

太田市住民協議会（第3回）
議事概要



第1分科会

区分	第1分科会
コーディネーター	伊藤伸
ナビゲーター	NPO 法人 日本ホリスティックビューティ協会 代表理事 岸 紅子
日時	2017年9月2日(土) 16時15分～17時40分
場所	太田市民会館 2F ホワイエ

主な論点

悩みや相談の質について

- コ) 前回までは地域とのつながりや体を動かすことでの健康づくりについて話し合ってきたが、今回は内面の健康づくりについて話し合いたいと思う。
- 委) 産後、うつになった。接客業で働いていて、土日も勤務していたが、勤務中にベビーカーを押した若いお母さんを見ると、子供を保育園に預けて働いていることがなんとなく悪いことをしているように感じ、心が折れた。
心配をかけたくないので、親にも言えない。無理して誰にも言えないこともあった。そんなときに買い物先で知人に「元気にしてる？」と言われた一言が嬉しかった。近すぎない関係の方が逆によかったりすることもある。
- 委) 私はデイサービスで働いているが、患者さんが話を振ってきてくれることも多い。家族にも言えてないことや、医者から受けた診断結果などについて相談を受けることもある。ただ、人と人の相性もあって、距離感が難しいと感じている。
- 委) いずれにしても声掛けは大事だと思う。尾瀬に行った時に行き交う人と何度挨拶したかわからないが、やはり挨拶を交わすと気持ちいい。
- 委) 何年か前に子どもに声掛けをするのは控えるルールを設けたマンションがあるというニュースを見たが、違和感を覚えた。たしかに、子どもが見ず知らずの人に声をかけられることは怖い面もあるが、同じマンション内の人に挨拶くらいはしたい。
- ナ) 社会に出たら自分で良い人か悪い人かを見極めていかねばならないので、極端に他人との接触を避けるのは免疫力を阻害することになるのではないかと。
心の問題については、一概にシステムやルールを作って解決することは適さないように思う。メンターというか、この人の生き方って素敵だなと思う先輩を見つけることがいいのではないかと思う。そういう人に何となく相談ができるようになるとホッとする。悩みを言った時点である程度ほっとしているという事もあるように思う。
- 委) 女性は特にそうかもしれない。ただ聞いてほしい、とりあえず聞いてもらいたい時がある。
- コ) 解決を求める相談というのものもあるかもしれないけれど、要は、話す場であったりカミングアウトできる場のハードルをどう下げるのかが内面の健康につながるのかもしれない。

相談の場について

- コ) 相談の場の作り方について、行政ですでに実施していることや、これから考えていることはあるだろうか。
- 市) 市には4つの保健センターがあるが、常時保健師がいる。電話などでの相談も含め色々な相談も受けている。また、赤ちゃんが生まれた家庭には、3か月以内に家庭訪問もしている。
- 市) 高齢者の相談窓口としては地域包括センターがある。専門職の保健師、ケアマネジャー、社会福祉士がいて、介護の相談などに乗っている。一人暮らしの高齢者に対しては、行政センターにふれあい相談員がいて、いろいろな相談ごとに乗ったり、

地域のイベントに参加する手伝いなどをしている。ただ、高齢者のメンタル的な相談を受けられているかという点と難しい面もある。

- 委) 行政だと敷居が高い。
- 委) 昔だったらお寺が檀家さんのことをよく知っていて、いい相談相手になっていた。そういう所が地域単位であるとメンタル的に楽なのではないだろうか。
- 委) 私は昔からストレスをためやすい人間で、それで体の調子を崩したこともあるのだけれど、最終的には自分で解決してきた。
- 自分のことを他人に話したくない。例えば旅行先で出会った人と他愛のない話をするのはいいが、近所の人と家庭のことを話したくはない。あそこの家はどのような経済状況で、どのような家族構成で、どんなことに悩んでいるのかということを知っているのは怖いと思ってしまう。
- 委) 家内と話をしている、言わなくても分かるだろうということで、やはり言わなければわからなかったりして、それをきっかけにケンカになったりする。
- 夫婦間でさえそうなのに、ましてや地域や会社では話すことによるコミュニケーションは欠かすことはできないのではないだろうか。
- 委) 全部分かろうとするとか解決しようとするから悩むのかもしれない。知らないことがあってもいいのではないか。
- 委) 諦めることが肝心ということもあるかもしれない。
- 雨が降ってイライラして、かといって晴れてきてもイライラするときがある。何にイライラしているのか自分でもその正体がよくわからないのに、それを他人に分かってもらうというのは難しい。他人に解決を求めるのではなく、ただ聞いてもらうだけで十分なのではないだろうか。
- コ) そういったときに行政はどういう役割を果たすのだろうか。今の話だと、とりあえず喋ることが本人にとっての心の健康につながることでありそうだが、その相手が行政だとそれ以上のことを求めてしまうのだろうか。
- 委) 私が子育てで悩んで市役所に相談した時は、具体的な相談事項があった。ほかにも漠然とした悩みはあったけど、具体的にまとまっている相談事項だけを市役所に相談した。
- 漠然とした段階では市役所になかなか相談に行けないと思う。今日はこれを相談しようというものを掴んでいない人には、相談ではなく雑談できるような場の方がいいのではないだろうか。
- 委) 私は太田に住み始めて5、6年だが、犬を飼い始めて犬のことで悩みができた。
- 犬というカテゴリーでの悩みだったので、近所の人に相談するのではなくて、ドッグランに通い始めて、そこで知り合った人に相談している。相談の場も悩みの種類によってそれぞれだと思う。
- コ) 悩みの解決方法や相談相手は人によって違うということだろうと思う。
- 相談業務はどこの市役所にもあるが、行政がすべてを担うことは難しそうだ。

総括

分科会会長総括

- ・ 心の健康については、部分的な医療だけではなく、人間関係とか地域との関わりにもつながりそうだ。体の病気と違ってはっきりとした痛み等があるわけではなく、本人ですら不調の正体が分からない怖さがあり、医療との関連付けがしにくい。
- ・ 行政だけではなく、地域にも日常的に相談できる環境が必要ではないか。相談が必要な人が自然と集まれるような場所が地域にもっとあってもいい。
- ・ 心のケアについては、どうしたらいいという一律のガイドラインよりも、その人それぞれのカルテが必要。

コーディネーター総括

- ・ 相談する内容によっても質があって、解決を求める相談もあるけれど、解決を求めている相談もある。要は話を聞いてくれる人がいるかどうか的大事。
- ・ 自分の悩みをカミングアウトできる場をどう作るか、心理的なハードルをいかに下げることが大事。行政が相談場所を作るとハードルが一気に上がってしまう。
- ・ 相談という言葉ではなく、お喋りしている内にいつの間にか自分の悩みについても話しているという環境は、行政ではなく、普段の市民生活の中に生まれてくるものかもしれない。しかし、行政が何もしなくていいわけではなく、行政の実施している行政相談とか法律相談とかそういう中にも話しやすい雰囲気を作っていく必要があるし、むしろその環境を最初に作っていくのは行政からではないかと思う。

ナビゲーター総括

- ・ 心の問題にフォーカスした。一人ではないということ、皆が一人ひとり分かっているという基本事項が大事だと思い至った。心の健康を害している人がいたら、一人じゃないよと言ってあげられる社会が実現するように、一人一人が認識しなければいけない。

第2分科会

区分	第2分科会
コーディネーター	山根晃
ナビゲーター	佐久総合病院 地域医療部 医師 色平 哲郎
日時	2017年9月2日(土) 16時15分～17時40分
場所	太田市民会館 多目的室2

介護と見守り体制について

- コ) 前は「メンタルヘルス」と「けん診」について話し合ったが、今回は「介護」の話も少ししてみたいと思う。
皆さんの中で介護のことについて何か課題と感じていることはあるだろうか。
- 委) 近所の何軒かが独居の高齢者世帯だが、旦那さんが先に亡くなってしまい、奥さんが残されているケースが多い。独居になると、閉じこもりがちで地域とのつながりが薄くなるように感じている。
- コ) 前回は地域とのつながりの話は出たが、介護でも地域での見守りということにつながりそうである。
- 委) 私の家の近所にも独居の高齢者世帯があり、見かければ挨拶くらいはするが、体の調子など深いところまで聞くことはハードルが高い。
- 委) 郵便局や新聞配達が見守り機能を兼ねていると思うが、安否確認程度だろう。
- コ) 行政の取組みはどうだろうか。
- 市) 高齢者世帯の見守りは基本的に民生委員が担っている。そのほか、各行政センターにふれあい相談員がいて、70歳以上の独居の高齢者世帯のうち見回りを希望した世帯（約半数が希望）を月に1回程度訪問している。
また、行政でお年寄り見守り隊という取組みを実施しており、各部署に担当地区を割り振り市の職員が見回りをしている。民生委員とふれあい相談員の合間を縫って見守りしているようなイメージである。
- ナ) 私は医者だが、病院で勤務していると生活の場が見えない。生活の場と医療の場をつなぐにはどうしたらいいかと常に考えている。
ちなみに、私の暮らす山間の集落では、なんとかさんと言ったら顔がわかる環境にある。町の規模によっても見守り体制の環境が違うかもしれない。
- 委) 高齢者でも元気な人はいる。私の家の近所のお年寄りも元気な人が多い。そういう人たちが介護予防の情報交換できる場であったり、自分たちで見守り体制を築けるといいのではないか。
- コ) 太田市は比較的都市的な環境にあるようだ。きっかけ作りは地域の人同士だと難しい場合もあるだろう。リーダーシップが必要になる。行政センターのふれあい相談員だったり医者だったり、第三者の働きかけがきっかけとして有効かもしれない。

世代間交流と地域の役割について

- 委) 仕事上では、世代間を超えたつながりはできるが、プライベートや地域では世代間を超えたつながりが薄いと感じている。
- コ) 世代間の交流ということが話題に上がったが、どうだろうか。
若い人の意見も聞いてみたい。
- 委) 祖父母は他県に住んでいるので、私は身内にいる高齢者とさえつながりが薄かった。地域の高齢とのつながりはなおさら薄い。
- 委) 学校の教科書で、少子高齢化と聞いてもピンとこない。こういう場でいろんな世代の人話を聞いてはじめて実感したように思う。（高校生意見）

- 委) 昔は、地域の祭りなどでついでに子供たちと話をして世代間交流があったように思う。人生経験が豊富な年長者と話をすることによって、子供たちの心にも潤いが出てくるのではないか。
- コ) コミュニティの中で老いについて知っていくことはあるかもしれない。
- 委) 私自身も一人暮らしの高齢者なのだが、おかげさまで、働く場があり、そちらとの交流がメインで、近所付き合いはほとんどない。あとは子供や孫との交流がメインとなる。仕事をしていると近所付き合いは難しい。
- 委) 私は、現在、子育て中だが、高齢出産だったので、子育てと同時に老後のことも考えないといけないと感じている。しかし、仕事もしていると、職場と家の往復になってしまい、地域のことまで手が回らない。
- ナ) コミュニティというのは、あくまでも人間関係のことであり、地面でつながった隣近所のことだけではない。友達や人とのつながりが多い人は長生きする。その一環の中に高齢者とのつながりもあるのだろう。日本のコミュニティの在り方を考え直す必要があるかもしれない。
- 医療の「医」の字は、昔はこう書いた（文末参照）のだが、文字の構成の三分の一は、メスなどの刃物というか「技術」のことを指すが、他の三分の二は「地域」と「祈り」を指す。
- 医療とは、本来「みんなで支え合い、祈りと手当を与える」という意味だったが、いまは技術ばかりに焦点が当たってしまっている。医療は、もともと地域あつてのものだと私は思っている。つながりが大事だった。

参考：医の旧字体

醫
西

総括

分科会会長総括

- ・ 行政では民生委員やふれあい相談員、お年寄り見守り隊で高齢者の見守り体制を作っているけれど、地域の細かなところまでは入って行けないというのが実情だと思う。細かいところは地域でやっていくべきだろうし、そのためには若い人も地域に入り込むような体制を整えていく必要があるのではないだろうか。
- ・ 働き盛りの世代は、朝家を出て夜帰ってくるので、地域の情報がなかなか入ってこない。地域活動でも世代間による差という事をもっと意識した方がよい。
- ・ 近所と言っても声をかけるには勇気がいる。隣には声をかけられても、隣の隣には声をかけづらいという事もある。一步踏み出す力が必要になってくる。

コーディネーター総括

- ・ 若い人たちにとっては自分が歳をとっていくことがどうしてもイメージできない。学校の教科書で習っても実感がわからない。

- ・ 祭りなどの地域行事が世代を超えた交流につながる。若い人も自然と高齢者と接することで実感する部分もあると思うが、地域によってはそういった行事もなくなりつつある。
- ・ いい取り組みをしている地域は、誰が音頭を取っているのだろうか。地域の誰でもいいと思うが、多くの人が他の人がやってくれると思っている。その背中を押すのが行政の役割で、情報発信の仕方などで工夫できる部分もあるかもしれない。

ナビゲーター総括

- ・ 長生きする人の特徴は、友達が多い人というのははっきりしているのだけれど、もう一点、家族の中でお母さんがハキハキ、ワクワクしている家の家族も長生き。長生きするということは、医者にうまくかかるということよりも、自分のお膝元とうまく付き合っていくことなのかなと思う。

第3分科会

区分	第3分科会
コーディネーター	石井 聡
ナビゲーター	元ライフネット生命常務取締役 中田 華寿子
日時	2017年9月2日(土) 16時15分～17時35分
場所	太田市民会館 多目的室1

主な論点

男性の社会参加について

- コ) 前回から1か月経過した。この間に何か感じたこと、考えたことがあれば聞かせていただきたい。
- 委) 改善提案シートの取りまとめにある「退職後の男性の社会参加について」を見て感じたのだが、私も最近定年退職となりこの問題は切実に感じている。当事者とする行政センターなど活動の場でどの様なことが行われているかわからないこともあり行く勇気、きっかけがない。
- コ) 行政センターに行くきっかけがないという話が出たが、地域でデビューするきっかけはどうしたら良いか。
- 委) まずは地域に貢献するという意識が必要である。あとは自分自身が地域のことを知らないといった課題も感じた。私は地区の役員となって行事に参加した。最終的には区長を4年やり、太田を間接的にも知ることができた。
- コ) 地域デビューについて、地域に出ていくきっかけを誰が作れるのだろうか。市役所なのか商工会なのか地域なのか。
- 委) 最初は回覧板等で情報を拾い、地域の集まりに顔を出していくことが一番望ましいと思う。
- ナ) 地域も企業と同じ組織と捉えることができる。退職された男性も企業(組織)で培った経験を地域に活かすという考えはできないだろうか。
- コ) 他の地域の事例として20年続く男性だけのボランティア団体がある。そこは地域的に製造業が盛んで所謂ものづくり関連企業を勤め上げた方が非常に多く、手先が器用な方が多い土地柄だった。最初は簡単な車イスの修理などを行っていたが、参加されている方々の経験やスキルを活かしながら活動範囲を広げ、国から表彰されるまでになった。太田市もこうした土壌はあるように思う。誰がうまく繋げられるか、そういったものがあると一気に花開く可能性もある。

けん診について

- 委) 太田市は住み良いまちだと思うが、一方で健康寿命が群馬県平均よりも短いとあるなぜ短いのか、ここに市特有の問題があると思う。
製造業が好景気であることに比例して派遣など非正規社員が増えており、きちんと健康診断を受けているのだろうか。
- 委) 転職前、大手企業に努めていた際にはしっかりと健康診断を受けていた、というより受けさせられていた。転職後の町工場では法で決まっているものだけやるといった印象だった。
- コ) 会社によって差があるということか。
- 委) 例えば健康診断の結果が来て再検査が必要になったとしていつ行くことができるのか。時間が取れないし、そもそも取らせてもらえない。
- 委) 市から健康診断の案内等出ているが、何%くらいの実施率となっているか。
- 市) 国民健康保険の加入者に限った話だが、がん検診で24%である。

- 委) 再検査の受け付けが平日 17 時まで、土日は受け付けないとなっており、再検査の電話もできない。
- ナ) 女性、特に子育て中の女性は、けん診を受けていないと聞くが実際はどうだろうか。
- 委) 子育て中に人間ドックを受けたことがあるが費用負担が大きい。子どもが小さくても受けられるよう市が努力してくれているのはわかるが、毎年受けるのはまだ厳しいとも思う。子どものけん診は必ず行くが、自分自身は健康面で気になるところがなければ行かない。
- 委) 乳がん検診について、テレビなどで有名人の事例を見ると印象に残る。検査のために電話を何回もかけ、一時間くらいでようやく繋がったこともあった。
- 市) 枠が限られているので受け入れられない場合もある。
- 委) 市役所へ行くと女性トイレにポスターが貼ってあるなど、意識付けに力を入れていることはわかる。
- コ) 啓蒙はある程度うまくいっていきそうである。ただ、受け皿が整っていないところにギャップがありそうだ。
- 委) 健康診断については、受けて安心というものではないと思っている。私は7月に健康診断を受けて異状なしであったが、1月に少し自覚症状を感じたことから医師に相談したところ乳がんと分かった。結果として全摘出した。今は一人で暮らしているので健康面を含め自分で何とかしていかなければと思っている。

世代間の差について

- 委) 太田市はスバルを中心として中小企業が多く、労働者の健康診断や労働時間などに関する課題は切実に感じる。若いころは仕事終わりに友人同士でスポーツをするようなこともあったが、年齢を重ねるとともに仕事の量・質が増えなかなか時間が取れなくなってくる。
- 私の経験からすると 50 代になると自分で時間を作って自分でやる必要に迫られる。40 代では仕事の方が忙しく残業も増え、身体のことにも気を遣えない。また、身体健康とともにこうした働き盛りの人々に対するメンタルヘルスの重要性は考えていかなければならないと感じる。活気のある元気なまちだが、逆に現役世代が頑張り過ぎているところがあるのではないかと感じる。
- 行政は太田市に限らず老人、子どもなど弱者に手厚く非常にありがたいことであるが、現役世代のケアが弱いと感じる。
- コ) 現役世代を大事にしないと本来守るべき高齢者や子ども達へのケアが不足してくるということだろうと思う。市として世代ごとにアプローチを変える手法は何かとっているか。
- 市) 世代ごとのアプローチ方法については現在検討しているところである。特に現役世代は平日は働いて疲れており、土日に運動とはなかなかない。まずは健康に対して意識できるようセミナーや軽い運動を奨励するような施策を実施し健康に対する意識づくりをしていきたいと考えている。地域で元気に暮らしていけるよう、手軽に楽しく楽にできる活動を検討していきたい。施策の中では食べることについても考えていきたい。

総括

分科会会長総括

- ・ 太田市は住みやすいけれど健康寿命が短い。全国平均から見ても劣っている。働き盛りの世代の人のけん診は会社任せになっているようだが、中小企業では、充実していないところもある。
- ・ 男性の社会参加について、特にサラリーマンは地域に溶け込みづらい。行政センターでも何をやっているかわからないという状況である。まずは一番身近な自分の住んでいる地域の集会に参加することから始めるのがいいのではないか。

コーディネーター総括

- ・ 健康という点で、行政の施策は子どもや高齢者には手厚いが現役で働いている世代は、本人なり会社任せの部分がある。現状では、行政は現役世代のけん診の受診率や再検査になった場合のケアなど把握しきれていないようだった。全てを行政が担うのは難しいと思うが、けん診率の向上などで何かできることはあるのではないだろうか。
- ・ 今回の議論の場で、70代の方たちから自分たちはこうだったという話をしてもらう機会が多いのだが、こういった先輩たちのノウハウを世代間を超えて共有できる場があるといい。同年代だけで集まってもなかなか話が伝わっていかない。

ナビゲーター総括

- ・ 分科会の場で話してみて、この場にいる人だけでもいろいろな経験をお持ちの方がいることが分かった。こういう人の経験を上手く使って、なぜけん診に行かなければならないのかとか、どういう食生活がいいのかとかをストーリー仕立てで市民に伝えていけたらいいのかなと思った。