

## 令 和 6 年 度 の 活 動

### 健 康 づ くり 栄 養 講 座

### 総 務 委 員 会

令 和 7 年 2 月 17 日 に 岡 田 小 学 校 区 第 2 層 協 議 体 ス キ ル ア ッ プ 研 修 会 が、中 央 学 習 セ ン タ ー 大 会 議 室 で、参 加 者 約 40 名 ほ ど で 開 催 さ れ ま し た。岡 田 小 区 社 協 の 坂 本 会 長 よ り 開 催 の 挨拶 に 続 き 明 治 安 田 生 命 保 険 相 互 会 社 の 講 師 を お 招 き し、女 性 の た め の 「健 康 づ くり 栄 養 講 座」と 題 し 講 演 を い た だ き ま し た。現 在 の 自 分 の 健 康 状 態 が ど の 位 置 に あ る の か を チェックシートの状態を記入しながら、採点し結果の説明が行われ、改めて自分の健康状態に気づかされました。また、座っても出来るストレッチ運動も交えて、健康の大切さを学ぶいい機会となりました。

講 演 会 後 に は、握 力 測 定、血 管 年 齢 測 定、ベジチェック(野菜摂取量測定)、老化物質測定を、参加者全員が自分の健康状態をそれぞれのチェックにされていました。ちなみに私は野菜が足りませんでした。



## 再 掲 運 転 手 さ ん ボ ラ ン テ ィ ア 大 募 集

### 移 送 サ ー ビ ス

移 送 サ ー ビ ス 利 用 者 が 多 く な り、活 動 に ご 参 加 し て い た だ け る 運 転 手 ボ ラ ン テ ィ ア を 募 集 し て い ま す。皆 様 の ご 協 力 を お 願 い し ま す。定 年 後 チョット 時 間 の あ る 方 だ う で し ょ う か。

牛 久 市 よ り 貸 与 さ れ た、ト ヨ タ ・ ボ ク シ ー を 用 い て、岡 見 町 か ら 下 根 町 の 高 齢 者 の 方 々 を、牛 久 市 内 の 「ス ー パ ー」、「病 院 ・ 医 院」、「市 役 所」等 へ の 移 送 サ ー ビ ス 車 の 運 転 と な り ま す。

申 込 連 絡 は 各 行 政 区 区 長 に お 願 い い た し ま す。

# 全地区社協 意見交換会を開催

牛久市の小学校ごとの地区社協活動されてる方が集合し、意見交換会が令和6年12月13日保健センター大会議室で開催されました。この情報交換会では各担当部ごとにどのような活動をしているのか、良かったことは勿論ですが、各担当が抱えている問題点や解決策などの意見交換をするのが目的で、筆者が参加した広報部では、毎回紙面の内容が同じようになってしまい、読み手の方



も飽きてしまっているようだ、記事集めはどのようにして集めているのかや、広報委員のなり手がないたため一人で作業している。また、出来るだけ情報を迅速に届けるにはどうしたら良いかなどを話し合いました。また、地区社協がどのような活動をしているのか、地区の方々に広く普及する必要が有りますね等など幅広い意見交換会でした。

携帯の普及によりホームページを利用するのはどうかや、紙ベースの配布方法が、市の広報日となってしまう、もっといい方法は無いのか等話し合いましたが、これと言った妙案はなかったです。高齢化は進む中で「働く世帯の方々の協力が欲しいよね」との意見も有りましたが、現実は厳しそうですね。交換会では各討議班ごとに発表会を行い散会しました。

## 「子供まんなか みんなのいばしょ」開設 子育て支援委員会

今年度の新たな活動として。「こどもまんなか みんなのいばしょ」を開設しました。この活動は有志の方が発案し、子育て支援委員会がバックアップする形ではじめられました。松ヶ丘自治会館、下根が丘自治会館で計4回開催することが出来ました。

  
こどもまんなか「みんなのいばしょ」

※赤ちゃん連れや小学生、中学生 OK、駐車場は少ない  
ので徒歩や自転車で食ってください

※お子様の名前や学年、年齢、未就学児は保護者同伴  
で申し込みください

※紙芝居、絵本の読み聞かせ、カルタ取りやミニ凧作り  
※勉強したい子は、お部屋が別にあります。教材持参  
※AI ゲーム持ち込みは駄目よ!!



(表1) 各行政区の見守り対象者  
(2024年度の調査から)

|    |      |  |
|----|------|--|
| 1  | 上柏田  | ①65歳以上の人(一人暮らし、家族との同居を問わない)  |
| 2  | 中柏田  | ①75歳以上の一人暮らしの人(一人暮らし、家族との同居を問わない)<br>(●注)2023年度の調査では、次の②、③の人も見守り対象者に入っていた<br>②車いすを使っている人、足腰が弱く外出時に杖を使っている人<br>③80歳以上の老夫婦世帯 |
| 3  | 下柏田  | ①75歳以上の人(一人暮らし、家族との同居を問わない)<br>②病弱な一人暮らし<br>③車いすの人や外出時杖を使っている人   |
| 4  | 松ヶ丘  | ①70歳以上の人(一人暮らしの人)  |
| 5  | 栄町   | ①75歳以上の人(一人暮らし、家族との同居を問わない)、 ②70歳以上の一人暮らしの人、<br>③車椅子を使っている人や外出時杖を使っている人、<br>(●注)2023年度の調査では④も入っていた ④引っ越して来たばかりで日の浅い人       |
| 6  | 東下根  | 75歳以上で一人暮らしの人  |
| 7  | 下根ヶ丘 | ①75歳以上の人(一人暮らし、家族との同居を問わない) ②65歳以上の一人暮らしの人、<br>③病弱な一人暮らしの人、 ④車椅子使用者、足腰が弱く外出時杖を使う人、<br>⑤聴覚障害者 ⑥身体障害者                        |
| 8  | 上池台  | ①75歳以上の独居者、 ②車いすを使う人<br>③子供と2人暮らしだが、日中は一人暮らしとなる75歳以上の高齢者   |
| 9  | 岡見   | ①75歳以上の独居者 ②病弱な一人暮らしの人<br>(概ね80歳以上で家族と同居していても、中間は独居の場合、独居扱いしている)   |
| 10 | 第8岡見 | 75歳以上で一人暮らしの人  |
| 11 | 東岡見  | ①75歳以上の人(一人暮らし、家族との同居を問わない) ②65歳以上の一人暮らしの人、<br>③病弱な一人暮らしの人   |
| 12 | 上太田  | ①65歳以上で一人暮らしの人   |

一人暮らしの75歳以上の高齢者が見守り対象者となっている行政区が多いが、70歳以上の独居高齢者が対象となっている行政区に松ヶ丘行政区、65歳以上の独居高齢者が対象となっている行政区に上柏田、上太田の2行政区ある。

見守り対象者を人数の面で見ると

見守り対象者は、岡田小地区社協全体としては、2015年の260人(0.047人/世帯)から2022年には403人(0.073人/世帯)へと、7年間で1.55倍、5割余り増えている

更に、見守り対象者に占める75歳以上の人数の割合は2015年の49%から2022年の64%へと大幅に増加、見守り対象者の高齢化が急速に進んでいることが伺える。

逆に、支援協力者の人数は289人から209人へと28%減少している。このため、支援協力者1人が見守る見守り対象者は0.9人から1.93人へと倍増している。

見守り対象者の増加、支援協力者の減少は、今後へ向けての大きな課題と言える。

(表2) 岡田小地区社協・各行政区の見守り対象者数の推移(2024年11~12月に調査)

行政区世帯数は牛久市の資料・令和6年3月1日現在より

注)増減(B-A):2024年の数-2015年の数

| 西暦・年   |      | 世帯数<br>2024年<br>12月 | 見守り対象者数(人)                                 |       |       |       |       |       |       |        | 増減<br>(B-A) |
|--------|------|---------------------|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------------|
|        |      |                     | A・2015                                     | 2017  | 2019  | 2020  | 2021  | 2022  | 2023  | B・2024 |             |
| 1      | 上柏田  | 745                 | 45   | 39    | 29    | 26    | 28    | 28    | 25    | 24     | -21         |
| 2      | 中柏田  | 216                 | 5  | 5     | 17    | 16    | 16    | 15    | 13    | 13     | 8           |
| 3      | 下柏田  | 99                  | 1  | 1     | 1     | 0     | 0     | 0     | 8     | 6      | 5           |
| 4      | 松ヶ丘  | 497                 | 43   | 67    | 63    | 57    | 64    | 70    | 62    | 71     | 28          |
| 5      | 栄町   | 2,434               | 64   | 89    | 111   | 130   | 120   | 128   | 129   | 129    | 65          |
| 6      | 東下根  | 121                 | 8  | 8     | 7     | 7     | 7     | 7     | 3     | 3      | -5          |
| 7      | 下根ヶ丘 | 285                 | 22   | 21    | 28    | 27    | 30    | 35    | 35    | 36     | 14          |
| 8      | 岡見   | 315                 | 2  | 19    | 19    | 23    | 20    | 22    | 26    | 26     | 24          |
| 9      | 上池台  | 379                 | 20   | 35    | 33    | 44    | 45    | 48    | 49    | 43     | 23          |
| 10     | 第8岡見 | 265                 | 16   | 21    | 19    | 29    | 30    | 15    | 16    | 16     | 0           |
| 11     | 東岡見  | 206                 | 22   | 31    | 30    | 29    | 24    | 22    | 30    | 36     | 14          |
| 12     | 上太田  | 67                  | 12   | 12    | 2     | 2     | 4     | 5     | 4     | 6      | -6          |
| 合計or平均 |      | 5,629               | 260  | 348   | 359   | 390   | 388   | 395   | 400   | 409    | 149         |
| 2015年比 |      | (%)                 | 100  | 134   | 138   | 150   | 149   | 152   | 154   | 157    | 57          |
| 西暦・年   |      | 世帯数<br>2024年<br>12月 | 内75歳以上独居者数(人) (東岡見の2023年の人数は不明、仮に12人として計算) |       |       |       |       |       |       |        | 増減<br>(B-A) |
|        |      |                     | A・2015                                     | 2017  | 2019  | 2020  | 2021  | 2022  | 2023  | B・2024 |             |
| 1      | 上柏田  | 745                 | 13   | 11    | 9     | 9     | 11    | 13    | 9     | 11     | -4          |
| 2      | 中柏田  | 216                 | 3  | 4     | 8     | 8     | 8     | 8     | 11    | 11     | 8           |
| 3      | 下柏田  | 99                  | 1  | 1     | 1     | 0     | 0     | 0     | 3     | 2      | 2           |
| 4      | 松ヶ丘  | 497                 | 16   | 22    | 22    | 23    | 29    | 30    | 44    | 42     | 28          |
| 5      | 栄町   | 2,434               | 49   | 71    | 78    | 90    | 96    | 97    | 103   | 117    | 54          |
| 6      | 東下根  | 121                 | 6  | 5     | 7     | 7     | 7     | 7     | 3     | 3      | -3          |
| 7      | 下根ヶ丘 | 285                 | 7  | 8     | 8     | 7     | 8     | 9     | 13    | 14     | 6           |
| 8      | 岡見   | 315                 | 2  | 19    | 19    | 23    | 20    | 22    | 26    | 26     | 24          |
| 9      | 上池台  | 379                 | 14   | 30    | 31    | 34    | 43    | 47    | 45    | 42     | 31          |
| 10     | 第8岡見 | 265                 | 8  | 11    | 10    | 13    | 12    | 15    | 16    | 16     | 8           |
| 11     | 東岡見  | 206                 | 5  | 7     | 12    | 12    | 9     | 12    | 12    | 14     | 11          |
| 12     | 上太田  | 67                  | 3  | 3     | 2     | 3     | 2     | 4     | 4     | 4      | 1           |
| 合計or平均 |      | 5,629               | 127  | 192   | 207   | 229   | 245   | 264   | 289   | 302    | 175         |
| 2015年比 |      | (%)                 | 100  | 151   | 163   | 180   | 193   | 208   | 228   | 238    | 138         |
| 75歳以上  |      | (%)                 | 48.8                                       | 55.2  | 57.7  | 58.7  | 63.1  | 66.8  | 72.3  | 73.8   |             |
| 西暦・年   |      | 世帯数<br>2024年<br>12月 | 世帯数当たり見守り対象者(2024年の世帯数当たりで計算)              |       |       |       |       |       |       |        | 増減<br>(B-A) |
|        |      |                     | A・2015                                     | 2017  | 2019  | 2020  | 2021  | 2022  | 2023  | B・2024 |             |
| 1      | 上柏田  | 745                 | 0.060                                      | 0.052 | 0.039 | 0.035 | 0.038 | 0.038 | 0.034 | 0.032  | -0.027      |
| 2      | 中柏田  | 216                 | 0.023                                      | 0.023 | 0.079 | 0.074 | 0.074 | 0.069 | 0.060 | 0.060  | 0.037       |
| 3      | 下柏田  | 99                  | 0.010                                      | 0.010 | 0.010 | 0.000 | 0.000 | 0.000 | 0.081 | 0.061  | 0.071       |
| 4      | 松ヶ丘  | 497                 | 0.087                                      | 0.135 | 0.127 | 0.115 | 0.129 | 0.141 | 0.125 | 0.143  | 0.038       |
| 5      | 栄町   | 2,434               | 0.026                                      | 0.037 | 0.046 | 0.053 | 0.049 | 0.053 | 0.053 | 0.053  | 0.027       |
| 6      | 東下根  | 121                 | 0.066                                      | 0.066 | 0.058 | 0.058 | 0.058 | 0.058 | 0.025 | 0.025  | -0.041      |
| 7      | 下根ヶ丘 | 285                 | 0.077                                      | 0.074 | 0.098 | 0.095 | 0.105 | 0.123 | 0.123 | 0.126  | 0.046       |
| 8      | 岡見   | 315                 | 0.006                                      | 0.060 | 0.060 | 0.073 | 0.063 | 0.070 | 0.083 | 0.083  | 0.076       |
| 9      | 上池台  | 379                 | 0.053                                      | 0.092 | 0.087 | 0.116 | 0.119 | 0.127 | 0.129 | 0.113  | 0.077       |
| 10     | 第8岡見 | 265                 | 0.060                                      | 0.079 | 0.072 | 0.109 | 0.113 | 0.057 | 0.060 | 0.060  | 0.000       |
| 11     | 東岡見  | 206                 | 0.107                                      | 0.150 | 0.146 | 0.141 | 0.117 | 0.107 | 0.146 | 0.175  | 0.039       |
| 12     | 上太田  | 67                  | 0.179                                      | 0.179 | 0.030 | 0.030 | 0.060 | 0.075 | 0.060 | 0.090  | -0.119      |
| 合計or平均 |      | 5,629               | 0.046                                      | 0.062 | 0.064 | 0.069 | 0.069 | 0.070 | 0.071 | 0.073  | 0.026       |
| 2015年比 |      | (%)                 | 100  | 134   | 138   | 150   | 149   | 152   | 154   | 157    | 57          |

注1) 世帯数は2024年12月1日現在、牛久市資料より

注2) 下柏田行政区は近隣世帯同士によるお互いの見守りが基本と考えている時期があった。そのため、2020~2022年は特定の支援協力者をおいていなかった。ここでは民生委員児童委員を支援協力者として計上

注3) 第8岡見行政区の2022年度以降の支援協力者は基本的には置いておらず、ここでは民生委員児童委員を支援協力者として計上。

注4) 上太田行政区の2022年以降の支援協力者は置いていない。ここでは民児委員と区長を支援協力者として計上。