

# 第3次中野区民地域福祉活動計画

## 「いきいきプラン」

### 第2期実施計画（2019年度～2023年度）

## 素案



#### 基本理念

**「わたしたちがいつもいきいきと暮らすために」**

～社会的な孤立を生まない

人と人がつながる地域づくりを目指す～

社会福祉法人 中野区社会福祉協議会

2018(平成30)年11月

# 目次

第1章 第1期実施計画から残された課題	… 1
第2章 第2期実施計画で取り組む地域課題	… 5
第3章 第2期実施計画の重点目標と取り組みの方向性	… 9
第4章 第2期実施計画の取り組み	… 11
資料編	
統計調査から見える地域課題(第2章)	… 12
いきいきプラン推進委員名簿	… 26
いきいきプラン第2期実施計画作業委員名簿	… 27

# 第1章 第1期実施計画の成果と課題

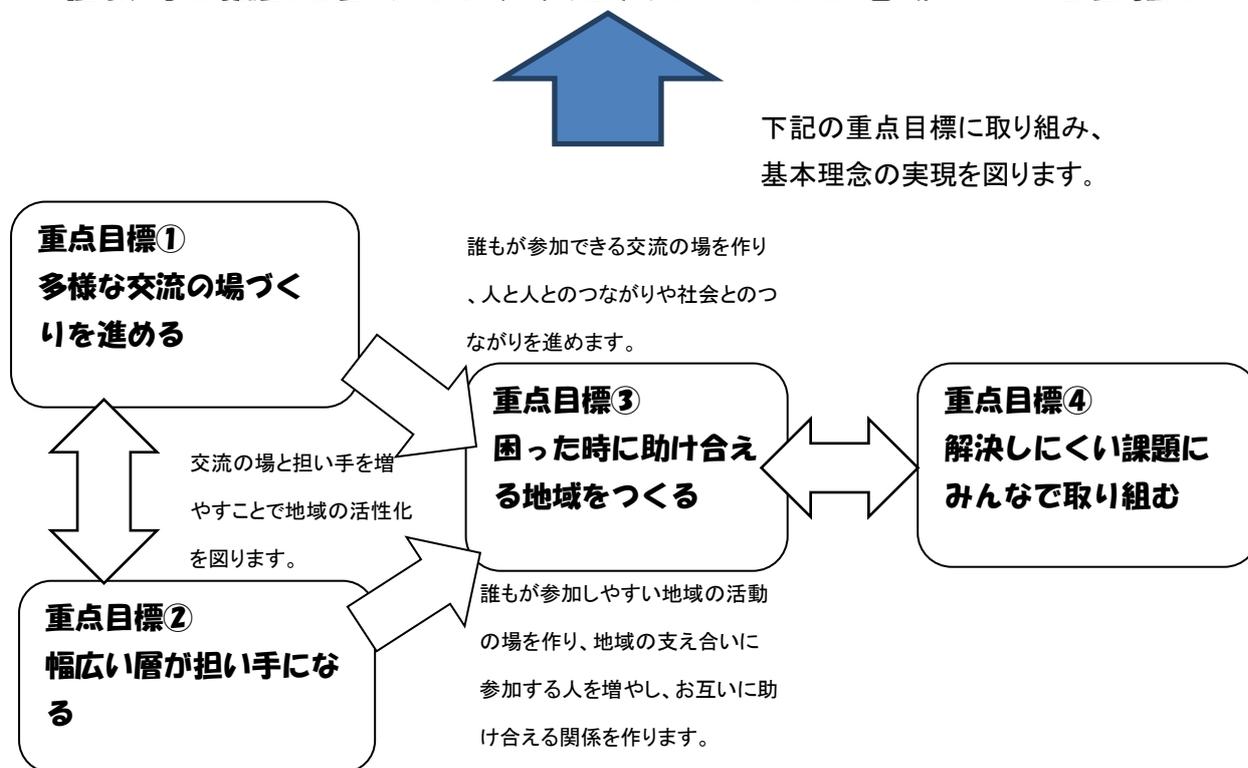
## 1. 第3次中野区民地域福祉活動計画（いきいきプラン）第1期実施計画の構成

第3次中野区民地域福祉活動計画（以下「いきいきプラン」）は、計画期間を10ヵ年とし、5年間ごとの実施計画で構成されています。第1期実施計画は、2014年度～2018年度の5年間とし、その最終年度に当たる2018年度に第1期実施計画の評価・分析を行い、第2期実施計画の策定を行うこととしています。

いきいきプランでは、中野区の地域特性である「単身世帯が多いこと」、「流動人口の割合が多い」、「若い世代が多い」ことに着目し、中野区における地域福祉の課題を「社会的孤立」に起因していると仮説を立て、「いきいきプラン」の基本目標を「社会的な孤立を生まない人と人がつながる地域づくりを目指す」とし、その目標達成のために、取り組みの柱となる4つの重点目標を掲げました（下図参照）。下図のとおりそれぞれの重点目標は相関関係にあり、それらの取り組みを展開することによる相乗効果で基本目標が達成されるものと考え、第1期実施計画の取り組みを進めてきました。

図1 第3次中野区民地域福祉活動計画第1期実施計画の概念図

**基本理念：わたしたちがいつもいきいきと暮らすために  
～社会的な孤立を生まない、人と人がつながる地域づくりを目指す～**



## 2. 第1期実施計画の成果と今後の課題

第2期実施計画策定にあたり、重点目標ごとの取り組みの成果及び今後の課題について、「いきいきプラン推進委員会」（作業委員会）で協議した評価は下記のとおりです。

### (1) 重点目標① 多様な交流の場づくりを進める

#### <取り組みの成果>

- ◇ 多様な交流の場（居場所）が区民や社会福祉法人等の関心が高く、協力を得ることができ、当事者の課題に寄り添った居場所も含め、多種多様に広がった。
- ◇ 社協による居場所同士の情報交換会の実施により、活動団体同士の連携や交流が始まり、活動の活性化につながった。

#### <今後の課題>

- ◇ 福祉に関する広報・情報の流通、伝達の仕方に課題があり、孤立しがちな人たちに必要な情報が届いていない又は活用されていない現状があり、その解決のためには、それらの情報を必要な人につなぐ人（コーディネーター）の存在が必要である。
- ◇ 子ども食堂をはじめ、交流の場（居場所）が増えてきているが、必要な方（当事者）のニーズに答え切れているのかの分析が必要であり、多種多様な交流の場を開発する必要がある。
- ◇ 継続して実施するためにはスタッフの確保、財源確保の課題があり、公的、あるいは企業等の助成金の充実や協力するスタッフの確保のためには有償も考えていく必要がある。
- ◇ 単に交流の場（居場所）を増やすだけでなく、オーナーやスタッフが活動をより進化（深化）させ、意欲やモチベーションの維持するための支援も必要。

### (2) 重点目標② 幅広い層が担い手になる

#### <取り組みの成果>

- ◇ 社協が実施している「地域活動担い手養成講座」では、参加しやすいように講座を「見える化」し、1講座ごとに参加可能とするなど参加のハードルを下げたことにより、新たな活動者層が参加することにつながった。
- ◇ 区内の大学との連携することにより、学生が地域団体や社協事業に参加する機会が増え、地域福祉活動のきっかけづくりにつながった。
- ◇ 企業や社会福祉法人などに働きかけ、社会貢献活動や地域における公益的な取り組みに関心が高まっていることが分かった。

#### <今後の課題>

- ◇ 講座修了後、実際の活動につながる取り組み（ステップアップ講座や既存のグループへの参加、新たな活動の創出）が必要である。
- ◇ 子ども食堂の活動を通じて地域に声をかけたら、手伝いたい方が自然と出てきた。そのことから、活動団体側が、声をかける場所やアプローチの仕方等について工夫するなど、受援力を高める必要がある。また、そのための支援スキルの取得などの講座や学びあう必要がある。

- ◇ これからは企業が持っている知識や技術を地域活動のためにより一層提供してもらうことも重要である。企業との連携・協力関係の構築は必要不可欠である。

### (3) 重点目標③ 困ったときに助け合える地域をつくる

#### <取り組みの成果>

- ◇ 地域の困りごとを地域で解決しようと取り組む団体が地域においてあることで、「困りごとを声に出していい」という雰囲気広がりがつつある。
- ◇ 「なかの地域福祉推進フォーラム」を通じて、地域の様々な課題を活動団体と共有することができ、地域課題や新たな活動への気づきや発見につながっている。

#### <今後の課題>

- ◇ 福祉に関する情報や福祉サービスについて十分な情報提供しているが、実際に困った状態になっても、実際に知らない、又はそれを活用しようとする人が少なく、サービスそのものを拒否する人が地域の中には多い。アウトリーチしながら息の長い支援が必要である。
- ◇ サービスを活用する能力があっても、「人に迷惑をかけたくない」、「世話になりたくない」という思いが強く、ギリギリまで声を上げない。このことが状況を深刻化させることが多い。そのため、「SOSを出していい」と言うことを伝えるなど、近隣の人も含め、見守り・支えあいの質を向上させる必要がある。

### (4) 重点目標④ 解決しにくい課題にみんなで取り組む

#### <取り組みの成果>

- ◇ 社協では、高齢者の将来の不安に対応した仕組みの「あんしんサポート」の開始や地域福祉権利擁護事業等の周知を図り、自分らしく安心して暮らせる地域づくりを進め、利用者も徐々に増えてきた。
- ◇ 社協において「福祉何でも相談」を設置し、生活困窮者や制度の狭間の課題に積極的に取り組み、新たな社会資源づくりや本人への寄り添った支援を行う中で、関係機関との連携や地域の課題の掘り起しにつながった。
- ◇ 中野区（行政）に各区民活動センター単位にアウトリーチチームができ、地域の課題を福祉何でも相談やアウトリーチチームが連携し、解決に向けた取り組みが始まった。

#### <今後の課題>

- ◇ 「自分らしく地域の中で生きる」という自己決定の尊重を進める上で、成年後見制度の普及やエンディングノートを活用した様々な取り組みが必要となっている。
- ◇ 現在の既存の相談窓口だけでは抱えきれない相談がある。困っているということを本人が認識していないため、孤独死など深刻な事態になることもあるため、新たな制度や仕組みをつくる社会資源づくりが必要である。
- ◇ 一方で今ある社会資源の活用や内容の充実も重要であり、十分その機能が果たされていない現状がある。

- ◇ 「解決しにくい課題にみんなで取り組む」という目標は抽象的である。難しい課題を住民が担っているケースもあるため、まずは専門職が連携して対応することが必要。地域ごとに専門職同士の連携やネットワークづくりの強化が求められる。

### 3. 第2期実施計画に向けて

以上のように第1期実施計画では、各重点目標においてはある一定の成果を得ることができました。特に重点目標①「多様な交流の場づくりを進める」では、は多くの区民・関係機関の協力を得られ、多様な居場所(交流の場)が区内全域に広がりました。また、重点目標②「幅広い層が担い手になる」では、「地域活動担い手養成講座」等を通して、地域活動に興味・関心がある層を一定数増やすことができています。しかし、地域では、居場所につながらない人の存在とそれらの方達へのアプローチ方法に課題が残ることや、地域活動への関心の高まりを若い世代を含め多様な人に広げるとともに、実際の活動につなげていくことなど、まだまだ課題は残されています。

いきいきプランの基本目標でもある「社会的な孤立を生まない人と人がつながる地域」の実現のためには、重点目標③の「困ったときに助け合える地域をつくる」ことがまず必要です。第1期実施計画においては、残念ながらその取り組みはその途上にあると言えます。重点目標④「解決しにくい課題にみんなで取り組む」にある通り、一人ひとりの課題を「自分たちの課題」として考え、一緒に考え行動する取り組みを主体的に、区民、関係機関、行政が進めていくことが必要です。

第2期実施計画においては、第1期実施計画の重点目標の進化(深化)と実践例を協働で積み重ねていくことが必要と考えます。これらの取り組みを進めるため、新たな重点目標を設定し、5年間の計画を進めていきます。

### 4. 第2期実施計画の策定作業について

第2期実施計画の策定にあたっては、これまで第1期実施計画の進行管理を行ってきた「いきいきプラン推進委員会」において策定の議論を行います。第1期実施計画で得られた課題を整理し、新たな計画づくりの議論を進めています。そして具体的な案づくりの作業を円滑に進め、委員会のもとに「作業委員会」を編成し、この素案の策定にあたりました。(委員会名簿は資料編参照)

## 第2章 第2期実施計画で取り組む地域課題

まず、第2期実施計画の策定にあたり、作業委員会において様々な活動団体や区民、当事者団体等からヒアリングやアンケート調査を行い、今の中野の地域課題を抽出するとともに、その裏付けとなる客観的なデータを様々な統計調査により確認し、これからの5年間で取り組むべき地域課題を以下のとおり考察しました。

### 1. ヒアリング調査及びアンケート調査の実施

#### (1) ヒアリング調査の概要

実施期間 2018(平成30)年 8月～9月  
実施方法 対面による聞き取り調査  
対象 ボランティアグループ・NPO 法人等 10団体  
中野区社会福祉協議会のサービス利用者 2名  
中野ボランティアセンター 運営委員

#### (2) アンケート調査の概要

実施期間 8月～9月

対象

(ア)地域活動担い手養成講座受講者 延225名  
8月～9月にかけて行われた6講座を対象に実施  
アンケート用紙を配布し、当日に回収

(イ)障害者当事者団体 21団体  
8月24日～9月7日で実施  
アンケート用紙の郵送による回答  
回答数：21団体中11団体回答 (回答率 52.3%)

(ウ)学習支援事業を利用している保護者 48世帯  
8月24日～9月7日で実施  
アンケート用紙の郵送による回答  
回答数：48世帯中15世帯回答 (回答率 31.2%)

### 2. ヒアリング及びアンケート調査から見えてきた課題

#### (1) 社会的孤立の深刻化

(ア) 社会的孤立が広がる要因 (ヒアリング調査での主な意見)

- マンション等が増えたことによるつながりの希薄化。  
例えば、人の世話になりたくない。人とかかわらないで済むからマンションに住んでいる等、人とのつながりを求めている人がいる。

- SNSの拡がり（特に若い世代）。対面で接するよりSNSの方が本音を言える人もいる。
- 心のバリア（他人に踏み込まれたくないエリアがある）を感じる。その人にとっての適度な距離感等、人と人とのつながりにあえて踏み込まない人が増えているのではないか。
- 家族関係の希薄化（家族に相談ができない・頼めない）が進んでいる。
- 一人暮らし高齢者の貧困の深刻化（生活保護の生活費の減少）。
- 貧困・格差の課題が拡がっている。
- 子どもの貧困。課題は見えてきたが、なかなか手立てがない。

（イ）人と人、地域とのつながりの希薄化と課題

- 何か困ることがないと、あえて地域のつながりが必要と思えないのではないか。
- 他者の多様性に合わせる余裕がない。若い世代は忙しく合理的・効率的につながろうとする。
- 居場所があってもつながらない（居場所が増えればいいだけではない）。
- 若者の居場所が必要（若い世代も孤立している）。
- つながり方の変化・多様性が進んでいる。新たなつながり方を作っていく必要性を感じる。
- 町会単位での見守りや支援では範囲が大きい。20世帯ぐらいの班単位で互いに目が届くのではないか。
- 住民の見守りの意識が高まったが、地域の課題が深刻化している。

（ウ）制度やサービスの利用につながらない

- サービスが増えたことで相談窓口が細分化されている。課題や悩みが明確でない人は、どこに相談に行けばよいのかわからない。どんな相談でも気軽に相談できる場所がない。
- 「助けて」と言いにくい。アウトリーチをすることで、いかに見つけて声をかけてあげられるかが重要ではないか。
- 情報はたくさんあるのに、情報をうまく受け取ることができなかつたり、情報を選択して活用することができない人が多い（特に一人暮らしの高齢者など）。その結果、情報不足だと感じている人が多い。情報の発信と受信をつなぐような仕組みがあると良いのではないか。

（2）地域活動や地域への参加を拡大するには

（ア）なぜ、地域活動に参加する人が拡がらないのか

- 担い手自身の高齢化。
- 世代間のかい離がある。意思疎通がうまくいっていない。
- 地域活動そのものへのやらされ感が強い。地域活動の意義や活動による地域でのメリットが共感・共有がされていない。

- 土・日・祝日などの講座や活動がない（多様なライフスタイルに合わせた取り組み）
- 時間がない。余裕がない。
- 一人では参加しにくい。気軽に参加できる活動の場所が必要。情報発信が必要。

（イ）これから必要な取り組みとは

- 新しい人・新しいグループを立ち上げる支援が必要ではないか。
- 活動の分業やシェア（活動団体同士の連携）。
- 学生の参加・中高生への期待（若い世代は得意分野で参加してもらったらどうか）。
- 教育の重要性。地域活動も防災も小学生のうちから学びながら活動する。

### 3. 統計調査から見える中野区の地域福祉課題（資料編参照）

#### （1）一人暮らし世帯の増加と生活困窮の課題の深刻化

中野区の地域特性としては、一人暮らし世帯(単身世帯)が6割を超え多いことがまず取り上げられます。この傾向は5年前と変わらずむしろ増えています。圧倒的に多いのは若い世代の単身者世帯ですが、注目しなくていけないのが一人暮らしの高齢者の増加で、特にこれからは75歳以上の後期高齢者が増加することが予測されています。また、生活保護の現状を見ると、受給者は若い世代よりも40歳代以上の中高年層の増加率が高く、特に高齢者の一人暮らし世帯の増加率が顕著です。中野区的生活保護率は減少傾向にあるものの、高齢者の孤立化と生活困窮の課題は表裏一体となっています。

（資料編 14 ページ ③中野区の一人暮らし高齢者の推移 ④将来世帯推計参照）

（資料編 15 ページ 中野区生活保護の現状 ②年代別受給者数の推移）

#### （2）近隣同士の見守り・支えあいの意識の変化～「適度な距離感」が好ましい～

近隣同士の見守り・支えあいの意識の向上は、地域福祉の推進にとっては不可欠なものです。回答では「必要と思う」が7割を超えています。年代別では、50歳代の割合が高いことが特徴です。しかし、ここ3年の経年比較を見ると「必要と思う」方は減少傾向にあります。この意識は行動にも表れており、「困っているときにお互いに相談したり助け合ったりするなど、親しくおつきあいしている」と回答した方は年々減ってきており、「顔を合わせた時に会釈する程度」が増えています。このことから、まったく無関心ではないが、濃密なお付き合いを避ける「適度な近隣関係」を望む方が増えているとも考えられます。これらの意識の変化をどうとらえ、計画づくりを進めるのかも大きな課題です。

（資料編 19 ページ ②近所とのつきあい参照）

（資料編 20 ページ ③近隣同士の見守り・支えあい活動の必要性参照）

### (3) 地域活動の参加意欲を高め「時間的制約」を超えつながることを促す理由

地域活動の参加の割合は3割程度で、最も多いのは「町内会・自治会」の活動です。特に60歳以上の参加の割合が多くなっています。一方で、50歳代以下の世代の参加率は低く、特に20歳代では、見守り支え活動の参加の意向は他の年代比較しても低くなっています。各年代とも参加しない理由は「忙しくて時間がない・時間が合わない」と回答する方が多く、時間的制約があり参加の必要性を強く意識しないと意識も地域に向かない現状があると言えます。

現在の地域活動の中心が60歳以上ではありますが、統計上は50歳代の地域活動参加の意欲は高いことから次世代の担い手として、世代間の意識の折り合いをどう解決するのか、また、20歳代をはじめとする若い世代の地域への関心が低い現状をどう高めていくのか、今後の大きな課題の一つでもあります。

(資料編 17・18ページ ①地域活動について参照)

### (4) 多様な交流の場（居場所）づくりとコーディネーターの必要性

第1期実施計画の成果の一つとして、交流の場（居場所）づくりを意識して地域活動が取り組む区民は確実に増えているにもかかわらず、統計上では、「交流の場づくり」が、「どちらかといえばできていない」も含め、「できていない」と回答した区民が7割弱となっています。平成28年度と平成29年度の比較においても「交流の場づくり」が「できていない」という割合も若干増えています。この統計のとらえ方はさまざまですが、多様な価値観、生活様式の広がりにより、これらに対応した交流の場（居場所）の創出や既存の居場所がその内容を変更し多様なニーズに対応するなどの進化が必要と考えられます。また、交流の場（居場所）の情報が行き渡っていないことからその情報を必要な方に伝え、活用を促す役割を持つコーディネーターの存在も必要と考えられます。

(資料編 25ページ ⑦地域住民同士が交流する「場づくり」の状況参照)

## 第3章 第2期実施計画の重点目標と取り組みの方向性

### 1. 第2期実施計画で目指すべき5年後(2023年)のあるべき姿

第3次中野区民地域福祉活動計画～いきいきプラン～は、「わたしたちがいつもいきいきと暮らすために」を基本理念とし、「社会的孤立を生まない人と人がつながる地域づくり」を目指し、10年計画として策定し、2014(平成26)年度から5年間進めてきました。第2期実施計画では、第1期実施計画の4つの重点目標を「参加するほど楽しくなるまちNAKANANO」、「多ジャンル共生でつくるまちNAKANANO」の2つに進化させ、第1期の5年間で残された課題に取り組み、一人ひとりが活躍でき誰もが主役となる地域づくりを目指していきます。さらに、希薄化する人と人や、人と地域とのつながりを今の時代に合わせた形でつなぎ合わせていくことに取り組みます。

### これから5年間(2019年～2023年)の地域福祉を考える上でのポイント

#### ● 2025年問題

団塊世代が75歳以上の後期高齢者に突入します。医療費や社会保障費の増大、一人暮らし高齢者や認知症高齢者の増加など、地域にとっても大きな課題となることが予測されています。その時になってからでは対応しきれない問題です。今から地域で備えていく必要があります。

#### ● 首都直下型地震

災害時は近隣とのつながりの必要性が再認識されます。お互いに助けられる側になるかもしれないし、助ける側になるかもしれません。何とかなると思っている方も多いかもしれませんが、何かあったときにつなげるのでは遅すぎます。日頃の生活から近隣同士のとつながりを作っていくことが重要です。

#### ● 2020年東京オリンピック・パラリンピック

ボランティア活動への関心が高まり、特に若い世代が何らかの活動に参画することが期待されます。外国の方や障害者など、支援の必要な人が増えることもきっかけとなり、ボランティアも含め地域の活躍の場が広がります。

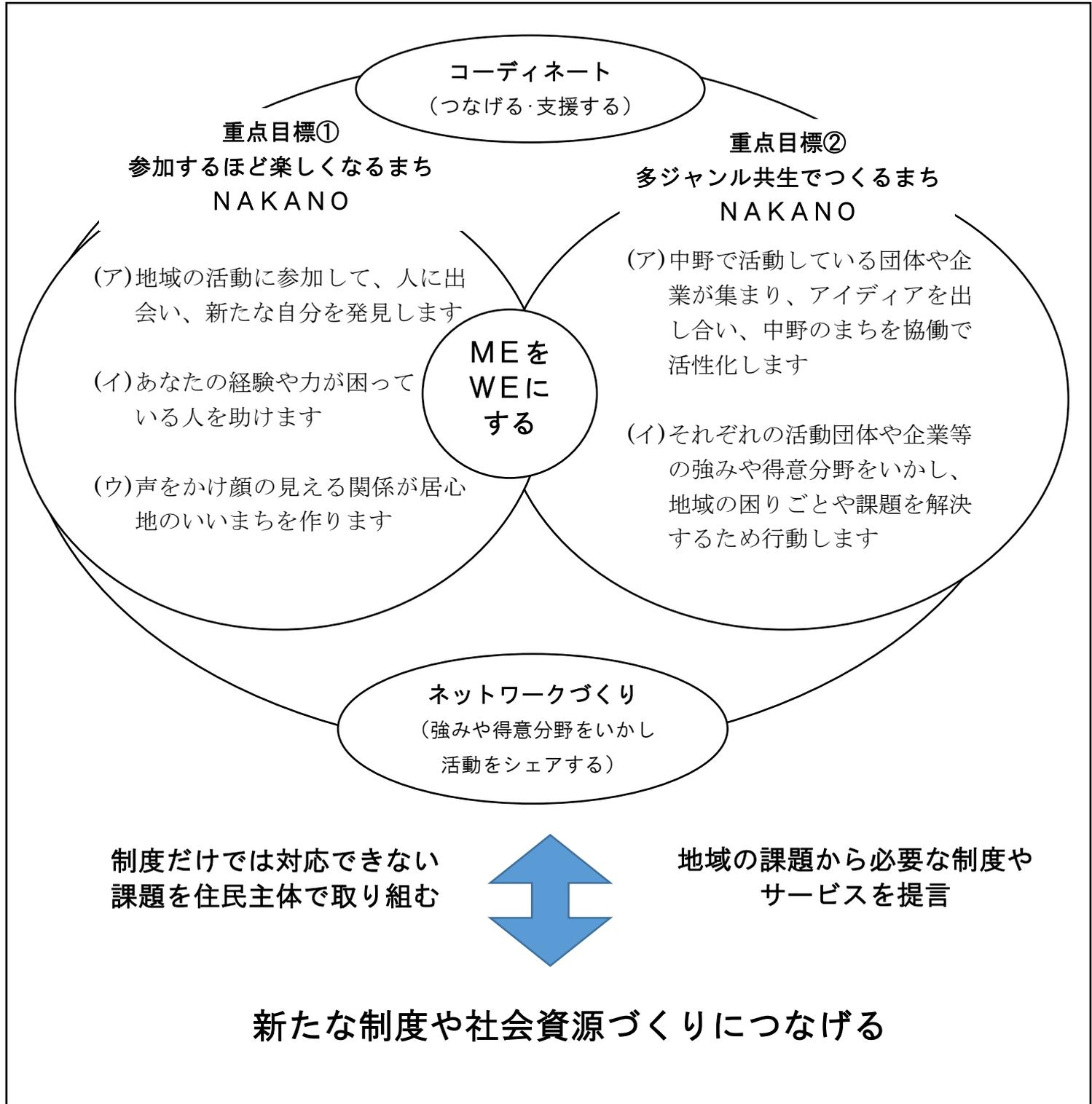
### 第2期実施計画で目指す5年後の中野のあるべき姿

- 様々な世代が地域の課題に関心を持ち、自分のことから地域活動に参加している。
- 多様なつながりを作り、お互いに気づき、協力しあえる地域づくりが進んでいる。
- 様々な地域団体やグループが、お互いの強みをいかして協力できる関係性を作り、地域が活性化している。

2. 第2期実施計画 重点目標 概念図

**基本理念:わたしたちがいつもいきいきと暮らすために  
～社会的な孤立を生まない、人と人がつながる地域づくりを目指す～**

下記の重点目標に取り組み、  
基本理念の実現を図ります



**重点目標① 参加するほど楽しくなるまちNAKANO**

⇒子どもから高齢者、障害や病気を抱えている人も含め、誰もが地域や社会に参加する機会を持ち、自分らしくやりがいや充実した生活を送ることができること。住民同士が声をかけあい、困った時には協力し、必要な時には力を貸せるようなつながりができるまちを目指します。

**重点目標② 多ジャンル共生でつくるまちNAKANO**

⇒中野で活動している団体や企業、住民が集まり情報交換や学びあい、お互いの強みをいかし協働することにより新たな活動を生み出す場をつくる。その場を通じて必要な人に情報を届け、地域の課題を解決するために行動することを目指します。

<p><b>区民・社協・関係機関の取り組み</b></p> <p>(ア) 地域の活動に参加して、人に出会い、新たな自分を発見します</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● あなたの興味があること、やりたいことや趣味をいかし、地域に参加するきっかけをつくる</li> <li>● 子どもや学生、若い世代、外国人も含めた多世代・多様な文化の人々が地域のイベントや活動に関わる</li> <li>● 障害のある方や課題を抱えている人も一緒に活動したり、交流する機会をつくる</li> </ul> <p>(イ) あなたの経験や力が困っている人を助けます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 地域の隠れた人材を発掘し、声をかけ仲間づくりを進める</li> <li>● 困っている人や課題を抱えた人に気づいたら、仲間に声をかけ一緒に考え行動し、仕事の経験や力をいかして助けあえる仕組みをつくる</li> </ul> <p>(ウ) 声をかけ顔の見える関係が居心地のいいまちを作ります</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 住民同士が声をかけあい、困った時には協力し、必要な時には力を出しあえるようなつながりをつくる</li> </ul>	<p><b>行政の取り組み</b></p> <p>&lt;中野区健康福祉総合推進計画 2018 より&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 町会・自治会による地域自治活動の推進</li> <li>● 幅広い区民の社会参加促進</li> <li>● 地域支えあい活動の担い手拡大</li> <li>● 区民の学習活動支援の推進</li> <li>● 高齢者の就業支援</li> <li>● 老人クラブの活動支援</li> </ul> <p>&lt;中野区地域包括ケアシステム推進プランより&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動内容別の担い手養成講座の実施</li> <li>● 町会・自治会の次世代の担い手確保に対する支援</li> <li>● 地域での仲間づくりや日常的に運動を行うことのできる場の確保</li> <li>● 高齢者の就労・起業支援、生きがい就労などの緩やかな就労の促進</li> </ul>
---	---

<p><b>区民・社協・関係機関の取り組み</b></p> <p>(ア) 中野で活動している団体や企業が集まり、アイデアを出し合い中野のまちを協働で活性化します</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 企業の力を地域活動にいかし、一緒に取り組む場をつくる</li> <li>● 地域活動を活性化や、地域の課題を解決するための財政的な支援の仕組みをつくる</li> <li>● 商店街や地域のお店とのコラボレーションによって地域活動の活性化を図る</li> </ul> <p>(イ) それぞれの活動団体や企業等の強みや得意分野をいかし、地域の困りごとや課題を解決するため行動します</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動団体や企業がつながり共に学び、お互いの強みをいかして地域の課題に取り組む場をつくる</li> <li>● 活動団体や企業が共に支援しサポートする場をつくる</li> <li>● インターネットやSNSを活用した情報発信の場をつくり、必要な人への情報提供やSOSの発信を受け止める仕組みをつくる</li> </ul>	<p><b>行政の取り組み</b></p> <p>&lt;中野区健康福祉総合推進計画 2018 より&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 関係団体・機関のネットワークの推進</li> <li>● 区民団体の公益活動の支援</li> <li>● 地域住民が組織する区民活動センター運営委員会への支援</li> <li>● 地区担当（アウトリーチチーム）による取組</li> <li>● 地域包括ケア体制を推進する会議体の運営</li> </ul> <p>&lt;中野区地域包括ケアシステム推進プランより&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 地区担当(アウトリーチチーム)が、社会福祉協議会、区民活動センター運営委員会など地域の現状を把握している団体・組織との連携を図りながら、地域資源の把握・発掘及び住民主体活動の立ち上げ支援を行なう</li> <li>● 地域資源のコーディネート力の向上 社会福祉協議会の地域担当と地域包括支援センター、地区担当(アウトリーチチーム)との連携</li> </ul>
---	---