

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8年1月現在)

市・町名	島原市		
人口	高齢者人口	高齢者率	面積
41,395人	15,564人	37.60%	82.96km ³

2.チームの概要

チーム名	チームオレンジ白山元気会		
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	毎週火曜日 午後1時15分から3時		
チームオレンジの種類	☐ 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

「いきいき元気塾」修了後の継続の場として、平成20年度に自主体操グループ「元気かい」が市内7か所で発足した。体操やレクリエーション、講師による勉強会などを行い、令和5年2月には認知症サポーター養成講座を受講、さらに同年10月には代表者がオレンジチューターによる勉強会・ステップアップ講座を受講し、活動がチームオレンジの理念と一致していることを確認。認知症の人を支え合い、仲間づくりや地域づくりにつながる活動として、「チームオレンジ白山元気会」として2023年に登録となる。

4. 活動内容

毎週火曜日の午後、公民館に集まって体操やレクリエーションを行っている。名札や歌詞カードは年会費で整え、道具は行政や関係機関から借用し、そろえた黄色Tシャツで一体感も高まっている。

活動は体操のあと、歌・レクリエーション・お話会・笑いヨガを週替わりで実施し、進行は参加者が分担している。認知症など配慮が必要な人には声かけや連絡を行い、必要に応じて地域包括支援センターと連携しながら参加継続を支援している。

こうした取り組みは、認知症の方の見守りや関係機関へのつながりにもつながっている。

5. 活動を進めて行く上で工夫したこと・配慮したこと

・活動では、体操に加えて歌・レクリエーション・お話会・笑いヨガを取り入れ、飽きずに楽しめるよう工夫している。運営は参加者で役割を分担し、負担が偏らないよう協力している。年1回の意見交換会で改善点を共有し、外部講師による介護予防や認知症の講座も定期的に受講して知識を深めている。

・地域包括支援センター主催のリーダー会に年1回参加し、運営方法や課題を共有している。

6. ステップアップ講座の開催状況・講座内容について

・令和5年10月13日、すこやか財団のオレンジチューターによるチームオレンジ勉強会とステップアップ講座が、島原市と島原地域広域市町村圏組合の共同で開催され、代表者が受講した。また、学びへの意欲が高いメンバーは、令和6年11月8日のオレンジチューター勉強会にも参加し、さらに知識を深めることができた。

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】

- ・自主的に集まり運動や交流を続けることで、身体機能の維持や認知症予防につながっている。
- ・仲間同士のつながりが強く、安心して参加し続けられる環境が保たれている。

【課題】

- ・リーダーの後継者が不足しており、今後の運営体制づくりが必要。
- ・支援が特定の人に偏らないよう、役割分担の工夫が求められる。

8. チームのアピールポイント

・地域の公民館に自主的に集まり、仲間と一緒に楽しく体操や交流を行うグループである。リーダーを中心に協力し合いながら、体を動かし、語り合い、心も体も元気になれる場づくりに取り組んでいる。

9. 今後の活動について

- ・介護予防や認知症に関する講座を継続して勉強し、知識を深めながら活動の質を高めていく。
- ・介護予防の取り組みを通して参加者同士が支え合える環境づくりを続け、安心して参加できる場を維持していく。