

みんなで
やらこい

第5次松江市地域福祉計画・地域福祉活動計画【普及版】

福祉でまちづくり

人と人のつながりがなくなっていく
社会へのアプローチ

EPISODE

つばきさんの一生



地域福祉とは 孤立を防ぐこと!

同志社大学名誉教授 上野谷加代子氏
(松江市社会福祉審議会オブザーバー)

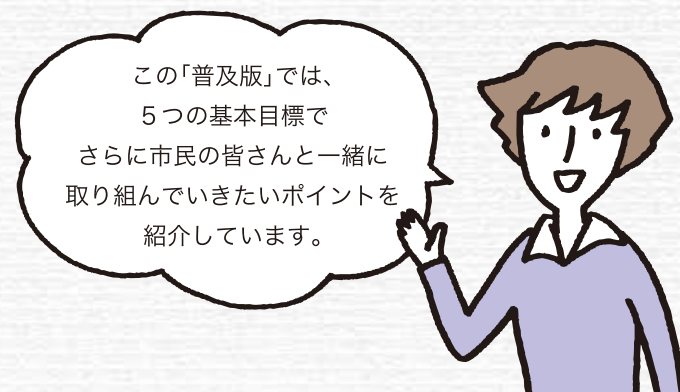
「地域福祉とは何か、とは簡単には説明できませんが、一言で言いますと、孤独・孤立をどのように防ぎ、支援を行っていくのかということではないかと思います。そして、いかにそのような方に対し気付き、手を差し伸べあっていくシステムを創っていくのかということが重要であると考えます。行政施策と各種福祉の地域資源が連携を取った支え合いのシステムをつくりあげていかねばなりません。」
(まつえ福祉未来21プラン 市長挨拶より)

これが第1次計画策定時から今日まで変わらず受け継がれている考えであり、本市の地域福祉の根幹を成しています。

また、地域社会では「支える側」の人が「支えられる側」であることもあり、役割が固定されるものではなく、両方の側面を持って生活が営まれていると言えます。時と場合により役割は入れ替わり、循環しています。

誰もが役割を持ち、地域福祉活動への参加を通して、その人らしく尊厳ある人生をおくることができる、地域共生社会の実現が求められます。

その実現に向けて、本計画では基本理念を「みんなで やらこい福祉でまちづくり」と定め、共創・協働の手法を用いて市民・関係団体等が一体となって住みやすさ日本一をめざしていきます。



人づくり・地域づくりを推進する

1

地域福祉を推進していくためには、人づくりを行っていく事が重要になってきます。そのために、福祉教育等を充実させる取り組みを行うと共に、地域リーダーの育成や、ボランティアへの参加をうながすことにより、人づくりを進めていきます。また、地域福祉活動の基盤となる地域コミュニティの活性化を図り、地域の居場所づくりや要配慮者の支援の仕組みづくりなども進めていきます。

さらに、社会福祉法人、企業やNPO等との共創・協働により、住みやすい地域づくりをともに進めていきます。

包括的な支援体制をつくる

2

地域共生社会の実現をめざし、全ての世代・全ての人を対象に「全世代・全対象型地域包括支援」や「総合相談」の構築に向けた関係機関の連携強化を図ります。

また、高齢者人口の急激な増加に伴い、医療、介護、予防、住まい、生活支援のサービスを一体的に提供・支援を行える既存の地域包括ケアシステムをより深化させる取り組みを行います。

福祉サービスが利用しやすい環境整備を行う

3

虐待やDVなどの生活課題や福祉ニーズに対応するため、権利擁護の取り組みの充実に努めるとともに、関係団体と連携・協働し、利用者が安心してサービスを利用できる環境整備を行います。また、福祉サービス提供に関連して効果的な情報提供を行うとともに、情報の共有化を図ります。

生活課題の解決に向けた取り組みを推進する

4

子ども・障がいのある人・高齢者に関わる課題解決に向けた取り組みに加え、関係機関が協力して、生活困窮者への生活支援、再犯防止施策、自死対策などの取り組みを推進します。

安心して住み続けられるまちづくりをめざす

5

誰もが安全安心に暮らし続けることができるまちづくりをめざし、生活の基本となる住環境整備や移動手段の確保に努めます。また、地域の中で防災・防犯体制を構築するため、災害時だけでなく平常時から地域の要配慮者への見守り活動等を推進する取り組みを行います。



ここからはつばきさんの人生とつばきさんの言葉《メッセージ》を通して『今、なにが必要か』を考えていきます。

つばきさんの一生



つばきさんはここ松江市で両親と障がいのある弟の4人の家庭で育ちます。高校卒業後、事務の仕事につき、また就職してしばらくすると親元を離れ、アパートで一人暮らしを始めました。その後、4歳年上の八雲さんと結婚。二人は小さな庭があるマイホームを購入し、新たな地域でのつながりもできました。仕事を辞めてからは福祉推進員として地域活動に尽力しました。子どもには恵まれませんでした。夫婦で仲睦まじく暮らしました。夫に先立たれた後、晩年は認知症状があり、介護保険制度の利用やご近所の見守り・声かけに支えられ一人暮らしをしていました。持病が悪化し、闘病生活の末、85歳で他界。つばきさんの最期の言葉は「ありがとう」でした。

居場所とつながり

—つばきさん小学生の頃—



昔は、町の中に、いろいろな「居場所」や「つながり」がありました。今は、空き地もなくなり、お寺や神社も遊び場ではなくなり、町には車があふれ、子どもたちが安全に、安心して過ごせる居場所がなくなっています。そして、町からは花屋さん、八百屋さん、駄菓子屋さん、魚屋さん…みんななくなり、親たちも共稼ぎが多くなり、日中、家のまわりには人の姿を見ることも触れ合う場面も少なくなりました。そのことは、人と人とのつながりがなくなっていくことにつながってしまいました。今の時代に、子どもから大人、お年寄りまで、意識しなければ「居場所」も「つながり」もなくなってしまう。

子ども食堂のススメ



子ども食堂は、“ごはん”を通じて地域ぐるみで子どもを見守り育てていく、垣根のない居場所です。子どもたちが安心できる人たちと出会い、みんなで囲むあったかいごはんや勉強・遊びを通して、地域のなかで大事にされて「ほっ」と安心できる空間(子ども食堂)を、皆さんの思いと工夫でつくっています。

第5次地域福祉計画・地域福祉活動計画の中での取組み
基本目標1
《進めるべき方策5：地域の居場所づくり》より
・子ども食堂の運営や立ち上げ支援
・ボランティアカフェの開催
・認知症の方々や家族が安心して集える認知症カフェの開催
・男性介護者フリースペースや地区単位の介護者の集いへの支援
・空き店舗や介護保険施設を活用した居場所づくりの実施

「障がい」って、何？

—つばきさん中学生の頃—



私には、2歳下の弟がいました。弟には知的に障がいがあり、同じ中学校の複式学級に通っていました。学校で弟に会うと、私は、恥ずかしくて声をかけることもできませんでした。私の心の中に、弟を受け入れられない気持ちがありました。そんな私のことを弟は大好きでいてくれました。私は、今でも、そんな自分が許せません。

障がいといえば、これまでは身体的・精神的な不全や欠損、欠陥という医学レベルの問題として捉えられてきました。治癒は改善がみられなければ、それは個人の問題であり、仕方がないとする見方や考え方がありました。今はそうした人々の障がい(者)観は大きく変化をし、障がい者も同じ生活者であるということから、人としての“生活の質”や“生活のしづらさ”にも目を向けた見方や考え方がなされるようになりました。健常者と障がい者という二分された捉え方ではなく、人は、歩くこと、階段を昇ること、トイレに行くこと、食べること、話すこと、聴くこと、見ること、勉強すること、人の気持ちを理解すること…いろんな状況での「生きづらさ」を抱えています。だれもが同じ「生活者」であるという認識を今一度持った上で、身の回りの生活を見直す必要があると思います。

だれにも、大なり小なり「できないこと」があり、人はだれかの「支え」がなくては生きていけない存在です。

福祉教育のススメ

第5次地域福祉計画・地域福祉活動計画の中での取組み
基本目標 1

《進めるべき方策 1：福祉教育・学習の推進》より

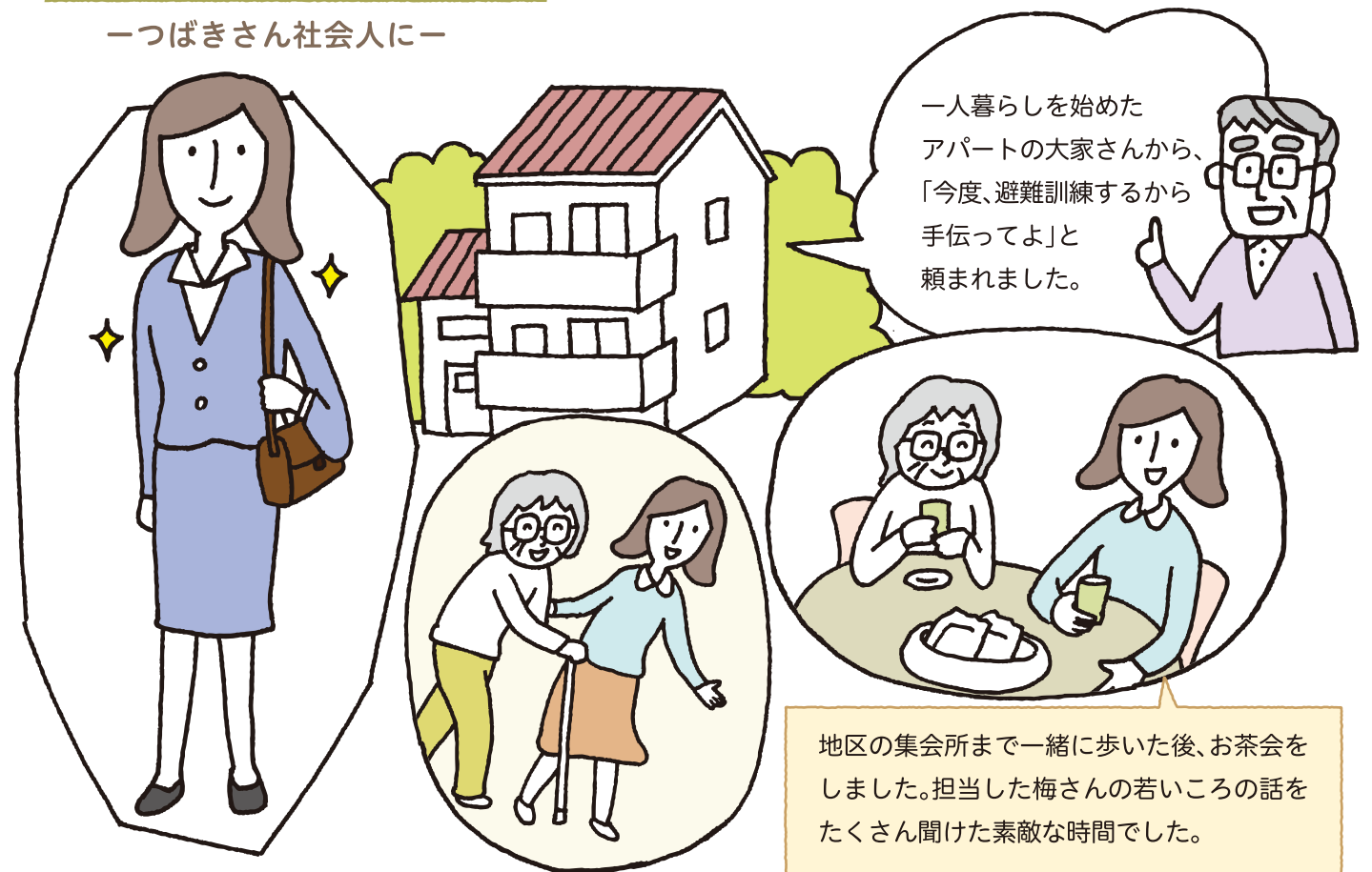
- ・小・中・高校生を対象とした福祉学習の実施
- ・高齢者福祉施設の協力で中学校で行う介護の基礎的講座普及事業の実施
- ・高校生を対象としたサマーチャレンジボランティアの開催
- ・障がいについて理解を広げる、あいサポート研修の実施
- ・身近な福祉活動に役立つ、くらし安心サポートセミナーの開催

福祉教育は、差別や偏見をなくし、同じ人間として、どのように寄り添っていくべきか、そして、どのような社会になれば、みんなが暮らしやすいまちになるのか考え、そして実践していくことです。そういうことを思考し、体験できる場を子どもたちや市民の皆さんとつくりたいと考えています。



関心を持つということ

—つばきさん社会人に—



一人暮らしを始めたアパートの大家さんから、「今度、避難訓練するから手伝ってよ」と頼まれました。

地区の集会所まで一緒に歩いた後、お茶会をしました。担当した梅さんの若いころの話をたくさん聞いた素敵な時間でした。

日頃のつながりこそが本当に大切！

阪神・淡路大震災で家の下敷きになった人々の多くを救出したのは、家族や近所の人達でした。大規模災害の救助や避難などには、隣近所同士の助け合いが欠かせません。自分の街の危険なところを知っておく、自分の身は自分で守る「自助」、地域や身近にいる人同士が助け合う「共助」こそが、災害による被害を少なくするための大きな力となります。

日頃のつながり、関わりがあるから、その人のことが気になるものなのですね。この避難訓練をきっかけに梅さんに挨拶するようになり、梅さんから野菜や煮物をいただくような関係になりました。一人暮らしの梅さん、大雨の時などは、心細くないかなと電話を入れてみることもありました。今、思えば誰かのことを心配する関係って、私自身にとっても大切な関係だったのです。



第5次地域福祉計画・地域福祉活動計画の中での取組み
基本目標 5 《進めるべき方策 25：防災・防犯体制の充実》より

- ・要配慮者支援体制の推進
- ・自主防災組織の活動を促進
- ・防災メール等の活用による災害関連情報の周知
- ・各地区災害対策本部との連携強化
(災害時、迅速な災害ボランティアセンターの設置運営ができるよう災害対策本部及び関係機関と連携協力を進めます。)

困った時に助け、助けられるまちに

—つばきさん結婚してマイホーム—



そして福祉推進員に…

今までまわりにどんな人が住んでいるのか知らなかったけど、福祉推進員になったことで、少しずつわかるようになってきたわ。一人暮らしの高齢者や高齢者夫婦のみの家庭が多いことにびっくり！

なかには、ゴミをいつも指定日でない日に出しておられるおばあさんがいたの。近所の人も変な目で見て、もしかしたら認知症か何かかと思って…「ふくしなんでも相談所」に相談してみたわ。



ふくしなんでも相談所の活用

松江市では、平成29年より「ふくしなんでも相談所」を市内15か所でスタートしました。どんな相談に対しても「丸ごと」、そして、より住民の身近な所で受け止めるために開設しました。ふくしなんでも相談所には「どこに相談してよいかわからなかった」「身近に相談できる人がいなかった」「こんな相談をどこにしてよいかわからなかった」等、だれにも相談できないという社会的に孤立している状況が顕著になってきています。地域でのつながりが希薄な現代社会。支援を求めても自己責任と言われがちな風潮のなか、自分自身が傷つかないように支援を求められない人もいます。横のつながりとは言っても、どうしたらいいかわからない人が多いのではないのでしょうか。



第5次地域福祉計画・地域福祉活動計画の中での取組み
基本目標2《進めるべき方策11：全世代・全対象型地域包括支援や総合相談の構築に向けた関係機関の連携強化》より
・ふくしなんでも相談所の周知と設置数の拡大
・日常生活圏域に配置している生活支援コーディネーターが、地域関係者との協力・連携、ネットワークの構築及びニーズとサービスのマッチングの実施
・子育て支援センターに母子保健コーディネーター等専門職を配置

COLUMN

おせっかいのススメ

「自死希少地域」という、全国で極端に自死の出現率が少ない町があります。ある精神科医がそんな町を調べてまわったら、共通項があることがわかったそうです。それは「困った人がいたら、即、助ける」だったそうです。もしかしたら出雲人は、村度しすぎて「こんなこと言ったら迷惑と思われるかな？」とか「余計なお世話だね」と考えすぎてしまって、結局何もしないということがあっているのではないのでしょうか？

余計なお世話＝「おせっかい」がいま必要なのかもしれません。地域の人間関係が希薄になる中、「助けて」と言えて、困った人がいたらすぐ助けあえる町に。「おせっかい」ができる「おせっかい」を受け入れる松江にしていきたいと考えています。

松江市社会福祉協議会では、社会的孤立の研修会や「おせっかいのススメ」パンフレットを活用した研修会を開催しています。研修のご要望がありましたら、出かけますので、ぜひお声をおかけください。



第5次地域福祉計画・地域福祉活動計画の中での取組み
基本目標4

《進めるべき方策20：生活困窮者への生活支援の充実》より
・くらし相談支援センターの周知及び関係機関との連携強化
・おせっかいのススメ研修会を開催
・就労支援として就労準備講座や職場体験の実施

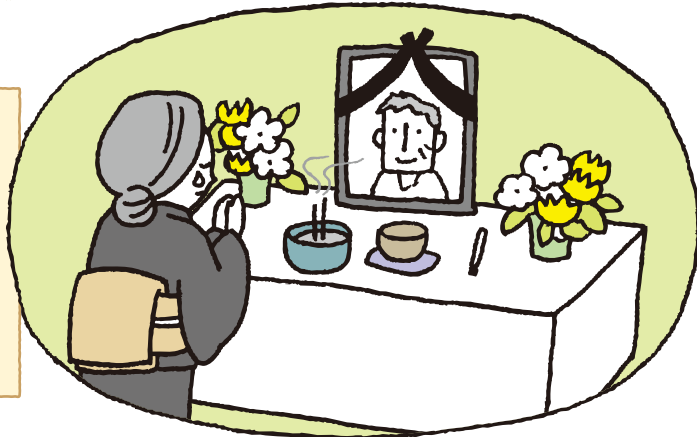
いつまでも元気で暮らしたい

—つばきさん70歳—



夫が亡くなり、それまではどこに行くのも夫の車で連れて行ってもらっていたから、買い物も受診も、どこに行くのにも苦労したわ。

でもおかげさまで元気だから、もう少し皆さんのお手伝いをしようと思うの。



【地域活動・健康づくり】

人生100年時代と言われる昨今。健康で自立して暮らすことができること、すなわち「健康な長寿」を実現していくことが大切です。

【生活支援】

高齢になっても、障がいがあっても、今まで暮らしてきた地域で安心して暮らし続けるためには、「移動・外出」は欠かせません。受診、買い物、交流の場などへの外出ができず、生活に不安感が増したり、閉じこもりになる場合もあります。そして、移動手段さえあれば、今の家に住み続けること、生活の質を保つことにもつながります。

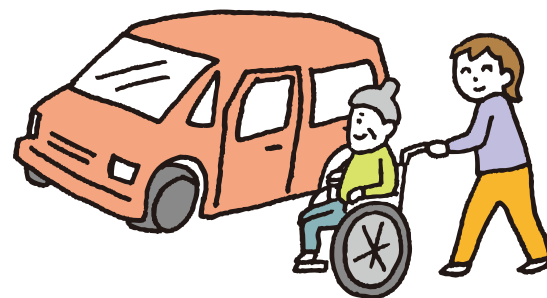


市社協が平成31年度に試行した移送支援の新聞記事です。現在、松江市では複数の社会福祉法人がサロン送迎や買い物等の移送支援をしています。

第5次地域福祉計画・地域福祉活動計画の中での取組み
基本目標1《進めるべき方策2：ボランティアの育成・参加支援・コーディネート強化》より
・まめなかポイント事業の実施
基本目標5《進めるべき方策24：移動手段の確保》より
・コミュニティバス利用促進協議会の開催
・民間、社会福祉法人など諸団体と連携しながら新たな移動支援についての検討

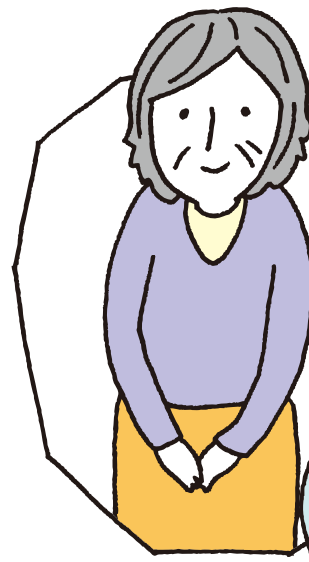
住民主体の移送サービスへの試み

住民の支え合いで行う移送支援サービスは道路運送法における【登録または許可を要しない運送】のカタチです。松江市社会福祉協議会では皆さんと一緒に移送についてできることを考えたいと思っています。住み慣れた家での暮らしを続けるために地域の皆さんで知恵を出しあってみませんか？



もし認知症になったとしても

—つばきさん80歳—



物忘れかしら？
キャッシュカードの暗証番号も手帳に書いておかないとすぐ忘れちゃう。
年金が入っても、なんか財布の中のお金がなくなるのが早いような気がするし...



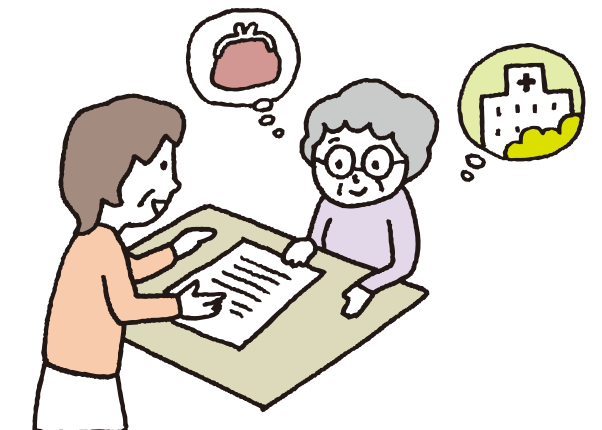
最後まで自分らしく生きたい

障がいのあるなしに関わらず、大人になったら、自分のことは自分で決めなければなりません。それは、家族がいても同じです。でも、みんなが自分のことを自分一人で決めて、手続きすることはできるでしょうか。認知症の人や障がいのある人のその人自身の思いを大切にしながら一緒に考え、財産管理、契約、各種手続きのサポートをおこなう制度が「成年後見制度」です。そして、あなたも「市民後見人」になれます。

市民後見人とは

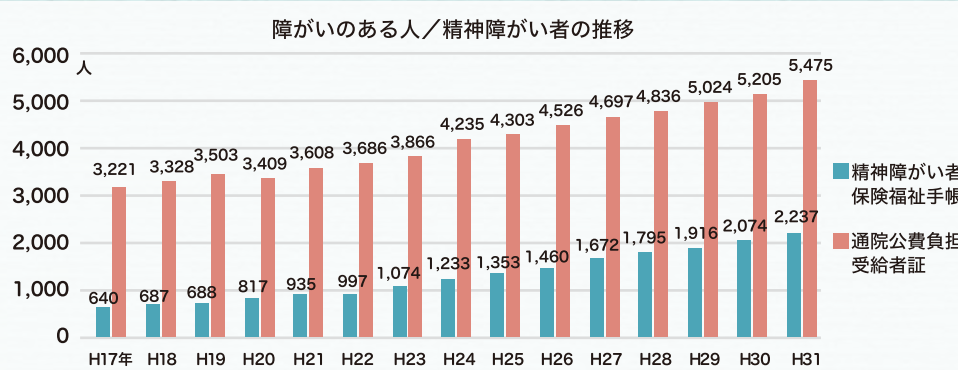
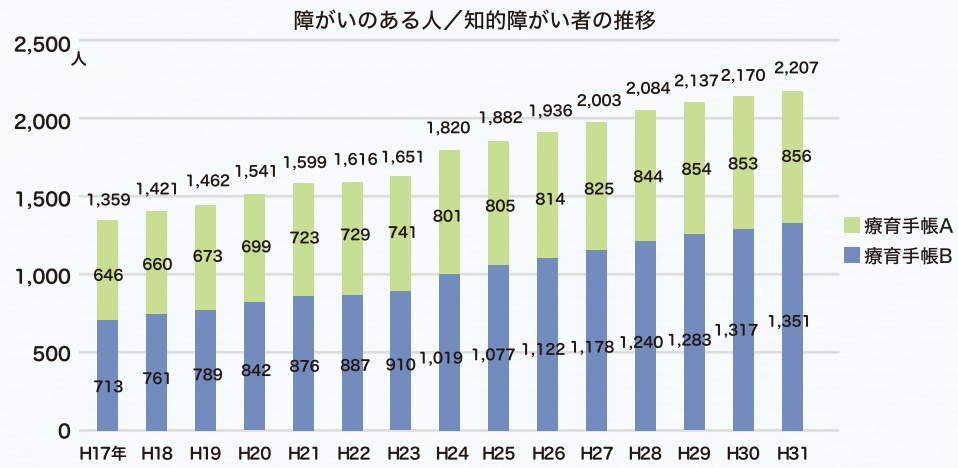
市民後見人とは、親族以外の市民による後見人のことです。市民後見人は、弁護士などの専門職後見人と同様に家庭裁判所が選任し、判断能力が十分でない方の金銭管理や日常生活における契約など本人を代理して行います。

市民後見人になるのはハードルが高いと思う人も多々あります。ただ、徐々に認知能力が落ちていくことは、他人ごとではなく、誰もが通る道でもあります。是非、市社協が開催する「みんなで学ぼう成年後見制度」に参加していただき「権利擁護マインド」のある市民になって、高齢者や障がい者の方の権利侵害から守ることができるまちにしていきたいと思います。

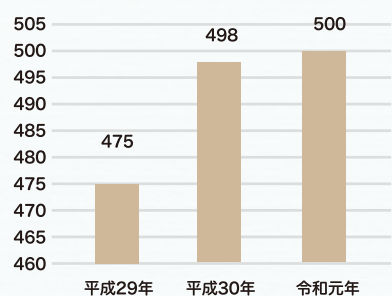


第5次地域福祉計画・地域福祉活動計画の中での取組み
基本目標3《進めるべき方策15：成年後見制度の充実》より
・成年後見制度の広報活動の実施
・市民後見人の養成講座の開催
・日常生活自立支援事業による支援

成年後見制度は 支援が必要な方々へ届いているか？



松江市における成年後見制度利用者数



松江市在住の知的及び精神に障がいのある方々の推移です。いずれも増加傾向です。また松江市で何らかの認知症状がある方は平成30年度に6611人おられ、微増傾向です。一方、成年後見制度の利用者数は増えていません。この制度を必要とする方々はもっとおられるはず。この制度を必要な方々へ届けるには、専門職のみでなく、市民の皆さんの力が必要です。



ご存知ですか？

見守りネットワーク事業と認知症に関する取り組み

松江市社会福祉協議会では、知的障がい者・精神障がい者・認知症の方の行方不明時に、協力者の携帯電話に行方不明者の情報をメール配信する、「見守りネットワーク事業」に取り組んでいます。

「外出したけど帰りが分からないみたい…。」、「どこに行ったか分からなくなった…。」そんな時、協力者・団体のネットワークに登録された方の携帯電話に、捜したい方の情報をメール配信し、いち早く探すネットワークです。

多くの方の登録をお願いします。

この事業を利用したい方は申し込みが必要となります。パンフレットで内容をご確認のうえ申請書によりお申し込み下さい。



【見守り協力事業所の拡大】
協力企業やお店には、このマークの掲示をお願いします



【認知症ガイドブック】
認知症の正しい理解と認知症の症状に合わせ、いつ・どこで・どのようなサービスが受けられるか、等を掲載しています。



【オレンジリング】
オレンジリングは認知症サポーター養成講座を受講・修了された方に渡されるプレスレット(印)です。認知症サポーターは何か特別なことをするのではなく、認知症を正しく理解するとともに、認知症の方やそのご家族を温かく見守り応援します。



認知症サポーターキャラバンのマスコット ロバ隊長
認知症サポーターの「キャラバン(認知症サポーター養成講座の講師役)」の隊長として、「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」への道のりの先頭を歩いていきます。ロバのように急がず、しかし一歩一歩着実に、キャラバンも進んでいきます。

第5次地域福祉計画・地域福祉活動計画の中での取り組み
基本目標4《進めるべき方策19:健康づくりと介護予防の推進、認知症対策》より
・「認知症ガイドブック」などの周知啓発ツールを活用
・認知症カフェの開催

いろいろあったけど、
楽しい人生だったわ…
ありがとう。

子どもに恵まれず、夫に先立たれたつばきさんは、長らく一人暮らしをしていました。ホームヘルパー、デイサービス、移送サービス等を活用し、近所のつながりやお友だちとの交流を持ちながら、最期まで夫と暮らした家で生活することができました。でも、心配だったのが、入院しなければならなかった時の保証人のことや亡くなった後の葬儀や財産の処分のことでした。



安心してあの世へいきたい

そんな時、松江市社会福祉協議会がスタートした「高齢者あんしんサポート事業」を利用することで、その不安を解消することができました。子どものいなかったつばきさんは、残された財産を「子ども未来基金」に預けることにしました。



第5次地域福祉計画・地域福祉活動計画の中での取組み
基本目標1《進めるべき方策9：寄附文化の醸成》より
・共同募金の推進

子ども未来基金

松江市社会福祉協議会では子ども向け事業への使用を希望する寄附について子どもの居場所づくりなどに活用する「子ども未来基金」を設け、子ども食堂や学習支援の立ち上げを補助しています。詳しくは松江市社会福祉協議会 総務課までご連絡ください。
連絡先:0852-21-5773

高齢者あんしんサポート事業とは

身近に親族などがいない方について、ご本人が判断できる間に松江市社会福祉協議会と契約することで日頃の見守りや入院緊急時の支援、預託金による金銭的保証・亡くなった後のことについて支援する事業です。詳しくは松江市社会福祉協議会 生活支援課までご連絡ください。
連絡先:0852-24-9026

さいごに

つばきさんの生き方を通して、人の一生を振り返ってみると、人は一人では決して生きていけず、人との関わりの中で成長し、また傷つきながらも、その関わりの中で、また再生していきます。

最近の研究で、カリフォルニア大学 スティーブン・コール教授は「人間の脳は、社会とのつながり、お互いに助け合ったときに炎症反応が収まるよう生物的にプログラムされている」と研究報告されています。人は、人とのつながりの中でしか生きていけない生き物なのかもしれません。

人間関係の希薄化や家族の少人数化、地域のつながりの脆弱化から身近で気軽に悩みを相談したり、支え合う関係性が持ちにくくなってきています。かつての古き良き時代の関係性をつくることは困難かもしれませんが、地域の中での新たな「つながり」づくりが求められています。今後、単身世帯が増加していく中、家族で支えあおうと思っても、その家族自体いないのです。かつてのように家族や地域で支えあえる力が弱くなり、個人がむき出しの中で様々な生活課題に一人で向き合わなければならない。社会的孤立は、さらにそのことを深刻にしています。

私たち松江市民は、自分自身のためにも、この松江というまちのこれからのためにも、もう少し「人と人とのつながり」を見直してみてもいいのではないのでしょうか？



人とのつながりチェックシート

家族や友人について 該当する番号にチェックして下さい		0人	1人	2人	3~4人	5~8人	9人以上	
1	少なくとも月に1回以上、顔を合わせる機会や消息を取り合う家族や親戚は何人くらいいますか	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
2	少なくとも月に1回以上、顔を合わせる機会や消息を取り合う友人は何人くらいいますか	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
3	あなたが個人的なことでも、気兼ねなく話すことができる家族や親戚は何人くらいいますか	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
4	あなたが個人的なことでも、気兼ねなく話すことができる友人は何人くらいいますか	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
5	あなたが手助けを求められることができるような、家族や親戚は何人くらいいますか	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
6	あなたが手助けを求められることができるような、友人は何人くらいいますか	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
12点以上は人との関わりが維持できています		<input checked="" type="checkbox"/> をつけた数値の合計					<input type="text"/>	<input type="text"/> 点

組織参加について 該当する方にチェックして下さい			
1	老人会・老人クラブ	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
2	(老人会以外の)健康・スポーツのサークル・団体	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
3	(老人会以外の)学習・教養のサークル・団体	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
4	(老人会以外の)それ以外の趣味のサークル・団体	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
5	町内会・自治会	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
6	ボランティア団体	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
7	収入を伴う就労や仕事	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
1点以上は組織参加ができています		「はい」と答えた数	
		<input type="text"/>	<input type="text"/> 点

支え合いについて 該当する方にチェックして下さい			
1	あなたの心配事や愚痴を聞いてくれる人がいますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
2	家事や買い物、用事の手伝い、介護・看病など、手助けをしてくれる人はいますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
3	誰かの心配事や愚痴を聞いていますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
4	誰かのために家事や買い物、用事の手伝い、介護・看病など、手助けをしていますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
4点は周囲の人と支え合っています		「はい」と答えた数	
		<input type="text"/>	<input type="text"/> 点

※東京大学 飯島勝矢教授から許諾をいただいて掲載しております。