

令和6年度 地域ふくし講座 内 容

■場 所：釧路市総合福祉センター1階大ホール（釧路市旭町12番3号）

	日 程	研修のねらい・内容
第1講	11月7日（木） 9：30～12：00	□現在、全国民に占める高齢者の割合は29%となり、独居高齢者の孤独死問題や、多くの認知症高齢者が行方不明になるなど、大きな社会問題となっています。釧路市において地域安心ネットワークや SOS ネットワークなどが広く展開されている中で、私たちにできる活動について一緒に考えます。 ◆講義 「地域の高齢者見守り活動の現状と課題」 講師 釧路市福祉部 介護高齢課 専門員 速水 陽 氏
第2講	11月14日（木） 9：30～12：00	□災害が起きた際、女性が直面する問題として女性用品の不足、プライバシー問題、不眠、性暴力等が実際に起こっています。そういった問題に対して、まずは私たちの意識を変えることが大切となります。視点を広げ、女性目線での防災を一緒に考えます。 ◆講義 「女性目線での防災意識を高める」 講師 チームくしろ防災女子 代表 金子 ゆかり 氏
第3講	11月21日（木） 9：30～12：00	□地域との繋がりが希薄となっている現代では、引きこもり問題は大きな問題となっています。本人のみならず、親族等で悩みを抱えている方が増えており、そういった中での相談機関の一つとして若者サポートステーションがあります。相談機関としての役割を学び、私たちにできることを一緒に考えます。 ◆講義 「地域に潜む引きこもり問題 地域の相談機関として」 講師 くしろ若者サポートステーション 統括コーディネーター 岡部 源三 氏 専門員 河瀬 真寿 氏

《第1講》講義 「地域の高齢者見守り活動の現状と課題」

講師 釧路市福祉部 介護高齢課 専門員 速水 陽 氏



第1講は、釧路市福祉部介護高齢課の速水陽氏を講師に「地域の高齢者見守り活動の現状と課題」と題して講義とグループワークを行いました。



釧路市においては、地域安心ネットワーク事業として、高齢者や障がい者など生活の支援が必要な市民が地域から孤立することのないよう、地域の様々な団体や事業者と協力いただき、地域をさりげなく見守り、必要な支援に繋がっていく取り組みを行っています。



見守りポイントとしては、カーテンが閉まったままではないか、郵便物が溜まっていないか、日中でも電気がついたままになっていないか、洗濯物が溜まったままになっていないかなどのポイントがありました。その際に、いつもと様子が違うと異変を感じたり、見守りや声掛けが必要そうな人がいたら、近くの地域包括支援センターへ相談することによって、本人の希望に応じた福祉サービスへ繋がったり、民生委員や地域住民と一緒にさりげない見守りを行うことができることを学びました。



見守りは、見張りではなく、その人のことを信頼して意思を尊重していくことの大切さを説明されていました。

認知症基本法の説明では、地域共生社会の実現においては、認知症であっても人格や個性が尊重され、お互いに支え合って生活していくためには、国民一人一人が認知症に関する正しい知識を持ち、理解を深めることが大切であることについて話されておりました。

グループワークでは、参加者同士の活発な意見交換もみられ、それぞれの地域の現状や課題を知り、見守り活動や気づきのきっかけとなりました。

第1講 グループワーク

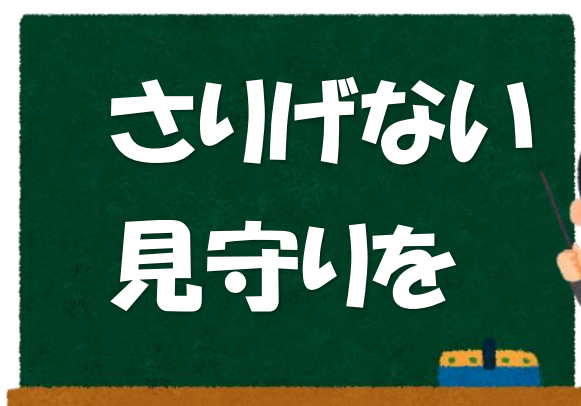
テーマ①「講義から学んだこと・感じたこと」

- 見守り対策を考えるとときには、災害対策のことも知らせていくことが大切であると感じた。
- 共生社会の実現を推進するための認知症基本法について初めて知った。
- 何かあったら包括へ相談することが大切であると学んだ。
- 人によって状況が違うため、民生委員としてどのように動いて良いかわからない。
- SOS ネットワークが釧路発祥であることは素晴らしいことであると思った。
- 今回の講話を聞いて、見守り活動の大切さを学んだ。
- 認知症の日について、色々なひとへ知ってほしいため、もっとアピールが必要だと感じた。

テーマ②「自分たちの地域の見守り活動の現状や課題」

- 民生委員、町内会役員など、担い手不足で見守り活動が難しくなっている。
- 見守り活動を行う上で、地域食堂、茶話会など、多世代交流の場を増やしていくことが必要であると感じた。
- ひとり暮らしの見守り運動を推進していくことは、防犯対策になるため、今後も推進していきたい。
- 75歳以上の独居宅へ訪問し、不在の際には手紙を投函することで、その方の親族とも情報共有ができるようになると思った。
- 地域に認知症の方がいるが問題は起きていない。今後、地域に暮らす認知症の方が増加してきた際に、どのように対応していくかを考えていかなければいけない。
- 町内会に加入することが大切であり、それが見守り活動へと繋がると考えている。
- 見守り活動を続けていくとストレスが溜まり、継続して取り組めなくなってしまうおそれがある。それを防ぐためにも、地域住民が認知症への理解を深め、それぞれの状況に合わせた見守り活動を行っていくことが大切であると感じた。

～振り返ろう！ワンポイントレッスン♪～



見守りは相手を信頼し、本人の意思を尊重しながら関わることです。

相手を信頼せず、見る側の意向を押し付けることは見張りになってしまいます。

見守り活動はひとりで行うものではなく、地域で協力して行うものです。

誰もが住みやすい地域を、みんなで一緒に作り上げていきましょう。

《第2講》講義「女性目線での防災意識を高める」

講師 チームくしろ防災女子

代表 金子 ゆかり 氏



第2講は「女性目線での防災意識を高める」をテーマに、チームくしろ防災女子代表の金子ゆかり氏を講師に講義とグループワークを行いました。

まずは、釧路市における自然災害の発生リスクと、早期避難行動の必要性について説明されました。

また住民同士の助け合いの必要性について、阪神淡路大震災では日頃から住民同士の交流があった地域では、交流の少なかった地域に比べて救出率が高く、住民同士の日頃からのコミュニケーションが大切であることを学びました。

避難所においては、まずは何よりも非常用トイレのセットが重要となり、非常用トイレのセットがなければ、衛生的にトイレを使うことができず、避難者がトイレの使用を躊躇するため、水分補給を控えてしまうおそれがあることを学びました。それによって、エコノミークラス症候群の発生リスクが高まることに受講者の皆様も驚かれ、気づきのきっかけとなっていました。

また、非常用トイレが適切にセットされていたとしても、配置場所によっては性被害にあう確率が高くなるため、女性・子ども目線で避難所の運営を考えていくことの大切さについての説明がありました。

災害時には、性被害も含め、さまざまな場面を想定することができる想像力が大切であることを話されており、それぞれが想像力を高めていくためには、それぞれの目線で自分自身にも起こりうる問題として考えていくことが必要であることを学ぶことができました。

第2講 グループワーク

テーマ①「講義から学んだこと・感じたこと」

- 高台に住んでいると、津波に対する危機感が低くなると感じた。
- 普段から防災意識を持つことが大切であると感じた。
- 指示されて動くのではなく、自分で考えて動くことが大切だと感じた。
- 各町内会で協力して動くことが大切であると感じた。
- 共助の大切さを学んだ。
- 想像力をもって防災を考えることが大切であると感じた。
- 避難場所での性被害があることは聞いたことがあったが、データをみると多くのひとが被害にあっても訴えることができない状況であることに驚いた。
- 役割分担については、年齢や性別で分けるべきではないと感じた。しかし、リーダー気質が強い人が多いと、リーダーが決まりづらいと思う。

テーマ②「自分たちの地域で考えられる女性目線での防災意識について」

- プライバシーが守られる空間を作ることが大切である。
- 日頃から、男性のみで防災を考えるのではなく、男女共同で防災を考えることが大切である。
- 役割分担については、男性のみで決めることなく事前に話し合いをする機会を作ることが大切であると感じた。
- 町内会や婦人部、婦人会での情報共有を日頃から行うことが必要。
- 災害に備えて、避難経路を普段から歩くようにし、年齢・性別問わず、すべての人が安全に避難することができるように考えていくことが大切であると感じた。
- 今回の講座の内容は、ここだけでの話で終わらせるのではなく、子を持つ親世代や学校で学生たちにも聞いてもらい、一人ひとりが防災意識を持つことが大切であると感じた。
- ボランティアが被害者だと声を上げにくい現状があることを聞いたので、現場に傾聴してくれる人や相談員がいると良いのではないかと感じた。
- 無記名で悩みを投函できる箱があると良いと思った。

～振り返ろう！ワンポイントレッスン♪～

想像力の
大切さ



避難所においては、特定のだれかをあてにするのではなく、みんなで協力していくことが大切です。

また、避難所においては性被害が多く発生しています。身近なひとが被害にあう可能性があるということを忘れずに、それぞれが自分事として考えていきましょう。

《第3講》講義「地域に潜む引きこもり問題」

地域の相談機関として」

講師 くしろ若者サポートステーション

統括コーディネーター 岡部 源三 氏

専門員 河瀬 真寿 氏



第3講は、くしろ若者サポートステーション統括コーディネーターの岡部源三氏、相談員の河瀬真寿氏を講師に「地域に潜む引きこもり問題 地域の相談機関」と題し、地域における生活困窮者支援の実態について講義をいただきました。



現在、ひきこもりに至る要因が多様化・複合化していく中で、当事者や家族が支援を求める意思があっても支援先が確保できず、家庭内で抱え込んでしまう状況が多くあります。くしろ若者サポートステーションは、一人ひとりの状況を的確に把握し支援していくための相談窓口となっています。



講座の中では、3つの引きこもりケースの事例について説明され、それぞれの事例から当事者が自分自身に向き合い、社会との繋がりを作ることができるように当事者のペースで一緒に今後の未来を考えていくことが大切であることを学ぶことができました。

引きこもりの当事者にとって相談することは勇気がいることであり、相談機関としてその勇気に向き合うことが大切です。相談があってもどの相談機関とも繋がりが維持できなければ、再び家庭や個人で抱え込んでしまう状態に戻ってしまうおそれがあることについて説明がありました。



今回の講座では、若者サポートステーションを初めて知った受講者もいました。悩みを抱えていても相談できず、抱え込んでしまう方が適切な相談機関へ繋がりを持てるようになるためには、地域の相談機関の周知が大切であることを学ぶことができました。

第3講 グループワーク

テーマ①「講義から学んだこと・感じたこと」

- サポステの活動は、民生委員の活動と似ていると感じた。
- 家族との協力も大切であると感じた。
- 子育ての際に親が子供へ向き合う姿勢も大切であると感じた。
- サポステと民生委員の活動は共通する部分があるため、お互いに協力し合えると感じた。
- 知的・発達障害の有無は必ずしも就業に影響するわけではなく、様々な要因が絡み合って引きこもりとなっていることを学んだ。
- 引きこもり問題は、家族に問題があるケースも多いと感じた。
- 昔と違って、今は近隣住民同士の関わりが薄くなってしまい、引きこもりや独居者の様子の確認が難しくなっている。
- 相談者にとって、相談までに行き着くハードルが高いと感じた。

テーマ②「自分たちの地域の課題や現状について」

- 地域で暮らすひとたちの様子を知る機会が少なくなっている。
- サポステの活動は、もう少し PR することができれば、悩みを抱えている多くの若者にも届くのではないかと感じた。
- 家族や地域、関係機関によるサポートがあまりできていないため、今後はサポート体制を整えていきたい。
- 引きこもり問題は、昔は家族が恥だと思い、世間に知らせないようにしていたが、現在は問題を家庭内だけ抱えず、相談機関に繋げていくことが必要だと感じた。
- 民生委員不在が課題であり、所在地以外を担当している民生委員も多いため、地区内の課題を把握しきれていない現状がある。

～振り返ろう！ワンポイントレッスン♪～



相談者にとって、相談するということは
勇気のいることです。

その勇気に向き合い、相談者のペース
と一緒に考えることが大切です。

相談者、ご家族と向き合い、必要とする
ネットワークを構築することが大切です。

そのためにも、専門の相談機関の存在
をぜひ覚えておいてください。

閉 講 式



閉講式では、当日ご参加頂いた皆様に、
釧路市社会福祉協議会 常務理事 土屋 敬視
より、修了証書をお渡ししました。



受講された皆様、お疲れ様でした！

