

提案1：なめがた総合病院や周辺を含めた広域での対応による医療不安の軽減

医師の数が全国ワースト2の茨城県の中でさらに医師が少ない鹿行地域。市民アンケートにおいても、最も課題だと感じる取組み一つが医療であった。ただし、なめがた総合病院の常勤医師4名増とそれに伴う救急対応率の増加、土浦協同病院の3月オープンなど改善の兆しが見えている。市内にすべての医療資源を揃えることは財政的に難しいので、広域で対応できる仕組みが必要。

- ・医療の充実が課題であるが、この医療過疎地で、必要時どのように医療を利用するべきか。
- ・救急医療・地域医療体制の充実。

行政の取組

- 土浦協同病院を中心とした近隣医療機関との連携の強化（休日、夜間の診療体制の充実）
- 市内診療所との役割分担の明確化
- なめがた総合病院にさらに医師が来るようにするための環境整備（特に産婦人科医）
- 茨城県救急医療の情報システムの周知
- 市民の声と地元医療機関を繋ぐ場の設定
- 地元医師の講演
- 医療機関情報の周知・保健福祉マップの作成
- 医療機関へのアクセス性向上
- 常時救急受入可能な体制の促進
- 関係機関の集積に向けた誘致
- 福祉医療手帳の作成

個人でできること	地域・民間にできること
・ 病院にいかないような健康な体作りを心掛ける。 ・ 近くにかかりつけ医をもつ。 ・ いざという時に医療機関を受診することができる。相談できる機関を知っている。 ・ 自分の健康は、自分で守るという意識を持つ。 ・ 一次医療機関にあたる地域の医療機関の活用 ・ 一人一人が健康や病気に関心を持ちやみくもに総合病院へ行かず、かかりつけ医を持つ。 （必要な人が必要な医療を受けられれば良い。）	・ 病院の待ち時間の短縮。 ・ 医療機関及び消防の横の連携とケースワーク等による情報の共有 ・ 福祉関連機関との連携強化 ・ 病院間の連携を図る。 ・ 薬局ほか店舗等の連携を図る。 ・ 安定した医師の確保。

提案2：なめがた総合病院周辺の拠点化

旧3町の真ん中に位置していること、今後、市庁舎や総合福祉会館のなめがた総合病院近辺での建設が検討されていることを踏まえて、なめがた総合病院周辺を拠点化するとともにイベントなどを開催することで、にぎわいや憩いの場を創出できる。

- ・ 誰もが集える場所。

行政の取組

- なめ総周辺での総合福祉センターの検討

- 病院への交通アクセスの改善
 - 東京駅との高速バスをなめ総経由にする。
 - 市内アクセスにおいてはなめ総を公共交通の起点（ハブ化）にする。
- 病院周辺へのカフェ（例：スターバックス）の誘致、憩いの場やの設置。
- 子どもを中心とした拠点づくりの検討（人が必然的に集まる）。子どもと高齢者の結びつきを考える。
- イベント開催等に係る病院、市民等との調整や各種手続きの支援
- 病院を中心に歩いても行けるところに市役所、総合福祉会館、保健センター、図書館、市民センターほか商業施設等を作る。
- 誰もが集える場（小規模休憩スペース）の設置。
- ボランティアセンターの設置。

個人でできること ・ 病院に行っている人に周辺施設のニーズを聞く。 ・ 病院主催の健康教室や音楽会などの行事に参加する。それらを知人に伝える。 ・ イベントへ積極的に参加する。 ・	地域・民間にできること ・ 病院の中の売店をコンビニにする。1F に喫茶店があればコミュニティの場となる（今のレストランは入りにくい）。 ・ 病院 3F でのイベント、子育て支援、栄養サービス、地元食材使ったの健康食クッキング、子どもの絵を飾るなど、地域コミュニティとしての病院を考える。これらが患者以外でも参加できることを周知する。 ・ 敷地内にある JA 売店所の有効活用。 ・ 病院の周辺にみんなが集える場所や憩いの場をつくる。 ・ 地域包括支援センター等のパンフレット等をおいて情報提供する。 ・ 健康志向の店を出店する。 ・ 地域の特色をいかしたものの出展等を行う。 ・ 子どもから高齢者まで全ての人が自分の作品を展示できる空間を作る。 ・ ワンコインの軽食コーナーの設置
--	--

【留意点】 ・ハコモノを作る場合は、100 人委員会のような市民意見集約の場が必要。

提案 3： 介護する側をサポートする体制づくり

介護にあたっては、介護する側の負担が非常に大きい（行方市の要介護認定者 2000 名。同数以上が介護者にあたると推測される）。介護保険制度など介護者の負担を軽減するための物理的なサービスは増えているが、精神面での負担も非常に大きい。地域住民同士が介護をする側に寄り添った取組みや、地域包括支援センターの周知と充実を図ることによって、介護者の精神的な負担軽減を目指す。

- ・ 高齢者福祉サービスの活用

行政の取組

- 包括支援センターの人員の充実やセンターの周知。誰もが利用できるようにする。
- 2000 人の要介護者の把握、データの分析。
- 健康増進課と介護福祉課の連携
- 高齢者のための福祉サービスに特化したくらしのハンドブック等の作成と配布。
- 福祉講演会や勉強会の開催。

個人でできること ・ 介護している人が外出して話す（リフレッシュすることが重要）。 ・ 話を聞いてもらう機会を作る。 ・ 友人知人として関わる。 ・ 介護している人にコミュニティへの参加を進め、外に出る機会をつくる。 ・ 情報収集を心がけ、知り得たサービスをまわりの人と共有する。 ・ 介護している人がいたら、自分の経験を話したり、親身になって聞いてあげる。 ・ 自分が介護する側になったら、周りに声をかける。	地域・民間にできること ・ 地域の中で話し合いができる場など、介護している人の心の拠り所となる場所をつくる。 ・ 民生委員との連携を図る。 ・ 地域包括支援センターの存在を周知する。 ・ 高齢者福祉サービスについて地域の人々へ情報提供し、活用を促す。 ・ 高齢者同士、地域の人がふれあうことのできる場を提供する。 ・ 家族会（障害者）への参加。
--	--

提案４： 地域で高齢者の見守りを行う仕組みづくり

行方市は他市に比べて一人暮らしの高齢者の数は少ないが、あまり地域の活動などに参加していない人が多く孤立化が懸念される。一人暮らしの高齢者の安否確認や家族介護者のケア（提案３）を行政だけでは対応できないため、これまで以上に地域の中でサポートできる環境が今後重要となる。地域コミュニティのつながりの強さを活かした高齢者の見守りの仕組みづくりを検討する。

- ・ 高齢者と家族以外の親子といった３世代が交流する場が少ない。
- ・ 独居老人が地域で触れ合う機会が少ない。
- ・ 介護予防事業の充実、高齢者の生きがいづくり ← 介護予防
- ・ 認知症徘徊高齢者の見守り
- ・ 老々世帯及び一人暮らし高齢者世帯の見守り

行政の取組

- 都会からの移住者の多いにもかかわらず地域に溶け込んでいる成功例（緑が丘地区）の調査と横展開の検討。
- 介護予防事業（シルリハ体操など）の参加を促すことで地域コミュニティの形成の協力をする。
- 地域での見守り体制を作ることによる地域コミュニティの活性化の検討。
- 各地域に交流の場の基礎を立ち上げる。
- 地域の活動を支援する。
- デマンドタクシー、公共交通の利用の仕方をさらに周知する。
- 土日など高齢者に子どもを預けられる体制をつくる。（交流推進）
- 広報紙を通し、健康情報の提供（既存） ← 介護予防・高齢者生きがい
- 介護予防を支えるシルリハ指導員の養成「シルバーリハビリ体操指導士養成事業」（既存） ← 介護予防・高齢者生きがい
- 集会所・公民館等高齢者が利用しやすい施設整備（段差解消等）「茨城型地域包括ケアシステム推進基盤整備事業」（県補助） ← 介護予防・高齢者生きがい
- ＳＯＳ認知症徘徊高齢者協力事業所（者）を増やし、ネットワークの拡充を図り、また、啓蒙していく。「認知症徘徊高齢者対応ＳＯＳネットワーク体制事業」（既存）
- 老々世帯及び一人暮らし高齢者世帯を把握（台帳の作成）し、必要な方へは、高齢者福祉サービスを提供する。

「ひとり暮らし高齢者等対策事業」

- 介護予防事業（シルバーリハビリ体操教室）への参加を市報等で情報発信する。

個人でできること ・ 地区ごとの見守り徹底。 ・ 地域で見守るために、いつも気にかける習慣を作る。 ・ 認知症にならないように活発に活動する。 ・ 各地区における集まる機会に積極的に参加し、相互交流により心の健康に努める。 ・ 自分の健康は自分で作る自助の考え方を持つ ← 介護予防・高齢者生きがい ・ 自主的な健康づくりの実践 ← 介護予防・高齢者生きがい ・ 地域の見守り隊員になる。 ・ ボランティア組織に加入し、地域の老々世帯及び一人暮らし高齢者世帯の見守りを行う。 ・ 人のため、自分のためにシルバーリハビリ体操等のボランティア活動に参加する。 ・ 近所付き合いを大切にする。	地域・民間にできること ・ 介護予防サポーターを育成する。 ・ 民生委員と一緒に見守りをする。 ・ シルリハ体操など地域のイベントやクラブ活動への参加を呼びかける。 ・ 町内の独居高齢者に昼食を提供し、見回りをする。 ・ 高齢者、親子の3世代が集まる場を設定する。 ・ 介護予防の必要性を理解し、地域全体で「声かけ・見守り」により、個人の取組みを支える ← 介護予防・高齢者生きがい ・ 地域単位で「見守り隊」を結成する。 ・ 地域単位で、ボランティア組織を設立し（当面シルバー人材センターへ依頼）、老々世帯及び一人暮らし高齢者世帯の見守りを行う。
---	--

提案5：健康診断受診率向上による健康への関心を高める施策

要介護認定率は18.1%と全国平均より高く、第2号被保険者の認定率（40～64歳）も高い。1日2回のおやつタイムでのカロリー過剰摂取など、農家の多い地域特有の習慣なども一因と考えられる。壮年世代から健診に行き健康に関心を持つための環境づくりが必要。

- ・ 健康診断を受けず、重症化してから医療機関を受診するケースがある。
- ・ 市民全体が高カロリー、高塩分、高脂質の食事をしている。

行政の取組

- 国保加入者の健診受診と通院の分析を進めるとともに、社会保険加入の市民についても分析できないか検討する。
- 生活習慣病の怖さと健康診断の受診の働きかけ。
- 健康相談が気軽にできる場の設置
- 手軽に健康チェックができる機会を提供
- 食生活では、適量がわかる機会を増やす
- 運動等やりたい時に始められる場が増えるような働きかけ、情報提供ができる
- 健康診断等で自分の健康状態をチェックする。
- 検診の結果から、生活習慣を振り返り改善することができる。
- パンフレットを作成し、各地区で実施している研修会をさらに拡充する（充実させる）。

個人でできること ・ 要介護にならないよう、食事や健康に気をつける。 ・ 自らの健康診断の受診と知人への働きかけ。	地域・民間にできること ・ 地域単位での健康診断受診の促進。 ・ 集会等で周知し、お互いに気をつけあう雰囲気をつくる。
---	---

・ 食生活の改善。 ・ 適正な量を知り，適正な摂取を心がける。 ・ 自分の身体を知る第一歩が健康診断である。	
--	--

提案6：障害者を知ることによる多様性の理解と人のつながりを魅力にした環境づくり

まずは障害者を知る・理解する機会を増やし、「障害者が可哀想だから」ではなく障害者の特性を活かした支援を行う。障害者のできる部分（例えば単純作業を飽きずに継続することができる点）とクオリティの高い部分のマッチングによる高性能商品を作ることも可能になる。

- ・ 障害児の支援について、就学後の支援が少ない。児への支援はあるが、保護者への支援がない。
- ・ 障害者の就農支援。
- ・ 特別な支援が必要な子どもへの支援体制
- ・ 障害者の壁をなくして、誰もが平等に生活できるようにする。

行政の取組

- 市民が障害者を知る、理解する、障害者と接する機会の創出
- 障害者の家族への支援の充実
- ドリームハウスの様子を広報紙などで紹介する
- 担当課が複数にまたがり連携が不足しているので、相談窓口をわかりやすく一本化して、必要な支援を提供できるような体制を整備する（就学後の支援、就労支援、保護者への支援等）
- グループホーム設立の検討
- 障害者と生産者の橋渡しをする。
- 通勤手段の支援
- 先行事例を参考に関係各所への指導、助言
- 国で作成したマニュアル、手引き等を参考にする。
- 特別な支援に対する情報を住民へ発信する。
- 関係各課、学校で、定期的な情報交換会を行う。
- 保護者から提供された情報をもとに、適切な支援を行う。
- 特別支援学校の情報を住民へ発信する。
- 講演会や勉強会を開催する。（障害者への理解を深める。）
- 補助金の検討

個人でできること ・ 同じ目線で話す。「障害者だから」という垣根をなくす。 ・ 相談にのるなど障害者の家族をサポートする（ボランティアなど）。 ・ 地域にいる障害者を把握する。 ・ 障害者について知らないことが多いので、知ることから始める。 ・ 障害児を抱える家族を理解する。 ・ 暗いところでも点字の本が読めたり、雑踏の中でも手話で会話ができるなど発想の転換による新たな理解（気づき）を作る。	地域・民間にできること ・ 障害者や独居高齢者の情報を地域で把握・共有し、見守りやすい体制を作る。 ・ スポーツ大会、食事会などを開催し、障害者と接する機会をつくる。 ・ 障害者支援の関連する施設等支援機関が市と連携することにより対象者が必要な支援等を充実させる。 ・ 就労支援事業所への通所支援。？ ・ グループホーム等の住まいの確保。 ・ 特別な支援に対する正しい知識を学習する。
---	--

・ 現在ある支援は、積極的に利用する。 ・ 問題点、課題を発言する。 ・ 市内にある農業主体の就労支援事業所へ通所する。？ ・ 出生からの記録をまめに行う。 ・ 特別な支援に対する学習会等へ積極的に参加する。 ・ 子どもの情報を行政へ提供する。 ・ 保護者のエゴで、進学先の選択を行わない。	
---	--

提案7：ちょいとイイコト未来に残そう！「おかげさまで10円貯金」の検討

市民が自分の暮らしの中から、身の回りのこと、世の中のこと、市民ことを考えるきっかけづくり。1か月元気に過ごせたら10円貯金。子どもでも無理せず参加できるようにして、社会を見る目、考える心を育む。集まった金額の一部の使い方を小、中学生に考えてもらう。

・子どもたちに、自分の住んでいる市を良くしようとする意識を育てる仕組みが必要。

行政の取組

- 仕組みの検討・構築、周知。
- 協力者、賛同者の拡充

個人でできること ・ 必要性を知人に伝える。 ・ 行政に実施を働きかける。 ・ 地域への呼びかけ	地域・民間にできること ・ 貯金の収集の協力。 (公共施設、病院、商業施設等の市民が頻繁にいく所) ・ 貯金の預け先の金融機関の協力。
---	---

<その他意見>

- ・ 貯金に協力していない人がそのサービスの恩恵を受けるのは不公平だと思う。
- ・ 貯金した人の名前が分かった方が良い。

<その他の要望>

- 行政内の情報の一元化ができていない。
- 市民に出す情報が市民目線になっていない。
(個人として)
 - 入ってきた情報を口コミ情報として知り合いに伝える。
- (地域、民間の役割)
 - イベントを実施するときは市に早めに情報提供する。
 - 市からの情報を住民、従業員に周知する。
- (行政の役割)
 - 行政内の情報一元化により、効果的で効率的な政策連携、情報発信体制をつくる。
 - 総合戦略重点プロジェクトごとの市民向け業務パンフレット（参考：厚木市子育て手帳等）を作成する。
- 計画策定後の市民連携による行動体制及び進行管理体制が構築できていない。
(個人の役割)
 - 行政と一緒に積極的に行動する（事業に参加できなくても活動の内容を知り、仲間と共有していく）

(地域、民間の役割)

- それぞれの地域や企業等から代表者を選出する。
- それぞれの地域で総合戦略事業の活動を知る場を設定する。

(行政の役割)

- 市民主体の”総合戦略を実行する組織”を立ち上げ、行政とともに行動をしていく、及び進行管理を確認していく体制をつくる。

<特記事項>

- ・「市報」を新聞折り込みにできないか？県の「ひばり」のように。
- ・行政にスペシャリストを育成する。
- ・行政だけに頼らず、市民一人一人が考えればもっと住み良い行方市になるのだと思います。お互いにできることをすればいいのだと思います。無関心からは何も生まれないと思います。