

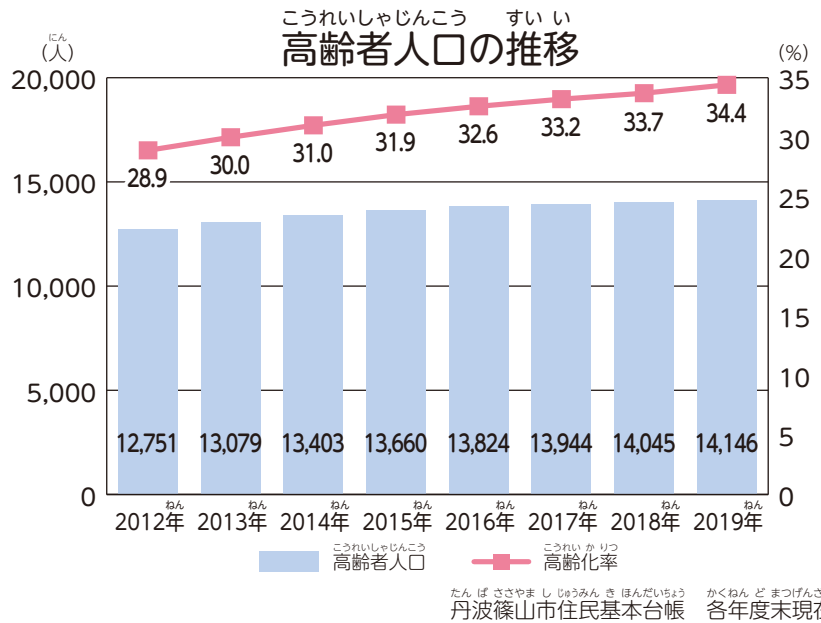
高齡化が進む丹波篠山市

3人に1人は

65歳以上の高齢者

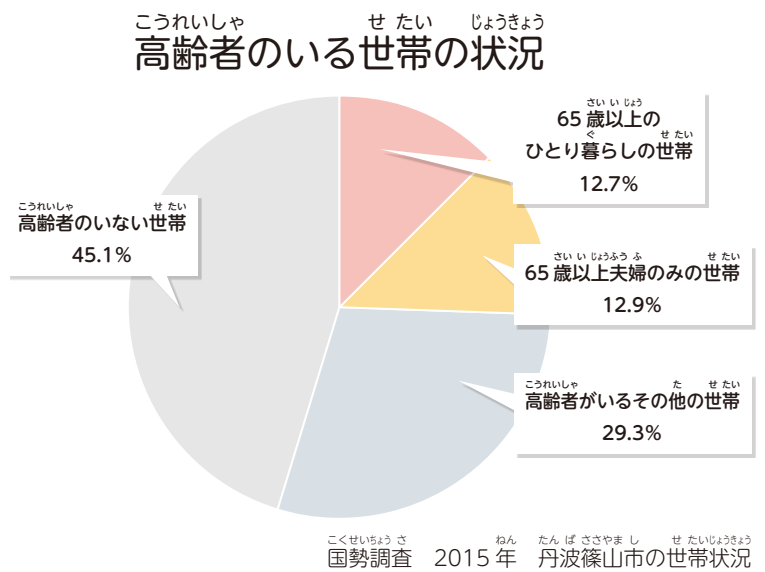
丹波篠山市の高齢化率（65歳以上の人口の割合）は34%を超えており、まさに超高齢化社会と言える状態です。10年後は、約40%になることが予想されています。

※世界保健機関（WHO）や国連の定義によると、高齢化率が21%を超えた社会を「超高齢化社会」と言います。



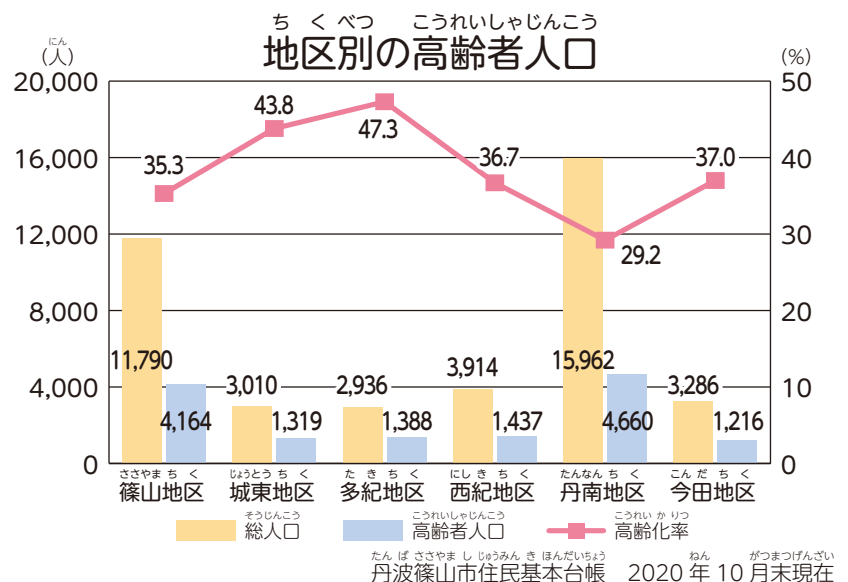
4世帯に1世帯は「高齢者のみ」

高齢者のひとり暮らし、高齢者夫婦の世帯が増加しています。時には近所づきあいが減ってしまい、孤立しがちになります。また、高齢者同士による介護は負担がとて大きく、共倒れになることがあります。地域の中でどのように支え合うかが課題です。

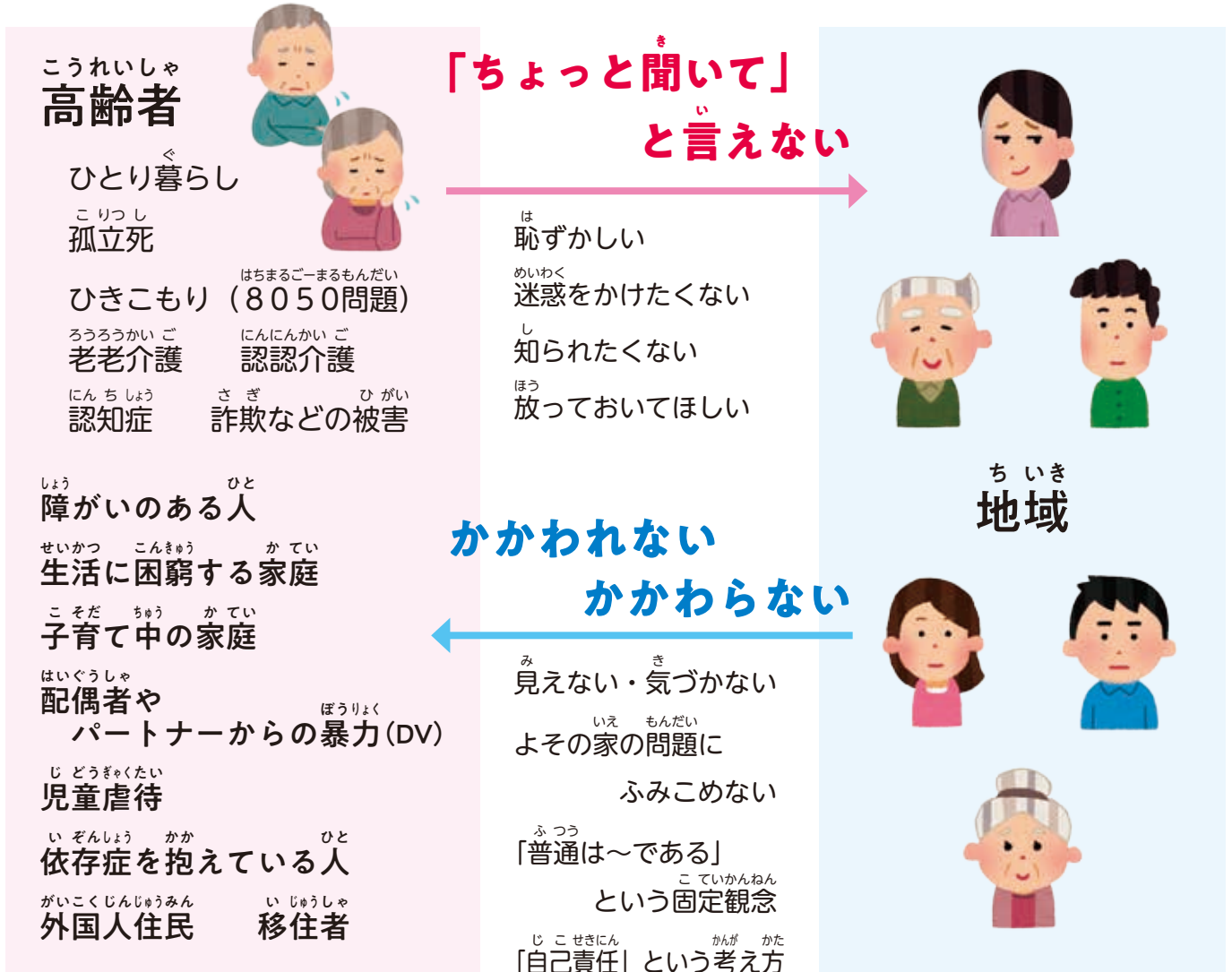


高齡化率50%を超える自治会

超高齢化社会は自治会の運営に大きな影響を及ぼします。2020年3月末現在、市内には高齡化率が50%を超える自治会が48か所あります。自治会の力や地域のつながりが弱まりつつある中で、どのように住民の生活を守り、自治会を維持するかは大きな課題です。



このようなことが起きていませんか？



今こそ「お互いに気にかける地域づくり」を

地域の中で「孤立」は誰にでも起こりうることであり、差別や偏見にもつながる可能性があります。

超高齢化社会では、地域の人がお互いに助け合い、支え合わないと、生活が成り立ちません。

今こそ「お互いに気にかける地域づくり」が必要です。

き 気にかける ① ひきこもり (8050 問題) はちまるごーまる もんだい

「ひきこもり」はみんなの問題です

しゅうがく しゅうろう ひと つ あ しゃかいてき さんか げつ いじょう
 就学、就労、人との付き合いなどの社会的な参加ができずに、およそ6か月以上にわたって、おおむ
 いえ なか つづ じょうたい い い ひと なか いって
 ね家の中にとどまり続けている状態を言います。「ひきこもり」と言われている人の中には、ある一定
 ばしょ がいしゅつ ひと
 の場所になら外出できる人もいます。

がいしゅつ かいすう だんかい わ
外出の回数によって3つの段階に分けられます

- ときどき外出する (外出は週に2～3日)
- 家からほとんど出ない (外出は週に1日以下)
- 自室からほとんど出ない

わか ねんだい もんだい
若い年代だけの問題ではありません

- ひきこもりの人 計 約 115 万人
- 40 歳未満 (15～39 歳) 約 54 万人
内閣府「若者の生活に関する調査」 2015 年度
 - 40 歳以上 (40～64 歳) 約 61 万人
内閣府「生活状況に関する調査」 2018 年度 (初調査)

ひと おも れい
「ひきこもり」の人たちの思い (例)

- ・ 社会に居場所がなくてつらい
- ・ 外に出たいけれど、人の目が気になる
- ・ 自分がいないほうが良い
- ・ 自分はダメな人間だ
- ・ なまけていると思われたくない
- ・ このままではいけない



れい
「ひきこもり」のきっかけ (例)

- ・ 仕事をやめたこと
- ・ 病気になったこと
- ・ 職場になじめなかったこと
- ・ 不登校など
- ・ 職場や学校で人間関係がうまくいかなかったこと
- ・ 就職活動がうまくいかなかったこと

だれ 誰にでもひきこもってしまう可能性ががあります

ちようき しゅうにゅう ちゅうこうねん こ こうれい おや ささ おや こ せいかつ こんきゅう
 長期の「ひきこもり」により収入のない中高年の子を高齢の親が支えることで、親子の生活が困窮したり、
 ちいき こりつ せいかつ た い さいだい おや さいだい こ せいかつ ささ
 地域から孤立し、生活が立ち行かなくなることがあります。80 歳代の親が 50 歳代の子の生活を支えて
 かてい ふ げんじょう はちまるごーまるもんだい い
 いる家庭が増えてきている現状を「8050 問題」と言います。

おや おも れい
親の思い (例)

- ・ 知られたくない
- ・ 周囲がこわい
- ・ 人に迷惑をかけたくない
- ・ 自分さえ辛抱したらよい
- ・ 自分がいなくなれば子はどうなるか
- ・ 解決に費やす時間がない

しんぱい
こんなことが心配

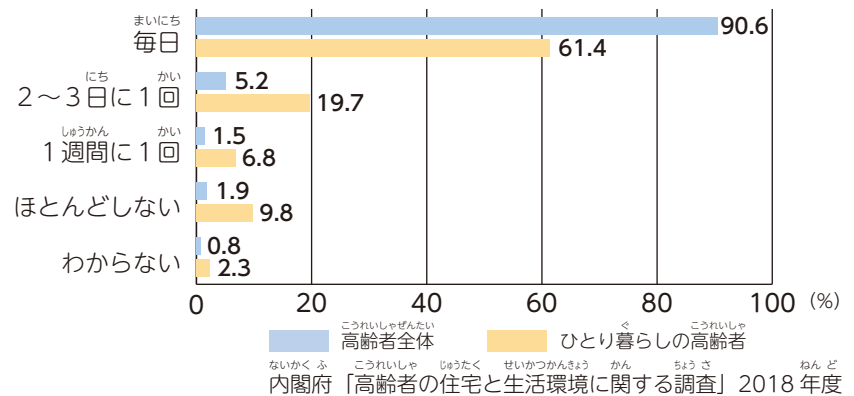
- ・ 親子共倒れになる
- ・ 経済的な苦しさ
- ・ すぐ就労支援に結びつけるのはむずかしい
- ・ 「ひきこもり」が事件と結びつけられる偏見
- ・ 周囲から見えにくい



② ひとり暮らしの高齢者

生きがいや趣味を持ってひとり暮らしをされている高齢者は多くおられます。しかし、一人で暮らしていると、家の外へ出ることが少なくなり、人と会話することが減ってしまい、社会的に孤立しやすくなります。

高齢者が普段、人と話をする回数 (電話・メールを含む)



こんなことが心配

- ・低栄養におちいりやすい
- ・生活意欲が低くなりやすい
- ・オレオレ詐欺や振り込め詐欺などの被害
- ・孤立死



③ 老老介護・認認介護

介護や認知症に対する理解は徐々に進み、支援体制も整ってきてはいますが、介護者の負担は大きいと言えます。

- 「老老介護」 → 高齢者が高齢者を介護すること
- 「認認介護」 → 老老介護がさらに進み、認知症高齢者が認知症高齢者を介護すること

* 認知症や軽度認知障害の高齢者数は増えており、夫婦ともに80歳くらいの世帯のうち、11組に1組は「認認介護」に直面していると言われています。

こんなことが心配「老老介護」

- ・体力的や精神的な負担による共倒れ
- ・介護にかかる時間が増えること
- ・介護者の社会とのつながりが減って、閉じこもってしまうこと

こんなことが心配「認認介護」

- ・服薬の管理
- ・食事や栄養の管理
- ・お金の管理
- ・体調管理
- ・緊急事態の対応ができない
- ・火の不始末



子や親戚が遠く離れて生活をしていることがあり、身近な地域の見守りが大切になります。気になる様子があれば、民生委員や自治会長などに知らせ、子や親戚、福祉支援につなげてもらいましょう。

みんなでつくろう「地域共生社会」

ふ だん っ あ にんげんかんけい たいせつ
 普段からの「付き合い」「人間関係づくり」を大切に

おはよう！
 げんき
 元気？

- 「あいさつ」 「声かけ」
- 同じ目線の言葉かけ
- 温かい気持ち



だいじょうぶやるか？

- ゆるやかな「見守り」

こんなことはないですか？

- 郵便物が郵便受けにたまっている
- 訪問しても顔を出してくれない
- 大声で怒鳴る声が聞こえる
- 見慣れない人が出入りする

ゆっくりしよう



- 「居場所」 「つどい場」 づくり
- 自治会行事にさそって一緒に参加
- あなたに合った「居場所」 「つどい場」
 まず相談を

「困っとる」「しんどい」「聞いて」
 と言うて良いんやで！

- 言葉にすると気持ちも楽に
- いろいろあります、相談窓口
- 解決に向けての第一歩



お互いさまやで

- 「支えられる側」、 「支える側」 から、
 「お互いさま」 へ
- だれだって役割があるよ
- 生かしたい「あなたの良さ」

趣味・特技を
 生かしてみいひん？

- ちょっとした地域活動
- ボランティア活動に挑戦
- 人が喜ぶ姿を見て、あなたも幸せ



このよう活動があります

「居場所」

NPO 法人「結」

ひきこもりの長期化や高齢化から抜け出すために、居場所活動、子どもとふれあ
う「遊び村」の開設、イベントの開催、収益活動、相談活動だけでなく、多くの体
験ができる取組や、仕事をするのが困難な人たちを「第三の道」へと支援されて
います。

【連絡先：NPO 法人「結」 丹波篠山市東吹 500 TEL 090-1900-6932】



丹波篠山市社会福祉協議会

ひきこもりの状態にある方へ、外に出る「きっかけ」づくりとして、誰でも参加できる「居
場所」「つどい場」の開催と、簡単な事務作業や草刈りなどの「作業体験」の情報を結びつけ、
当事者同士の交流、体験活動や情報提供など、支援が行われています。

【連絡先：丹波篠山市社会福祉協議会 TEL 079-590-1112】



「つどい場」

不登校・ひきこもり当事者家族会

不登校・ひきこもりに悩む本人や家族が思いを語り合い、新たな糸口を見つけるための活動です。相談会を毎月
第4水曜日 19:00 から四季の森生涯学習センターで開催されており、予約なしで参加することができます。

【連絡先：丹波篠山市役所 社会福祉課 TEL 079-552-7102】

「見守り」

幸せの黄色い旗運動

西紀北地区福祉協議会の高齢者見守り活動です。見守りを希望する方が、外から確
認しやすい玄関先などに朝から夕方まで黄色い旗を掲げ、「今日も元気です」とい
うメッセージを伝えます。もし掲げられていない世帯があれば訪問し、安否を確認
します。防犯上の理由から、希望する方に限定せずに地域全戸も旗を掲げます。



マメに見守り隊

高齢者や障がいのある人などを対象に、配達や水道メーターの検針などを行う民間の協力
事業者が、日常業務の中で、さりげない見守りをされています（マメに見守り隊）。異変を
発見した場合には「ふくし総合相談窓口（長寿福祉課）」へ連絡して、その方の状況確認や
支援につなげます。

【連絡先：丹波篠山市役所 長寿福祉課 TEL 079-552-5346】



そう だん まど ぐち
相 談 窓 口

そう だん ない よう 相 談 内 容	そう だん まど ぐち 相 談 窓 口	でん わ 電 話	そう だん に ち じ ほか 相 談 日 時 他
ふくし かん そうだん 福祉に関する相談	そうごうそうだんまどぐち しやくしよ ちようじゆふくし か ふくし総合相談窓口 (市役所 長寿福祉課)	552-5346	げつ きん 月～金 8:30～17:15
こうれいしゃ かん そうだん 高齢者に関する相談	しやくしよ ちようじゆふくし か 市役所 長寿福祉課	552-5346	げつ きん 月～金 8:30～17:15
	たん ば ささやま し どう ぶ ち いきほうかつ し えん 丹波篠山市東部地域包括支援センター	556-2340	
「ひきこもり」に かん そうだん 関する相談	たん ば ささやま し せい ぶ ち いきほうかつ し えん 丹波篠山市西部地域包括支援センター	594-3776	げつ きん 月～金 8:30～17:15
	しやくしよ しゃかいふくし か 市役所 社会福祉課	552-7102	
	たん ば ささやま し しゃかいふくし きょうぎ かい 丹波篠山市社会福祉協議会	590-1112	
	と あ 問い合わせ しやくしよ しゃかいふくし か 市役所 社会福祉課	552-7102	
	ふ どうこう 不登校・ひきこもり当事者家族会	552-7102	
	ひょうご 兵庫ひきこもり相談支援センター	078-977-7555	
ボランティア活動に かん そうだん 関する相談	ひょうご 兵庫ひきこもり相談支援センター	090-1900-6932	げつ か すい きん ど 月・火・水・金・土 10:00～12:00 13:00～16:00
	たん ば 丹波ランチ NPO 法人「結」		げつ すい きん 月・水・金 10:00～17:00
	ひょうごけん 兵庫県ひきこもり総合支援センター	078-262-8050	か きん 火～金 9:30～11:30 13:00～15:30
ボランティア活動に かん そうだん 関する相談	たん ば ささやま し しゃかいふくし きょうぎ かい 丹波篠山市社会福祉協議会	590-1112	げつ きん 月～金 8:30～17:15
じんけんそうだん 人権相談	しやくしよ じんけんすいしん か 市役所 人権推進課	552-6926	げつ きん 月～金 9:00～17:00

STOP! コロナによる差別・偏見!!

- ❖ ウワサにふりまわされず、国・県・市の情報をもとに正しく行動する
- ❖ 「～らしい」という不確かな情報は人に伝えない
- ❖ 差別的な言動には同調しない
- ❖ 人の気持ちや辛さを理解する

「シトラス リボン プロジェクト」

たとえウイルスに感染しても、誰もが地域で笑顔の暮らしを取りもどせる社会をつくつていこうと、愛媛県で「シトラス リボン プロジェクト」が生まれました。感染者が回復してもどってこられたとき、家庭、地域、職場、学校で、「ただいま」「おかえり」と言い合える丹波篠山市にしましょう。

