

**「つながりから見守り、
見守りから支え合い」**

たつの市社会福祉協議会

はじめに

令和6年度圏域協議体では、『誰ひとり取り残さない地域づくり～つながりについて考える～』をテーマに、介護支援専門員等の福祉専門職との意見交換（日常生活圏域ケア会議合同）1回を含む計7回の協議を各圏域で行いました。

構成員のそれぞれが暮らしの中で感じる「地域の現状」「介護予防の努め」「社会や人とつながり、互いに見守り支え合う地域をどのように作っていけば良いのか」等、形式や立場にとらわれず自由闊達に意見交換しました。

様々な視点で出された願いや取組案は、たつの市社協の生活支援コーディネーターが随時整理し、関連情報とともに資料提供を行いました。

表題の「つながりから見守り、見守りから支え合い」は、順を追って取組内容を深めていく中で出てきた表現であり、本冊子は、内容を集約し、項目ごとにまとめたものです。

このようなことから、本冊子は、令和6年度圏域協議体の振り返りであるとともに、何より、構成員の皆さんの「つながりから見守り、見守りから支え合い」のある地域づくりに向けての思いが詰まった冊子です。

目次

1	数字から見る世の中、地域や社会の現状	1 p
2	つながりづくりが大切なわけ	12 p
3	生きがいと社会参加	14 p
4	多様な「つながり」のカタチ	20 p
5	つながりの「縁」	22 p
6	「地域のつながり」をつくる場	25 p
7	「つながり」から「見守り」へ	30 p
8	「見守り」から「支え合い」へ	37 p
9	福祉専門職へつなぎ、連携へ	41 p
10	その他	42 p

※ 資料及び図の一部は、厚生労働省・全社協・県社協等の刊行物から抜粋、転載しています。

※ 介護保険法（平成9年法律第123号）第115条の45第2項第5号及び地域支援事業実施要綱に規定する生活支援体制整備事業における「圏域協議体」は、地域づくりの推進力として住民が参加し、協議する場となっています。

たつの市社協は、たつの市から委託を受けて、日常生活圏域である中学校区毎（龍野東・龍野西・新宮・揖保川・御津）に圏域協議体を設置し、運営しています。

令和6年度 圏域協議体テーマ

『誰ひとり取り残さない地域づくり ～つながりについて考える～』

1 数字から見る世の中、地域や社会の現状

(1) 「地域」とは

- ・すべての人の生活の基盤
- ・すべての社会・経済活動の基盤



(2) 「地域共生社会」とは

制度・分野ごとの『縦割り』や「支え手」「受け手」という関係を超えて、地域住民や地域の多様な主体が『我が事』として参画し、人と人、人と資源が世代や分野を超えて『丸ごと』つながることで、住民一人一人の暮らしと生きがい、地域をともに創っていく社会

地域共生社会とは

◆制度・分野ごとの『縦割り』や「支え手」「受け手」という関係を超えて、地域住民や地域の多様な主体が『我が事』として参画し、人と人、人と資源が世代や分野を超えて『丸ごと』つながることで、**住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域をともに創っていく社会**



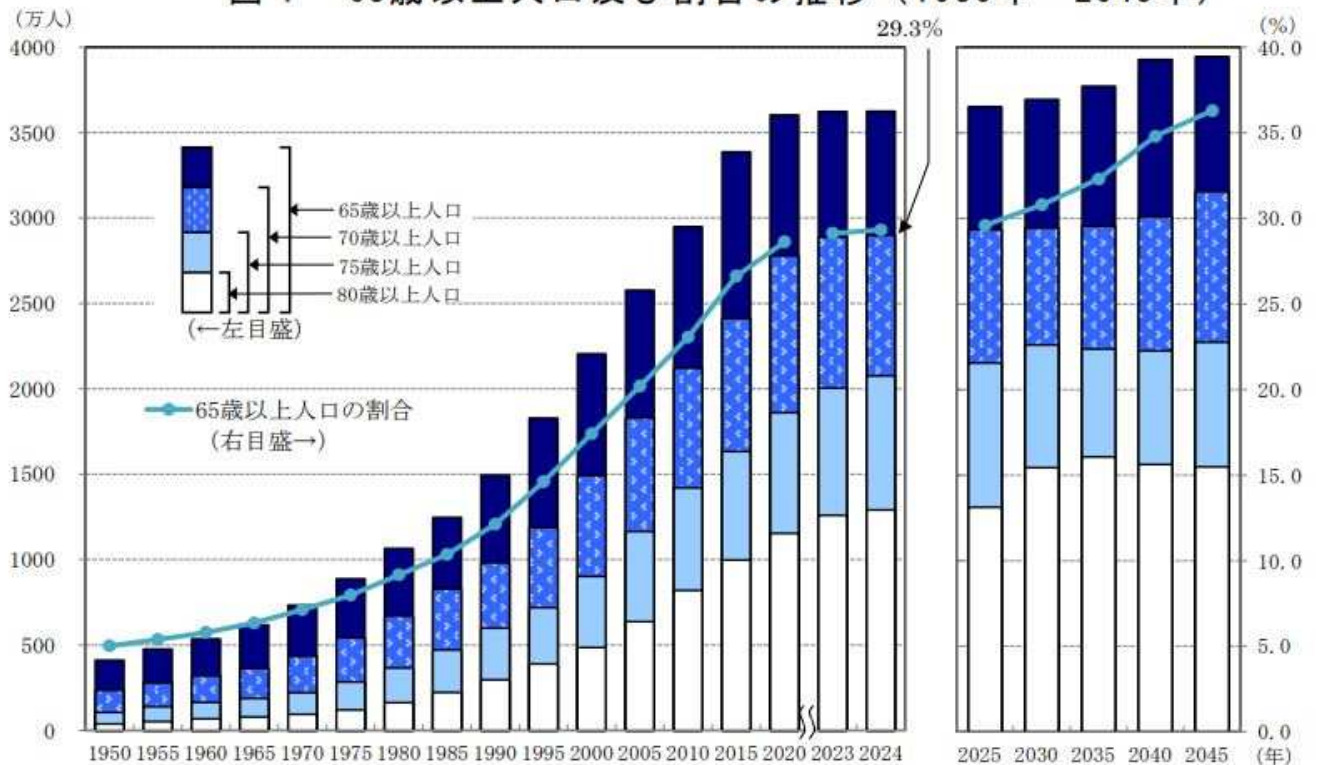
(3) 現代の地域、社会

- ・人口減少、世界に例のない超高齢社会、少子化、核家族化、無縁化の広がり
(若者は都市部へ、一人暮らし高齢者の増加、担い手減少、過疎化の進行…)
- ・多様な価値観、生き方の混在
- ・新型コロナウイルス感染拡大(令和2年～令和5年)による人との関わりの制限以後、交流活動が停滞
- ・デジタル化、個人主義化
- ・複合化したさまざまな生活、福祉課題の発生
- ・葬儀形態の家族葬化
- ・悪質商法、特殊詐欺の増加
- ・多発する自然災害



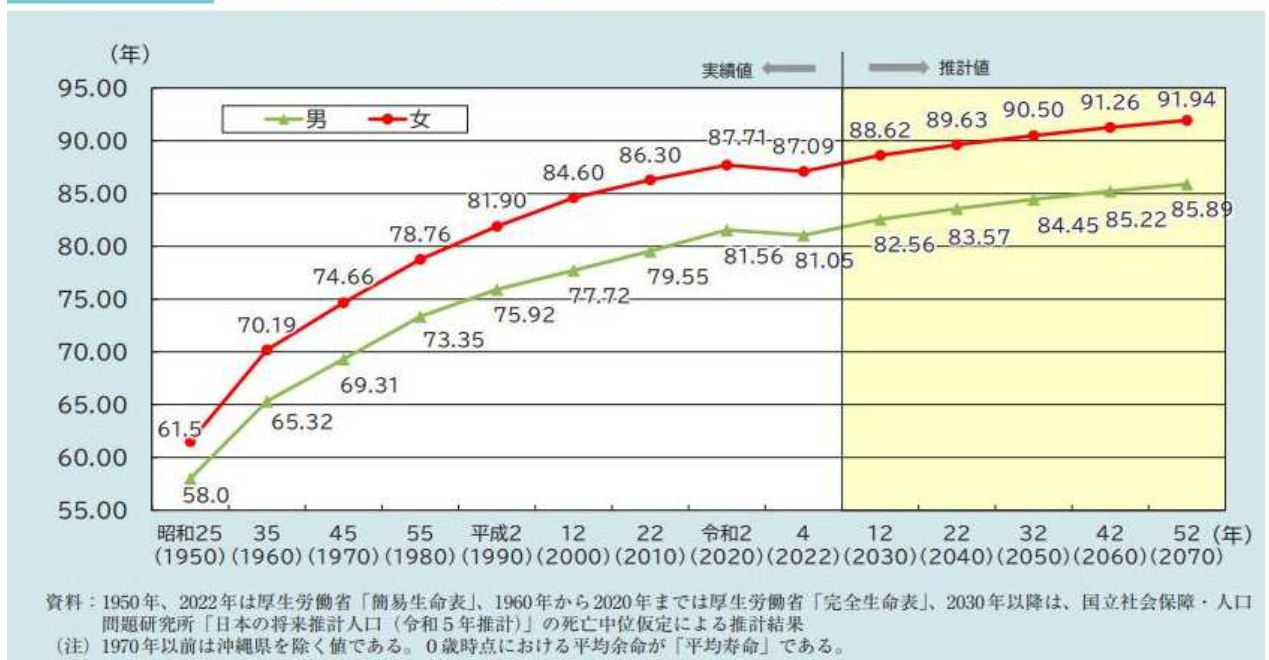
① 世界一の高齢化率（65 歳以上が 29.3%）

図 1 65 歳以上人口及び割合の推移（1950 年～2045 年）



② 世界一の平均寿命

図 1-1-4 平均寿命の推移と将来推計



③ 合計特殊出生率（日本は、227 の国と地域の中で 212 位）

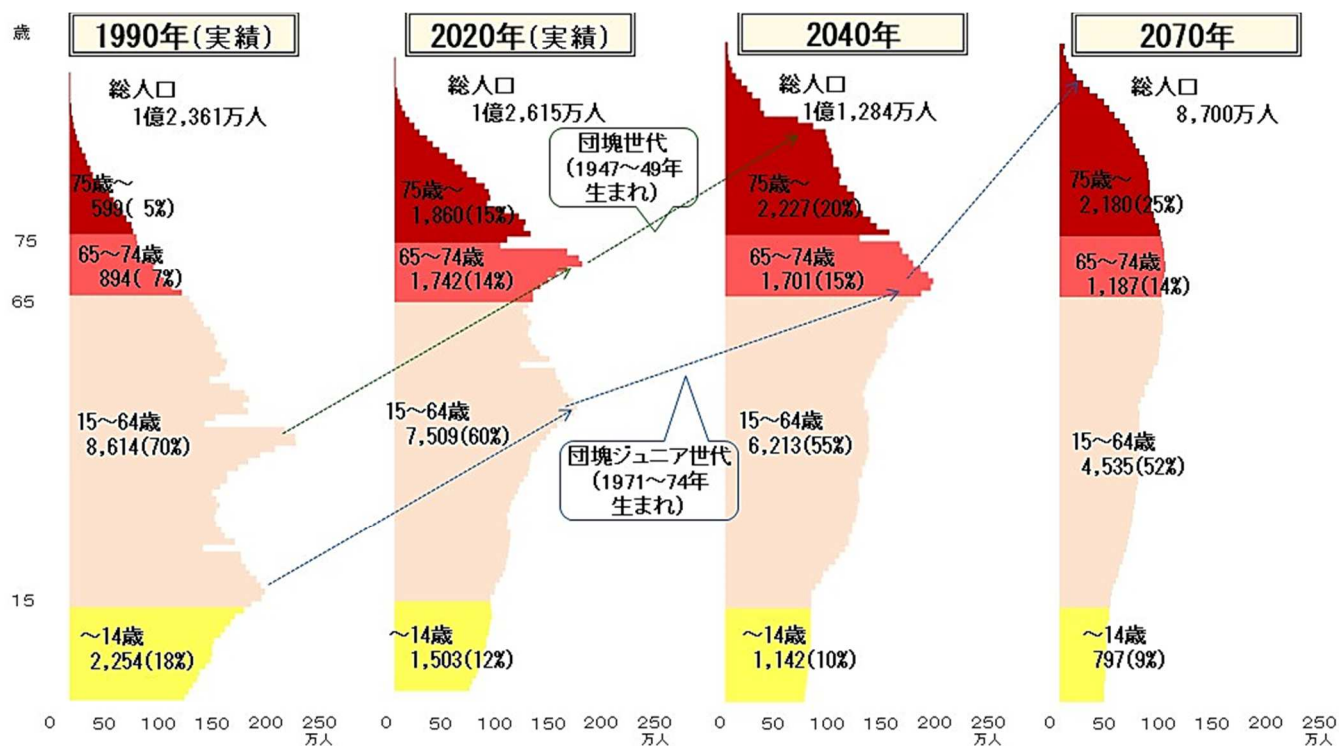
図 1-1-13 出生数及び合計特殊出生率の推移



日本の人口ピラミッドの変化

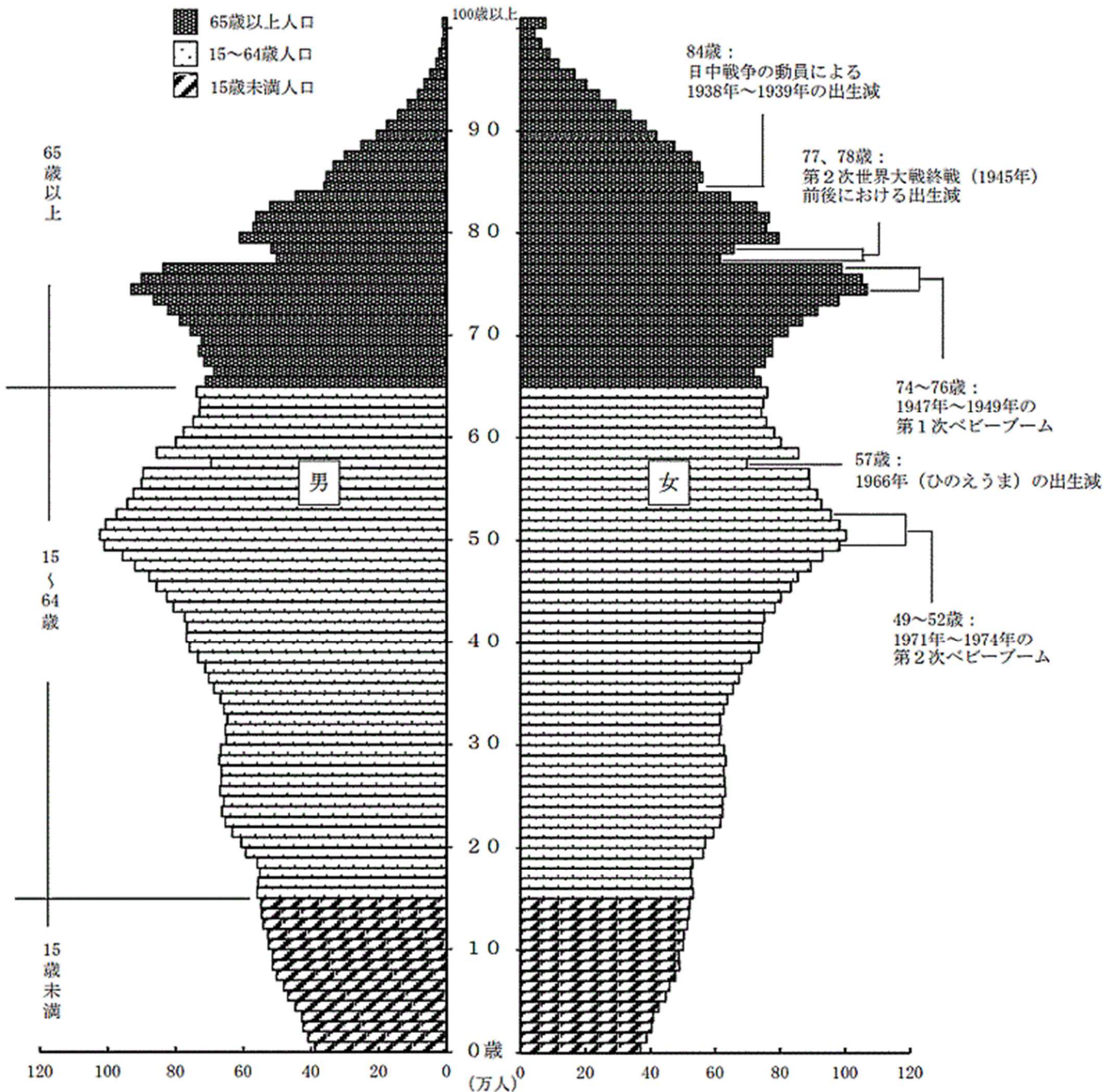
○団塊のジュニア世代が65歳となる2040年には、65歳以上が全人口の35%となる。

○2070年には、人口は8,700万人にまで減少するが、一方で、65歳以上は全人口の約39%となる。



(出所) 総務省「国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(令和5年推計)」「出生中位(死亡中位)推計」

図2 我が国の人口ピラミッド（2023年10月1日現在）



2024年の日本の合計特殊出生率が「1.15」と過去最低を更新したことが厚生労働省から発表され、大きな話題を集めました。

2023年の合計特殊出生率からさらに0.05ポイント低下しており、日本の合計特殊出生率は9年連続で前年を下回っています。

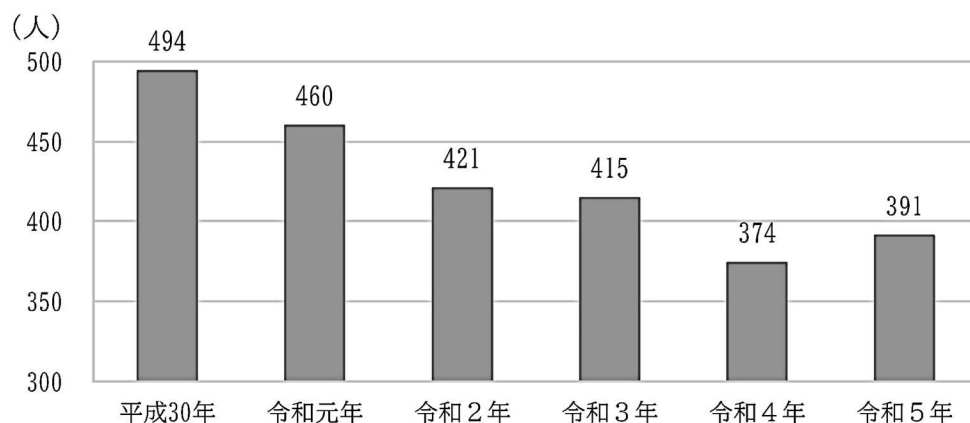
合計特殊出生率とは「一人の女性が生涯に産む子供数の平均」であり、人口を維持するためには2.06～2.07程度の合計特殊出生率が必要とされます。

日本の合計特殊出生率は、人口維持が可能な2.06～2.07という水準を大きく割っており、さらに低下が続いていることから、日本の人口減は年々加速していると言えます。

〈たつの市の出生数の推移〉

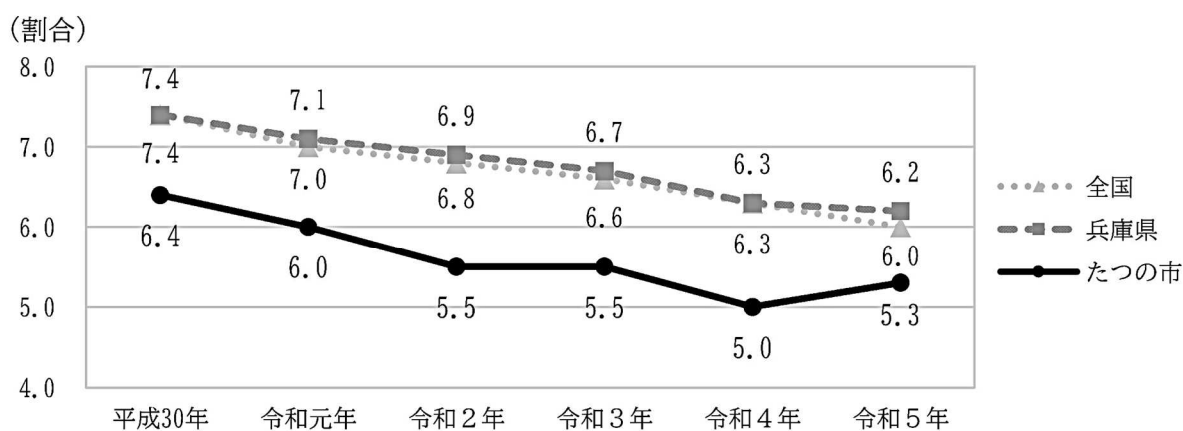
出生数は、減少傾向にあり、令和5年では391人となっており、平成30年より103人（20.9%）減少しています。また、人口1千人当たりの出生率は、令和5年では5.3となっており、平成30年より17.2%減少しています。なお、全国平均、兵庫県平均と比べると低くなっています。

出生数



人口1千人当たりの出生率

※令和5年は概数

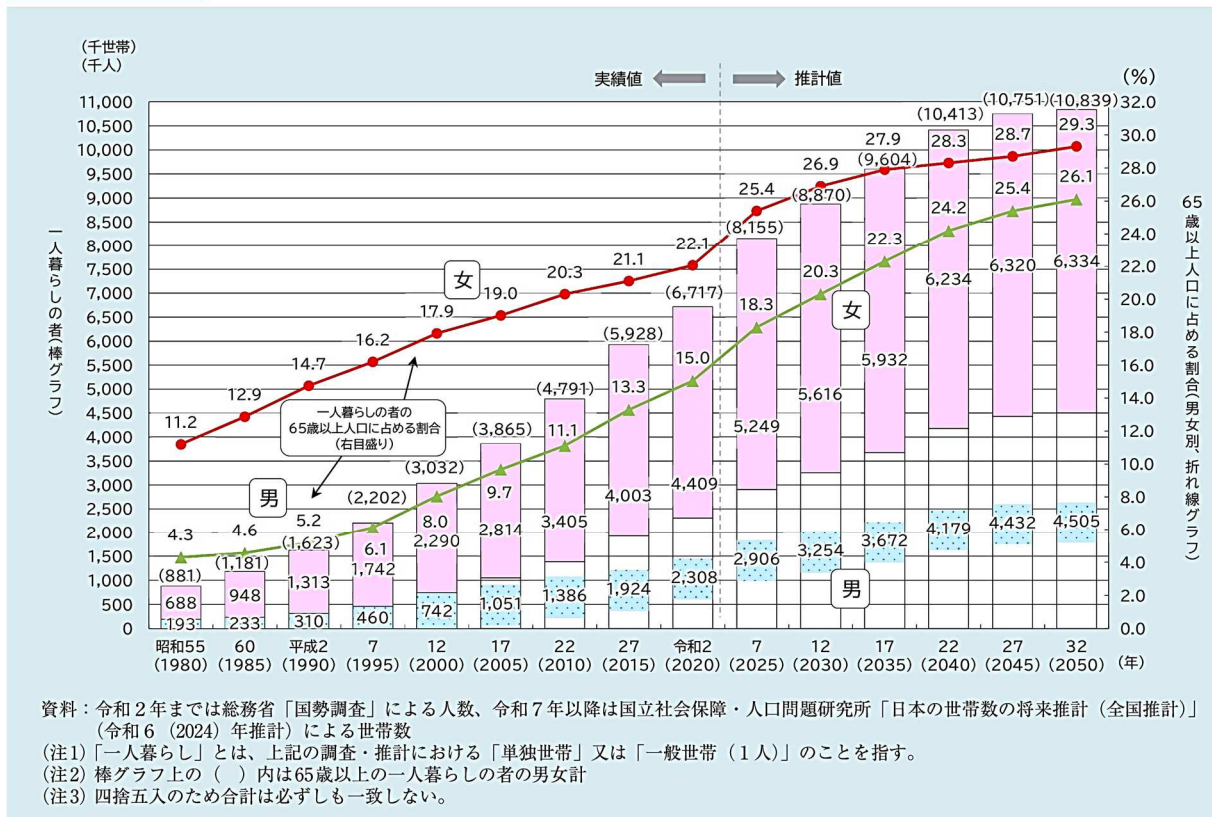


資料：兵庫県保健統計年報

【たつの市こども・若者計画 転載】

④ 65歳以上の一人暮らしの方

図1-1-9 65歳以上の一人暮らしの者の動向



1980年に88万人であった単身高齢者の数は2020年には672万人にまで増加しました。今後も更なる増加が見込まれ、2040年には1,000万人を超える推計です。

一人暮らしの高齢者の割合の増加には、生涯を通して結婚をしない人の割合、すなわち生涯未婚率の上昇や65歳以上の親と子どもの同居率の低下が影響を及ぼしています。

社会構造、ライフスタイルや仕事の変化によって、核家族化と呼ばれる夫婦や親子だけで構成される家族がほとんどになりました。高齢者の価値観にも変化が起こり、「老後は子どもたちに頼らず自立したい」という考えが主流となり単身高齢者が右肩上がりです。

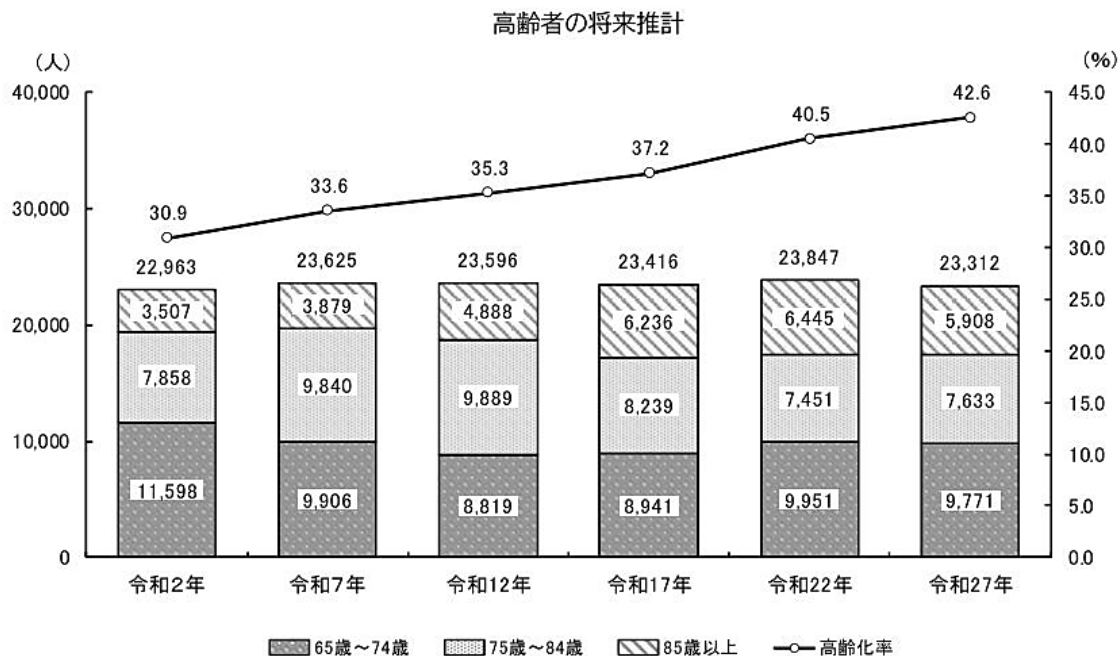
単身高齢者が増加すること自体がすぐに何かの問題を引き起こすわけではありませんが、体力や生活意欲、判断能力などが低下した際に、身寄りがいないことで日常生活に困難を抱えてしまったり、地域社会から孤立してしまったりする可能性がある点で、そのような方々の生活をどのように支えていくかは大きな課題となっています。

ニュースでも取り上げられるオレオレ詐欺や孤独死など、単身高齢者がターゲットとなる犯罪や社会問題も存在しています。

この課題を解決するために、国は、地域住民等が支え合い、一人ひとりの暮らしと生きがい、社会とのつながりの維持、地域をともに創っていくことのできる「地域共生社会」の実現が必要だと考えています。

〈たつの市の高齢化率及び高齢者数の推計〉

高齢者の推計をみると、たつの市の高齢化率は今後も上昇する見込みです。高齢者数は減少傾向にあるものの、75歳以上人口は令和12年まで、85歳以上人口は令和22年まで増加することが予想されます。

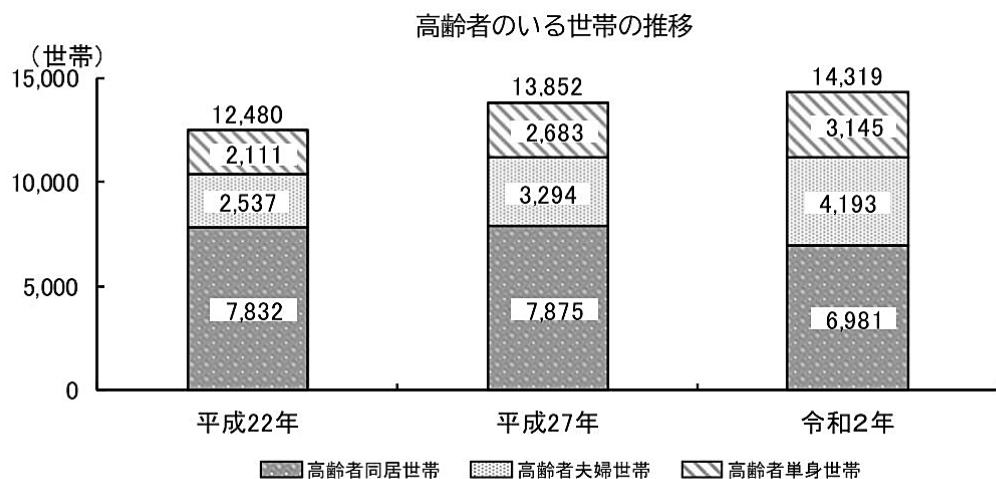


資料：令和2年 国勢調査
 令和7年～令和27年 国立社会保障・人口問題研究所
 『日本の地域別将来推計人口（令和5（2023）年推計）』

【第9期たつの市高齢者福祉計画及び介護保険事業計画 転載】

〈たつの市の高齢者世帯の推移〉

たつの市の高齢者のいる世帯は増加し続けており、世帯区分別にみると平成22年から令和2年にかけて高齢者単身世帯は約1.5倍、高齢者夫婦世帯は約1.7倍に増加しています。



資料：国勢調査

【第9期たつの市高齢者福祉計画及び介護保険事業計画 転載】

⑤ 認知症

平成 29 年度高齢者白書によると、2012 年は認知症患者数が約 460 万人、高齢者人口の 15%という割合だったものが 2025 年には 5 人に 1 人、20%が認知症になるという推計となっています。

加齢とともに切り離すことができないのが認知症で、最大の原因が加齢であり、認知症は誰にでも起こりうる身近なものです。

超高齢社会で暮らす私たち誰もが認知症になりうる、他人ごとではないということ です。

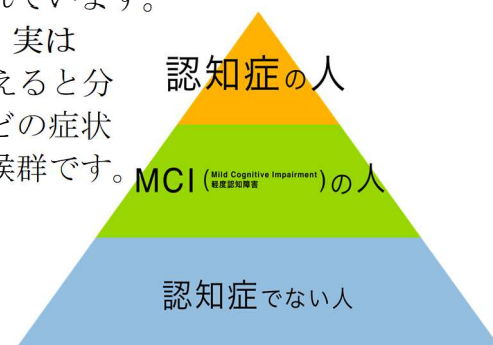
認知症とは、「記憶障害のほかに、失語、失行、失認、実行機能の障害が 1 つ以上加わり、その結果、社会生活あるいは職業上に明らかに支障をきたし、かつての能力レベルの明らかな低下が見られる状態」と定義されています。

日常的に“認知症”という言葉を使っていますが、実は
“認知症”は病名ではなく、症候群です。風邪に例えると分かりやすい。のどが痛い、熱が出た、鼻水が出るなどの症状から風邪と呼ぶ方が多いですが、これも実はかぜ症候群です。

認知症の前段階と考えられている軽度認知障害 (MCI) の人も加えると 4 人に 1 人の割合となりますが、MCI の方が全て認知症になるわけではありません。

(MCI = Mild Cognitive Impairment)

MCI は、正常と認知症の間ともいえる状態のことですが、日常生活への影響はほとんどなく、認知症とは診断できません。MCI の人のうち年間で 10%から 15%が認知症に移行するとされています。



認知症の種類 3大認知症

認知症は、その原因となる疾患によりいくつかに分類されます。

“アルツハイマー”という言葉が認知症の関連ワードでよく見かけますが、認知症の原因となる病気の半分以上を占める“アルツハイマー型認知症”のことです。

他にも“血管性認知症”や“レビー小体型認知症”などがあります。

アルツハイマー型認知症

アルツハイマー型認知症とは脳細胞が様々な変化により減少し、脳が萎縮することで引き起こされる認知症です。世界で最も多い認知症で、80 歳以上では 20%以上がアルツハイマー型認知症と言われています。

物忘れなどから始まり、進行はゆっくりと徐々に悪化する場合が多いです。

血管性認知症

血管性認知症は脳梗塞や脳出血など、脳の血管がつまったり破れたりすることで起こります。記憶障害の他に脳血管障害の部位により意欲低下や無関心など様々な精神症状を示します。

レビー小体型認知症

レビー小体型認知症は、大脳皮質の神経細胞内に「レビー小体」という特殊な変化が現れる病気です。幻視が初期症状として現れ、歩きにくい、身体が硬い、などの症状も伴い、パーキンソン病との関連が指摘されています。

〈たつの市の認知症高齢者数の推計〉

認知症高齢者数は、毎年増加傾向で推移し、令和 22 年度は、3,019 人となる見込みです。

認知症高齢者数の推計

単位：人

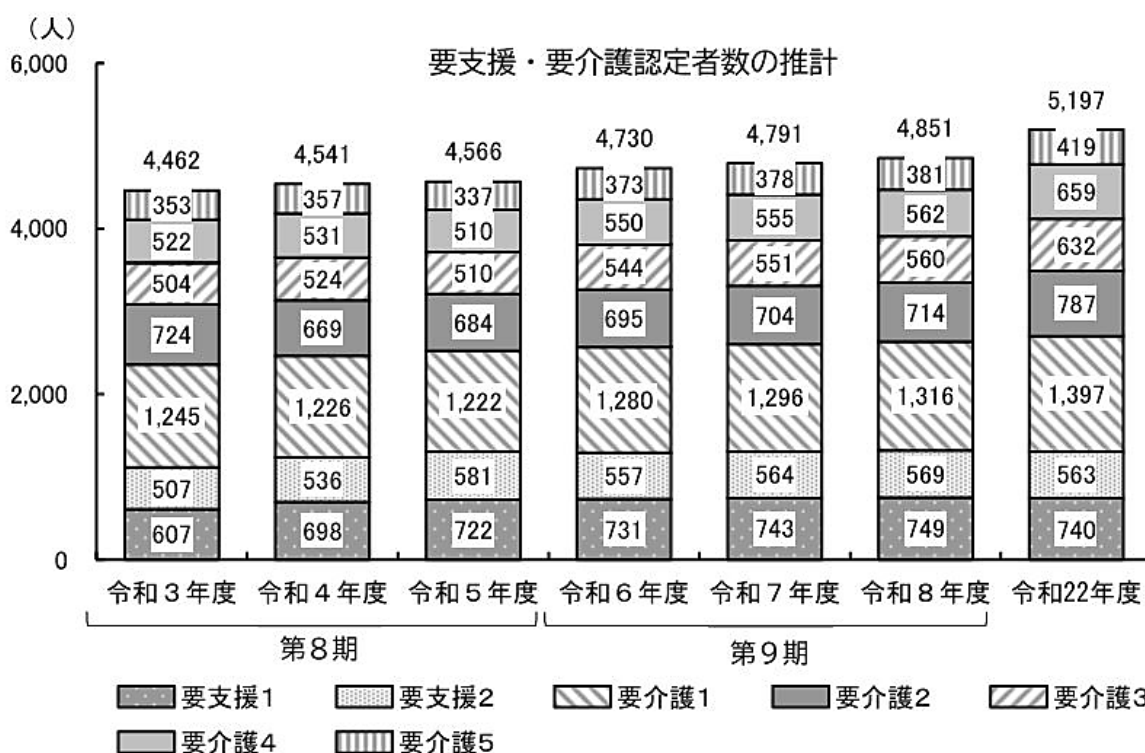
項目	令和 5 年度	令和 6 年度	令和 7 年度	令和 8 年度	令和 22 年度
日常生活自立度Ⅱ以上	2,655	2,748	2,784	2,818	3,019

資料：令和 5 年度は主治医意見書による（令和 5 年 9 月末現在）。令和 6 年度以降は、令和 5 年度の日常生活自立度Ⅱ以上の人数を、要支援・要介護認定者数で除算して出現率を算出し、令和 6 年度以降の各年度の推定要支援・要介護認定者数に出現率を乗じて算出しています。

【第 9 期たつの市高齢者福祉計画及び介護保険事業計画 転載】

〈たつの市の要支援・要介護認定者数の推移と推計〉

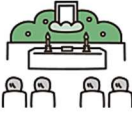
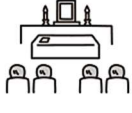
たつの市の要支援・要介護認定者数は下記に示すとおり、増加傾向が続くと見込まれており、令和 22 年度には 5,000 人を超えると推計されます。



資料：地域包括ケア「見える化」システム
各年度 9 月末現在

【第 9 期たつの市高齢者福祉計画及び介護保険事業計画 転載】

⑥ 葬儀形態

 一般葬 身内だけでなく、友人・職場・近所も呼ぶ。	 家族葬 家族や親戚だけでひっそり行う。
 社葬・合同葬 会社の代表者などが亡くなったときに行う。	 密葬（みっそう） 社葬の前に、身内だけで行うお葬式。
 1日葬 お通夜なしで火葬までを1日で済ませる	 直葬 火葬のみで、お通夜・お葬式はしない
 自由葬 音楽を演奏したり、自由なスタイルのお葬式。	 宗教葬 宗教儀礼（作法）に則ったお葬式。
無宗教葬 宗教のしきたりによらないお葬式。	 自然葬 遺灰を海や山にまいたり、自然にかえす。
 お別れ会 葬儀のあとに、故人とのお別れをしのぶ会。	

⑦ 特殊詐欺

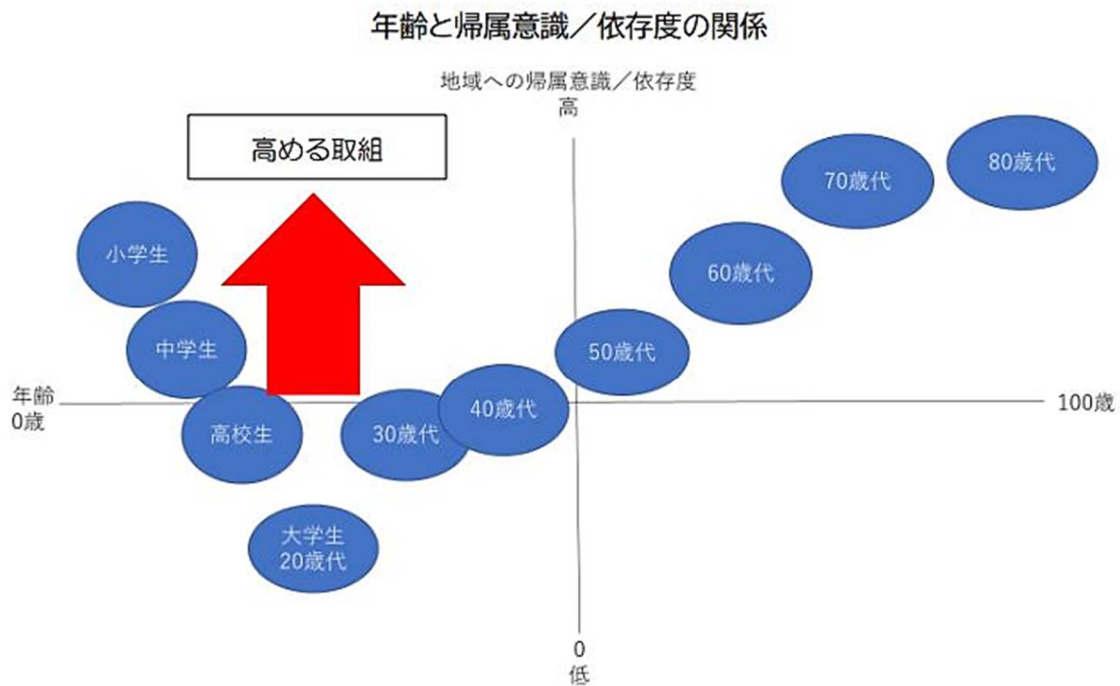
**これが
特殊詐欺**



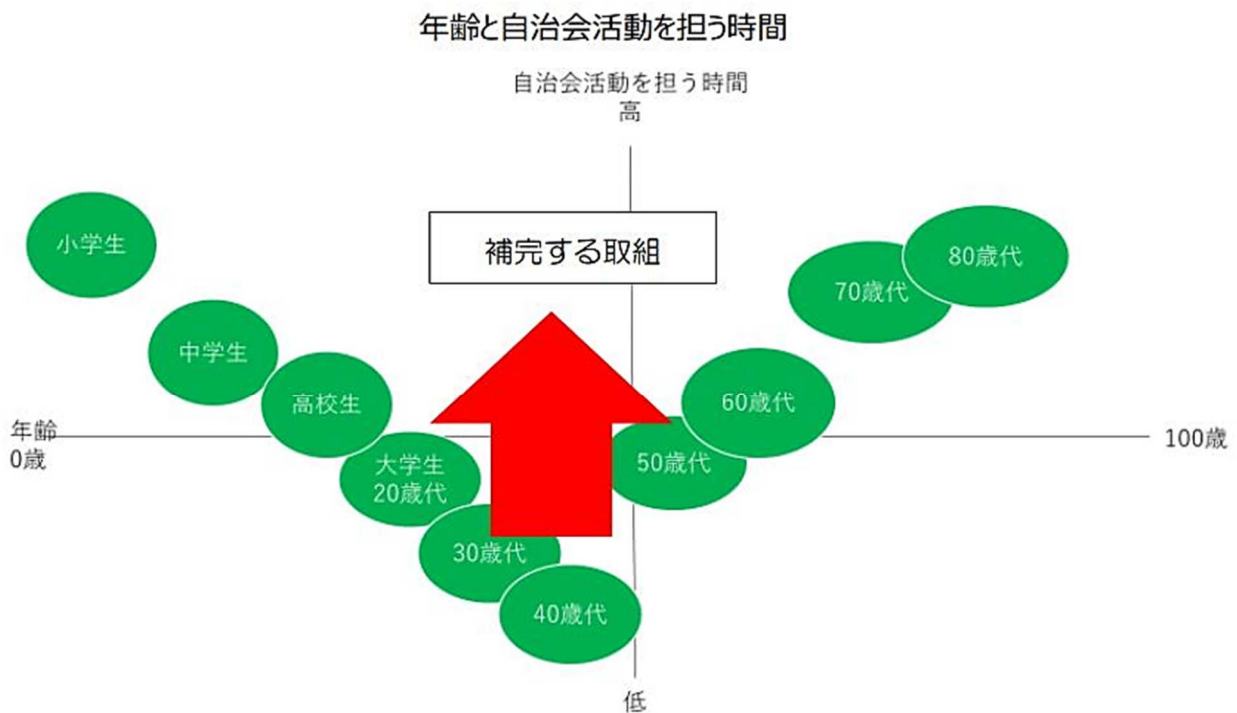
オレオレ詐欺 おばあちゃんオレだけどお金が必要なんだ 	預貯金詐欺 口座から不正にお金が出されています 銀行でお預かりします 	キャッシュカード詐欺盗 カードの不正利用がありました警察が行きます 印かんを取りに行ったときにカードをすりかえる 	架空料金請求詐欺 有料サイトの利用料金が未払いです R18 	
還付金詐欺 還付金が振り込まれるので指示とおりに操作してください ATM 	融資保証金詐欺 融資のための口座に保証金を振り込んでください 	金融商品詐欺 解約には〇〇万円がかかりますが後日返金します そんな株券は買っていません 	ギャンブル詐欺 宝クジの当選番号が事前にわかります 会員登録料を振り込んでください 	交際あっせん詐欺 登録料を払えば確実に交際できます 

⑧ 地域への帰属意識（多様な価値観、生き方の混在）

若者や中高年は時間と体力はあるものの、自分たちの住む地域への帰属意識や依存度が低い傾向にある。



高齢者は帰属意識や依存度が高く時間もあるが、中高年は自治会活動を担う時間がなく、補完する取組が必要な傾向にある。

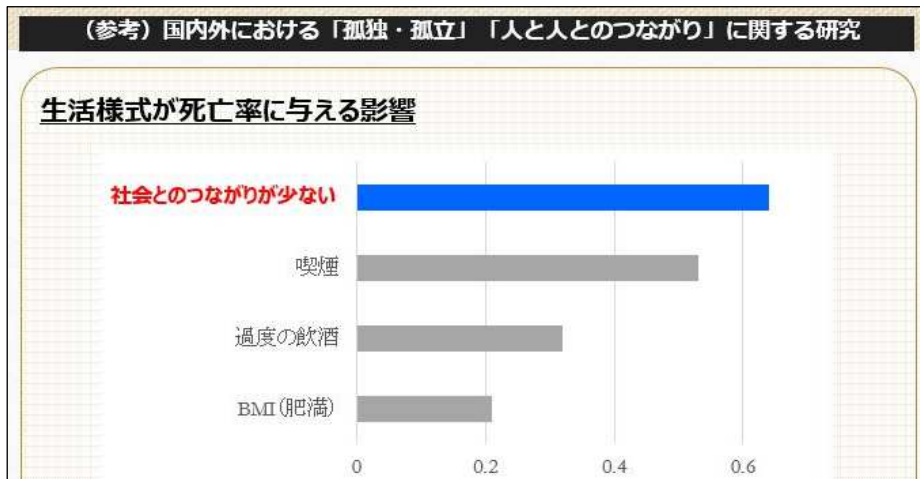


出典：公益財団法人 山梨総合研究所

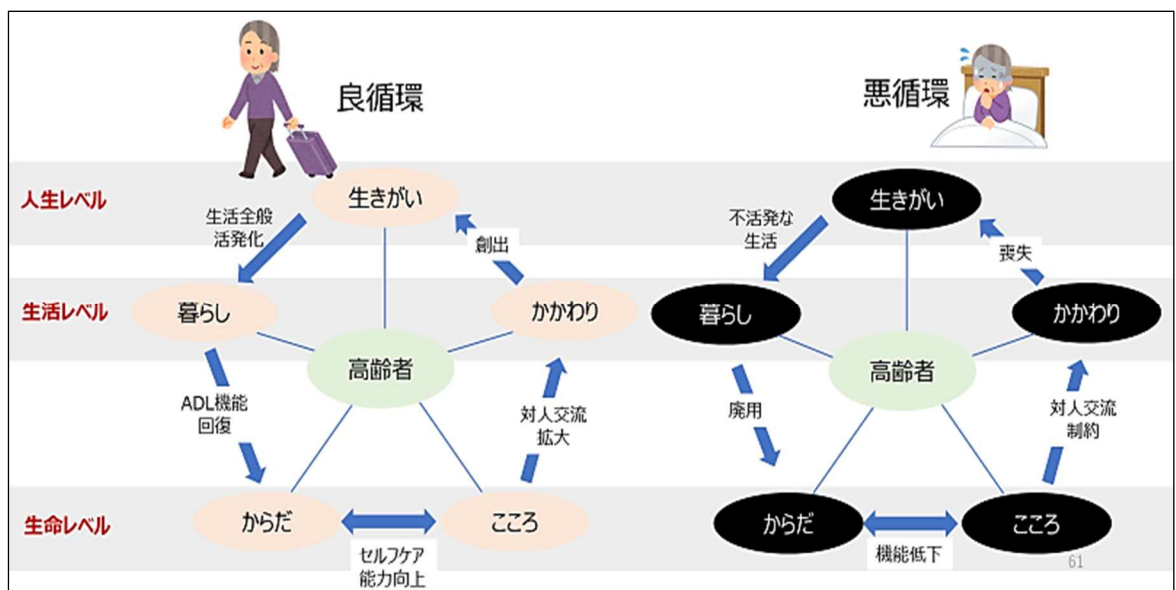
2 つながりづくりが大切なわけ

(1) 社会とのつながりが少ない方

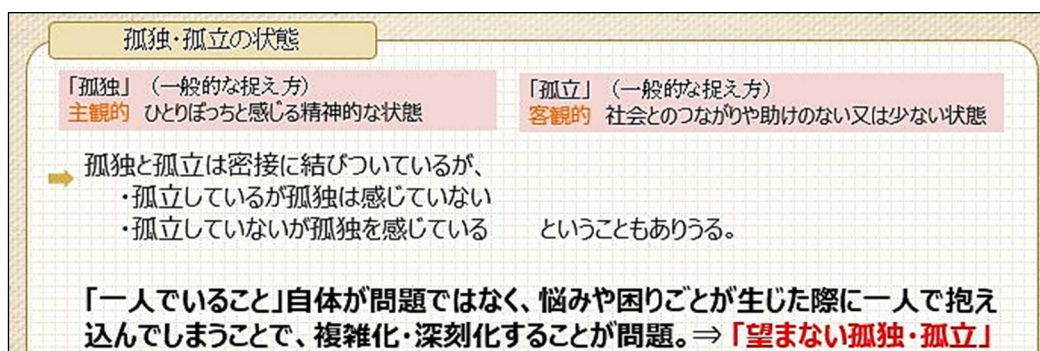
社会とのつながりが少ない人の生活様式は、死亡率に一番高く影響を与えています。



(2) 高齢者の5つの側面 (良循環と悪循環)



(3) 孤独、孤立



(4) 世の中で (たつの市でも) 起きている気になる (例)

85歳の夫を84歳の妻が介護

夫(85歳)は肺機能障害で在宅酸素の生活。
妻(84歳)が介護疲れで入院。



脳卒中で倒れ、閉じこもりに

元気な頃は、近所でも評判の“おしゃべり好き”
だったKさん(60歳)。
病気で倒れてから閉じこもりがちに…



昼間ひとり暮らし高齢者

Mさん(83歳)は、足の筋力が落ちて、今では居間のこたつで1日を過ごす生活。次第にもの忘れもひどくなり、このままでは寝たきりに…。家族は仕事勤めで、日中は一人留守番。



子育てに不安

核家族で団地に住む若い母親のAさん。
はじめての子育てに少しノイローゼ気味。



亡くなってから1週間後に発見

近所のことなら何でもわかつていた
が集落で死後に発見…



お手伝いをしたいけれど言い出せない

認知症高齢者を介護する近所のCさん。
経験を活かして、「私にできることがあれば」と
思う反面、お節介りかも…



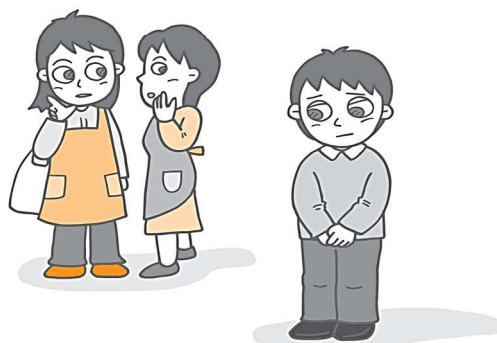
サービス利用を断る家族

3世代同居の世帯。おじいさんは目が少し不自由。保健師さんからおじいさんの散歩の付き添いと話し相手のボランティアの依頼が社協にあったが、息子からは「家族で対応できるから結構です」という断りが…



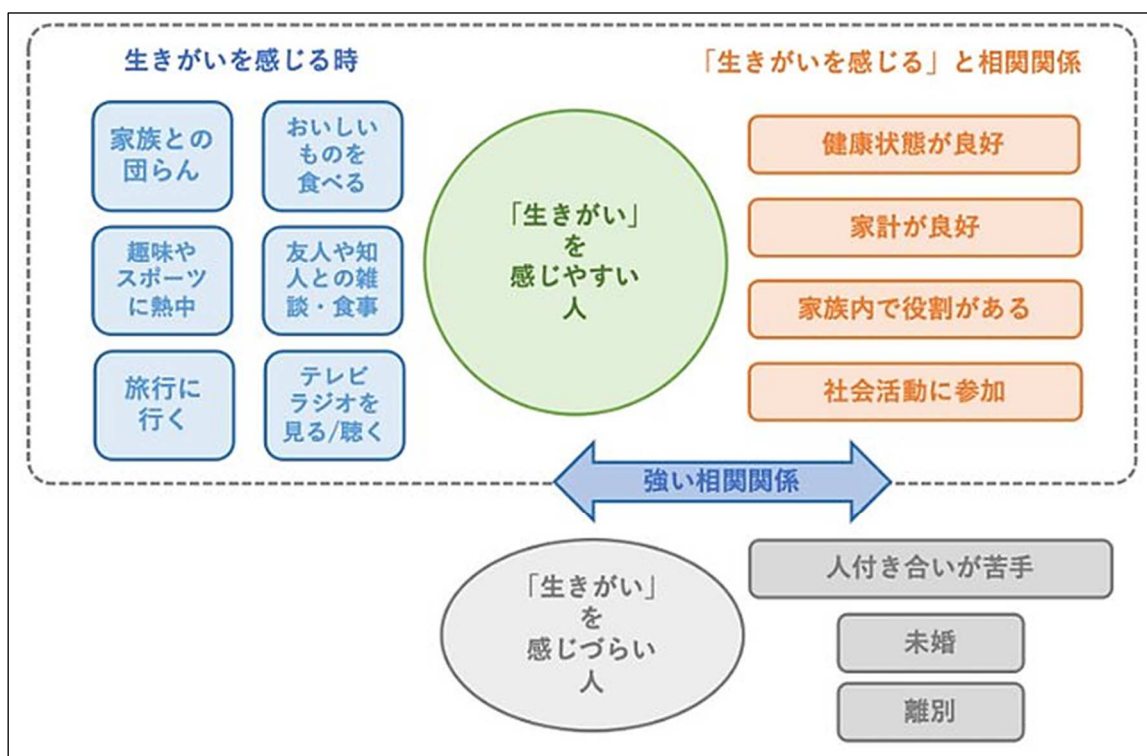
障がいに対する無理解

精神障がいに対する理解がすすまず、
かわりを避けるなど…



3 生きがいと社会参加

(1) 生きがいを感じやすい人



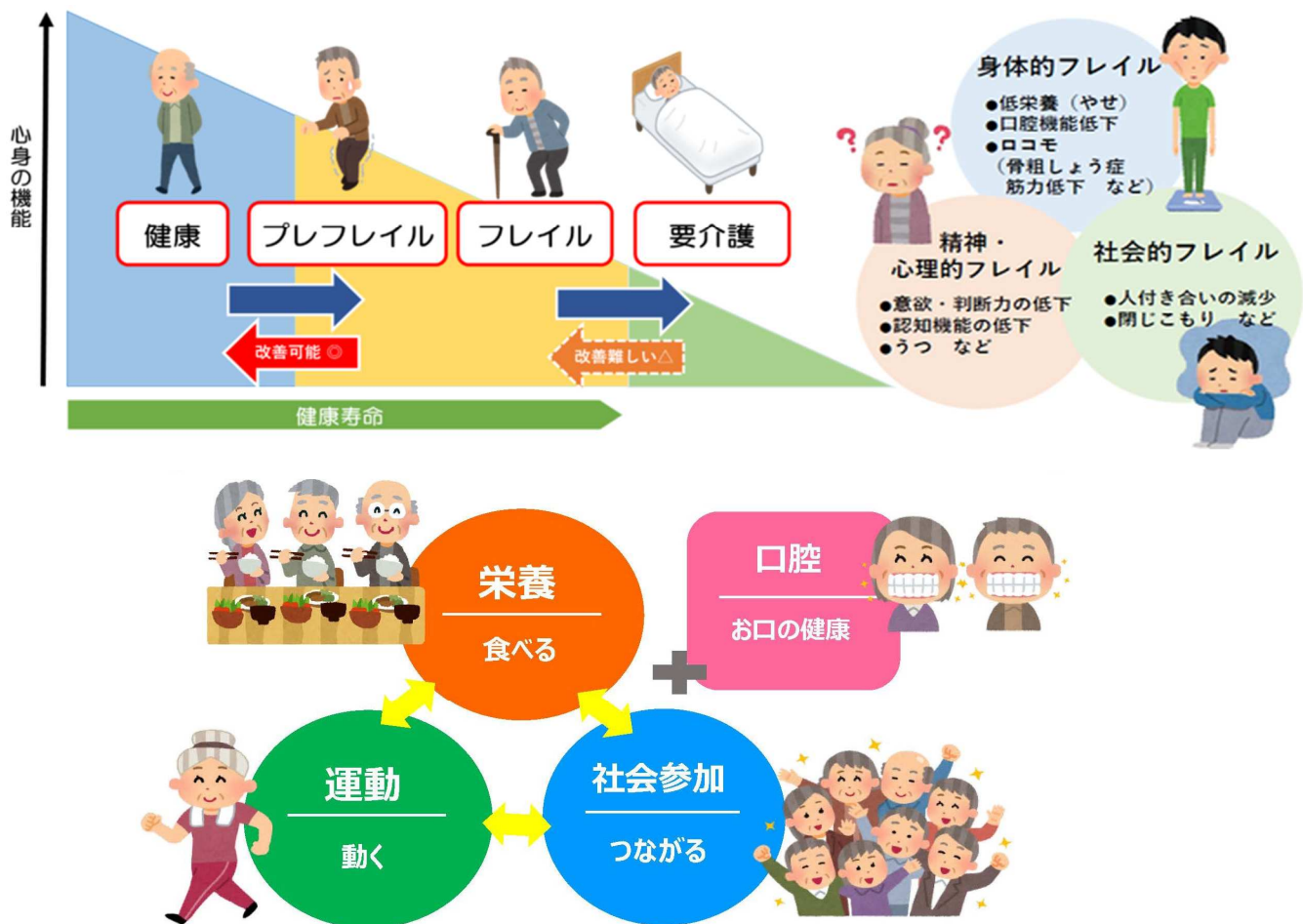
(2) 人生 100 年時代、フレイル予防と健康寿命を延ばす

フレイルとは…

加齢や疾患によって身体的・精神的なさまざまな機能が徐々に衰え、心身が脆弱になった状態のことです。特に高齢者は、糖尿病や高血圧、骨粗しょう症などの慢性疾患、癌などさまざまな病気を抱えているケースが多く、心身機能の低下と相まって生活機能が落ちたり、心身の脆弱性が加速されたりする危険性が高くなります。

ただ、フレイルは、完全に介護が必要な状態にあるのではなく、適切な生活改善や治療などを行っていくことで生活機能が以前の状態に改善する可能性があります。

65 歳以上の高齢者が 27% を越える日本において、要介護状態に陥ることを避けるためにもフレイルの改善や進行の予防は非常に重要と考えられています。



(3) 元気に暮らす秘訣は「人とのつながり」

① 「社会とつながる」って？

「人生 100 年時代」という言葉がよく聞かれるようになった今、年金の支給開始年齢の引き上げもあり 70 代になっても仕事をされている方も増えてきています。一般的に、65 歳を過ぎると勤めていた会社を退職するなど、それまでとライフスタイルが変わってきます。

毎日通っていた場所に行かなくなる、よく顔を合わせていた人たちと話さなくなると、それまで当たり前になっていた「社会とのつながり」がなくなり、意識しないと「あれ、今日も誰とも話さなかったな…」という日が増えてくることも。

そんなときに生活のメリハリをつけるには、家庭以外でのつながりをつくるのが重要と言われます。

② 一人より「みんなで」

健康を意識するなら「みんなで」行えるものがおすすめとなります。趣味の活動やボランティア活動など、人とつながる地域活動は健康にもよい影響を与えることが近年の研究でも言われています。また、他者と交流している

人は認知症になる確率が低い、うつ病の割合が少ないというデータも。

この理由としては、地域とつながりを持ったり、趣味の活動に参加したりすることによって「友人・知人に会う頻度」が増えることがあげられます。

まずは 定期的に顔を合わせる仲間、そして心地よく過ごせる場所を持つことを意識したいものです。

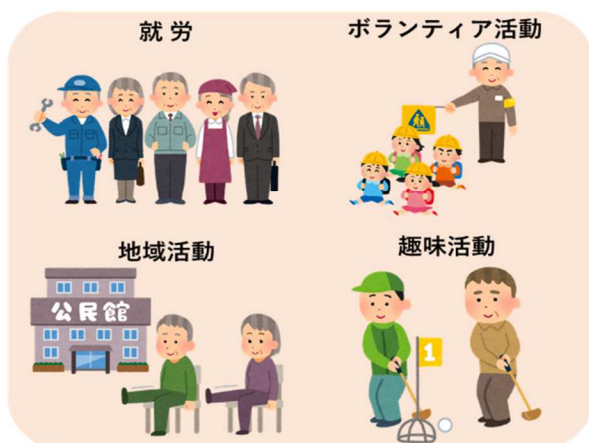
社会とつながる方法は、働くこと（就労）だけではありません。ボランティアや自治会などの地域活動、趣味や習い事など、人と関わる方法はたくさんあります。

良く知られる言葉に「きょういく、きょうよう、きょうかい」があります。

- きょういく（今日行くところがある）
- きょうよう（今日用事がある）
- きょうかい（今日会話する相手がいる）



いろいろな「社会参加」のかたち



=

+

活動量の増加



認知機能の維持



(4) 介護保険制度の「要支援」、 「要介護」 認定

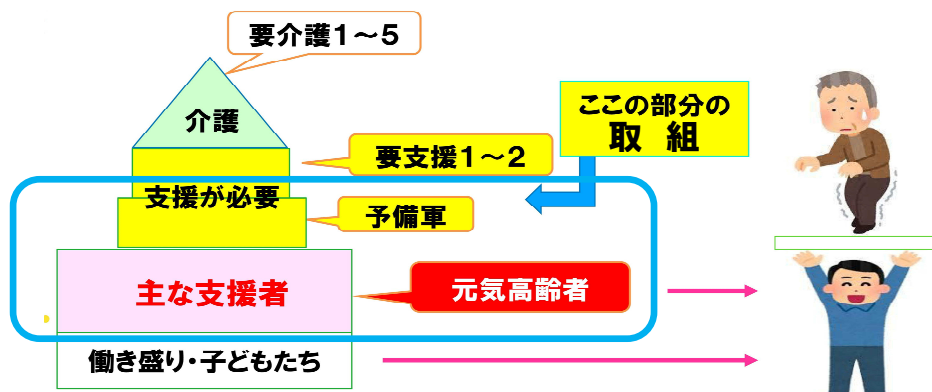
要支援、要介護とは…

日常生活の中でどの程度の介護（介助）を必要とするのか、介護の度合いを表す区分の種類です。

最も介護度が軽い「要支援1」から最も重い「要介護5」まであります。

要支援の区分に認定されると、要介護状態にならないようにするための「介護予防サービス」を受けることができ、要介護の区分に認定されると、日常生活を維持するための必要な「介護サービス」を受けることができます。

区分	どのような状態？	例 ※あくまでも一例です
要支援1	●日常生活は問題なく送れるが、一部見守りが必要な状態。 ●スムーズに立ち上がるのが困難。	
要支援2	●日常生活は問題なく送れるが、一部見守りや手助けが必要な状態。 ●片足で立つのが難しい。 ●買い物に少し支障が出る。	
要介護1	●日常生活の一部で介助が必要な状態。 ●たびたび道に迷うなど、今までできたことにミスが生じるようになる。	
要介護2	●日常生活で見守りや一部介助が必要な状態。 ●金銭や薬の管理、歩行などに介助が必要。	
要介護3	●自立歩行が困難など、日常生活で全面的に介助が必要。 ●トイレ、入浴などに介助が必要。	
要介護4	●介助なしでは日常生活を送れない状態。 ●座った状態を保つことや意思の疎通が困難になる方も。 ●寝返りなどにも介助が必要。	
要介護5	●寝たきり、嚥下機能が低下した状態。 ●意思の疎通が困難に。 ●日常生活すべてに介助が必要。	



ちょっと一息



「嫌われる老人」になる人、ならない人

いつのころからか、若者目線から「老害」という言葉が広く知られるようになりました。いうまでもなく、自身の老いに無自覚なまま、周囲の人を妨げる害悪のこと、あるいは、そういう人を指す場合もあり、「気をつけなければ」と感じている高齢者の方も多いのではないのでしょうか。

医学博士・平松類氏 著書『「老害」の人にならないコツ』（アスコム出版）に、「次の3つの買い物パターンのうち、老害になっている可能性を最も高く示唆しているのはどれでしょう？」という読者への質問がありました。

医学博士の著者の視点では、「嫌われる老人」になる人、ならない人は、買い物パターンでわかる!?というものです。

（例）買い物パターン

- 1 チラシを逐一チェックして、お買い得な店を選ぶようにしている（その都度利用する店を変えている）。
- 2 家から離れたところにある、品揃えの良いスーパーやショッピングモールに車で買いに行っている。
- 3 家の近所の同じ店を毎回利用している。

1は、細かいことを気にしているような印象があります。そのため、いちいち口出ししてくる老害になりそうだと考えることもできますが、しっかり頭を使っているので、脳の老化は抑えられているかもしれないと考えることもできます。

2は、交通事故を起こしやすい高齢ドライバーにありがちな行動だとも思えます。とはいえ、積極的に遠出をするなど、アクティブに行動するのは悪いことではないでしょう。

3は、新しいことにチャレンジする様子が感じられません。ただし、淡々と日常を過ごしている印象があるので、誰かに嫌がられる行動をしているとは思えないかもしれません。

つまりは、どれも一長一短なので、どれが答えだったとしても間違っていないような気がします。しかし、質問にある「老害になっている可能性を最も高く示唆している」という部分を重視すると、著者は、結論は一つに限られるといいます。

正解は、3だそうです。

問題視されるのは、買い物途中で店員さんにクレームをつけるなどの“老害的行動”をとっているか否かではないのだそうです。

著者は、家の近所の同じ店しか利用していないという行動パターンが、加齢による身体変化が著しくなっているかもしれない（すなわち老害化しているかもしれない）ということを示唆している……これが大きな問題なのです、と。

また、著者によれば、高齢者に「やる気」がなくなる理由は3つです、と。

- ① 「人間（とくに高齢者）は変化を好まない」
- ② 「社会的プレッシャーが減る」
- ③ 「得られるメリットが少ない」

高齢者は変化を好まず、子どものためや自分たちの将来のために節約をする必要性が薄れるから、少しでも安い店を探すことにこだわらなくても問題がなく、だから近所の同じ店を利用する……（例）3のパターンは、すべての理由に合致します、というものです。

また、やる気が出たとしても行動に移すのが難しい3つの理由があるといいます。

- ① 「体がスピーディーに動かせなくなる」
- ② 「時間の進み方が遅く感じるようになる」
- ③ 「体力（持久力）が低下し、病気になりやすくなる」

歩くのが遅くなったり、体力が低下したりしたら遠くの店に行くのは大変であり、なるべく時間がかからないことを求めるので、近所の同じ店を利用する……（例）3のパターンは、こちらについてもすべての理由に合致します。

日常生活を送っていくなかでは、自身が老害になっていることは気づきにくくもあります。また、「老いたな」と自覚する機会も限られているかもしれません。

しかし、こうした角度から見ると、意外にも老害への道を進んでしまっている自分に気づくということもあるようです。

そのため著者は、老害化対策の第一歩は自身の加齢変化に「気づくこと」と、それを「受け入れること」であると強調されています。

嫌われ高齢者の特徴

- ① 自分本位、自己中心的
- ② 他人の話を聞く耳を持たない
- ③ 攻撃的な言動をする
- ④ いつも怒っている
- ⑤ 頑固で、自分の思い通りにならないと気に入らない
- ⑥ 過去にこだわる、過去の栄光にすがりたがる

愛され高齢者の特徴

- ① 他の人を思いやる心がある
- ② 聞き上手である
- ③ 受容的にふるまい、相手をありのまま受け入れられる
- ④ いつもニコニコしている
- ⑤ 柔軟さをもっている、ケセラセラ（なるようになるさ）と考えている
- ⑥ 今を大事にしている

認知症になると、その人本来の性格や人間性が表面に出てくるとい話があります。攻撃的な言動をする等は、認知症による場合もありますので、その見極めには注意が必要です。

ただ、もともと明るく楽観的な人は認知症になってもそのまま変わらない、一方で、もともと暗くて悲観的な人はそれまであまり表に出さないようにしていても、認知症になるとありのままに出てしまうということも言われています。

4 多様な「つながり」のカタチ

(1) つながりの強度や親密度

一口に「つながり」といっても、その在り方は多様です。

以下の(例)の、佐藤さんと田中さんの1～5の状態は、どこからが「つながりのある状態」で、どこからが「つながりのない状態」でしょうか？

(例) 同じ隣保に住む30代の佐藤さんと田中さん

- 1 佐藤さんと田中さんは、お互いに家族構成や名前を知らないが、回覧板は回す。
- 2 佐藤さんと田中さんは、1ヶ月に1、2回、偶然庭先で会った時には会釈する。
- 3 佐藤さんと田中さんは、毎朝顔を合わせると、「おはようございます」と挨拶する。
- 4 佐藤さんと田中さんは、毎日のように子ども同士が仲良く近くの公園で遊んでいる。
- 5 佐藤さんと田中さんは、家族ぐるみで仲が良く、年に数回、一緒にBBQをする。

2のつながりと5のつながりは、同じ「つながり」でも強度や親密度が異なると捉えることができます。子育てにおいて、子どもをお互いに預け合うことで課題が解決できるとすれば、4以上のつながりが必要かもしれません。

一方で、自然災害に備えた支援の観点から、○性で、○歳くらいの○○さんが住んでいることを知っておく必要があるのであれば、2以上のつながりで事は足ります。

つまり、**どのような課題を解決したいのかによって、形成するつながりは異なり、段階がある**といえます。

(2) どちらも同じくらい息苦しく落ち着かない状態?!

「過剰なつながり」と「つながりが無い状態」

過剰なつながり、つながり過多、つながり過ぎであるという状態は、プライベートな情報がいつの間にか地域内で共有されるような状況となります。すべての行動が監視されているように感じられてしまうと、自由にのびやかにふるまうことができなくなります。

一方で、つながりが無い状態、人との接点がない状態は怖く心細いかもかもしれません。お互いがお互いについて全くわからない状態は、余計な心配や不安を抱かねばなりません。

(3) 中間である「ゆるやかなつながり」

「過剰なつながり」と「つながりが無い状態」の中間である「ゆるやかなつながり」、「ほどよいつながり」は、いざという時には助け合えるけれど、普段は干渉しすぎないのでプライベートも守られ自分の世界がしっかりとある状態といえます。

(4) 「人以外のもの」とのつながりや「地域を超えた」つながり

「ゆるやかなつながりを形成する（人與人）」、「地域のつながりが大切（人與人）」ということですが、人以外のものとのつながりもあります。

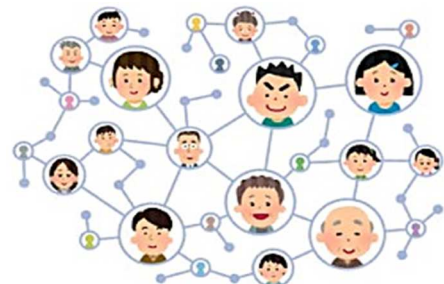
それは、歴史や文化、スポーツ、自然環境、動植物等のつながりです。また、亡くなられた人との間にもつながりがあります。

精神的な面も含め、これらの周辺要因と密接につながり、影響を受けて、安心や生きがいを感じるようになります。

また、趣味などを通して、地域を超えて他市町や他府県の人とつながりを持つ方々もあります。



インターネットの登場によって
知縁が繋がりがやすくなり、また、
ソーシャルコミュニケーションの合間に
話題をインターネット経由でも
伝えられるようになった



知縁

(5) つながりには、多少の煩わしさはあるもの… ですが

地域の中で安心して暮らす、居心地よく暮らしたいと願う住民にとっては、自身が住む自治会のコミュニティに積極的に参加することが望めます。

地域固有の文化・伝統行事の継承、環境保全等、多少の煩わしさがあったとしても、コミュニティと疎遠にならず、地域の中で人とつながりながら暮らす方が大きな意味で利益があるものです。

コミュニティを維持するという意味においては、格となる地域組織の役割は大きく、次世代への循環も考慮しながら、全世代型で交流を深める行事等の推進が期待されます。

日常にある「つながり」

孤独・孤立とは？ 孤独・孤立の何が問題か

「気の合う人がある」「一緒に趣味に熱中できる友人がある」「自分の活動を影ながら応援してくれる人がある」
私たちは日々の生活の中で、意識せずともさまざまな人とつながっています。

このような日常のつながりによって、悩みや困りごとが複雑化・深刻化することを予防できるかもしれません。

(例) 日常にあるつながり

毎日仕事が忙しいけれど、
雑談できる人がある



地域の公園で毎週、
仲間たちとグラウンド・ゴルフ
を楽しむ



家に帰ったら「おかえり」と
言ってくれる人がある



共通の趣味を持った人が
集まるオンラインコミュニティに
参加していて、好きなこと
について話せる人がある



5 つながりの「縁」

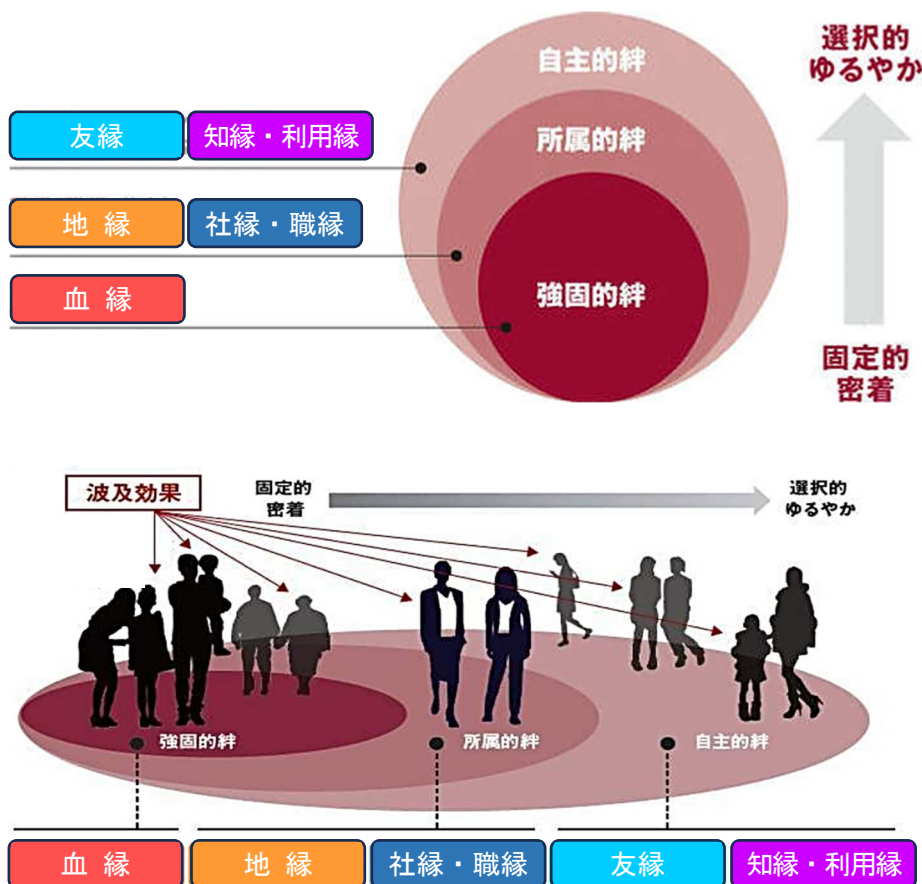
自分のことしか考えない人、人を大切にしない人、自己中心的な人は、せっかくの縁を見逃してしまい自ら損をするとされます。

人は必ず「何らかの縁」で出会っています。それなのに、せっかくの縁を活かせない人がたくさんいます。

自分から積極的に接していかなければ縁は結ばれるところまで行きません。

「縁結び」、「人は、縁で出会い、縁で変わる」とも言われます。

縁は、強固的、所屬的、自主的な絆ごとに、様々な縁があります。



※4マスとは、広告用語で、テレビ、ラジオ、新聞、雑誌を指します。

1 血縁	家族・親族の縁。 地球上で生きるためにトラやライオン等も採用。3世代や4世代で暮らす家族の主流は、あっという間に核家族化へととなりました。核家族化は、最後の2人になってそして1人となります。
2 地縁	同じ地域に住む人々が持つ縁。 地域共同体や自治会等があります。地域に根差した人々同士が協力し、支え合うことで縁が生まれています。住む地域の向こう三軒両隣の的な意味もあります。
3 社縁・職縁	会社・職場での上司、同僚という縁。
4 友縁	幼馴染、学生時代の友達、子育て世代でいえばママ友。長く付き合う関係が多い縁。
5 知縁・利用縁	共通の知識や趣味等に基づく縁。知的好奇心が結ぶ縁。 自由で選択的で、生活に合わせて自然に移り変わっていく流動性の高い縁です。退職後の人生では、とても大切になると考えられています。

縁（えにし）

もともと縁（えにし）は、建築業界の言葉です。畳敷きの部屋の外にある、板張りの空間を縁（えにし）と呼んでいたようです。

近年の住宅では、縁側の機能が見直されています。

「縁」と書いて「えん」と間違っ読まれることも多いのですが、本来の読み方は縁（えにし）となります。

「縁は異なるもの味なもの」（「江戸時代のいろはかるた」）

円は縁につながり、縁で結ばれ、様々な周囲と接する中で良縁となっていく…もともと「縁」という漢字には「ゆかり、つながり」という訳があります。

無縁社会 （対：有縁社会）

無縁社会とは、家族、地域、会社などにおける人とのきずなが薄れ、孤立する人が増えている社会。

社会の中で孤立して生きる人が増加している現象を表す言葉で、平成 22 年（2010 年）にNHKの報道番組の中で用いられた造語です。

現代社会のこうした一側面をNHKが「無縁社会」として取り上げたことで注目され、この言葉は 2010 年の「ユーキャン新語・流行語大賞」のトップテンにも選ばれました。

日本は旧来、親族、地域社会、会社などで比較的濃密な人間関係が形成されてきました。こうした関係は血縁、地縁、社縁などと呼ばれて、しがらみとなる一方で相互扶助のシステムとしても機能していました。ところが現代、こうしたつながりが急速に失われ、社会から孤立している人が増えています。

背景には、核家族化・非婚化・長寿化による単身世帯の増加や雇用形態やライフスタイルの変化などがあるとされ、家族がいても音信不通になっていたり、地域との交流がなかったりして、病気などの緊急時にSOSを発することができない人も多いことが明らかになっています。

家族や企業に期待されてきた支え合いの機能が失われてきており、新たな社会的なきずなをどのように育んでいくかが課題とされている、NHKが放送した「シリーズ“無縁社会”ニッポン」は大きな反響を呼びました。



6 「地域のつながり」をつくる場

(1) 単位自治会での様々な行事や活動の機会

現代の地域を見つめた時、地域でのつながりが薄れつつあることや顔の見える関係が十分に築けていないことがわかりました。様々な自治会行事や活動は、そこに居住する人たちが出会い、ふれあい、交流ができ、人と人とのつながりの輪を広めていくことができます。



奉仕作業



草刈り、溝掃除



総会、役員会等



人権等学習会



秋祭り（奉納）



消防、防災訓練



夏祭り、盆踊り



グラウンドゴルフ



3世代まつり

〈単位自治会が持つ力〉

● 地域住民同士のコミュニケーションの促進

自治会の活動やイベントに参加することで、住民同士の交流が深まります。年間を通じて行われる季節のイベント等で、多世代間のコミュニケーションを促進し、地域の絆が強化されています。

● 安全・安心な生活環境の確保

自治会は、地域の防犯活動や防災対策を推進し、自治会内の自主防災組織や老人クラブ等による住民パトロールや防犯カメラの設置、防災訓練等を通じて、住民の安心・安全をサポートされています。

● 地域の要望や問題の迅速な対応

自治会は、住民の声を直接行政に伝える役割も果たされています。これにより、地域の要望や問題点が迅速に行政に伝わり、適切な対応が行われる可能性が高まります。

● 地域の伝統や文化の継承

自治会は、地域の伝統や文化を次世代に継承する役割も果たしています。伝統的な祭りや行事を継続的に行うことで、地域の歴史や文化が守られています。

★ この他にも、地域のつながりの輪を広げる取組への意見…

(小学校区で、単位自治会で、隣保で、近所で…)

昔からの集落、新興住宅地域、若い世代が多く流入した地域等、歴史、風習、自然環境等も異なって、地域はそれぞれに特徴があります。

人やモノなどが減少傾向にある中、“ないもの”ではなく、“あるもの”に目を向けながら、居住する地域での暮らしにこだわり、同じ地域で暮らすすべての人にとって、「この地域でずっと住み続けたい」と思えるような地域づくりを進めていくことが大切です。

〈こんな取組も考えられる…、すでにやっている〉

- 新年会や懇親会 ○ 交流バス旅行 ○ ボウリング等のスポーツ大会
- バーベキュー ○ カラオケ大会 ○ ウォーキング
- おしゃべり会、ランチ会、お茶会等

(2) 小地域で開催のサロンや喫茶で

(たつの市社協では、単位自治会域を「小地域」としています。)

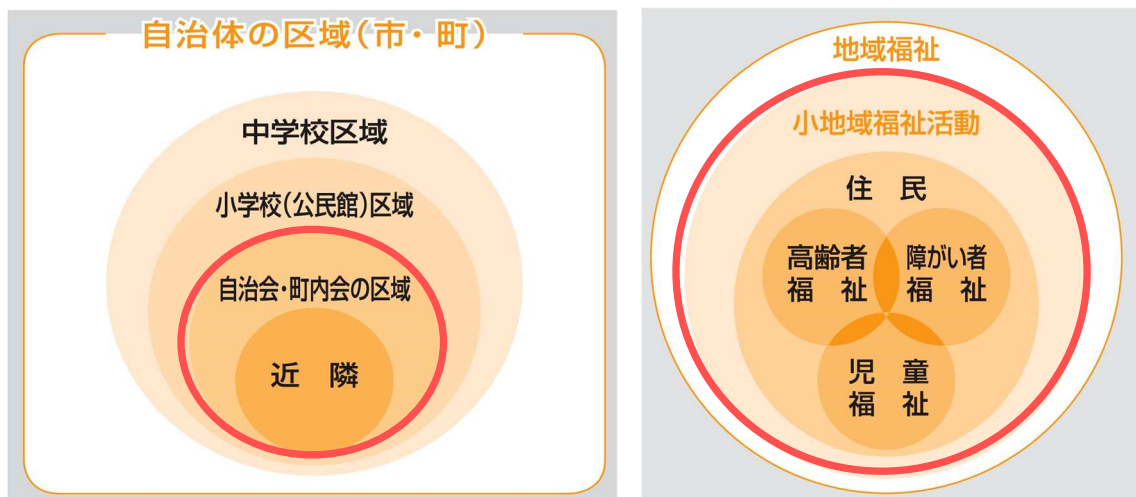
住民主体で、単位自治会域の公民館等で開かれるふれあいサロンや喫茶は、閉じこもりや社会的孤立を防ぎ、互いに気にかけて合う仲間づくりが進みます。

新しい情報の共有や困りごと、つらさの共有もでき、そこから様々な暮らしの課題への気づきを得ることもできます。また、社会参加の機会、社会との接点ができることで、フレイルや介護予防にもつながります。

このように、普段着で、気軽に歩いて行ける「地域のつながりの場」として、サロンや喫茶には大きな意義と様々な効果があります。

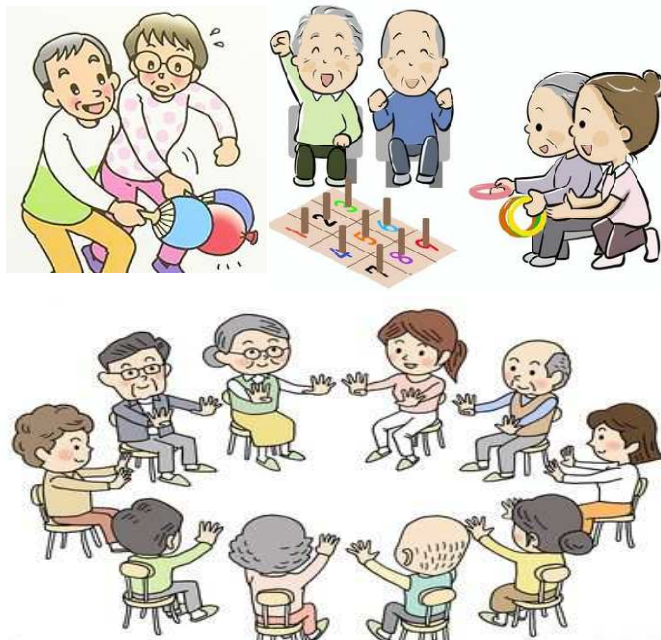
土日の開催では、高齢者だけでなく子どもたちの参加も見られます。

お互いの顔が見え、高齢者、障害者、子どもたちが安心して暮らせるまちは、同じコミュニティで暮らすすべての住民にとっても暮らしやすいまちであることは言うまでもありません。





居場所と仲間を感じる温かいコミュニティ



人が集まる九ヶ条

人は人が集まる処へ集まる
 人は快適な処へ集まる
 人は噂になっている処へ集まる
 人は夢の見られる処へ集まる
 人は良いもののある処へ集まる
 人は満足の得られる処へ集まる
 人は自分の為になる処へ集まる
 人は感動を求めて集まる
 人は心を求めて集まる

(高野山真言宗 築港高野山 釈迦院より)

お互いの顔が見えるご近所エリア (近隣・隣保)

ごきんじょ きんじょ
 ～互近助、近助～

ご近所で暮らしていてもあいさつもままならないことや、昔からの隣人が減り、いわゆる井戸端会議が無くなる等、つながりが少なくなったり、様々な事情で外出しづらい人は、なおさら孤立しやすくなっています。

そのため、お互いさまの関係に根差した助け合いにつながりやすいご近所(近隣、隣保)エリアは、つながりにとって、重要なエリアといえます。

★ サロンには、こんな機能や効果があります。

① 仲間づくり・見守り

（精神面における支えも）

いろいろな人と出会い、顔を合わせることで、自然とお互いを見守るようになり、仲間づくりの場となります。お話をすることでコミュニケーションの場となります。

② 孤立・閉じこもりの防止

（フレイル予防、介護予防も）

歩いて行ける場所にあると、気軽に出かけられます。閉じこもりの防止になり、いろいろな人とふれあうことによって孤独感の癒されにつながります。

また、レクリエーション等を通じて、身体機能の維持にもつながります。

③ 生きがい・社会参加

参加者とスタッフ（世話人）という関係ではなく、参加者一人ひとりが主役で作り上げられます。特技や趣味を活かすことで生きがいが生まれ、社会参加への意欲が高まります。

④ 情報共有・交換の場

（保健・福祉・医療の制度やサービス情報、被害防止も）

地域や社会の情報共有・交換の場となります。ちょっとした世間話から困りごとの発見や犯罪、被害防止に関わることも話題になり、参加者がみんなで情報を共有することができます。

⑤ 多世代交流の拠点

同じ自治会に住んでいるのによく知らなかった人たちにとっては、地域交流の拠点となり、地域の中に人と人のつながりができます。高齢者から子どもまで幅広い年齢層の住民が参加することによって、世代を超えて交流ができる場となります。

⑥ 地域の福祉力の向上

スタッフ（世話人）等として地域の多くの方たちが関わる機会が増え、地域で支え合う気運が生まれ、地域全体の福祉力の向上につながります。



たつのカフェ（たつの市認知症カフェ）

たつのカフェ（たつの市認知症カフェ）とは、認知症の人やその家族、医療や介護の専門職、地域のみなさんなど、誰もが気軽に参加できる「集いの場」であり、認知症の人やその家族が安心して過ごせる「地域の居場所」です。

楽しくおしゃべりしたり、認知症についての相談ができます。

カフェの名称	日時・場所・問合せ先
おれんじ倶楽部 （本人の会）	開催日不定期（要問合せ） NPO 法人播磨オレンジパートナー（龍野町本町 47 番地）など ☎ 090-7285-3867（NPO 法人播磨オレンジパートナー・丸尾）
認知症ゼミナール （学習と情報交換）	第 2 土曜日 10 時～11 時 30 分 ガレリア アーツ&ティー（龍野町富永 1439） ☎ 090-7285-3867（NPO 法人播磨オレンジパートナー・丸尾）
愛ランド相談カフェ	毎週木曜日 10 時～12 時 愛ランド（新宮町中野庄 80） ☎ 0791-76-2686（愛ランド・武内）
あっとほ～む	毎週火曜・金曜日 13 時 30 分～15 時 30 分 ㈱グリーンファーム揖西（揖西町北山 480-1） ☎ 090-5166-0313（岡本）
きりかぶカフェ （若年性認知症交流会）	第 4 木曜日 13 時 30 分～15 時 開催場所については下記に要問合せ ☎ 0791-64-3125（たつの市地域包括支援課）
ほっとカフェ 輪（りん）りん	第 2 金曜日 9 時 30 分～12 時 新宮ふれあい福祉会館（新宮町平野 111-1） ☎ 0791-75-5500（ゆう・西垣）
コミュニティカフェ 「田舎の家」	毎月第1～第4月曜日 9時～14 時 サロン「田舎の家」（揖保川町野田 334） ☎ 090-8126-5613（満田）

【たつの市資料 転載】

7 「つながり」から「見守り」へ

22 p、6 「地域のつながり」をつくる場、(1) 単位自治会での様々な行事や活動の機会、(2) 小地域で開催のサロンや喫茶は、まさに見守りの場といえますが、この他にも見守りができる場があります。

(1) ながら見守り (防犯にも役立つ)

- 犬の散歩をしながら
- 水やりしながら
- その他(買い物・庭仕事)しながら
- 通勤しながら
- ランニング・ウォーキングしながら



自治会の自主防災組織、防犯協会等のボランティア団体、老人クラブ、青少年育成団体、消防団等の各種団体では、地域安全活動として子どもたちの登下校の見守り、地域の防犯や防災等の見回りを実施しています。

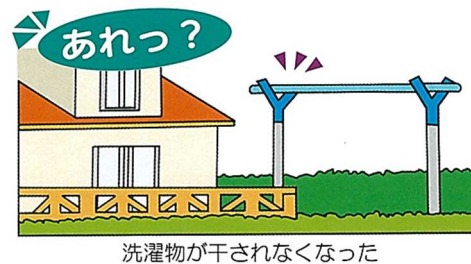
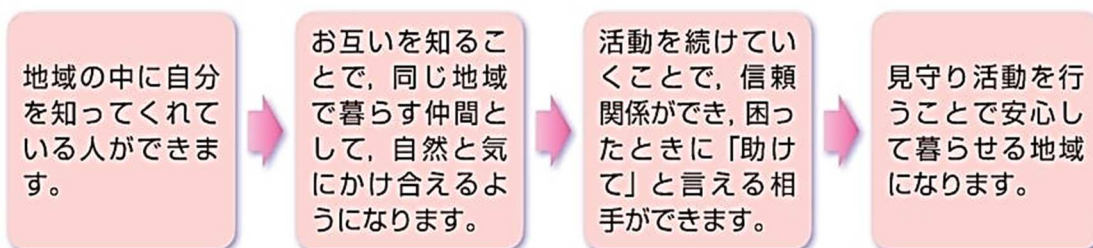


(2) お顔を見て、声かけによる見守り

○ 「お変わりないですか？」などの声かけ



○なぜ見守り活動？ ～見守り活動を行うことで期待されること～



高齢者が電話に出ない、なぜ？

犯罪予防として、架電による特殊詐欺が広がっていることから留守電にしておくなど、昨今、意図的に電話に出ない方もあるようです。

このこと以外にも、高齢者が電話に出ない5つの原因がわかりました。



〈 高齢者が電話に出ない5つの原因 〉

① 聴覚の低下



高齢者の多くは、加齢による聴覚の低下に悩まされています。聴力が低下すると、電話の呼び出し音が聞こえにくくなり、結果として電話に気づかないことが増えます。この問題に対処するためには、電話の音量を大きくする機能や視覚的な通知を利用する方法が考えられます。また、補聴器の使用も効果的です。

② スマホや電話の操作ミス



スマートフォンや現代の電話機は多機能で操作が複雑なものが多く、高齢者にとっては扱いにくい場合があります。特に認知機能が低下している場合、電話の操作がさらに困難になり、電話に出たくても出れないという状況も起こりえます。また、受話器があがっている場合もよくある話です。

③ 心理的な要因



心理的な要因も考慮する必要があります。

人によっては電話を通じてのコミュニケーションが負担に感じることもあり、意図的に電話に出ないこともあります。頻繁な電話は逆にストレスになることもあるため、適度な頻度での連絡を心がけることが大切です。

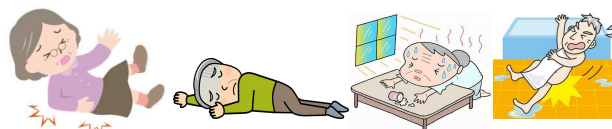
④ 外出中で電話に気づかない状況

外出中や、あるいは単に電話に気づかない場所（お風呂、トイレ）にいることが原因です。このような場合には、事前に高齢者の予定を把握しておくことで、電話に出ない場合でも過度に心配せずに済むようになります。

また、必要に応じてメッセージを残すなどの工夫が有効です。



⑤ 体調不良や事故



体調不良や事故です。一人暮らしの高齢者は、急な体調不良や転倒などの事故に見舞われることがあります。このような場合、電話に出られないことが多く、家族にとっては大きな不安材料となります。この問題に対しては、特に疾患を抱える高齢者にあっては、異常が発生した場合にすぐに察知できる見守りカメラやセンサーの設置が効果的とります。

たつの市社協の 安否確認（見守り）訪問に係る事業

（１）給食サービス事業

社協各支部（龍野・新宮・揖保川・御津）で提供するお昼の給食サービスで、一人暮らし高齢者等の利用者に、毎週１回、手から手へと一声おかけしながらお弁当を届けています。

これまでには、次のようなことがありました。

- 廊下で動けず、横になっておられる。→ 病院に行き、骨折がわかる。
- 毎週、「お弁当のおかずの味が薄い、薄い」と言われていた。→ 腎臓の病気があったことがわかる。
- 配食日忘れ、利用料の準備忘れが多くなっていた。→ 親族に連絡。認知症状が進んでいたことがわかる。

※ 浴室（入浴中）で死亡されており、警察につないだケースも…

いつもと様子が違う変化があった時や訴えがあった時には、息子さんや娘さんらの親族、また、介護予防や介護サービスを利用している方は介護支援専門員等の専門職につなぎ、問題の早期発見・解決に努めています。



（２）歳末安否確認事業

民生委員児童委員との協働事業として、歳末に、平時から声かけや見守りが必要な 70 歳以上の一人暮らし高齢者等の方を地域の民生委員児童委員が自宅訪問し、福祉カレンダー等を配付しながら顔をつなぎ、見守りを行っています。



（３）その他（老人クラブ連合会 友愛訪問活動（事務局：社協））

各支部の老人クラブでは、会員である 80 歳以上の一人暮らし高齢者は概ね 3 ヶ月に 1 回、65 歳以上の寝たきり高齢者は年に 1 回、女性部長らが自宅を訪問し、集めた友愛募金の財源でお品を贈っています。

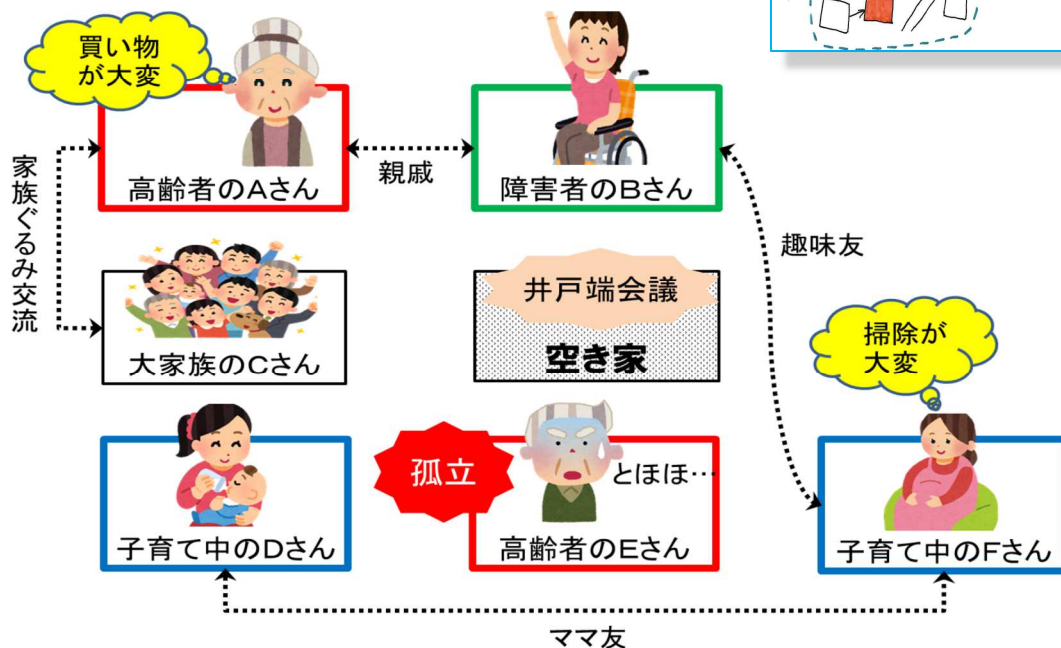
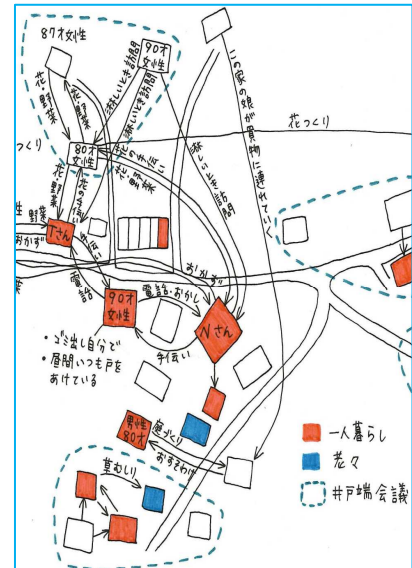
たつの市社協の 小地域福祉活動推進事業－支え合いマップづくり

支え合いマップづくり

孤立や福祉課題に気づける地域づくりとして、単位自治会域で、支え合いマップを作成します。

ちょっと気になる人の地域での様々なつながりを地図上に見える化する手法で、孤立防止や生活課題の発見、効果的な安否確認につなげていきます。

※マップづくりの作成においては、たつの市地域包括支援課と連携し、共に地域支え合い活動の推進を図っています。



たつの市の 一人暮らし高齢者等への見守り関係事業

【たつの市資料 転載】

安心見守りコール事業（緊急通報システム事業）

ひとり暮らしの方が安心して生活を送るために、緊急時等に連絡・相談が可能な専用機器を貸し出します。

- ◎対 象 者
- ① 65歳以上の援護を要するひとり暮らしの方
 - ② 65歳以上の高齢者のみで、同居者が寝たきりもしくは認知症の状態にある世帯
 - ③ 身体障害者手帳1級又は2級所持者で、ひとり暮らしの方

- ◎サービス内容
- ① 急病や事故等の緊急時にボタンを押すとコールセンターに連絡が入り、緊急時の対応をします。
 - ② 毎月定期的に安否確認をします。
 - ③ 看護師が健康等の相談を受け付けます。

- ◎そ の 他
- 協力員が3名必要です。



ICT活用高齢者見守り支援事業

ICTを活用して家族と離れて暮らす高齢者の見守りやコミュニケーションを支援する機器を購入した際に最大3万円を助成します。

- ◎対 象 者
- 65歳以上の高齢者のみの世帯で、対象機器を新たに購入し、自宅に設置した世帯

- ◎対 象 機 器
- 下記①及び②の機能を有する機器で市が指定するもの
 - ① 離れて暮らす家族からの画像、動画などを受信できる機能を有するもの
 - ② 離れて暮らす家族が、対象世帯宅の室内環境が確認できるなどの見守り機能を有するもの

- ◎助 成 内 容
- 対象機器購入に要する費用に対して、最大3万円を上限に助成します。（設置費、通信料等は対象外）

【令和7年4月1日時点の対象機器】

まごチャンネル with SECOM



TQ タブレット



見守りロボットユピ坊



見守りロボット EBO



BOCCOemo LTE モデル
Powered by ネコリコ



マゴコロボタン



ちかく



はいかい高齢者等見守りSOSネットワーク事業

認知症等で行方不明になるおそれのある方に、スマートフォンで読み取ると地域包括支援課、警察の連絡先が表示される見守りQRシールを配付し、所在不明時の早期発見・保護を図ります。

- ◎登録対象者 認知症等により道がわからなくなり家に帰れなくなるおそれのある高齢者等
- ◎配付内容 見守りQRシール 10枚（反射仕様で靴や服・鞆等に貼ることができます）
- ◎費用負担 無料
- ◎その他 登録対象者のご家族等からの事前届出が必要です。
（※本人写真の添付が必要）



8 「見守り」から「支え合い」へ

(1) 地域の福祉力を高める

～ひとりにしない、ひとりでしない～

- 「無関心」から「関心」へ
 - 「知っている」から「関わっている」へ
 - 「気になる人」から「気にかける人」へ
 - 「支援する側、される側」から「お互いに気につけ合う住民」へ
- プライバシーに配慮しながらも非常時に備え、緊急連絡先を知り、つなげる先を知っておく。



(2) 段階

- 第1段階 つながりづくり
- 第2段階 見守り
- 第3段階 生活支援（ちょっとした困りごとの支援、支え合い）

(3) ご近所エリア（近隣・隣保）での支え合い

小地域で開催のサロンや喫茶でのつながりを活かしつつ、何気ない日常に目を凝らし、暮らしの課題を抱えている人を早期に気づき、お互いさまで支え合いを始めることができればより良くなります。

また、暮らしには、福祉の制度だけでは対応できない、ちょっとした困りごとの課題があります。

現代では、お隣も、そのお隣も高齢者世帯ということも多いですが、ご近所同士や隣保で、ゴミ出し（大型、古紙等を含む）、電球交換、草むしり、買い物等の簡単な手伝いや生活支援があれば、福祉力のある地域となります。



自分自身の生きがいや自己実現として

高齢社会、そして、社会情勢の変化や核家族化の進展に伴い一人暮らし高齢者が増加する中では、地域の人々、友人、世代間を超えた人々との間の「顔の見える」助け合いにより行われる「共助」がより大切となっています。

「共助」は強制力を伴うものではありません。あくまで自発的意思によって他を思う気持ちから行われるもので、他者を支えるだけでなく、**他者からの承認や尊敬を通じて自分自身の生きがいや自己実現にもつながり、支える人と支えられる人の両者にとっての人生と生活の質を豊かにするもの**といえます。

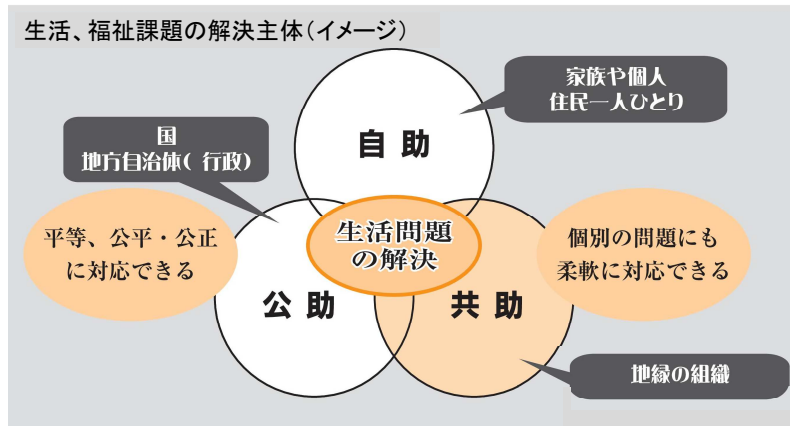
さらに、地域コミュニティのつながり、絆の構築に向けても重要な役割を果たすと考えられます。

また、高齢者の多様な経験や知恵を活かし、高齢者が子育て世代等の若い世帯を支え、逆に子どもや若者が高齢者にスマホ等のITについて教える等、世代間の交流が図られると、「地域力」は強くなります。

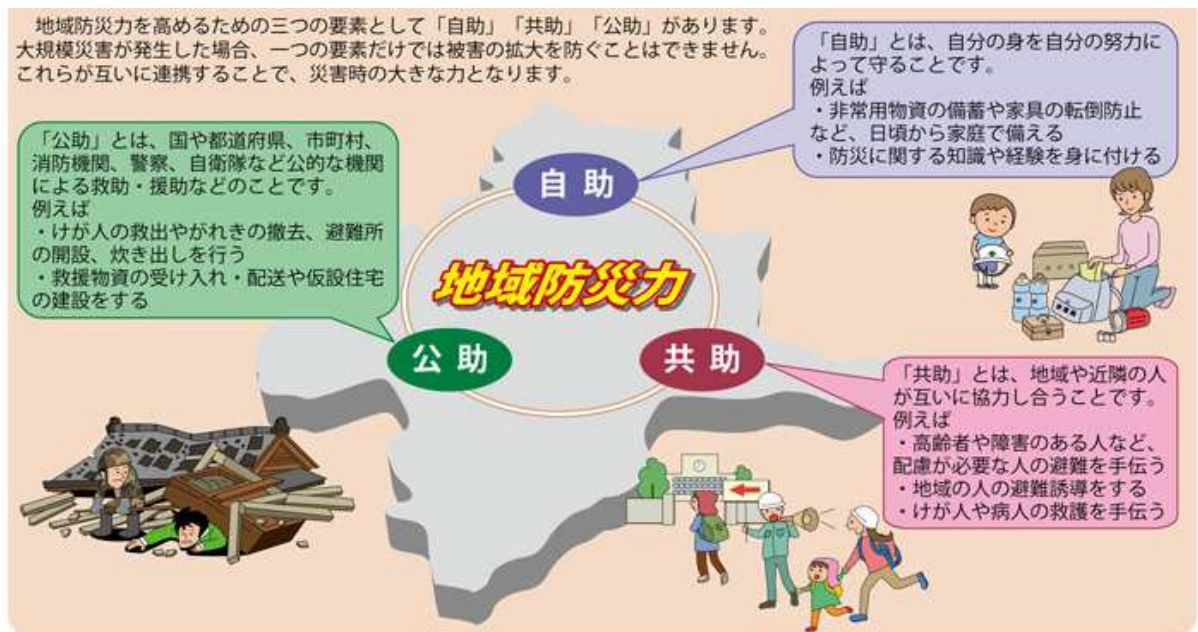


～ 災害時に大切な共助 ～

(1) 生活、福祉課題の解決主体



(2) 災害時の地域防災力



・普段から住民付き合いを

石巻市民生委員児童委員協議会副会長 鶴坂隆さん(72)＝東日本大震災の経験者

2004年の台風被害を教訓に、宮城県石巻市では高齢者や障害者にあらかじめ支援者を割り当てる「防災ネットワーク」を構築してきた。どの程度、人の手を借りないと逃げられないかで基準をつくり、要支援者1人に対し支援者を1人または2人決めた。

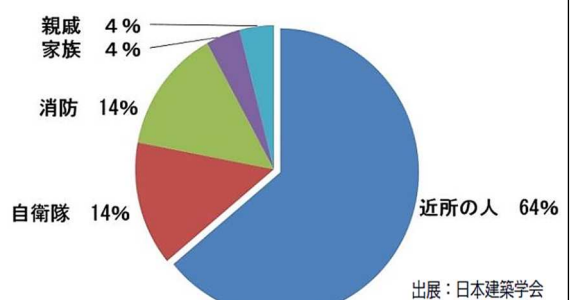
この仕組みは11年の東日本大震災の際にも機能した。ただ、支援者の責任と負担が大きいため、その後は停滞している。支援者の面的な拡大やグループ化も必要と考えている。

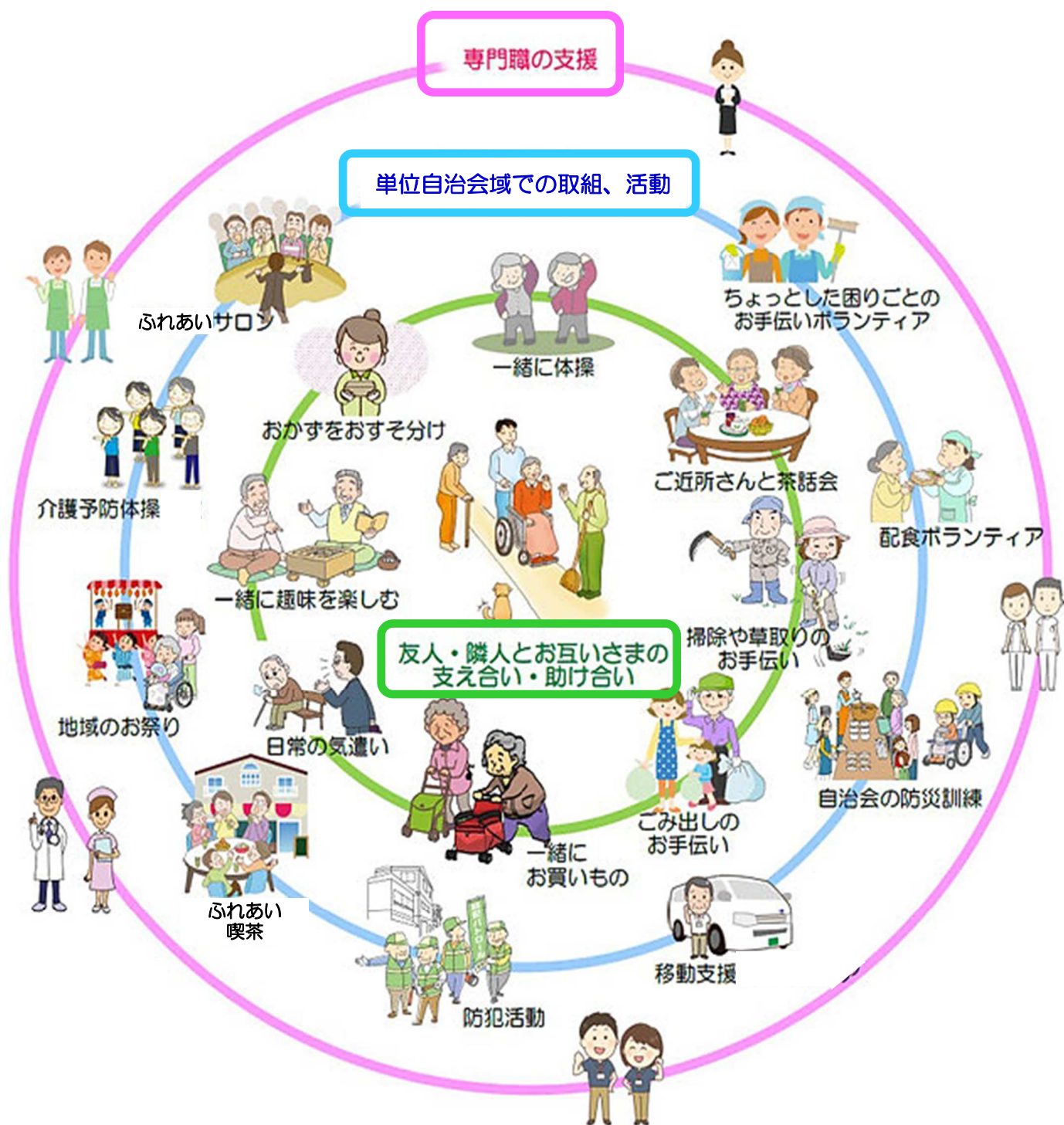
阪神大震災を経験した人が「顔見知りから助けた」と証言するのを聞いたことがある。普段の付き合いや声かけが、いざという時の手助けになり、命を救うのではないか。地域内で顔見知りを増やすために自分たちの住む地域では、クリスマス会や餅つき、ハイキングなどで町内のコミュニケーションを盛んにしようと努めている。



阪神・淡路大震災 共助で70%の方が助かる

阪神・淡路大震災で、被災した方々へのアンケート結果では、自助(家族、親戚)と共助(近所の人)の支援で助かった方が約70%でした。このことから自助と共助の重要性、公助の限界がわかります。





9 福祉専門職へつなぎ、連携へ

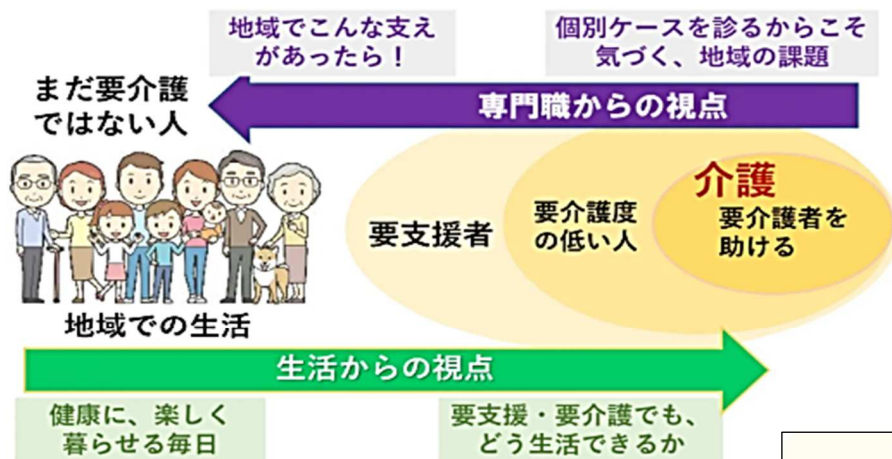
～人と人とのつながりそのものがセーフティネット～

地域にある課題は、住民の活動だけで解決できるとは限りません。地域には市や社協を始め、住民の暮らしを支える様々な専門機関や事業所が存在しています。

埋もれていた課題や問題が発見された時、専門職へつなぎ、早期にきめ細やかな対応を図りたいものです。

住民にとっては専門職と知り合い、つながっていくことは大切であり、また、専門職にとっても支援できる範囲や内容は限られていますので、地域のキーパーソンを知り、互いに地域と連携しながら、プライバシーの保護を原則として、地域に居住し在宅生活をされる要支援者を見守ることが大切となります。

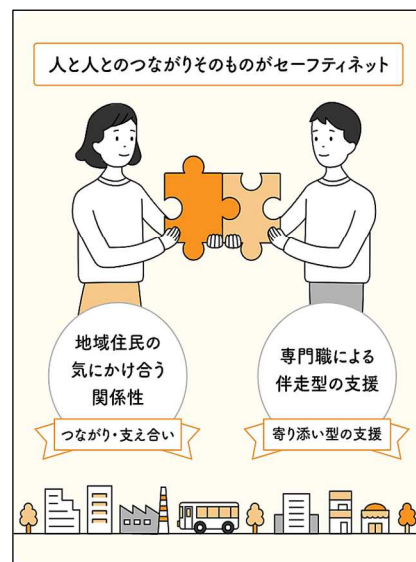
福祉等の専門職と住民では、同じことを違う文脈でみています。



高齢者が安心して生活できるためには、本人及びその家族にとって、何かあった時に対応してくれる人がいないことへの不安を払拭し、いざという時に医療や介護が受けられる環境があるという安心感を醸成する必要があります。

地域で尊厳を持って生きられるよう、医療、介護、住まいのサービス、生活支援が切れ目なく有機的かつ一体的に提供される地域包括ケアシステムを確立していくことが大切となります。

その際には、そこに行けば必要なケアの情報が得られるというワンストップの仕組みを構築することが重要であり、総合相談、包括的・継続的ケアマネジメント、虐待防止、権利擁護等の機能が最大限に発揮できるような機能強化等が求められます。



10 その他

特集

令和6年度 圏域協議体報告

5つの中学校区で
地域共生社会に向けて
つながりから見守りへ、
見守りから支え合いへと
つなぐ地域づくり

生活支援体制整備事業における「圏域協議体」は、地域づくりの推進力として、住民が参加し、協議する場となっています。

社協はたつの市から委託を受けて、日常生活圏域である中学校区毎（龍野東・龍野西・新宮・揖保川・御津）に圏域協議体を設置し、運営しています。

令和6年度圏域協議体では、「誰ひとり取り残さない地域づくり～つながりについて考える～」をテーマに、介護支援専門員等の福祉専門職との意見交換1回を含む計7回の協議を各圏域で行いました。



龍野東

●集いの場に来られない方に絵手紙を投函し、お誘いしながら心がつながる新たな試みについて協議



新宮

●昨年、圏域協議体メンバーで移動店舗販売時にサロンを開設。今年度、その時に気づいた内容も意見交換



揖保川

●地域への関心が薄れてきた若者の参加について協議



御津

●住民、専門職の目線から地域の実情と見守り活動について話し合う福祉専門職との合同会議

(1) たつの市社協だより (令和7年3月10日 No.117)



●防災訓練を活用したつながりづくりを意見交換

**「人や社会とのつながり」
を持ちながら暮らすこと**

「地域に子どもがいない」「周りは高齢者ばかり」と少子高齢社会を実感する現代。また、地域の姿は新型コロナ以後で大きく変化し、多様な価値観や生活も出てきています。

ある研究結果(※)で、社会とのつながりが少ない人の生活様式は死亡率に一番大きく影響を与えることがわかっています。

このような時代背景を踏まえながら、各圏域協議体のメンバーは、住民目線か

ら様々な角度で、地域でのつながりづくりへの思いや具体的な取組について、熱心に意見を交わしました。

地域の実態では、ご近所で暮らしていてもあいさつもままならないことや昔からの隣人が減り、いわゆる井戸端会議が無くなるなどで、つながりが少なくなってきたこと、様々な事情で外出しづらい人は孤立しやすいことが語られました。

そして、全国各地で発生する自然災害や阪神・淡路大震災から30年を振り返り、すべての人の生活の基盤となる地域で、「平時から人や社会とのつながりを持ちながら暮らすことが大切である」と確認されました。

社会との接点ができることで、要介護状態や加齢により虚弱となるフレイル予防にもなります。

このような中で、地域組織の核である自治会は、三世交代など、伝統行事や活動を創意工夫し実施して

おられます。「居住する人たちが出会い、ふれあい、交流し、人と人とのつながりの輪を広げてほしい」と、自治会には大きな期待が寄せられました。

同じ地域に住む人が持つ縁を通じたつながり、そして、形成されたつながりから「見守り」「支え合い」という関係を築くには、お互いさまの関係を根差した自治会、特にご近所エリア(近隣・隣保)は、重要なエリアであるとの意見が出されました。

「つながり」から「見守り」のある地域へ

○「無関心」から「関心」へ
○「知っている」から「関わっている」へ
○「気になる人」から「気にかける人」へ

と心掛けていくことで、「見守り」のある地域へと変わっていくことが共有されました。地域の中に自分を知って、自然と気にかけるようになること、信頼関係がで

き、困った時に「助けて」と言える相手がいることが安心して暮らせる地域となることは言うまでもありません。

社協が推進し、住民主体により自治会の公民館などで開かれるふれあいサロンや喫茶を中心とした居場所では、介護予防や見守りなどにとって大きな意義や効果があります。

このように、令和6年度圏域協議体では、地域のつながりづくりのほか、令和5年度実施の食料品の買い物ニーズについてのアン

ケート調査において、移動販売やインターネット・スマホの使い方相談などの話も出ました。

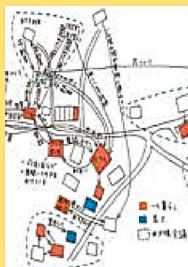
数々の貴重な意見や情報は取りまとめて冊子とし、順次市民の皆様にお知らせいたします。

また一方で、地域福祉を推進する使命を持つ社協は、地域共生社会に向け、認知症や障害特性などを誰もが理解し、差別や偏見を含む孤立や排除がない地域となるよう、各種事業活動を通じた啓発と実践を引き続き行っていく予定です。

**「見守り」から「支え合い」へ
支え合いマップづくり**

孤立と福祉課題に気づける地域づくりとして、座談会を通じ、支え合いマップを作成します。いわゆる「向こう三軒両隣運動」です。情報を地図上に見える化する手法で、効果的な安否確認につなげていきます。

これまでに48自治会が取り組んでいます。



(2) 令和6年度 圏域協議体開催月日

龍野東圏域協議体

回	日	場所
1	8月 6日 (火)	ピアさぽーとセンター
2	9月 3日 (火)	ピアさぽーとセンター
3	10月 1日 (火)	ピアさぽーとセンター
4	11月 5日 (火)	ピアさぽーとセンター
5	12月 3日 (火)	ピアさぽーとセンター
6	1月 30日 (木)	ピアさぽーとセンター

〈日常生活圏域ケア会議合同〉

1	8月 21日 (水)	福祉会館
---	------------	------

龍野西圏域協議体

回	日	場所
1	8月 7日 (水)	ピアさぽーとセンター
2	9月 4日 (水)	ピアさぽーとセンター
3	10月 2日 (水)	ピアさぽーとセンター
4	11月 6日 (水)	ピアさぽーとセンター
5	12月 4日 (水)	ピアさぽーとセンター
6	1月 29日 (水)	ピアさぽーとセンター

〈日常生活圏域ケア会議合同〉

1	10月 17日 (木)	揖西コミセン
---	-------------	--------

新宮圏域協議体

回	日	場所
1	8月 5日 (月)	ふれあい福祉会館
2	9月 6日 (金)	ふれあい福祉会館
3	10月 8日 (火)	ふれあい福祉会館
4	11月 8日 (金)	ふれあい福祉会館
5	12月 6日 (金)	ふれあい福祉会館
6	1月 24日 (金)	ふれあい福祉会館

〈日常生活圏域ケア会議合同〉

1	12月 17日 (火)	新宮総合支所
---	-------------	--------

揖保川圏域協議体

回	日	場所
1	8月 2日 (金)	揖保川総合支所
2	9月 10日 (火)	揖保川総合支所
3	10月 8日 (火)	揖保川総合支所
4	11月 15日 (金)	揖保川総合支所
5	12月 10日 (火)	揖保川総合支所
6	1月 21日 (火)	揖保川総合支所

〈日常生活圏域ケア会議合同〉

1	10月 18日 (金)	揖保川総合支所
---	-------------	---------

御津圏域協議体

回	日	場所
1	8月 1日 (木)	やすらぎ福祉会館
2	9月 5日 (木)	やすらぎ福祉会館
3	10月 3日 (木)	やすらぎ福祉会館
4	11月 7日 (木)	やすらぎ福祉会館
5	12月 5日 (木)	やすらぎ福祉会館
6	1月 16日 (木)	やすらぎ福祉会館

〈日常生活圏域ケア会議合同〉

1	12月 16日 (月)	やすらぎ福祉会館
---	-------------	----------

〈場所の略称〉

福祉会館

→たつの市福祉会館

揖保川総合支所

→たつの市揖保川総合支所

ふれあい福祉会館

→たつの市新宮ふれあい福祉会館

新宮総合支所

→たつの市新宮総合支所

やすらぎ福祉会館

→たつの市御津やすらぎ福祉会館

(3) 令和6年度 圏域協議体構成員

〈敬称略〉

龍野東圏域協議体

	氏 名	区 分
1	横田 京悟	社協会長(支部運営委員長)
2	山口 雅文	自治会・小地域福祉活動推進者(大住寺)
3	三浦 均	自治会
4	藤田 聡	障害者福祉施設
5	田中 智英	ボランティア協会
6	黒田 勤	老人クラブ連合会・小地域福祉活動者(長真)
7	森崎 正良	身体障害者福祉協会
8	矢野 一隆	手をつなぐ育成会
9	徳永 一夫	自治会
10	山口 智子	民生委員児童委員・小地域福祉活動者(大住寺)
11	山本富士子	老人クラブ連合会
12	肥塚 康子	ライオンズクラブ
13	玉田美佐代	更生保護女性会
14	辻 のりよ	民生委員児童委員・小地域福祉活動者(片山小宅台)
15	野村 佐知	子育てネットワーク推進会議

龍野西圏域協議体

	氏 名	区 分
1	横田 京悟	社協会長(支部運営委員長)
2	船引 真永	民生委員児童委員
3	苗村 清文	自治会・小地域福祉活動者(北沢)
4	北村 榮藏	民生委員児童委員
5	常城 眞弓	社会福祉知識経験者
6	徳永 耕造	自治会
7	真田 忠敏	自治会・小地域福祉活動者(上川原)
8	安井 孝夫	ボーイスカウト
9	瀧口 京子	ボランティア
10	岡本 栄里	小地域福祉活動者(新宮)
11	加瀬ゆり子	小地域福祉活動者(長尾)
12	崎島 雅子	小地域福祉活動者(長尾)
13	小林 國子	老人クラブ連合会
14	喜多 敦子	子育てネットワーク推進会議
15	小川 諒子	子育てネットワーク推進会議

新宮圏域協議体

	氏 名	区 分
1	藤川 政之	社協副会長(支部運営委員長)
2	石井 栄造	フォーラム参加者
3	石井 靖敏	ボランティア
4	糸数 茂美	主任児童委員
5	緒方 光男	自治会長・小地域福祉活動者(北村)
6	家納 昭次	ボランティア
7	河井 由一	自治会長・小地域福祉活動者(砂子)
8	岸井 和義	民生委員児童委員・小地域福祉活動者(福栖)
9	田中 一典	自治会長・小地域福祉活動者(香山)
10	西本喜久子	ボランティア
11	原田 智子	ボランティア
12	富賀見マユリ	ボランティア
13	藤井 泰彦	自治会長・小地域福祉活動者(上筋原)
14	森本 典子	手をつなぐ育成会
15	八木 和則	老人クラブ
16	保田 義	自治会長・小地域福祉活動者(千本)
17	今江 伸	自治会長・小地域福祉活動者(牧)
18	北山 高行	民生委員児童委員
19	井伊香代子	更生保護女性会・小地域福祉活動者(平野)
20	橋本伊津子	社会福祉知識経験者・小地域福祉活動者(吉島)
21	馬島都有子	民生委員児童委員
22	小林 理人	老人福祉施設
23	山根 昌之	障害者福祉施設
24	吉田 恵子	ボランティア
25	松下 晶喜	ボランティア
26	家氏 孝蔵	身体障害者福祉協会

揖保川圏域協議体

	氏 名	区 分
1	満田 里美	社協副会長(支部運営委員長)
2	房安 勝利	自治会
3	尾崎 三雄	民生委員児童委員
4	林坂三枝子	小地域福祉活動者(野田)
5	宮崎 一也	老人福祉施設
6	堀 良尚	児童福祉施設
7	松本 正一	ボランティア
8	曾谷 和行	老人クラブ連合会
9	曾谷 育子	社会福祉知識経験者
10	東山 嘉弘	社会福祉知識経験者
11	桃川 典久	自治会
12	松本 好男	民生委員児童委員
13	山口さとみ	民生委員児童委員
14	高瀬 勝伸	障害者福祉施設
15	中川 一子	ボランティア・小地域福祉活動者(原)
16	米津 武彦	老人クラブ連合会
17	平田 達美	手をつなぐ育成会
18	満田 保	身体障害者福祉協会
19	中山ゆかり	社会福祉知識経験者
20	中元 博章	自治会
21	武本 一秀	社会福祉知識経験者
22	西口 小夜子	ボランティア

御津圏域協議体

	氏 名	区 分
1	木村 信司	社協副会長(支部運営委員長)
2	除石 陽子	ボランティア協会・小地域福祉活動者(室津3区)
3	上田 照一	社会福祉知識経験者
4	高田 満	自治会・小地域福祉活動者(東釜屋)
5	山下 勝	自治会・小地域福祉活動者(栄町)
6	市川 直人	自治会・小地域福祉活動者(室津4区)
7	竹林 龍峰	民生委員児童委員・小地域福祉活動者(岩見港)
8	東山久美子	民生委員児童委員・小地域福祉活動者(加家)
9	高部 香	ボランティア協会
10	市岡 秀雄	老人クラブ連合会
11	山本 正則	ボランティア
12	塩谷 紀子	保護司会
13	中原 陽子	民生委員児童委員・小地域福祉活動者(栄町)
14	孝橋 利巳	福祉委員
15	古結 正行	小地域福祉活動者(御津新町)
16	鷲尾 由紀	高齢者福祉施設
17	肥塚 早苗	ボランティア協会・小地域福祉活動者(片)
18	嶋津 修治	手をつなぐ育成会
19	細見 英子	身体障害者福祉協会
20	副島 茂	社会福祉知識経験者
21	北山さゆり	一般(介護事業経営者)
22	勝間 勝一	社会福祉知識経験者
23	今岡 早苗	子育てネットワーク推進会議
24	肥塚 康子	一般
25	三宅 春代	一般
26	小林 晴子	一般

全104名

「つながりから見守り、見守りから支え合い」

〈発行〉 令和 8 年 3 月

〈編集〉 社会福祉法人たつの市社会福祉協議会

〒679-4167 たつの市龍野町富永 4 1 0 番地 2

電 話 : 0791-63-5106

F A X : 0791-63-5108

この冊子は、たつの市から受託した令和 7 年度生活支援体制整備事業に係る
圏域協議体運営業務により作成しています。