

誰かではなく誰もが。

地域共生社会を考える



人生100年時代といわれる今日、私たちが生活する上で抱える問題は複雑化・複合化しており、身近な地域での支え合うことの重要性が改めて見直されています。

子どもから高齢者まで、誰もが安心して幸せに暮らすことのできるまちをつくるために今できることは何か、考えてみませんか。

問 保健福祉総務課 ☎(632)2919

社会の変化に伴う 人間関係の変化

人口減少や少子高齢化が本格化し、将来への不安が広がっている今日、皆さんには、身近に日常生活における不安や悩みを相談できる相手がいますか。また、気軽に訪れることのできる場所はありませんか。

かつては、家族の強い結び付きやご近所付き合いが当たり前のようになり、地域の中で周囲が変化に気付き、支え合うという人間関係が身近にありました。

しかし、工業化に伴う人々の都市部への移動や核家族化の進行、共働き世帯の増加など、私たちが取り巻く環境が変化したことに伴い、家庭や地域の在り方も変化し、これまで家庭や地域が果たしてきた役割の一部を行政が代替する必要性が高まってきました。このため、高齢者・子ども・障がい者など、対象者ごとに公的な相談体制や支援制度が整備され、行政サービスの充実が図られてきました。

複雑化・複合化する問題

現在、地域社会においては、従来の福祉サービスの活用が困難、

であったり、子育てや介護、貧困や障がいなど複数の問題を同時に抱えたりするなど、複雑化・複合化した問題を抱える人が増加する傾向にあります。

このような個人や世帯が抱える問題をスムーズに解決していくためには、高齢者・子ども・障がい者など、全ての世代の問題を分野の隔てなく丸ごと受け止め、地域のさまざまな機関が連携して包括的に対応していくことが重要です。

本市では現在、市役所や地区市民センターなどに設置した「保健と福祉の相談窓口」などで相談に応じ、専門機関へつなぐ、関係機関と連携するなどの支援を行っています。

地域で安心して暮らすため 人と人のつながりの再構築

複雑化・複合化した問題を抱える人の中には、「相談することもできない」「どこに相談したら良いかわからない」といった、相談するにも苦労してしまう現状があります。そこで、すべての人の生活の基盤となる場所である「地域」で、不安や悩みを気軽に相談できるようにすれば、早期解決につなげることができます。

つながりある地域にしていこう

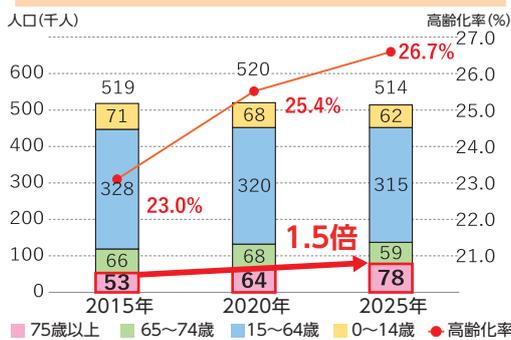
データで見る 宇都宮市の今とこれから

本市においては、2018年に人口減少に転じ、少子化が急速に進行するとともに、2025年には、高齢化率が26.7%になると推計されています。特に75歳以上の人は、2015年に比べて約1.5倍に増加します（グラフ1）。

また、「ひとり暮らしの高齢者世帯」「要介護・要支援認定者」は、1.3倍以上に上昇することが見込まれています（グラフ2・3）。

少子化・核家族化が進む中、迫りくる超高齢社会に対応し、すべての人が幸せに暮らせる社会をつくるためには、地域の皆さんの協力が不可欠となります。

グラフ1
年齢別人口と高齢化率の推移(宇都宮市)



グラフ2
ひとり暮らしの高齢者世帯数の推移(宇都宮市)



グラフ3
要介護・要支援認定者の推移(宇都宮市)



Q 地域共生社会って どんな社会なの？



簡単にいうと……

地域共生社会とは、年齢や性別・障がいの有無などにかかわらず、すべての人が自分らしく幸せに暮らすことのできる社会のことです。

市民の皆さんがさらに安心して幸せに暮らせる社会を目指して、本市でもさまざまな取り組みが動き出しています。



キーワードは
「我が事」「丸ごと」だよ！



ためには、地域に生活するさまざまな人たちの問題を「他人事」ではなく「我が事」として考え、住民同士がつながり、支え合うことが大切です。

**宇都宮市の目指す姿
地域共生社会とは**

国は、日本の未来像として、すべての人々が地域、暮らし、生きがいと共に創り、高め合うことができる「地域共生社会」の実現を掲げています。

本市では、「地域共生社会」を実現するため、人と人、人と相談機関や機会を世代や分野を超えて「丸ごと」つなげることで、

住民一人ひとりの暮らしと生きがいや地域を共につくっていく社会を目指していきます。

また、このような公的な取り組みに加え、制度や分野ごとの「縦割り」や「支え手」「受け手」という関係を超えて、年齢・性別・障がいの有無にかかわらず、すべての地域住民や、さまざまな団体が「我が事」として参画することが大切です。

地域共生社会の実現に向けて、高齢分野では現在、先行して地域包括ケアシステムの構築などの取り組みが始まっています。

今回の特集では、動き出しつつある「我が事」「丸ごと」に向けての取り組みを紹介します。

相談できる人・場所がすぐそこに。



本市では現在、それぞれの機関で受け付けた相談は、必要に応じて関係機関や専門機関と連携して、支援を行っています。

今後、ますます増加する複数の問題を抱える人の相談に寄り添い、より一層、円滑に対応できるよう、市民の皆さんが分かりやすく、相談しやすいシステムづくりを進めていきます。

子育てや高齢者の相談など
どこかに相談したい……

ID 1004786

保健と福祉の相談窓口

市役所本庁舎と市内4カ所の地区市民センター(富屋・河内・平石・姿川)で、保健師や保育士などが、相談に応じます。

相談を丸ごと受け止め、情報提供や利用に向けたアドバイスを行う他、関係する部署や外部機関へつなげます。

問 保健福祉総務課 ☎(632)2941

職員の声

妊娠期から子育て期、成人・高齢者の介護まで、健康や生活でお困りのことがありましたらご相談ください。

また、保健と福祉の相談で、どこの窓口に行けばよいか分からない場合など、お気軽にご利用ください。



保育士

小野塚 利実

保健師

齋藤 沙織

同居している父の介護が心配……

ID 1004293

地域包括支援センター

保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員などが中心となり、介護・福祉・健康の総合窓口として、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう支援します(市内25カ所)。

問 高齢福祉課 ☎(632)2356

子どもの発達が心配……

ID 1004240

子ども発達センター

18歳未満の子どもの運動や言葉、社会性などの発達について、医療・保健・福祉分野のさまざまな支援を総合的に行います。

問 子ども発達センター ☎(647)4720

相談できる場所があって 安心だね



障がいがあるけど、
一人で生活できるようになりたい……

ID 1004191

障がい者生活支援センター

障がいの種類にかかわらず、地域で生活している障がい者や家族の相談に応じ、必要な支援を行います(市内6カ所)。

問 障がい福祉課 ☎(632)2365

仕事が続かない……
学校に行きたくない……

ID 1004173

青少年自立支援センター「ふらっぷ」

おおむね15～39歳の青少年とその家族を対象に、ニート、ひきこもり、不登校など、若者の総合相談や、自立や非行に関する悩みの相談に応じます。

問 ふらっぷ ☎(633)3715

生活で困っていることがある……

民生委員

児童委員も兼ね、それぞれ担当地域を持っています(39地域813人)。行政などにつなぐパイプ役として、地域の人の悩みや身近な困り事の相談に応じます。

詳しくは、6ページをご覧ください。

生活が苦しく、住まいや子どもの
教育などに不安がある……

自立相談支援機関(市社協)

就労・心身・地域社会からの孤立などの生活での困り事や、不安を抱えている人の状況に応じて相談などを行い、自立を支援します。また、必要に応じて、就労に向けた準備や子どもの学習、家賃の一部助成など、関連事業につなげます。

問 自立相談支援機関 ☎(612)6668

職員の声

仕事や生活の困り事があつたら、電話や来所などでお気軽にご相談ください。解決策を一緒に考え、さらに自分で就職活動や生活ができる力をつけてもらえるようにサポートしています。



市社会福祉協議会

森 裕行さん

地域の福祉について
どこに相談すればいいかわからない……

市社会福祉協議会

誰もが住み慣れた地域でいつまでも暮らし続けることができる「向こう三軒両隣型の地域社会の実現」に向け、市内39地区の地域社会福祉協議会と共に、地域の生活・福祉課題の解決に向けた取り組みや体制づくりをお手伝いしています。

問 市社会福祉協議会 ☎(636)1215

我が事



人と人がつながる地域づくり

高齢者や障がい者、子どもなど、すべての人が住み慣れた地域で共に支え合いながら、自分らしく幸せに暮らすためには、改めて人と人とのつながりを見直し、地域の問題を「我が事」として考えていくことが大切です。

地域に住む人を知ることは、人と人がつながり、支え合う地域をつくるはじめの一歩です。まずは、今できることから始めてみませんか。

ステップ Step1

「あなたとの交流で元気になる人がいます」 交流して地域に住む人を知る

世代や性別などを超えて交流することは、地域に住む人を知ることに繋がります。

気軽にできることから始めてみましょう。

- こんなことも地域を知る一歩です
- ▼ 日ごろからあいさつをする。
- ▼ 自治会に加入する。
- ▼ 地域の体育祭や文化祭などのイベントに参加する。

Aさんの地域づくり



Bさんの地域づくり



ステップ Step2

「あなたが気付き、つなぐことで救われる人がいます」 気付いて見守る

日頃からの交流は、地域の人を見守り、その変化に気付くことに繋がります。

気になることがあったら、声を掛けてみましょう。

- こんなことも気付きの一つです
- ▼ 頻繁に子どもの泣き声がある。
- ▼ 郵便受けに郵便物がたまっている家がある。
- ▼ ひとり暮らしの高齢者の〇〇さんを最近見掛けない。



ステップ Step3

「いつかはあなたも支えられる側になるかもしれません」 お互いに支え合う

気付きを支援につなげ、地域の人々の困り事や問題を自分のこと「我が事」として受け止め、支え合うことが大切です。

- 支え合いにつながるアクション
- ▼ 育児に悩んでいる人がいるから相談に乗ろう。
- ▼ 高齢者や障がいのある人が困っているようだから、お手伝いできることがないか聞いてみよう。
- ▼ 地域の人々が集まって交流できる居場所づくりやイベントを企画しよう。



このページでは、動き出した地域での取り組みを紹介합니다。



地域の居場所が欲しいという気持ちをカタチに

高齢者に限らずみんなが集まれる場所を

地域包括支援センターきよすみが担当する昭和・戸祭地区に住む人たちから、地域の居場所がないという声が多くありました。

高齢者に限らず、地域の人が集まれる場所はないかと探していたところ、センターに隣接する沼尾病院が所有する、空き家を提供いただきました。センターと病院職員が力を合わせて改修し、「思いやりサロン清住」が完成しました。サロンでは、毎月第3金曜日に、看護師などが健康診断や日常の悩み相談を受ける「まちの保健室」が開催され、地域の皆さんからも「話し合う場所ができてよかった」という声が上がっています。



地域包括支援センターきよすみ
センター長 岡田 ケイさん

アンケートで見えた地域と関わりたい人の多さ

7月に初開催したまちの保健室の参加者に、サロンに関するアンケートを取ったところ、「サロンを活用したい」と答えた人の3分の2が、「サロンのお手伝いをしたい」と回答しました。このことから地域と関わりたいと気持ちを抱く人の多さを感じます。

誰でも気軽に相談できる「地域の窓口」でありたい

現在、老老介護やひきこもり、生活困窮など、外からは気付きにくい複雑化した問題が存在しています。

抱える問題を誰かに相談したくても、どこに言えばいいのか分からない人もいます。一人で抱え込まずに、気軽に話せる「地域の相談窓口」になることを目指していきます。

地域の声

地域包括支援センターは、何かあったときに気軽に相談できる、地域にとって心強い存在です。

また、地域では協力的な人が多いですが、なかなか気軽に集まれる場所がなく、残念に感じていました。なじみのある場所に「思いやりサロン清住」ができ、皆うれしく思っています。

人と集まらない状況が続いていますが、この場所を通して、さらに地域の輪が広がっていけばと思います。



かましま 釜島 和夫さん じゆんご 田代 純子さん



1,2 氷屋さんだった空き家を改修した、地域の皆さんが気軽に集まれる場所「思いやりサロン清住」 3 毎月第3金曜日には「まちの保健室」として、地域の皆さんの健康相談や悩み事相談を聞いています。

地域の心強い味方

地域の身近な存在／ 民生委員・児童委員を知っていますか？

地域の人々の悩みや困り事の相談に応じ、行政や福祉施設などにつなぐパイプ役として活躍する民生委員（市内813人）。児童委員も兼ねており、地域の身近な相談相手として必要な支援を行っています。生活の困り事があった時にはご相談ください。

- ▼相談できること 生活困窮者・障がい者・高齢者・子どもに関する問題や福祉全般に関する問題など。
- ▼担当の民生委員・児童委員 市では、39地区の連合自治会ごとに、民生委員・児童委員がいます。詳しくは、保健福祉総務課☎(632)2919へ。

困り事があれば気軽に相談してください

ひとり暮らしの高齢者が元気に生活しているか、訪問などを通して見守ったり、通りすがりに相談に乗ったり、ときには学校で読み聞かせや学習ボランティアをしたりと、活動はさまざまです。地域の人が喜んでくれたり、元気に過ごしている姿を見ると本当にうれしいです。これからも皆さんの声を聞き、支援へとつなげていきたいと思っています。



民生委員 ひやま 檜山 和子さん みのよ 影山 房與さん



市社会福祉協議会 地域福祉課
南部ブロック担当 富井 浩枝さん

私が担当する瑞穂野地区は、平成30年に「瑞穂野地区福祉のまちづくり計画」を策定しました。

この計画は、地域の生活・福祉課題を把握し、その解決のために今後どのような活動に取り組んでいくかをまとめたものです。

誰でも年を重ね、困り事を抱える可能性はあります。幅広い世代

オール瑞穂野で取り組んだ福祉のまちづくり計画

「思いやり」の気付きで地域を築く



の人に座談会に出席してもらい、課題を共有することで、「オール瑞穂野」となって取り組むことができたと思います。

当事者意識を持つ「我が事」

私たち地域担当職員は、地域でのさまざまな福祉活動がスムーズに行われるよう、行政や地域の多様な関係機関をつなぐなど、地域の皆さんの主体的な活動を支える存在だと考えています。

計画を推進する中で地域の皆さんの団結力が強まり、地域にある課題を「我が事」と捉え、解決に向けた取り組みが始まっています。

広がる「思いやり」の気付き・築き

今回のまちづくり計画に携わったことで、まちなかで困っている人を見つけ、自ら声を掛けられるようになったという声もありました。

地域の課題を把握し、解決策を見出す過程を経て、困っている相手に気付き、そして助ける「思いやりのある行動」につながったのだと思います。これからさらに、人々の「思いやり」の気付きや築きが広がっていくと感じています。

地域の声

瑞穂野地区では、平成30年に「福祉のまちづくり計画」を策定しました。最初は、福祉が何か分からないところから始まりましたが、継続して計画づくり、そして活動に取り組み、今では福祉の必要性を強く感じています。

なかなか人と集まらない状況が続いていますが、これからも、「オール瑞穂野」の精神で、地域でできることをやっていきたいと思っています。



金敷 恭之さん 鈴木 治さん



1福祉のまちづくり計画策定のため、地域の中学生から高齢者まで参加する住民座談会を開催 2・3中学生と一緒に、小学校であいさつ運動を実施し、地域のつながりを強めています。

トピック

今後の活動や取り組みに活かされます 地域別のデータ分析を進めています

皆さんで、健康づくりや介護予防、まちづくりなどに活用していただけるよう、各部署で保有しているあらゆる統計データを広く分野横断的に集積し、地域別のデータ分析を進めています。



皆さんの健康をサポートします 1004454 食生活改善推進員・健康づくり推進員

健康づくり・食生活のことで、悩みや困り事があれば、地域の各推進員にご相談ください。

- ▼食生活改善推進員 「私たちの健康は、私たちの手で」をスローガンに、食を通じた健康づくり活動を地域に根ざし行う、全国組織のボランティア団体です。
- ▼健康づくり推進員 運動・栄養・休養のバランスのとれた生活習慣を自ら実践するとともに、健康づくりを身近な地域の中に広めていく活動を行う市独自のボランティアです。

健康増進課 ☎(626)1126

多様性を認め合いながら 新しいつながりを

国際医療福祉大学准教授 **大石 剛史**さん

地域福祉が専門。現在は大学で、社会福祉士の養成などに携わり、自身も社会福祉士の資格を持つ。国際医療福祉大学ボランティアセンター長。



福祉の抱える現在の課題と 地域共生社会のこれから

―まず、社会福祉の現状をどのように考えますか。

現在、少子高齢化が進行し、地域が抱える課題も複雑化・多様化しています。行政サービスは、これまで縦割りシステムで運営されてきましたが、生活困窮者など、制度と制度の狭間に当てはまる人など、支援に結び付けられなかった事例が多かったのも事実です。50万人都市である宇都宮市においても、制度の狭間に埋もれている問題が少なからずあるのではないのでしょうか。

また、同じ世帯の中に複数の世代がいるため、**8050問題**（※1）や**老老介護**（※2）など、福祉の問題は複合化している現状もあります。縦割りの行政サービスの場合、各部署で同じ世帯に関わりながらも問題が見えてこないことがあり、新たな対策が必要です。

―そのような状況に対して、どのようなことに取り組んでいくべきなのでしょう。

大切なのは、やはり「丸ごと」の視点だと思います。縦割りのシ

ステムになりがちな行政サービスを「丸ごと」受けられるような、総合相談窓口をつくり、ワンストップで相談に乗るなど、より分かりやすくサービスの提供を行っていく必要があります。また、複合的な問題は、各課で連携し、チームケアで当たっていくべきです。

ある自治体では、エリアごとにコミュニケーションソーシャルワーカーを配置するとともに、小学校区ごとに「何でも相談窓口」を設け、住民自身が住民の相談を一時的に受ける場所を設置しています。宇都宮市でも、まずはワンストップで相談に乗る窓口のさらなる充実など、複合的な問題をチームでケアしていくシステムづくりをしていくこと期待します。

住民の抱える課題には 早期発見・早期対応を

―私たちは、福祉の問題をどのように考えていくべきでしょうか。

まずは、福祉の問題を「我が事」として考えることが大切です。医療システムは、かかりつけ医やかかりつけ薬剤師など、分かりやすい相談窓口があり、身近である一方で、福祉システムになると、分かりやすい窓口がなく、なじみが

自治会活動に取り組む

自治会に加入し、活動に参加することで地域の人とのつながりができます。

これまであいさつ程度だった近所の人とも仲良くなれたとの声もあります。

また、回覧板は地元密着の情報ツール。他の媒体では入手しづらい地元ならではの情報を得ることもできます。

☎宇都宮市自治会連合会 ☎(632) 2289

わく・わくショップUで買い物

市役所1階にある「わく・わくショップU」では、障がい者支援施設などで作られた商品を販売しています。パンやクッキー、野菜や手作り雑貨など、品ぞろえが豊富です。

☎わく・わくショップU

☎(632) 7397



今日からはじめる
人や地域との
つながりづくり

※1 8050問題 子どもが引きこもりなどで、収入がなく、80代の親が50代の子どもの経済的に支える必要がある状態のこと。
※2 老老介護 家庭の事情などにより、高齢者が高齢者の介護をせざるを得ない状況のこと。

ないと感じる人もいると思います。行政がシステムづくりをするのはもちろんですが、すでに私たちの身近な場所には、地域の民生委員さんがいて、地域包括支援センターなどの窓口があります。

福祉は医療に比べて、相談することをためらいがちで、特に日本人は他国と比べて、その傾向が強くなります。日本の医療には、保険証があれば、すぐに病院にかかることのできる素晴らしいシステムがあります。福祉に関しては、生活困窮していて食べる物が無かったとしても行政などを頼らず、我慢する人が多くいます。

「人に迷惑を掛けてはいけない」と考える傾向が強いのかもしませんが、だからこそ、地域に相談できる身近な場所があることを市民に知らせていくことが重要です。また、地域で困っている人がいたら、早めに声を掛けるなど、地域住民同士で見守りをする役割があると思います。

介護予防と同じように、福祉も早い段階で介入することは、早期に問題を発見し、問題が深刻化する前に対応することが期待でき、困っている人にとっても地域にとってもプラスになります。



コロナ禍で気付かされた人とつながる喜び

「地域でのつながりについて、私たちはどういう意識を持つべきなのでしょう。」

人は、誰かのために何かをできることに喜びを感じますよね。「何かをいいか分からない」「おせっかいだと思われるか」など、行動を起こすことのためにためらいを覚えがちですが、まずはできることから始めてみるのが大切です。

現在のコロナ禍で、行く場所があっても行けないなど、コミュニティを作りにくい状況が続いています。ですが、この状況で気付かされたことも多々ありました。軒並み中止になったイベントなどもその一つです。改めて人と集まる

ことの楽しさを感じましたね。また、インターネットを通して人とつながることも新たな手段の一つです。そう考えると、このコロナ禍を悲観する必要はないのかもしれない。「こんなことをやったら楽しいかな？」というような気軽なスタンスで地域とつながってみると、福祉を「てこ」にした地域づくりがより進んでいくのではないのでしょうか。

さらに、地域のコミュニティができる、地域住民同士の集まる回数が増え、お互いの理解が深まり、複合化した問題を地域で解決することにつながることもできます。

最後に、市民の皆さんにメッセージをお願いします。

多様性を認め合いながら、新しい人とのつながりをつくることは、より楽しいコミュニティづくりに繋がります。その一歩が、自然と地域社会の問題を「我が事」として捉えるきっかけになると思います。私たち一人ひとりの「我が事」の意識で、皆が幸せに暮らすことのできる地域共生社会をつくっていきましょう。

読者の声をお聞かせください

広報うつのみや+は、年に数回編集します。これまで、冊子の真ん中に綴じ込んでいましたが、より多くの皆さんに読んでもらえるよう、今年度から巻頭で紹介しています。

55ページのはがきで、テーマに対するご意見をお寄せください。

広報うつのみや+

地域共生社会についての問い合わせ先

保健福祉部保健福祉総務課

☎(632)2919、FAX(639)8825

✉u1901@city.utsunomiya.tochigi.jp

☎ 1025242



まちづくり活動に取り組む

ボランティアを募る人とボランティアをしたい人をつなげる新たな手法として「まちづくり活動応援事業」があります。スマートフォンやパソコンで簡単に参加でき、ポイントも貯まるなど、活動の励みにもなります。

問 みんなでまちづくり課 ☎(632) 2886



▲まちづくり活動応援事業ホームページ