

超高齢社会のまちづくり

～人と人が支え合える地域活動を創る～



- 第1. 柏市における高齢化の現状
- 第2. 福祉の現場から見た市民
- 第3. 柏市豊四季台地域
「長寿社会のまちづくり」の取組み
- 第4. 新たな生きがいを創造する
- 第5. 究極の地域づくりに参加を

IOG 東京大学高齢社会総合研究機構

木村 清一

1

第1 柏市における高齢化の現状

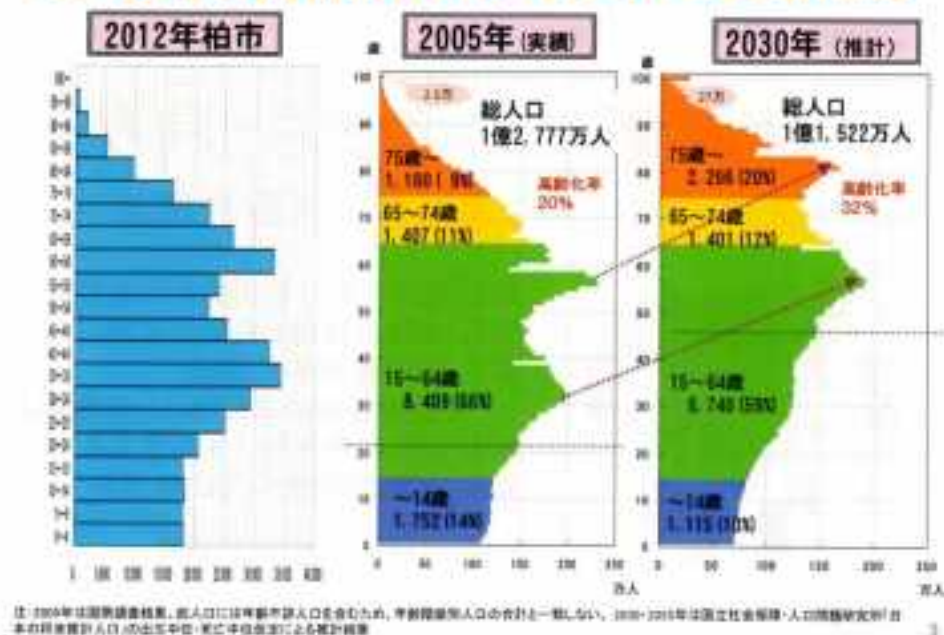
① 柏市の人口～団塊の世代とその二世が多い～



柏市の人口ピラミッド(平成24年4月1日現在)

2

② 日本と柏市の人口ピラミッドの変化比較



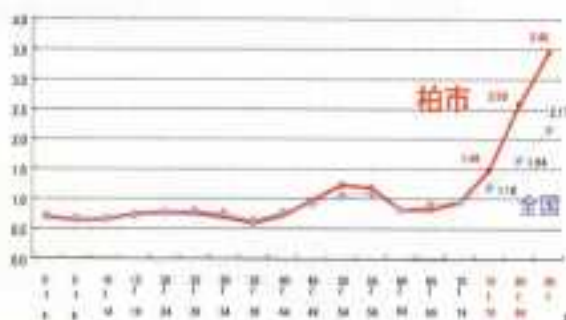
第2. 福祉の現場からみた市民

2010年人口を1.0とした場合の2030年の増加率



今後の予測

2030年の人口増加率
 75歳～79歳が1.5倍、
 80歳～85歳が2.6倍、
 85歳以上が3.6倍に
 増加する。



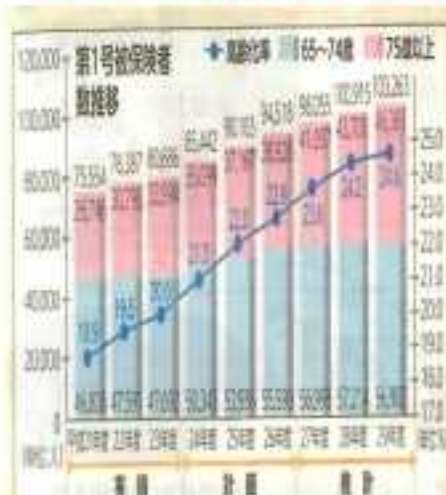
・高齢化率の変化

	高齢化率(%)	
	2005年	2030年
全国	20.2	31.8
千葉県	17.6	31.9
柏市	16.4	32.4

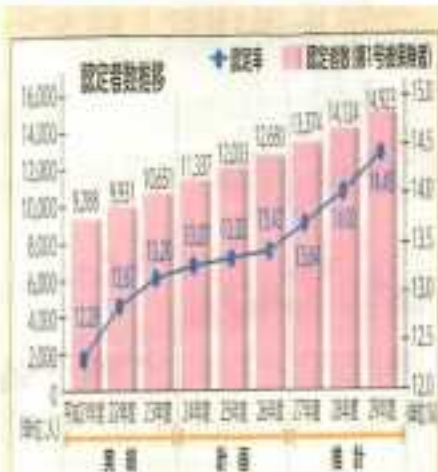
・75歳以上人口割合の変化

	75歳以上人口割合(%)	
	2005年	2030年
全国	8.1	19.7
千葉県	7.1	19.9
柏市	6.2	20.7

① 高齢者…増え続ける要介護認定者



人口における割合の多い高齢世代の高齢化により、高齢者の増加が予測されます。



高齢になるにつれて、介護が必要となる方が増加する傾向があります。高齢者の中でも年齢が高くなるにつれて、介護が必要となる方が増加する見込みです。

5

20年後の富勢地域…高齢化率の推移



6

② こども…柏市の特殊合計出生率

～常に全国を下回る状態にある～



家庭に高齢者がいない
一人っ子家庭が増えている

核家族化



平成14年生まれの
1歳6か月健診時の
調査(健康推進課)

③ 障害者…40代から増える

身体障害者手帳の年齢別所持者件数

平成24年5月17日現在 柏市障害福祉課 単位:人

年齢区分 障害種別	18歳 未満	18～39	40～64	65歳 以上	合 計
視覚障害	7	55	191	446	699
聴覚・平衡機能障害	31	88	158	410	687
音声・言語・咽頭機能障害	1	8	54	83	146
肢体不自由	135	374	1,448	3,255	5,212
内部障害	38	144	777	1,966	2,925
合 計	212	669	2,628	6,160	9,669



9割以上

暮らしの中の「孤独状態」が共通課題

高齢者では、寝たきり・認知症

虐待・自殺・孤独死

子どもでは、情緒障害・非行

学級崩壊・引きこもり・自殺

母親では、子育て不安・育児放棄・虐待

障害者では、社会参加障害・発達障害

地域では、犯罪の多発・悪徳商法被害

一人にしない
取り組みが
必要です



孤立・孤独・閉じこもりから、悲劇が生まれている

9

第3. 柏市豊四季台地域

「長寿社会のまちづくり」の取り組み



- ・なぜ豊四季台地域なのか？
- ・高齢化率が40%を超える旧公団団地
- ・独居高齢者が多く、孤独死も発生
- ・柏市の他地域20～30年後の姿
- ・UR都市機構が建て替える計画



柏市豊四季台地域高齢社会総合研究会を結成(平成21年6月)

10

柏プロジェクトのめざすべき姿と方針

いつまでも自宅で安心した生活が送れるまち

<プラン1> 地域包括ケアシステムを実現する

- ① 在宅医療を推進するシステムの構築
- ② 訪問看護の充実(24時間訪問看護の体制整備)
- ③ 介護サービスの充実(24時間短時間・巡回型介護の体制整備)
- ④ 高齢者のケア付住宅の整備



いつまでも元気で活躍できるまち

<プラン2> 高齢者の生きがい就労を実現する



- ① 休耕地農業、ミニ野菜工場、屋上農園
- ② 保育・子育て支援の向上、子供の居場所の確保
- ③ 生活支援サービス ④ 高齢者の福祉サービス
- ⑤ コミュニティ食堂や配食の実施で地域の食を支えるサービス

11

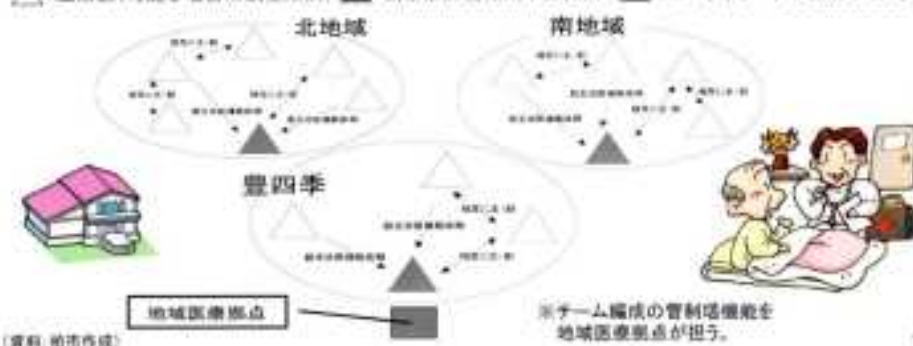
① 在宅医療・看護・介護の連携体制を創る

在宅医療を含めた真の地域包括ケアシステムをつくるポイント

- ① かかりつけ医の負担軽減
→ 主治医・副主治医システムの構築
- ② 主治医・副主治医のチーム編成と医療・看護・介護の連携
→ 地域医療拠点の整備

<主治医・副主治医システム>

△：主治医(可能な場合は副主治医) ▲：副主治医機能集約診療所 ■：コーディネーター等拠点事務員



12

② 在宅医療推進の新しい連携ネットワーク



10

③ 地域包括ケアシステムを実現する事業



14

④ 柏市での地域包括ケアシステムの構築



15

① 生きがい就労を実現する事業 5分野8事業

プラン2



16

② 就労希望を募る「就労セミナー」の開催

- 柏市民を対象とした「就労セミナー」を2011年11月より計7回開催。延べ557名が参加！
- セミナー修了者の中から希望者について、毎月様々なテーマで「勉強会」を実施し、関係を継続させて組織化を行いながら、雇用につなげていった
- 2013年4月に、セミナー修了者による社団法人「セカンドライブファクトリー」が設立され、勉強会活動を引き継ぐと同時に、独自の活動を開始

第1回 54名 (2011/11-12月)

第2回
(2012/2月)

55名

第3回
(2012/4月)

109名

第4回
(2012/6月)

104名

第5回
(2012/7月)

128名

第6回
(2012/11月)

67名

第7回
(2013/3月)

40名



17

③ セミナー修了してから就労へ 61～80歳の180名が就労しています



18

柏市における取り組みの展開イメージ

柏市は、超高齢社会への進行の段階に応じた健康安全な都市を目指す



地域の特徴に沿ったモデル事業を実施・得られたノウハウは全市へ展開

19

第4. 新たな生きがいを創造する

*Aging in Place*の実現こそ究極の地域づくり

“住み慣れた地域で 安心して自分らしく生きる”

高齢者が、地域における新たなまちづくりに取り組むとき、地域が変わり、社会が変わり、世界が変わる。

そのわけは、高齢者は知識と技術、豊かな経験と確かな判断力を持つからである



2012. 5. 16 就労セミナー第4回フォローアップ学習会から

20

① 65歳は高齢者と言えるのか？

1956年に国連の年次報告書に初めて記載された

<平均寿命>

1955年 男性63.6歳 女性67.8歳

2010年 男性79.4歳 女性86.4歳

増加数 男性15.8歳 女性18.6歳

増加率 1.25倍 1.28倍

65歳×1.27倍=82.3歳



② 意識調査…リタイア後も働きたい人が多い

<就労に対する意識調査から>

調査項目	内閣府	柏65歳以上	柏55～64歳
65歳までに働くことをやめる	29%		39%
70歳までは働きたい	23%	13%	30%
75歳までは働きたい	10%	29%	3%
働けるうちはいつまでも働く	37%	41%	15%

平成22年12月調査。65歳以上一般高齢者787人（男性468人、女性413人）が回答。55～64歳253人（男性123人、女性129人）が回答。

21

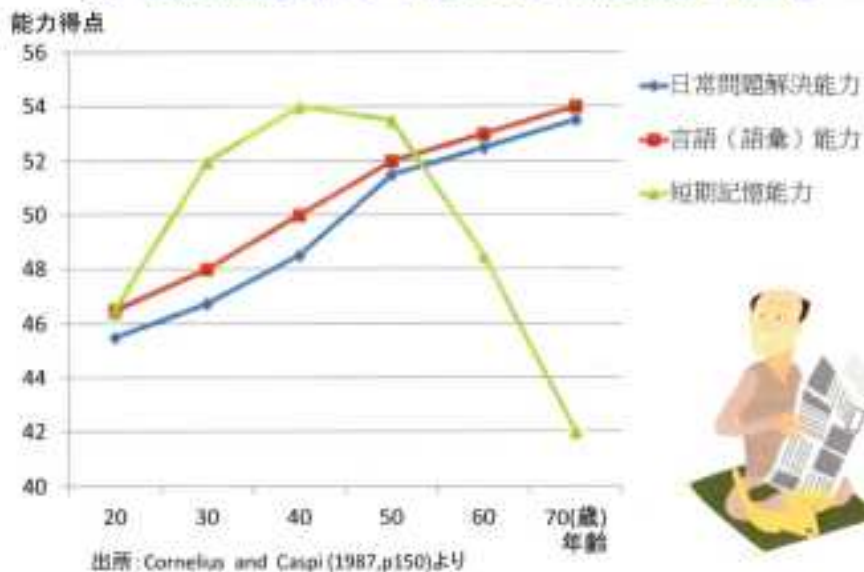
③ 人生90年の設計ができる時代が到来

※死亡時年齢最頻値（厚生労働省「完全生命表（2005年）」—65歳より算出



22

④ 認知能力の年齢による変化を見る



23

「働く」+「生きがい」=生きがい就労
 「やりがい」+「役立ち」=役立ちがい
 ～新たなセカンドライフを創造するための提案～

- 1 新たなライフスタイルをつくる
- 2 人と人を結びつける役割を果たす
- 3 ニュー・コミュニティの創造
- 4 セカンドライフを豊かにする活動
- 5 無理なく、楽しく、出来る範囲
- 6 自分の役割や立場ができる
- 7 地域や社会に貢献できる



自己実現ができる

長寿社会のまちづくりに貢献



24

柏市での地域活動 ①いつでも働きたいを実現



柏市での地域活動 ②「傾聴ボランティア」 話をする側から聴く側になることの意味



柏市での地域活動

③「介護支援ボランティア制度」

65歳以上の人が対象です

(平成22年10月から柏市でスタート)

現在836人が登録

(平成25年10月現在)

＜対象となる活動内容＞



対象者 市内に住む65歳以上の方
内容 介護保険施設等で行うボランティア活動
場所 1)介護保険適用施設
2)保健医療機関
3)老人福祉施設
4)社会福祉協議会に登録している団体

1 施設内で行う活動

- ①レクなどの指導、運営補助
- ②お茶出し、配膳下膳、同補助
- ③散歩、外出又は室内移動補助
- ④行事などの運営補助
- ⑤話し相手、傾聴、朗読など
- ⑥職員と行う軽微かつ補助的な活動

2 社協に登録した団体で、地域住民組織が行う自発的福祉活動

27

柏市での地域活動 ④「地域の支え合い活動」

町会や自治会で身近な福祉活動が盛んになっている

平成24年度に柏市内では221か所の活動が行われている

このような無償・有償のボランティアによる活動が各地域で取り組まれるようになってきました

(柏市調査)



28

柏市での地域活動

⑤「有償ボランティアによる支え合い」

営利目的ではない低料金サービスが特徴

柏市内では14団体が活動しています

＜利用できるサービスの例＞

- ・掃除・洗濯・買い物・窓ふき・ゴミ出し
- ・草取り・植木の剪定
- ・押入れの整理・換気扇の掃除
- ・浴室の清掃・台所の清掃
- ・簡単な大作業・障子張り・襖張り
- ・網戸張り・子守り・留守番・家事全般
- ・介護全般・通院介助・国内外の旅行
付き添い・送迎・車いす送迎
- ・話し相手・朗読・代筆
- ・入退院支援・葬祭手伝い・役所や金融
機関の手続き



利用料金は1時間600～1000程度ですが会員になることが必要な場合があります

柏市非営利団体連絡会
連絡先:7134-9538

29

柏市での地域活動

⑥「市民後見人制度」への参加

柏市市民後見人養成講座の開催（平成24年度から実施）

●養成講座の主なカリキュラム＜11日間＞

- ①市民及び成年後見概論
- ②成年後見制度と市町村
- ③市町村の各種福祉制度
- ④対象者の特性を理解する
- ⑤法律の知識と後見活動の実務
- ⑥家裁の役割と成年後見の実務
- ⑦実習＝特養ホーム及び心身障
碍者施設等での体験
- ⑧成年後見の実務
- ⑨課題演習・グループワーク
- ⑩講座の振り返り
- ⑪修了証授与

20人全員が
修了し活動を
始めている



各回とも時間割は9:00～16:00
実施は、柏市の委託事業として
「柏市社会福祉協議会」が行う



30

地域役立ちがい・生きがい活動のすすめ

自分から協力したことが、誰かに喜ばれる楽しさの体験

- ①.まず行動する。自分から動かないと何事も始まらない
- ②.好きなこと、やりたいことを始める。
- ③.イベント、行事、勉強会に参加してみる。
行政主催の事業や地域の町会、自治会、
管理組合の運営にも参加してみる。
- ④.会社時代のことは忘れる。
上下関係のない、男女共同の仲間づくり。
- ⑤.頼まれたら「NO」と言わない。
相手のことを否定しない
- ⑥.最初から難しいことはしない。
- ⑦.居場所を創る。
- ⑧.IT活用能力は必須である。
メールやブログで交流する
- ⑨.自分に合わないと思えば、さっさとやめる勇気を持つ。



31

第5. 究極の地域づくりに参加を

① いつまでも元気でいたい…個人レベル

あなたもすぐに実践できること

◎外に出て人と会い、体を動かす暮らし

◎生きがいとやりがいのある暮らし

- ・趣味や地域ボランティア活動をしている
- ・ウォーキングなどの健康づくりをしている
- ・町会、自治会の活動に参画している
- ・新たな就労に従事している



(目標)

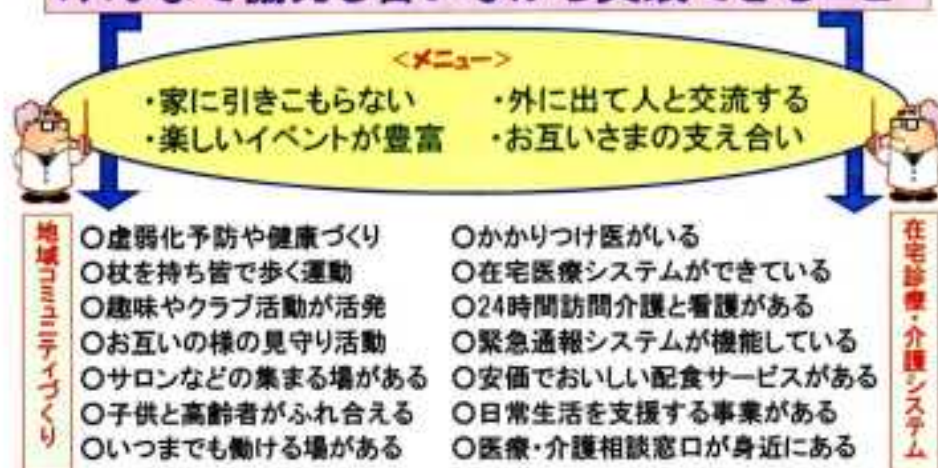
いつまでも元気で
いきいきとしている

介護予防 = 健康寿命の延伸 = 生活の質を高める

32

② 安全安心な地域社会を創る…地域レベル

みんなで協力し合いながら実践できること



33

③ 活動を着実に進めるための10のポイント

“お互いさま”の関係を長寿社会の中心にする

1. 活動の拠点を持つこと

- ・みんなのたまり場があり、市民からの連絡、相談にも対応できるようにする。

2. 役割分担がされていること

- ・一人一役が原則。広報、連絡、学習、各事業、レクリエーション、会計などの担当をきめる。

3. 広報活動に取り組むこと

- ・会員同士の情報共有を図る。市民に会の活動を知らせる。活動への理解を得る手段となる。

4. 学習・研修を進めること

- ・さまざまな制度や仕組みを知る。技術向上や教養を得る。レクリエーションも企画する。

5. 会員の拡大を行うこと

- ・活動を通じた会員拡大。子育て家庭、子供達や中・高校・大学性への働きかけをする。



34

④活動を着実に進めるための10のポイント

“お互いさま”の関係を長寿社会の中心にする

6. 安心のために活動保険に加入すること

- ・安全な活動のために絶対必要な活動保険の加入。
- ・全社協のボランティア保険等があるので相談する。

7. 活動資金を確保すること

- ・自ら負担することと集めることが基本。
- ・寄付を募る。町会、自治会から助成を得る。

8. 他の団体やグループと交流すること

- ・市民同士、団体同士の助け合いや協力関係をつくる。

9. 個人情報をしっかり守ること

- ・当事者本人の承認を得ることが大原則である。
- ・命に係わる場合は例外となる。

10. 専門機関や行政との連絡体制をもつこと

- ・地区社協、包括支援センター、行政窓口の様々な制度、サービスにつなぐことが大切となる。



35

最後に
ホットな話

父の通夜に小学生 地域の大切さ知る

父が80歳で亡くなりました。先日、その通夜で10人ほどの小学生が、親御さんたちと焼香しているのを見かけました。ほとんど知らない子供たちだったので、不思議に思っていると、近所の人がそっと教えてくれました。

父は、地元の小学校の下校時に見守り活動をしていました。そのため、子供たちは、父と顔見知りだったということでした。

そういえば、父はよく家で「今度は何にしようかな」と子供たちへの「なぞなぞ」を考えていました。

その子供たちが、父のことを親御さんに話し、それで一緒に通夜に来てくれたのだと思いました。

地域で子供を育てるということ、父に教わったような気がします。

(読売新聞・2013.3.13投稿欄より) 36



人と人が共に支え合える新たな「まちづくり」活動に
チャレンジしていきましょう



IOG 東京大学 高齢社会総合研究機構

木村 清一

37