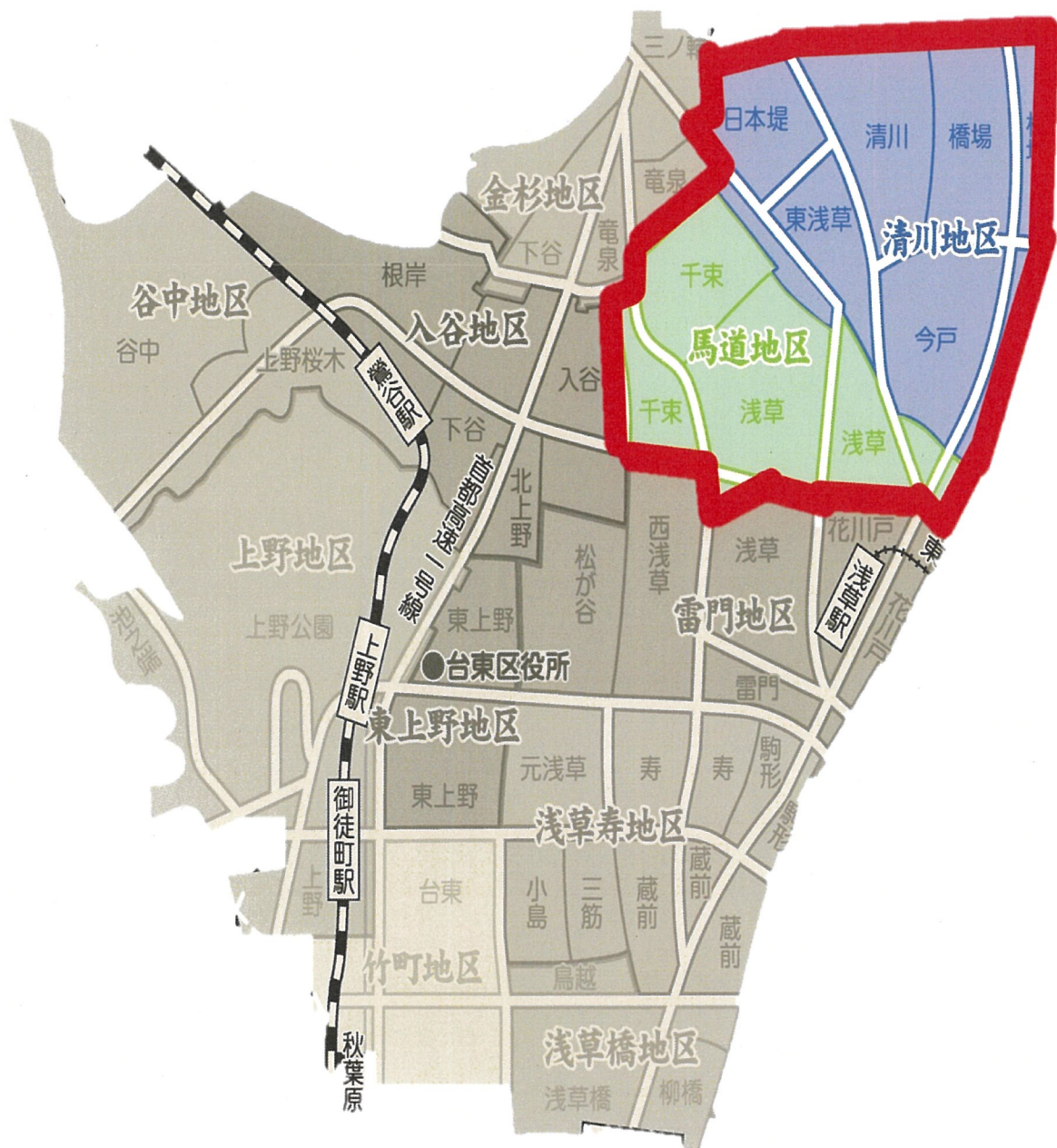
◎Aさんとの出会いをきっかけに、地域活動者と家庭や子どもを**つなぐ回路**ができるようになりました！

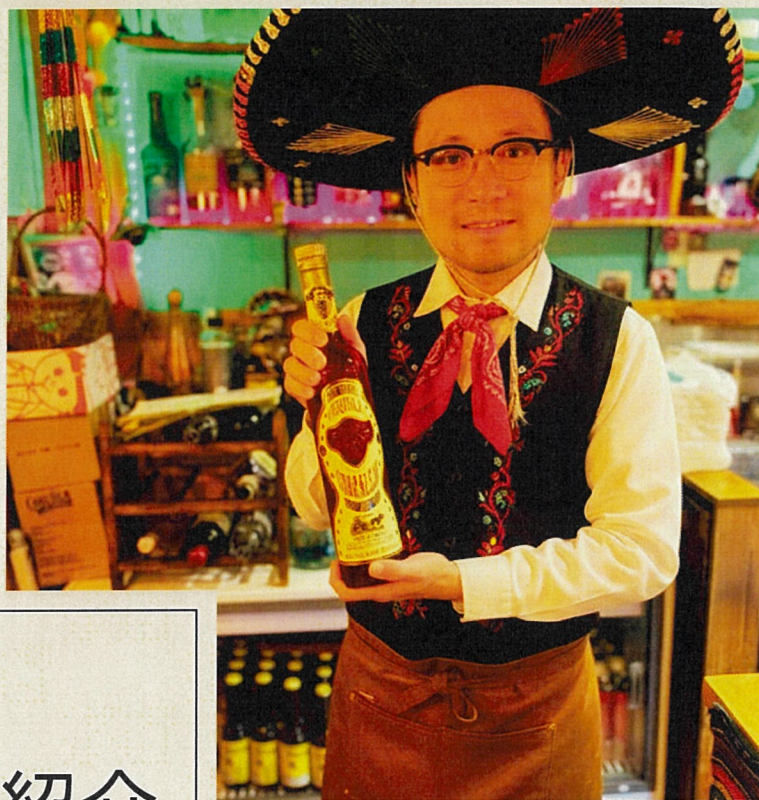
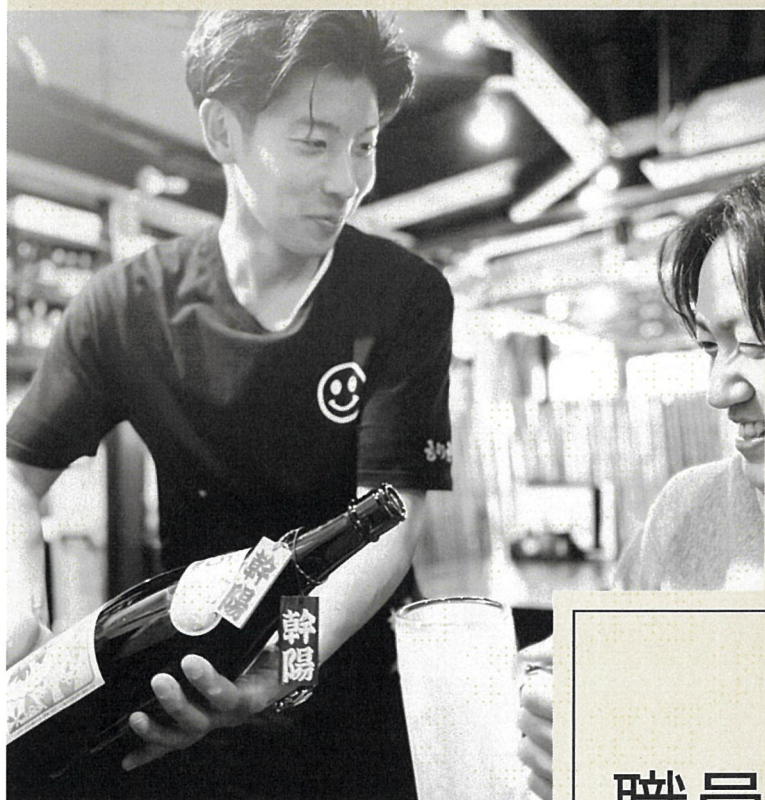
【おいしいコツその4】

◎継続してAさんの想いを聞きながら、Aさんが無理のないようにサポートします。



Dブロック (馬道・清川)





職員紹介



Dブロック いとう

D7077 recipe

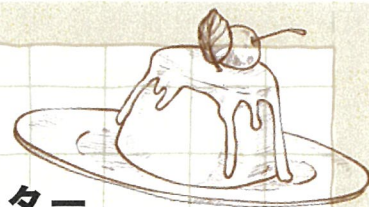
“もしも”に備えるレシピ



民生委員からの相談をきっかけに、町会で防災イベントを開催。
ちょっとドタバタ、でも笑顔いっぱいの安心づくりのレシピです。



素材



1. 地域資源

- 民生委員の熱意 ひとさじ
- 町会のネットワーク ひと握り
- 町会会館 1棟
- 住民の笑顔 多め

2. コーディネーター

- 民生委員への思い たっぷり
- 地域への思い たっぷり
- お笑いエッセンス お好みで

作り方

1



【民生委員からの相談を受け止める】

話にじっくり耳を傾け、困りごとや不安の背景を聞きます。

2



【町会の女性部単位での防災イベントを企画】

相談内容をもとに、内容や規模を調整します。一緒に携わることで民生委員の負担を減らせるようにします。

3



【イベント当日】

笑顔や声掛けで場を温めながら、参加者全員が自然に自分ごととして捉えられるような講座にします。

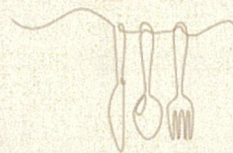


4



【次回企画の構想話し合い】

成功も失敗も`味付けのヒント`。民生委員と参加者との温度感の調整をします。



POINT



- 下ごしらえ（アセスメント）が大切です。
- 焦らず少量ずつ混ぜます。
- 仕上げは愛情たっぷり

『心がホッとするワザ』

1 【気持ちに寄り添う】

☑不安や悩みを聞きます。



☑気持ちを一緒に整理します。



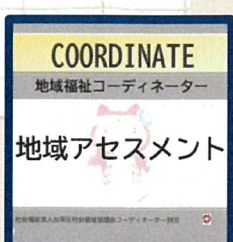
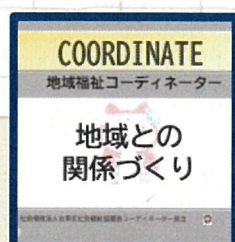
民生委員のTさん

「町会で防災について
話したいんだけど…」

「どこか他人事で、
このままでいいのかな…」

【おいしいコツその1】

まず受け止めます。そして、相談してくれたことへの感謝を伝えます。



2 【関係を作る】

☑日を改めてゆっくり話を聞きます。



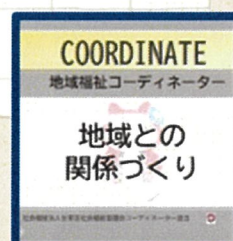
☑先輩職員同席で、関係構築のノウハウを学びます。



☑こまめな連絡を
心がけます。

【おいしいコツその2】

・焦らず**じっくり**関係構築をしていきます。
・先輩の工夫を参考にし、こまめな**ひと手間**を大切にします。





ひとりの不安が 地域の安心に変わった

【効果】
防災について自分事として
考えるきっかけになった！

POINT

3 【防災講座の提案】

☑相談者が地域の共感者
（仲間）とつながれるよう
に働きかけます。



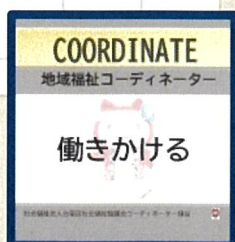
☑専門的になりすぎず、参
加しやすい内容を提案しま
す。

☑町会全体ではなく、女性
部単位の小規模な単位から
始めます。



【おいしいコツその3】

- ・地域の中の“共感者”を
つなぎます。
- ・「できそう」と思える内
容に調整します。
- ・小規模から始め、参加し
やすい雰囲気をつくります。



4 【防災講座の実施】

☑令和6年10月
『第1回防災講座』開催
会場：町会会館

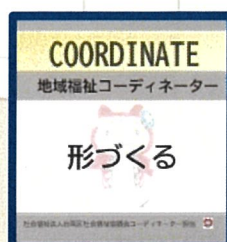


☑令和7年7月
『第2回防災講座』開催
会場：町会会館



【おいしいコツその4】

- ・段階的に理解が深まるよ
う、連続講座を提案・調整
します。
- ・「知る」だけでなく、
「実際にやってみる」機会
を取り入れ、防災を身近に
感じられる講座にします。



特別コラム

「係長の視点から語る4レシピ」

地域福祉推進係 係長
わたなべ

わけ 「おいしい定番には理由がある」

4つのブロックで4人の地域福祉コーディネーターから代表的なレシピ（事例）をレシピ本になぞらえ報告してもらいました。

今回のきっかけは、地域の皆さんに地域福祉コーディネーターを活用してほしいという職員の思いからでした。

どのように表現すればと試行錯誤して、結果レシピ本のように解説していくと分かりやすいのではないか、という発想のもと作成しています。まだ相談したことがない方が相談しやすくなるように、また、地域でどのように活動が生まれていくかという点を伝えたいと思っています。

この報告書を見て、今までは気になっていたけど・・・という方が何かはじめたい、相談したいと思っていただければ幸いです。

まとめ



今回のレシピ（事例）は、もちろん成功したと実感しているものが中心ですが、正直失敗した、うまくいかなかったレシピ（事例）もたくさんあります。その点を踏まえ、やはり1人では何もできないということを強く実感しています。それは社協だけではなく、地域の皆さんもそうだと思います。1人の思いが誰かに伝わり、少しずつ点が線になり、面になっていく。その変化に少し地域福祉コーディネーターというエッセンスを加えていただくと、より変化が生まれやすくなるのではと思っています。

1人1人の職員の技や隠し味を今後も磨き続けて、1つでも多くの「おいしいレシピ」が生まれるよう、私たちは工夫し続けます。