

令和5年2月1日発行

No.202
2月号

伊賀市社協 だより

あしおの



FOOD
PANTRY

フードパントリー

子育て世帯向けフードパントリー
(令和4年12月25日)



バンド演奏
(ももっこバンド)



バルーンアート (やっちゃんふくちゃん)



たこ焼き (たこ焼きとも)



「ひきこもり」と、その問題を考える

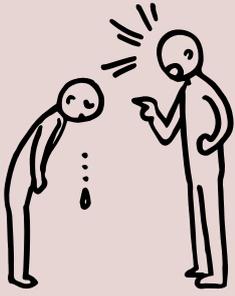
ひきこもり件数は、全国で115万人。およそ100人に1人がひきこもりと言われています。

「ひきこもり」は、時には「なまけ」や「甘え」と捉えられがちですが、強いストレスにさらされた際に、自分自身のところを守るための反応であり、誰にでも起こりうるものです。「ひきこもりは、大変だ」「ひきこもり状態は、悪いこと」と、何となくネガティブなイメージを持つている方が多いのではないのでしょうか。では、「ひきこもり」は、一体何が問題なのでしょうか。

事例

上司からのパワハラがきっかけで、ひきこもり状態になった田中さん

市内に住む田中さん(仮名47歳)は、ひきこもって24年になります。田中さんは大学卒業後、大手製造販売会社へ就職。入社して1年が過ぎようとしていた時、突然上司に呼び出され、同僚の前で「社会人になったんだ!いつまでも学生気分であるんじゃない!」と激しい叱責を受けました。



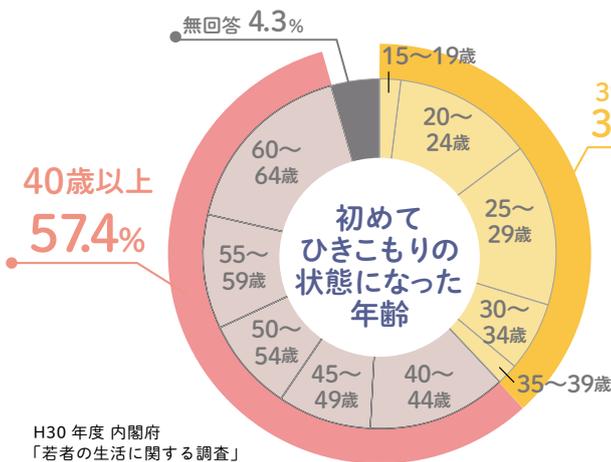
その日以降、田中さんは会社に出社できなくなったそうです。田中さん自身はまじめに仕事に向き合ってきたし、学生気分です仕事をしてたつもりありません。田中さんは、「振り返ってみても、なぜ怒られたのか理解できません。」「会社に行きたい気持ちはありますが、身体がうまく動きません。」「それ以来ずっと家にひきこもっています。」と話しています。田中さんは会社に出勤したい、友達にも会いたい、といった気持ちとはうらはらに、身体がついて

いけないことへのジレンマと焦りがあり、苦しんでいました。息子の将来を心配した両親が、社協に相談に来所。「わたしも来年80歳になります。息子の将来のことを考えると、どうして良いか不安になります。」と父親は語り、息子がひきこもり状態から脱出できないでいることに肩を落としています。



ひきこもりは、決して若者だけの問題ではありません

内閣府の調査では初めてひきこもりの状態になった年齢は、15歳〜39歳の若者の中で約54万人、40歳〜65歳まででは約61万人と推定されています。ひきこもりは全ての年齢に分布しており、若者だけの問題ではなく、むしろ40代以上に多い傾向です。



H30年度 内閣府「若者の生活に関する調査」

■ひきこもりが問題となっていることの一例

■さまざまな機会を失うことも

ひきこもりの問題の一つには、「機会損失」があります。主には、「就業機会の損失」「社交機会の損失」「人間関係の輪を広げる機会の損失」などといわれています。もし仮に、車の運転で事故を起こし、2か月間入院することになったとします。その際の損失として考えられるのは、大破した車の修理代、病院での治療代だけではありません。2か月間仕事ができないわけですから、2か月分の収入機会を失ったことにもなります。また、その入院期間に成人式や知人の結婚式があれば、参加する機会が失われるかもしれません。

事例にある田中さんの場合、24年間という長いひきこもり期間は、友達と会う機会や学びや人間関係の輪を広げる機会、恋愛や結婚などの人生経験など、多くの機会を失っている可能性があります。ひきこもり期間が長くなればそれだけ様々な機会が失われていきます。

■現代社会の生きづらさ

8050問題など、近年ひきこもりが注目を集めるようになった背景には、大人世代のひきこもりが限られた人の問題ではなく、誰にでも起こりうる社会問題として、他人事ではなく我が事として少しずつ認識され始めたこともあります。

例えば、現代の日本の労働環境は、非正規雇用などの不安定雇用に始まり、長時間労働が当たり前、休みが少なく、サービスク残業が多いなどの問題から、諸外国と比較すると、労働環境が悪いと言わざるを得ない状況となっています。過酷な労働環境は、うつ病や適応障害などの精神疾患を発症する要因となり、休職や退職といった状況に追い込まれることもあります。このことは労働者にとって「いつ仕事を失うことになるかわからない」という不安に繋がり、ひきこもりを我が事として感じる人が増えているのかもしれない。

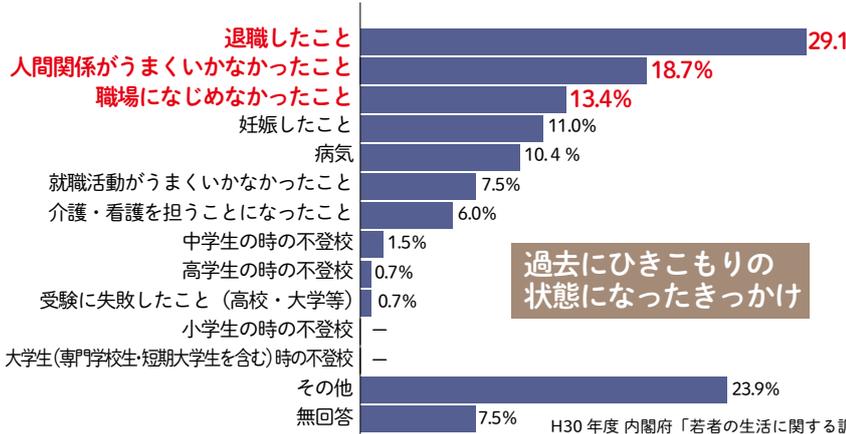
また、核家族化の進行や人間関係の希薄化や、会社を基礎とする社会的なつながりである「社縁」、住む土地に基づいてできる縁故関係を指す「地縁」、血のつながりのある間柄の「血縁」など、様々な縁の希薄化が問題視されています。それらが引き起こす、労働市場からの排除、家族などの人間関係、住まい地域からの排除など、様々な社会からの排除により、社会への参加の機会が失われてしまうことも問題となっています。

伊賀市協では、一人ひとりが何らかの役割を担いつつ、その人らしい生き方ができる地域社会の実現を目指して、ひきこもりとその問題に向き合い、課題解決に向けた活動を始めています。



就労環境や人間関係など 誰もが無関係でないことがきっかけに

過去にひきこもりの状態になったきっかけは、「不登校」と「職場になじめなかった」が最も多かった過去の調査結果とは異なり、大人のひきこもりは無業や社会的孤立・孤独が連鎖していく社会のあり方などの問題があります。





Q 地域にはひきこもりの方がたくさんいると聞きますが、実際は？

平成30年の国の調査をもとにすると、伊賀市には約760人のひきこもり、あるいはそれに近い状態で暮らしていると推計されています。ひきこもりは決して特殊なことではなく、自分自身や自分の周りの人、誰しもが起こりうることといえます。

厚生労働省のひきこもりの定義では、「仕事や学校に行けず家に籠り、家族以外とほとんど交流がない状態」となっています。要は、学校に行かず、仕事もしていない状態です。ですので、他者と交わらない形での外出、夜中にコンビニに行くなどの場合も「ひきこもり」に含まれます。

インタビュー

◀伊賀市社協 ぐらし支援課の寺田課長に聞きました。

「ひきこもり」相談支援の現場から

Q ひきこもりとなるきっかけは？

「退職」「人間関係」「病気」「職場」など、きっかけとなっているものは人によって様々です。例えば子ども時代にいじめられたり、勉強についていけなくなったり、大学を卒業して初めての職場に馴染めなかったり、混沌とした時代に心を痛めてしまったりであるとか、ひきこもりに陥る質的なものが非常に多い時代だと感じています。

人間は過度なストレスがかかると防衛本能として、ひきこもることを選択します。これは生きていく上での当たり前の反応で、誰もがその状態となる可能性があります。

Q 最近はどうのような相談が多いですか？

当会では、ひきこもりに関する本人・家族への相談支援やフリースペース「nest(ネスト)」を開設しており、当初はひきこもり歴の浅い方からの相談が多かったです。しかし、最近では40代以上の比較的ひきこもり

期間が長期間の方からの相談も増えており、親亡き後の子どもたちの将来を不安に感じている保護者の方が増えています。

相談者の中には、相談窓口を知りつつもなかなか電話をかけることができず、相談するまでに1年かかったという事例もあります。その位、相談することはとても勇気がいることなのだと思います。

相談の9割を占めているのが家族からの相談で、ひきこもっている子どもとどう接したらよいかわからず、孤立している家族も多いと感じます。その問題解決のため、家族や本人が孤立と不安から抜け出せるよう、家族会の設立支援と安心できる場所づくりを進めています。年齢によって価値観が異なったり、それぞれペースが違ったりします。当会には養成講座を修了した「ひきこもりサポーター」がおり、まずはご本人に寄り添い、心を開いてもらえるよう、関係づくりを大切にしています。

Q どんな活動をしていますか？

実際に30年間ひきこもっていた50代の男性は、学校卒業後に工場勤務し、親の介護問題が浮上して退職。そこから介護を理由としたひきこもり生活が始まりました。親の死後、取り崩していた財産が残り少なくなり、本人から社協に相談が入り支援が始まりました。ハローワークでの求職活動は30年間の空白期間があると難しく、本人ができることといえば長年やってきた介護でした。数々の事業所から、ようやく理解して下さる就労先の企業が見つかり、働きはじめることができました。

ひきこもりは「なまけ」や「甘え」とか、親の育て方が悪いといった誤解や、個人の責任にしようとする中で、さらに社会からの孤立・孤独をひきおこします。正しく実態を知り、理解ある市民や企業が増えることで、相談しやすい雰囲気になると思いますが、そんな良い循環を、地域のみならず、人と共に創る活動を続けていきます。

市民ふくし
大学講座

◇この講習は、市民ふくし大学講座 専門講座です。

基礎講座

+

専門講座



①社会的孤立

(孤独)



伊賀市 ひきこもり サポーター 養成講座

定員/会場30名

※定員になり次第締切

参加費

無料



「ひきこもり」とは、「一定期間以上社会参加のない状態」とされています。この20年あまりの間で、ひきこもりは「個人の問題ではなく社会課題である」「個人の責任を超えた、学生時代のいじめや仕事のリストラ等の外的要因による発現」であることが示されました。

しかし、世間では原因や背景、早期支援の必要性といった理解は進まず、依然として個人や家族の問題として捉えられる傾向にあります。

ひきこもりについて正しく理解し、ひとりひとりが地域の中で何ができるのかを一緒に考えてみませんか。

令和5年 2月11日 土・祝 10:00~15:30

会場/いがまち保健福祉センター 研修室(愛田513番地)



講座内容

講義 『ひきこもりってなんだろう?』

講師/ノートルダム清心女子大学 准教授 中井俊雄さん

活動報告 伊賀市の取り組み紹介

報告者/伊賀市健康福祉部 生活支援課

伊賀市社会福祉協議会 地域福祉部 暮らし支援課

ひきこもりサポーター第1期生

講義 『本人や家族の想いを知ろう』

講師/みえオレンジの会 支部長 堀部尚之さん

みえオレンジの会 ピアサポーター

グループワーク 「安心できる居場所ってどんなところ?」

まとめ・ひきこもりサポーターガイダンス

講師からのメッセージ

65人に1人は「ひきこもり」だとされています。ひきこもりは、限られた人だけの問題ではありません。ひきこもり支援について一緒に考えてみませんか。



■受講対象/伊賀市在住・在勤・在学の方

■申込方法/申込専用フォームまたは電話・FAX・メールで、住所・氏名・電話番号・メールアドレス・情報保障の希望をお知らせください。

★受講者には、修了証を発行します。

さらに、身近な地域での見守り活動や居場所での支援などに継続的に活動できる方は、登録書の提出により、ひきこもりサポーターとして登録できます。

★新型コロナウイルス感染症拡大により、中止および開催手法・時間・内容を変更する場合があります。

お申し込み 伊賀市社会福祉協議会 暮らし支援課

・連絡先 ☎22-0084/FAX21-8123/メール oaico@hanzou.or.jp



◀申込専用
フォーム

■共催/伊賀市、伊賀市社会福祉協議会 ■後援/三重県、三重県社会福祉協議会、みえオレンジの会

地域・家族介護教室
参加者募集

介護についての疑問や介護のしかたを学ぶ「地域・家族介護教室」を開催します。地域の皆様からの申し込みもお待ちしております。

①「くご」という時のために「認知症の理解と家族としてのこころがけ」

福祉・介護に関する簡単な知識や、自分らしい最期を迎えるために事前に意思表示しておくことの重要性について施設職員の方にご説明いただきます。

【日時】2月24日(金)
午後1時30分～3時

【場所】グループホームあやま(旧阿山支所)

【講師】特別養護老人ホームめぐり園 相談員 山本史郎氏

②「高齢者の口腔ケアとオーラルフレイル・口腔感染症予防について」

□の健康を保つことは身体全体の健康に繋がります。さまざまな疾病リスクを予防するために、口腔衛生について学びます。

【日時】3月9日(木)

【場所】伊賀市総合福祉会館

午後1時30分～3時

【講師】(一社)伊賀歯科医師会

歯科医師 廣岡卓哉氏

歯科衛生士 藤森悦世氏

②共通

【参加費】無料

【定員】各会場20名

【申込方法】最寄りの社協各地域センターに、各教室の1週間前までに、氏名・住所・電話番号をお知らせください。

※感染拡大などの状況に応じて中止する場合があります。

福祉・介護の職場体験及び
職場体験動画視聴参加者募集

【対象となる方】福祉・介護の仕事に関心のある方、これから福祉の職場への就職を考えている方、福祉関係の資格を有しながら、福祉・介護の仕事に就いていない方、転職をお考えの方など：※学生さんも可。福祉の資格・経験は問いません。

●職場体験施設を訪問して、実際の仕事を体験

【体験内容】利用者との交流、利用者の介護・介助(車いす・食事・入浴など)、作業補助(配膳・清掃など)

【体験場所】三重県内福祉施設・事業所(高齢者・障がい者・児童)

【体験日時】1人2～10日(年間)、1日6～8時間

【申込期限】令和5年2月末まで

※体験場所・日時をご希望により調整します。

※希望時期や感染症等の状況によっては、調整が難しい場合もあります。

※交通費、昼食代などは参加者負担。
●職場体験動画視聴・動画を観て、福祉施設の1日の仕事を疑似体験
「観て体験！福祉のしごと」

【動画再生時間】1施設あたり約30分(現在6施設視聴可能)

【動画内容】施設紹介、1日の流れ(業務の様子)、職員インタビュー

※動画視聴はインターネットに接続したパソコン、タブレット、スマートフォン等が必要。

※インターネット通信料は参加者負担。

【申込・問合せ先】

三重県社協 三重県福祉人材センター

職場体験担当 ☎059-227-5160

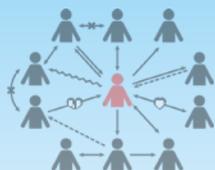
申込フォーム



伊賀市社協
常務理事就任のお知らせ

伊賀市社会福祉協議会では、令和4年12月12日から、中尾浩康が常務理事に就任しましたので、宜しくお願致します。

広告募集中!



対人関係を円滑にするための講座

就職相談 利用無料
各種講座 要予約

仕事にいかせる!!
無料パソコン講座
【ワード】3月1日(水)/6日(月)
【エクセル】3月8日(水)/13日(月)/15日(水)
時間 13:30～16:00

01 ストレスマネジメント講座「アサーション」
日時 2月15日(水)10:00～11:30

02 コミュニケーション講座「交流分析の活用」
日時 2月24日(金)10:00～11:30

サポステ出張相談(ハローワーク伊賀)
2月21日(木)13:00～16:00

●15～49歳までの、働きたい悩みを抱えている人と、その家族を支援しています。

サポステ

☎&FAX/0595-22-0039 ☒ga-saposute@hpo-en.or.jp
伊賀市上野丸之内500 ハイピア伊賀3階

いが若者サポートステーション ■開所日/月～金 9:00～17:00(土日祝・年末年始は休み)

じぶんの思いを、伊賀の未来に残す

～伊賀市社会福祉協議会への遺贈寄付～

遺言による寄付、相続財産からの寄付をする方が増えています。
あなたの思い、ご家族の思いを、伊賀市社会福祉協議会に託してください。

● みなさまの寄付でできること(例) ●

あなたのご寄付で、例えば次のような活動が行われ、伊賀市の未来に貢献できます。

10万円

思わぬけがや病気
のときに市民が利
用できる貸出用
車椅子を
3台整備



30万円

障がい者が企業で働
くことを支援する福
祉専門職を1人育
成



300万円

困窮家庭や孤食の
子どもなどのための地
域食堂を1カ所開設



1,000万円

災害時の支援活動
の電源としても役
立つ電気自動車を
2台購入



5,000万円

誰も着手できてい
ない社会課題に対
応する新たなサービ
スの
開発



● 遺贈して下さった方の実際の事例

Aさん(80代女性)

遺贈に関心を持ったきっかけは、一人暮らしで時々物忘れがあり、遺産相続する子どもがおらず、将来に備えることからでした。

社協のサービスを利用しているおかげで毎日寂しくなく安心して暮らせているので、私と同じようなたくさん伊賀の人を支えてほしいと思い、財産の一部を寄付したいと思いました。



Aさんを支援した担当弁護士

Aさんの将来に備え、遺言書の作成に協力しました。遺産相続が起こった場合、相続人でトラブルになることが多くあります。トラブルを避けるためには、生前に財産や死後事務の整理をし、遺言書を事前に書いておくことで回避できます。最期のお金の使い方や社会貢献を、ご自身が望む最適な形でできるように、準備しておくことをおすすめします。



● ご寄付いただく方法 ●

- 遺贈寄付 (ご本人による寄付)
- 相続財産からの寄付 (相続人による寄付)
- 香典・供花代からの寄付 (ご遺族などによる寄付)

どんなご質問でも、遠慮なくお尋ねください。
あなたの想いの実現させていただきたく、お話をお伺いします。

遺贈寄付に関するお問い合わせ

お電話・メールで
☎ 0595-33-0064
メール kikaku@hanzou.or.jp

伊賀市社協 遺贈

社会福祉法人 伊賀市社会福祉協議会
遺贈相談窓口(企画調整課)

数字で見る伊賀市の福祉

令和4年11月末現在 (前月比)

伊賀市の人口	▶ 87,265人 (-125人)	※伊賀市の人口、65歳以上の高齢者及び高齢化率、75歳以上の高齢者及び後期高齢化率には、外国人住民を含めています。 ※75歳以上の高齢者の全人口に占める割合を、後期高齢化率と表記しています。 ※介護保険認定者数は要支援・要介護認定者数です。
65歳以上の高齢者	▶ 29,357人 (-57人)	
高齢化率	▶ 33.6% (-0.1%)	
75歳以上の高齢者	▶ 15,896人 (-5人)	
後期高齢化率	▶ 18.2% (±0%)	
介護保険認定者数	▶ 6,223人 (-7人)	

あなたのまちのふれあい・いきいきサロン No.189



カムカムサロン

メンバー数 / 34名
 場所 / 下友田多目的集会所
 開催頻度 / 年8回

下友田区では、75歳以上の方々を対象に、住み慣れた地域で元気に暮らすことを目標に、令和4年5月よりサロンを開催しています。気楽に来ていただきたい(come come)、食べ物を「噛む・噛む」して、健康で元気に過ごしていただきたい、そんな思いを込めて「カムカムサロン」と名付けました。

年8回の開催ですが、参加者からは「行く所ができて嬉しい」「こんな場所が欲しかった」など、喜ばれています。サロン当日は、近所で声を掛け合ったり、助け合ったりしながら会場まで来られます。サロンでは、音楽療法や簡単な体操、ひらめきクイズ、寄せ植え等を楽しんでいます。茶話会では、伊賀市の老舗巡りと題して様々な和菓子を用意しており、「初めて食べるわ、おいしい」「今度はどこのお菓子かな」と大好評で、楽しみのひとつになっているようです。

サロンボランティアは、「人と人が繋がって笑顔になれる、地域に根差したサロンになれるよう努力していきたい」と話していました。

我ら！ふくしレンジャー No.198



さとう じゅんた
佐藤 潤太 さん (37歳)
 (大山田在住)

●活動を始めたきっかけ

子どもの頃から母親がボランティア活動と一緒に連れて行ってくれました。特によく覚えているのは、小学生の時に、阪神・淡路大震災での炊き出しボランティアに行ったことです。子どもだったので、できることは少なかったと思いますが、食事を渡した時にとっても感謝されたことは、強く印象に残っています。

●活動内容

家族で移住して約2年、地域づくりや地域貢献、住民の暮らしとも密接に関係する「大山田温泉さるびの」で働きながら、住民自治協議会や消防団、地域の将来を考える会など、様々な分野に関わらせてもらっています。移住してきて発見したことや、体験したり教えてもらったりする中で、地域の魅力だと思うことは人に伝えるようにしています。

●今後の抱負

地域の空き家を、誰もが集える居場所や地域食堂、農泊できる場所にするなどで地域を盛り上げたいです。移住者も増え、若者や子どもが住み続けたいと思える魅力ある地域をたくさんの人と創りたいです。

表紙は子育て世帯向けフードパントリー(食糧支援)で62世帯に支援をお届けした様子です。初めてお楽しみコーナーを設け、桃青の丘幼稚園の先生方によるバンド演奏もあり、園児さんも参加してくれました。子どもたちの笑顔に、みんなが元気をもらいました。

編集後記

編集・発行 **伊賀市社会福祉協議会**

本部	〒518-0829 平野山之下380番地5 伊賀市総合福祉会館 1階 ☎0595(21)5866 / FAX0595(26)0002
上野	〒518-0829 平野山之下380番地5 伊賀市総合福祉会館 1階 ☎0595(21)1112 / FAX0595(21)8123
いがまち	〒518-1313 馬場 1128番地 いがまち保健福祉センター「愛の里」 ☎0595(45)1012 / FAX0595(45)1050
島ヶ原	〒519-1711 島ヶ原 4743番地 島ヶ原福祉センター「清流」 ☎0595(59)3132 / FAX0595(59)3145
阿山	〒518-1313 馬場 1128番地の1 阿山保健福祉センター ☎0595(43)1854 / FAX0595(43)1577
大山田	〒518-1422 平田 656番地の1 大山田福祉センター ☎0595(47)0780 / FAX0595(46)1165
青山	〒518-0226 阿保 1988の1番地 青山福祉センター ☎0595(52)2999 / FAX0595(52)3555

