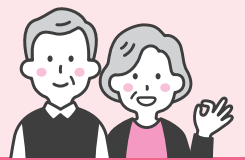


# “たつので暮らす・はじめる”を支援



# 誰もが安心して暮らせるまち

— 高齢期を支える活動と相談体制 —



## 高齢になっても、住み慣れた地域で自分らしく過ごしたい

たつの市では、いきいき百歳体操を通じた「健康づくり」、「仲間づくり」や地域包括支援センターを核とした困りごとに寄り添う相談体制を整えています。  
このページでは、人と人のつながりを育むいきいき百歳体操と、困りごとの相談先として頼れる地域包括支援センター・ふくし総合相談窓口をご紹介します。

▼地域包括支援課（☎64・3125）

### いきいき百歳体操グループ あっとほーむ（揖西町） 代表 岡本さん



始めたきっかけは、いきいき百歳体操に参加したことで、「地域みんなが集まれる場があればいいな」と思ったことです。

協力者は、みんなの口コミで増えています。また、最初は百歳体操のみを行っていたんですが、みんなで集まってお菓子を食べて談笑するようにもなりました。そうしている中、卓球台を寄贈いただく機会があり、ピンポン教室が始まりました。いきいき百歳体操がきっかけで地域の輪が広がっています。

### 保健師（地域包括支援課）

いきいき百歳体操が地域に広がることは、介護予防として体を動かすだけでなく、「最近どう？」「困っていない？」と声を掛け合う場が生まれ、地域の見守りにもつながります。市では、新しくグループをつくりたい方への立ち上げ支援も行っており、無理なく続けられるようサポートしています。体操もイスに座ってできる体操なので、体力に自信がない方でも気軽に参加でき、新しい仲間づくりにもつながります。新しいグループの立ち上げやいきいき百歳体操に参加希望の方は、地域包括支援課にご連絡ください。



## 人の温かさが息づく、たつの市の暮らし

進学や就職で一度離れた方からも、「やっぱり戻りたい」と選ばれるまちへ。歴史ある町並みや住む人の温かさにひかれて、移住や創業の動きが広がっています。日々の移動を支える公共交通サービスも充実し、暮らしの安心感につながっています。たつの市が持つ魅力を、移住者の声を通してお伝えします。



### 「また、たつのへ」の気持ちを込めて

住む人の温かさと歴史的な風景が調和するたつの市。たつの市で生まれ、現在市外で暮らしている方にとっても、戻りやすく、また新しい挑戦ができるまちになっています。「いつでも、たつの市へ帰ってきてください」とそんな思いを込めて、移住者 横田さん親子の声を紹介します。

### 古い町並みにひかれて

長く医療の現場で働いてきた横田さんは、たつの市龍野伝統的建造物群保存地区（龍野伝建地区）を訪れたことをきっかけに、たつの市の落ち着いた雰囲気を感じ移住を決めました。「坂が少なく、役所やお店が集積していて暮らしやすい」という日常の利便性に加え、歴史を感じる町並みや温かい人柄の方が多いことにもひかれたといいます。



### 創業が息づくエリアに

現在は創業支援事業補助金の申請を行い、古民家を改修して事業に挑戦中。近所の方から声をかけてもらったり、お店同士が自然に助け合ったりと、地域のつながりを実感しているそうです。「応援してもらっているのがうれしい」と、龍野伝建地区に芽生えつつある新しいにぎわいを感じています。

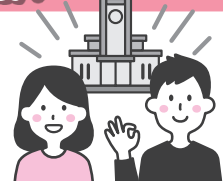
### 暮らしの足を支える「便利さ」

たつの市での生活のしやすさを支えているのが、市内を運行するたつの市コミュニティバスや、予約を行うことで利用できる市民乗り合いタクシー「あかねちゃん」の存在です。「自家用車を使わなくても行動の幅が広がるので助かります」と横田さん。また、自家用車で移動するときも太子竜野バイパスや山陽自動車道にアクセスしやすく、日々の買い物や通院、市外への移動がスムーズな点も魅力とのこと。

## たつの市若者・子育て世帯応援パック ▶町おこし課（☎64・3167）

### 若者の奨学金返還を応援！

市内に定住し、貸与型奨学金の返還を行う30歳未満の若者を対象に、最大**108万円**補助します。



### 若者の結婚新生活を応援！

結婚新生活を送る新婚世帯を対象に、住宅購入費、賃貸・共益費等を最大**60万円**補助します。



### 転入者・若者の住宅取得を応援！

転入者や市内在住の40歳以下の夫婦等で、住宅取得をされた方を対象に、奨励金を**30万円**交付します。

18歳未満の子ども1人につき、**10万円**の加算あり！



詳しくは、  
たつの市定住促進サイトを  
ご覧ください。▶



### イチオシの助成制度

#### ICTを活用した高齢者見守り機器の 購入費用の助成

離れて暮らす家族が高齢者を  
見守る 詳細は、こちらから▶



#### 65歳以上の方の補聴器購入費助成

コミュニケーションを支援  
詳細は、こちらから▶



▶高年福祉課（☎64・3152）

### 地域包括支援課

#### 地域包括支援センター （☎64・3197）

高齢者の皆さんが安心して暮らし続けられるよう、介護や健康、生活の困りごとを総合的に受け止める相談窓口です。保健師や社会福祉士、主任ケアマネジャーが連携し、必要に応じて地域や関係機関とつながりながら、日々の暮らしを支える役割を担っています。



#### ふくし総合相談窓口 （☎64・3270）

暮らしの中でさまざまな不安や困りごとを抱える方や世帯に寄り添い、解決に向けたサポートを行っています。複数の課題が重なって一つの窓口だけでは対応が難しい場合でも、庁内の担当課や外部の関係機関と連携しながら、状況に応じて支援を調整します。誰に相談すればよいかわからないときはご相談ください。

