

寒い中、お集まりいただき  
ありがとうございます。



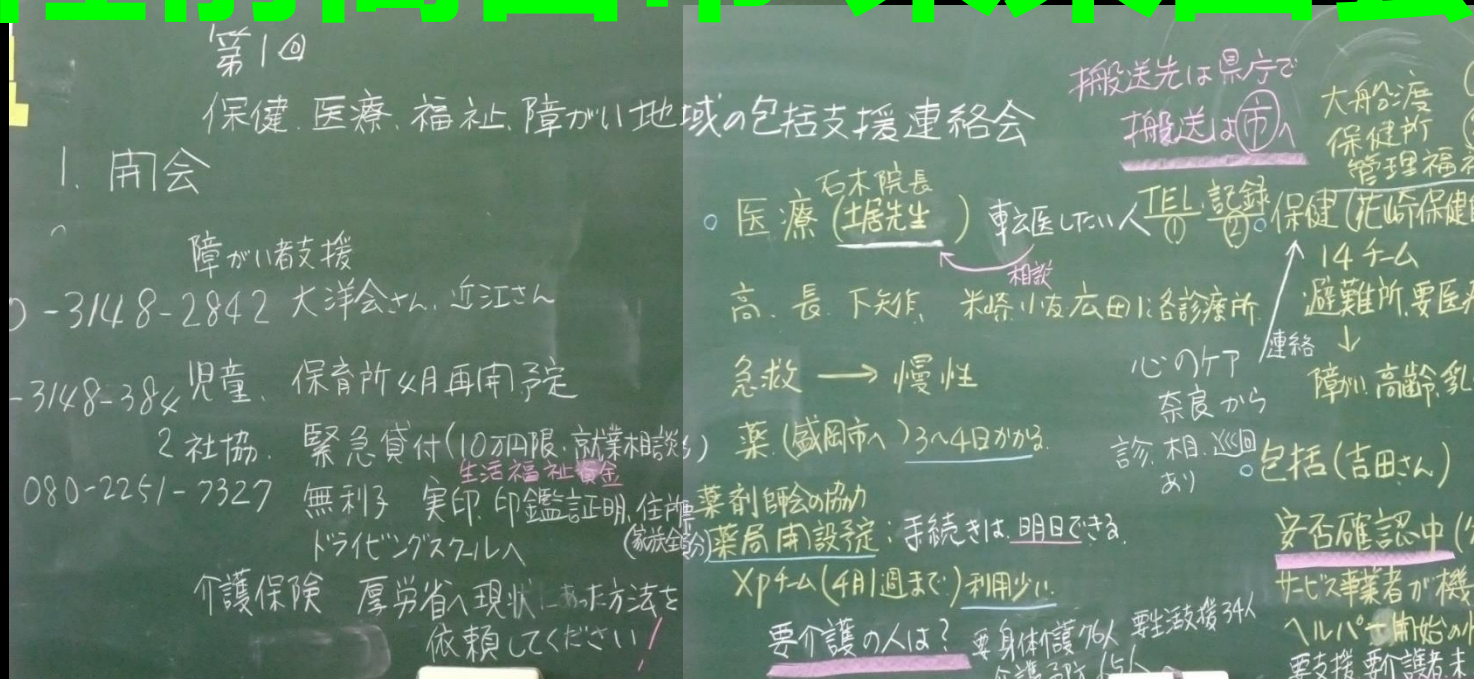
お待ちになっている間に  
名札（所属、氏名）のご記入を  
お願いいたします。



# 平成30年度 第4回

(震災後第90回)

## 陸前高田市 未来図会議



平成23年3月27日 現未来図会議スタートの日の高田一中黑板

平成31年2月15日 (金) 13:30~15:30

陸前高田市コミュニティホール 大会議室

# 本日（H31.2/15）の会議の概要

## ◆テーマ

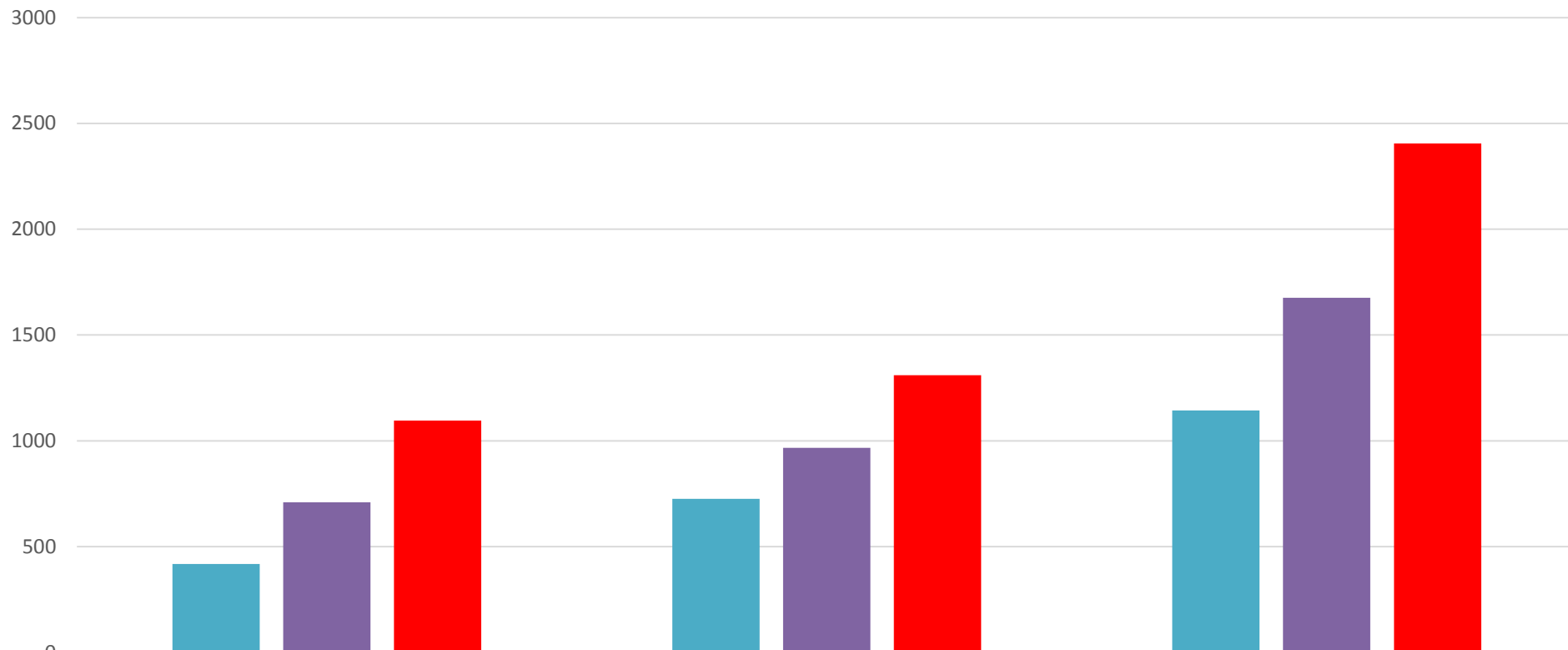


# はまかたを活かした

# おらほの地域づくり

- ・地域の形や生活、つながり方が変わってくる中、子どもから高齢者まで、地域で支え合うって…

# 陸前高田市一人暮らし世帯の推移



	男性	女性	全体
H23. 2	418	726	1144
H26. 3	709	967	1676
H31. 1	1095	1310	2405

# 本日の流れ

# 本日（H31.2/15）の会議の進め方①

## ◆本日の流れ

### （1）はじめに

#### ①未来図会議について

陸前高田市 民生部保健課 保健師 佐藤 沙希

#### ②本日のテーマについて

陸前高田市 民生部保健課

生活支援コーディネーター 金野 康子

# 本日（H31.2/15）の会議の進め方②

## ◆本日の流れ

### （2）地域支え合い活動推進事業

～各地区の様子について聞いてみよう～

地域支え合い推進員 下矢作地区 菅野 わか氏

広田地区 菅野 タエ子氏

NPO法人 陸前高田まちづくり協働センター

生活支援コーディネーター 黄川田 美和氏

# 本日（H31.2/15）の会議の進め方③

## ◆本日の流れ

### （3）参加者のみなさまと

「はまってけらいん、かだってけらいん」

⇒ テーマ：

「地域で支え合うために～いま、何が必要か？～」

①支え合いに必要なものって？

②そのためにできることって？



# 未来図会議について

# はまかだとは



- **はまってけらいん**（仲間に入って）、  
**かだってけらいん**（話しましょう）の略称。
- 立ち話やご近所でのお茶っこのみ、趣味仲間での集まりなど、いつでも・どこでも・なんでも“はまかだ”。
- 話を聴いてもらったり、時間を共有することでお互いの心が癒され、安心感が生まれる。



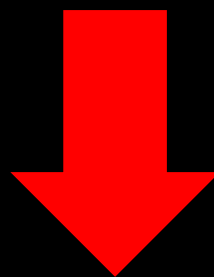
# 未来図会議とは



住民の生活にかかわる関係者が集まり、住民一人ひとりの**健康で文化的な生活**及び**ノーマライゼーション**という言葉の**いらないまちづくり**の実現を目指し、震災からの復興に向けた地域にとって望ましい体制づくりに寄与し続けられるよう、**健康や幸せを感じられるまちづくり**に関する中長期的な展望を議論する。

昨年度までは

「陸前高田市**保健医療福祉**未来図会議」



今年度からは

「陸前高田市**未来図**会議」

# 健康や幸せを感じられるまちづくり

未来の会議

保健医療

立場や職種を越えた新しい  
つながりが生まれ、互いを認め、  
アドバイスやヒントを共有し、  
健康や幸せを感じられるまちづ  
くりの実現に向けて議論する場。

まちづくり

商工観光

本日のテーマについて

**はまかだを活かした  
おらほの地域づくり  
(地域支え合い活動推進事業)**



誰もが住み慣れた地域で、いつまでも住み続ける事ができるように、**地域で何気なく行われている、住民主体の活動や支え合いを大切にしながら、**社会参加による介護予防を推進していく事業です。



**何でこの事業が  
始まったか？**

# 社会的な背景として・・・

少子高齢化が進んだ現在、介護保険で提供するサービスの供給が限界に達しようとしています。

町	総人口(人)	65歳以上(人)	高齢化率 (%)	18歳以下 (人)
生出	264	134	<b>50.8</b>	20
矢作	418	214	<b>51.2</b>	32
下矢作	806	346	<b>42.9</b>	81
横田	1,307	564	<b>43.2</b>	162
竹駒	1,471	529	<b>36.0</b>	203
気仙	1,836	755	<b>41.1</b>	202
高田	4,802	1,652	<b>34.4</b>	637
米崎	3,053	1,108	<b>36.3</b>	490
小友	1,992	812	<b>40.8</b>	260
広田	3,084	1,293	<b>41.9</b>	355
市全体	19,033	7,410	<b>38.9</b>	2,442

# 介護専門職の 人材不足が深刻！

市内でも既存の事業所の維持が困難となり、休止や廃止を余儀なくされている。

今後も介護人材の不足は続くことが予測されている。



改めて住民同士の  
“**支え合い・助け合い**”が必要とされています。昔からある地域との繋がりを大切に  
し、これからも住み慣れた地域で安心して生活できる地域づくりをしていく事が必要となっています。

**生活支援コーディネーター**

**(地域支え合い推進員)配置**

**協議体**が創設されました。

**協議体とは？**

地域内での“困った”や高齢者についての課題について、地域内でできることは地域で取り組み、地域内で出来ない事は関係各所に声を届ける為に協議する場のことです。

つまり、

**『お互いの知恵を出し合う場』**

となります。



**生活支援コーディネーター**

**(地域支え合い推進員)**

**とは？**

地域の状況や困りごとを把握し、元々ある活動を活かしながら住民同士の支え合う力を上手く組み合わせ、繋がりや交流の場を広げていく事を支援したり、新たな支え合い活動を創出する支援もします。つまり、高齢者の皆さんと皆さんを支える人、仕組みを応援する仕事です。



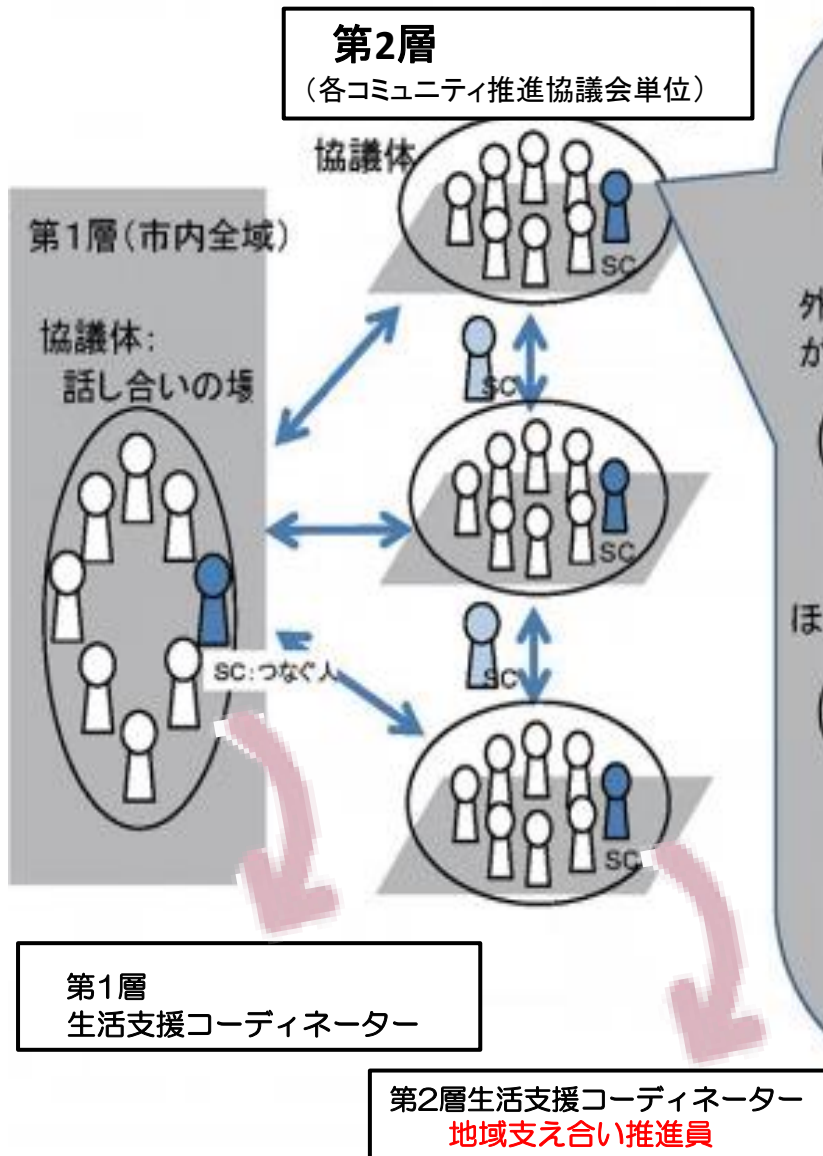
今年度は

**地域支え合い推進員**を

各コミュニティ推進協議会  
単位で委嘱。

現在、10地区で委嘱済と  
なっています。

## 私たちの地域はどんなところかな？



自治会 	空家、古民 	子育ての問題 	介護事業所 
外に出るきっかけがない(閉じこもり) 	ゴミ出しが大変 	一人暮らし・高齢者世帯 	支援を必要とする 
ほほえみセンター 	民間業者、NPO、お店 	通院や買い物が大変 	サークル、集まり 
手助けをしたい人 見守る人 	定年を迎えたが体力・知識・経験が豊富な人 	地域を良く知っている人 活動している団体の人 	

どんな困りごとがあるんだろう。どんな資源があるんだろう。



地域支え合い活動推進事業

～各地区の様子について聞いてみよう～

**下矢作地区**

**「はじめて**

**事業の説明を聞いたとき**

**どんな風に感じましたか？」**

下矢作地区：

**ひとりでも多くの方々に  
この事業を理解して欲しい。**

**知らなければ  
個々の活動に留まってしまおう。**



## 広田地区

「はじめて  
事業の説明を聞いたとき  
どんな風に感じましたか？」

広田地区：

**「私たちに出来る事」  
という視点をもってやってみよう**

**推進員はひとりでですが…。  
地域の皆さんの協力がないと  
出来ません。**

この事業は  
自分の健康を守ることと…。

**ひとりでも多くの理解者を増やし  
一緒に活動する事が大切**

さらに

**「自分に出来ること」という視点をもって  
「話合う」ことが大切。**

ご清聴ありがとうございました。

**おわり**

**そして支え合いは  
これからも続く…。**

**「みんなではまかだ」  
はまかだタイムの  
進め方について**

参加者のみなさまと  
はまってけらいん かだってけらいん

— テーマ —

「地域で支え合うために  
～いま、何が必要か?～」

- ① 支え合いに必要なものって?
- ② そのためにできることって?



# ワールドカフェ

## 目的

自由に意見を出し合い、お互いの思いや考えの背景について探求し、相互理解を深める。

×結論を出す

×合意形成



# みんなで「はまかだ」ルール

◆グループ内で新しい気づきや発見を共有するために

- お互いの話をよく聞く
- 話す人は簡潔にわかりやすく
- 意見の否定や排除はしません
- リラックスして対話を楽しむ
- 進行係にご協力を

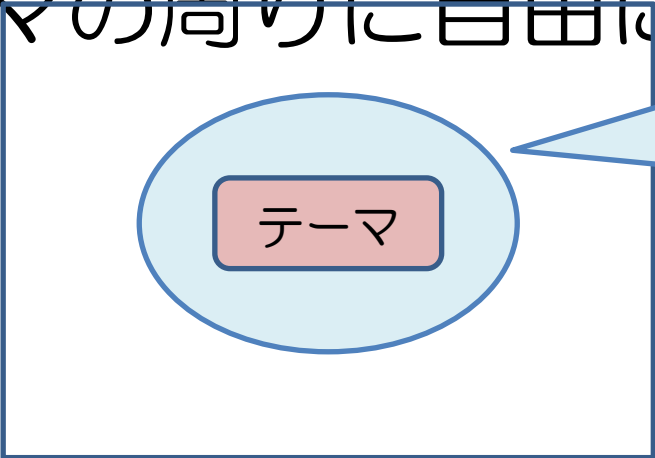




# はまかだタイムの進め方

1回目

- テーマを紙の中央に書く。
- グループ内でテーマについて順番に話す。
- メンバーは、気づきや大切なことをテーマの周りに自由にメモする



テーマ

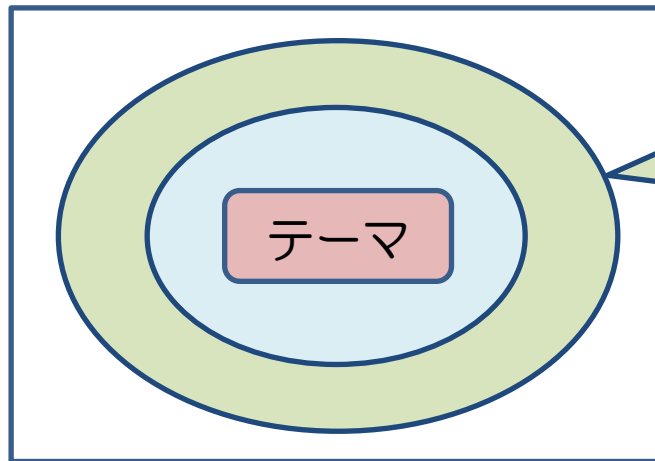
1回目のメモ

①支え合いに必要なものって？

# はまかだタイムの進め方

2回目

- 1名を残し、他のテーブルへ移動。
- グループ内で模造紙に残されたメモをもとに、再度テーマについて順番に話す。
- メンバーは、気付きや大切なことを残されたメモの周りに自由に書く。



2回目のメモ

②そのためにできる  
ことって？

# ～はまかだタイム～

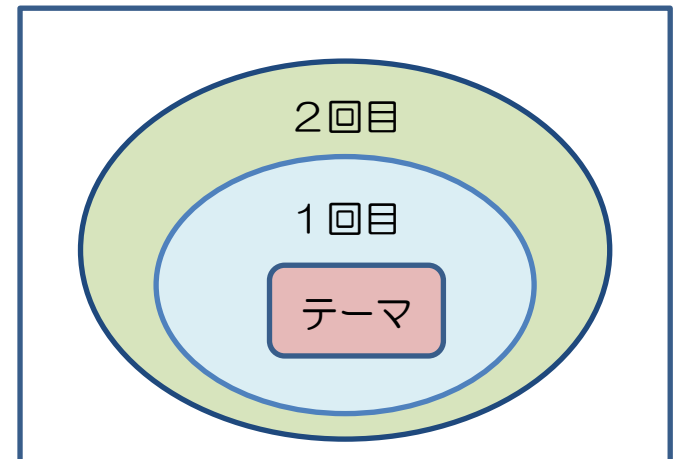
## ー テーマ ー

「地域で支え合うために

～いま、何が必要か？～」

### ルール

- お互いの話をよく聞く
- 話す人は簡潔にわかりやすく
- 意見の否定や排除はしません
- リラックスして対話を楽しむ
- 進行係にご協力を



① 支え合いに必要な  
ものって？

②そのためにできる  
ことって？

# 1G みんなで、はまかだ

地域で支え合うために～いま、何が必要か？～

①支え合いに必要なものって？

- ・ お互いを知っていること
- ・ SOSを出す勇気
- ・ めげずに挨拶をすること
- ・ 危機感を地域の中に浸透させること

②そのためにできることって？

- ・ 声をかけること
- ・ お茶っこ
- ・ おせっかい

# 2G みんなで、はまかだ

地域で支え合うために～いま、何が必要か？～

## ①支え合いに必要なものって？

- ・支え合いを知ること
- ・サロンも、お茶っこも支え合い
- ・近場の通い場が必要
- ・足が必要だから、歩いていける場があることが大事
- ・相手を誘うこと（気をつかうけど）
- ・気にする習慣
  - ⇒近所の様子、わかっている町場はお互いを見回っている
  - ⇒新しい地区はお互いに知らない現実がある（あいさつだけだったり・・・）

## ②そのためにできることって？

- ・近所など変わっているなので、お互いに気にすること、気にかけることが大事
- ・お互いにひろってあるく
- ・お互いに気にする文化を

# 3G みんなで、はまかだ

地域で支え合うために～いま、何が必要か？～

①支え合いに必要なものって？

- ・そもそも、今から支え合いって、遅いんじゃないか…
- ・若い世代へのサポートも必要  
⇒支え合えるには、若い世代大事
- ・お茶会
- ・人と知り合うこと

②そのためにできることって？

- ・余裕を生む取り組み  
⇒時間、お金など…  
⇒それによって自然に生まれてくるんじゃないか



# 4G みんなで、はまかだ

地域で支え合うために～いま、何が必要か？～

①支え合いに必要なものって？

- ・ 人、協力者
- ・ 声を上げたあと、ひろうこと
- ・ 声を上げられない人には、出張はまかだ

②そのためにできることって？

- ・ 例えば30分250円の制度など、体制があるといい
- ・ 年を重ねても役割をもつこと

# 5G みんなで、はまかだ

地域で支え合うために～いま、何が必要か？～

## ①支え合いに必要なものって？

- ・何かしたくても気をつかわれる  
例) 御礼に高価なものが・・・
- ・話だけだといろいろ出てくる  
なにか手段、柱になるものが必要
- ・若い世代、必要性を感じていない  
震災後、サロンが広がった

## ②そのためにできることって？

- ・100円会費ルールでやるとか・・・
- ・例) 祭り、大学生  
選択肢があること、みんなでやれるものがあること
- ・非被災地でもサロンが広がるように・・・

# 6G みんなで、はまかだ

地域で支え合うために～いま、何が必要か？～

## ①支え合いに必要なものって？

- ・新しい地域に暮らす人が多い  
⇒地区のことを知りたいと思う気持ち
- ・声かけしやすい雰囲気
- ・あいさつ
- ・優しい気持ち
- ・役員さんなど抱え込まず、誰かに頼めること
- ・自分から声をかけること  
これがないとお願いをする勇気も生まれないよね

## ②そのためにできることって？

- ・はまかだの出前  
行きたくても行けない人もある  
どこかに出て行ってやる
- ・広田診療所の待合室も
- ・まちにある資源、床屋さん、クリーニング屋さんの場所などもはまかだの場所になるのでは
- ・お祭り、町内運動会  
自治会も

# 7G みんなで、はまかだ

地域で支え合うために～いま、何が必要か？～

①支え合いに必要なものって？

- ・声かけ、おせっかい
- ・感謝されても、そうでなくても、理解できるキッカケになる
  
- ・家の近くで百歳体操
- ・集まりのメンバーが固定しがちなので、新しい人が入りやすい環境、雰囲気
  
- ・推進員さんの活用について話し合う
- ・支える層がしっかりできるように

②そのためにできることって？

- ・声かけ

# 8G みんなで、はまかだ

地域で支え合うために～いま、何が必要か？～

## ①支え合いに必要なものって？

- ・ 隣近所を気にすること
- ・ 社会参加をすること
- ・ 住民の声
- ・ 個人情報の壁を壊す
- ・ 集まるためのなにかがほしい
  
- ・ むかしはあたりまえだったこと
- ・ 自主防災組織

## ②そのためにできることって？

- ・ 集まるために
  - ⇒男のお茶っこプロジェクト  
(お酒も)
  - ⇒男の台所  
みんなで一品ずつくらい作る
- 世話役がいること
- ダメだしをしない
- 目的をしっかりとさせるために「何のために」確認
- 言いつ放しにしない
- マイナスことは言わない
- 知りたいという前むきの視点もつ
  
- ・ 立ち上げて終わらないこと
- 行政へ言いつ放しになっていないこと

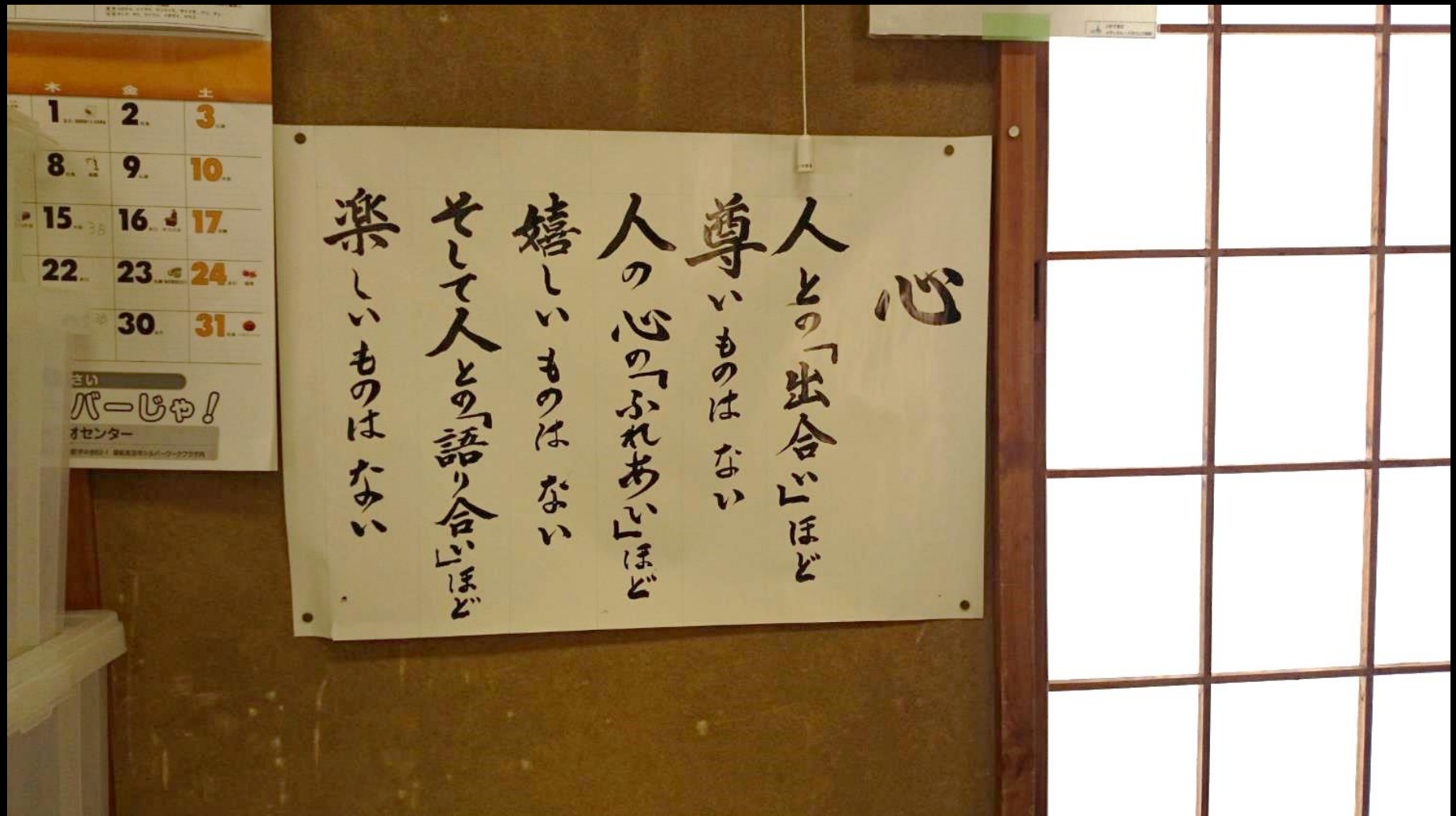
はまかだを活かした

おらほの地域づくり

# 地域で支え合うために ～いま、何が必要か？～

- 地域支え合い活動推進事業は、**社会参加（はまかだ）による介護予防を進めて**行くための「手段」
- 協議体も、推進員もあくまで「手段」  
（でも覚えていただくと嬉しい!(^^)! ⇒**次につながる**）
- 「困ったこと」だけ、「高齢者」だけを話し合うのではない
- 困ったことから、**期待や知りたいこと、できること**の力に
- 誰かを「動かすため」にやるのではない
- 自分が**動き続ける**ことで、また人とつながる  
（今日の**出会いに感謝** ⇒今日、参加くださった御縁）
- 現実を受け止めつつ、**自分なりに「できること」をみんなではまかだしながら、具現化していく**

# 昔からはまかだしている陸前高田



心  
人との「出会い」ほど  
尊いものはない  
人の心の「ふれあい」ほど  
嬉しいものはない  
そして人との「語り合い」ほど  
楽しいものはない

陸前高田市 下矢作コミセン



# 次回(平成31年度**第1回**)未来図会議予定

## ◆日時

平成31年4月25日(木) 14:00~16:00

## ◆メインテーマ(仮)

**本人も家族も地域も“良かった”と  
思える人生にするために**

## ◆会場

陸前高田市コミュニティホール大会議室

# 平成31年度 陸前高田市未来図会議の予定

## ○日程

2019年

- ① 4月25日(木) 14:00~16:30
- ② 7月19日(金) 13:30~15:30
- ③ 11月14日(木) 13:30~15:30

2020年

- ④ 2月14日(金) 13:30~15:30

未来図会議

事後アンケートに

ご協力をお願いいたします。