

「人と人との つながり、を実感できる地域を目指して

～今、求められる多様な居場所のあり方を考える～」

日 時：令和7年10月20日(月) 13:15～16:00

会 場：トークネットホール仙台(仙台市民会館)小ホール

主 催：社会福祉法人仙台市社会福祉協議会、仙台市

共 催：仙台市地域包括支援センター連絡協議会



後 援：仙台市連合町内会長会、仙台市民生委員児童委員協議会、日本赤十字社宮城県支
部仙台市地区本部、仙台市共同募金委員会、仙台市老人福祉施設協議会、仙台市知的障害
者関係団体連絡協議会、社会福祉法人仙台市手をつなぐ育成会、社会福祉法人仙台市障害者
福祉協会、特定非営利活動法人仙台市精神保健福祉団体連絡協議会、特定非営利活動法人
せんだい・みやぎNPOセンター、社会福祉法人宮城県社会福祉協議会、一般社団法人宮城県社
会福祉士会、仙台商工会議所、公益社団法人仙台青年会議所

目次

基調講演資料	1
「孤立・孤独を越えて、 “共にある” 地域へ ~居場所づくりのこれから～」	
特定非営利活動法人 日本NPOセンター	
事務局長 吉田 建治 氏	
パネルディスカッション資料	25
「青空サロン “きょうよう” “きょういく” “きょうちょきん” の場」	(27)
向陽台地区社会福祉協議会 会長 藤森 弘一 氏	
「福祉からの地域づくり～調和の取れた地域を目指す～」	(45)
株式会社 未来企画 代表取締役 福井 大輔 氏	
「居場所の多様なあり方について」	(51)
社会福祉法人 ポッケの森 法人事務局長 星野 幸 氏	
コーディネーター	
特定非営利活動法人 日本NPOセンター	
事務局長 吉田 建治 氏	
開催要綱	59

プロ グ ラ ム

テーマ 「みんなで考える 支えあいのこれから」

1. 開 会 【13:15~】

2. 基調講演 【13:25~】

「孤立・孤独を越えて、 “共にある” 地域へ ~居場所づくりのこれから～」

講 師

特定非営利活動法人 日本NPOセンター
事務局長 吉田 建治 氏

休憩

3. パネルディスカッション 【14:25~】

「居場所の多様なあり方について」

パネリスト

向陽台地区社会福祉協議会	会長	藤森 弘一 氏
株式会社 未来企画	代表取締役	福井 大輔 氏
社会福祉法人 ポッケの森	法人事務局長	星野 幸 氏

コーディネーター

特定非営利活動法人 日本NPOセンター
事務局長 吉田 建治 氏

4. 閉 会 【16:00】

<ご来場の皆様へのお願い>

- ・ホール内は飲食禁止です。ご飲食はお断りをお願いします。また、ごみの持ち帰りにご協力ください。
- ・会場敷地内に喫煙スペースはございませんので予めご了承ください。
- ・災害時は係員が誘導いたしますので、指示に従っていただきますようお願いします。
- ・携帯電話は、マナーモードに設定していただきますようお願いします。
- ・講演・パネルディスカッション中、来場の皆様による会場内の写真撮影はご遠慮ください。特に登壇者の発表スライド等、個人情報が含まれる場合がございます。ご理解のほどよろしくお願いします。
- ・本会では会場内の撮影を行っております。撮影したものにつきましては、本会広報等に使用する場合がございますことを予めご了承ください。
- ・会場内外で発生した事故・盗難等につきましては、主催者・会場・出演者は一切の責任を負いません。自己の責任の上管理いただきますようお願いします。特に不特定多数の方が入場いたします会場内での貴重品等の管理には、十分ご注意くださいますようお願いします。

基調講演

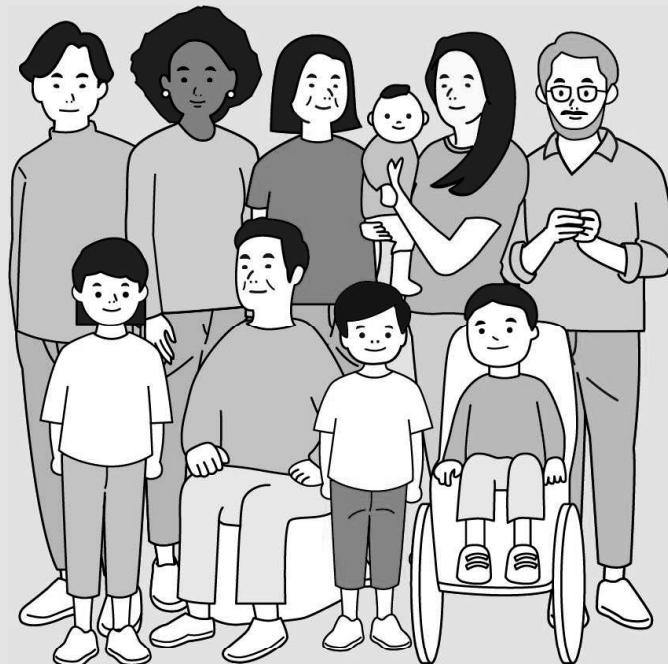
「孤立・孤独を越えて、“共にある”地域へ
～居場所づくりのこれから～」

講 師

特定非営利活動法人 日本NPOセンター
事務局長 吉田 建治 氏

つながりサポーター養成講座

標準テキスト



2025 仙台市孤独・孤立シンポジウム×地域福祉セミナー

目次

1	はじめに	p1~3
2	孤独・孤立の何が問題か	p4~9
3	つながりを考えてみよう	p10~12
4	調査結果からわかること	p13~17
5	困ったときどうする？	p18~23
6	相談窓口を知ろう	p24~28
7	地域活動を知ろう	p29~30
8	最後に	p31
	参考資料	p32~37

孤独・孤立に悩む人を 誰ひとり取り残さない社会を目指して

いまの社会は、単身世帯の増加や働き方の多様化などにより、家族や地域、会社などのつながりが薄くなり、誰もが孤独・孤立状態に陥りやすい状況になっています。

孤独・孤立状態になると、最初は小さな悩みや困りごとであったものが、一人で抱えこんでしまうことで複雑化・深刻化することがあります。

こうした状況に対応するため、政府は2021年12月に「孤独・孤立対策の重点計画」を策定し、2023年5月には「孤独・孤立対策推進法」が成立しました。

孤独・孤立対策推進法の下で、「孤独・孤立に悩む人を誰ひとり取り残さない社会」「相互に支え合い、人ととの『つながり』が生まれる社会」を目指していきます。

1

「つながりセンター」とは？

「つながりセンター」は、なにか「特別なことをする人」「しなければならない人」ではありません。

孤独・孤立の問題について知識を身につけ、
身の回りの人に関心をもち、
できる範囲で困っている人をサポートする人です。

孤独・孤立の問題は、生活環境や雇用環境の変化などで、誰にでも起こります。

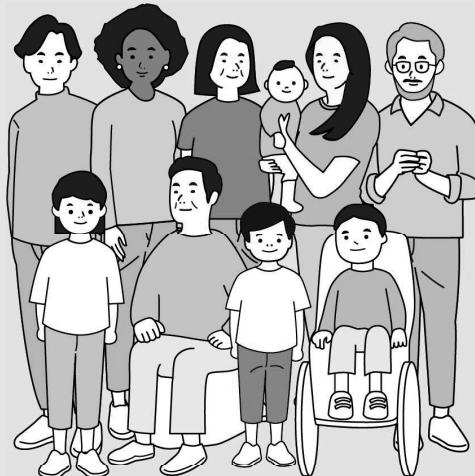
まずは、孤独・孤立について正しく「知ること」で、
孤独・孤立の問題を偏見なく「自分ごと」として捉えていくことが大切です。



2

「つながりサポーター養成講座」とは？

孤独・孤立に関する知識を学び、
みんなで孤独・孤立について考える場所が「つながりサポーター養成講座」です。
ここにいる皆さん同士のつながりも大切にしながら、
「誰もが困ったときに気軽に声を上げられる・かけられる社会」の実現に向けて、
一緒に踏み出していきましょう。



3

孤独・孤立とは？ ～孤独・孤立の何が問題か～

孤独・孤立とはどのような状態なのか？
なぜ、孤独・孤立は問題視されているのか？
社会的な背景や具体例を交えながら見ていきます。

ポイント

- つながりが薄くなっている「社会構造上」孤独・孤立状態が生まれやすくなっている現状があり、「自己責任」ではない
- 孤独・孤立の問題は「一人でいること」ではなく、悩みや困りごとが生じた際に一人で抱え込んでしまい、複雑化・深刻化すること

4

孤独・孤立とはどのような状態？

孤独・孤立とは、一般的には以下のように言われています。

「孤独」 主観的概念であり、ひとりぼっちと感じる精神的な状態を指し、寂しいこと
という感情を含めて用いられることがある

「孤立」 客観的概念であり、社会とのつながりや助けのない又は少ない状態を指す

孤独と孤立は密接に結びついてますが、

孤立しているが孤独は感じていない

孤立していないが孤独を感じている

ということもあります。

大事な点は、一人でいても、つながっても良いということ。

「一人でいること」自体が問題ではなく、悩みや困りごとが生じた際に一人で抱え込んでしまうことで、複雑化・深刻化するのが問題であるということです。

日常にある「つながり」

「気の合う人がいる」「一緒に趣味に熱中できる友人がいる」「自分の活動を影ながら応援してくれる人がいる」
私たちは日々の生活の中で、意識せずともさまざまな人とつながっています。

このような日常のつながりによって、悩みや困りごとが複雑化・深刻化することを予防できるかもしれません。

(例) 日常にあるつながり

毎日仕事が忙しいけれど、
雑談できる人がいる



地域の公園で毎週、
仲間たちとグラウンド・ゴルフ
を楽しむ



家に帰ったら「おかえり」と
言ってくれる人がいる



共通の趣味を持った人が
集まるオンラインコミュニティに
参加していて、好きなことについて話せる人がいる



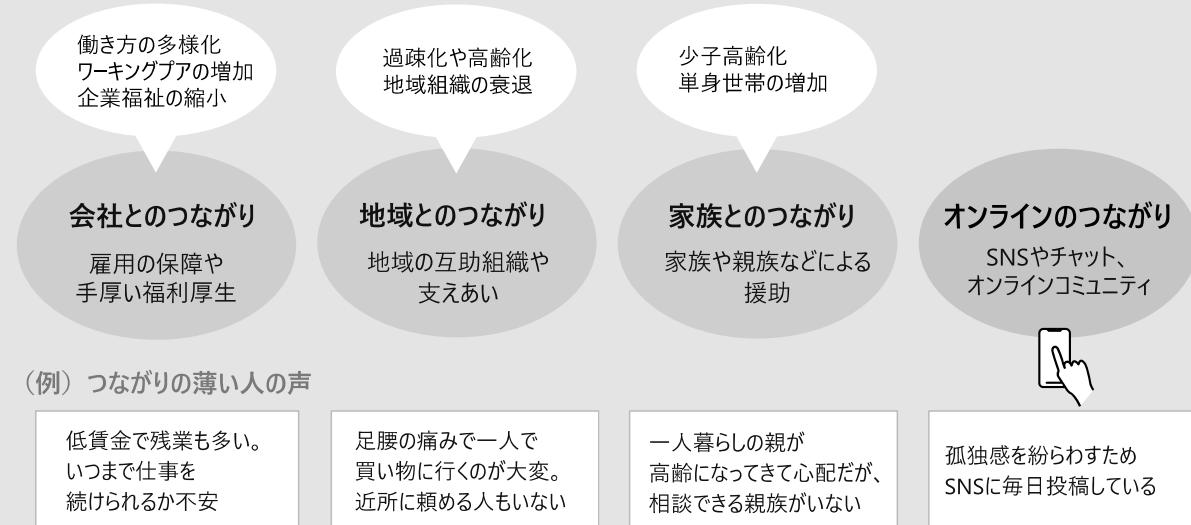
孤独・孤立とは？ 孤独・孤立の何が問題か

孤独・孤立に陥りやすい「つながりの薄い」社会

近年の社会環境の変化により、家族や地域、会社などとのつながりが薄くなり、誰もが孤独・孤立に陥りやすい状況になっています。

この状況は、社会の変化によって生じており、個人の責任（自己責任）ではありません。

さらに、ソーシャルメディアを使って多くの人とオンラインでつながっていても、孤独・孤立状態にある場合もあります。



孤独・孤立とは？ 孤独・孤立の何が問題か

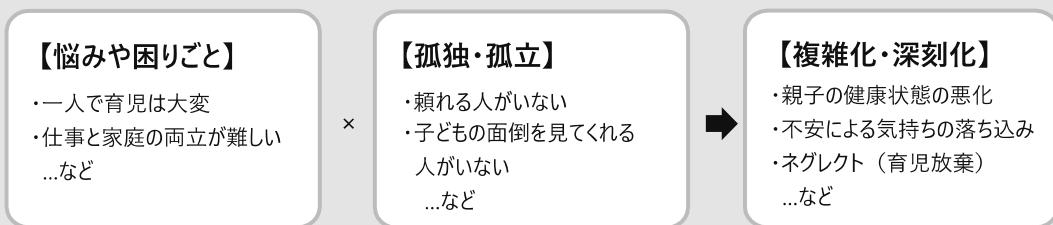
つながりの薄い社会では一人で声を上げづらい

つながりが薄い社会では悩みや困りごとが生じた際、一人で声を上げづらく、抱えこんでしまうことがあります。

一人で声を上げづらい状況の例



悩みや困りごとが複雑化・深刻化する例：子育て



8

「孤独・孤立の何が問題か」

ポイント

- つながりが薄くなっている「社会構造上」孤独・孤立状態が生まれやすくなっている現状があり、「自己責任」ではない
- 孤独・孤立の問題は「一人でいること」ではなく、悩みや困りごとが生じた際に一人で抱え込んでしまい、複雑化・深刻化すること

9

孤独・孤立とは？ ～つながりを考えてみよう～

あなたの日々の「つながり」は？
いくつかの質問に答えながら、
周囲とのつながりについて考えてみましょう。

10

つながりを考えてみよう

問1

あなたは、自分には人とのつきあいがないと感じることがありますか。

1. 決してない 2.ほとんどない 3.時々ある 4.常にある

問2

あなたは、自分は取り残されていると感じることがありますか。

1. 決してない 2.ほとんどない 3.時々ある 4.常にある

問3

あなたは、自分は他の人たちから孤立していると感じることがありますか。

1. 決してない 2.ほとんどない 3.時々ある 4.常にある

丸をつけた数値の合計点を計算してください。

点

11

つながりを考えてみよう

家族や友人たちとのコミュニケーション頻度についてお尋ねします。あなたと同居していない家族や友人たちと直接会って話す頻度は、次のうちどれがあてはまりますか？
○をしてください。

問4

週4～5回以上	週2～3回程度	週1回程度	2週間に1回程度	月1回程度	月1回未満	全くない

12

孤独・孤立とは？

～調査結果からわかること～

回答いただいた質問4つは、実は令和5年に行われた全国調査
「人々のつながりに関する基礎調査（内閣官房 孤独・孤立対策担当室）」
の質問内容と同じものになっています。
その調査結果に関して、いくつかポイントをご紹介します。

ポイント

- つながりが薄い社会では、孤独・孤立の問題は誰にでも起こりうる
- 支援の受け方がわからなかったり、必要でないと考えているために、支援を受けていない孤独・孤立状態の人がいる
- 相談できる人が身近にいること自体が、孤独感を和らげることにつながる

13

孤独・孤立とは？ 調査結果からわかること

↓調査結果の詳細は↓

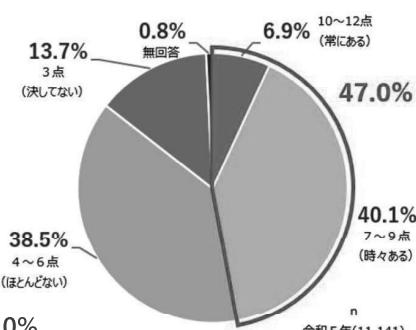


約4～5割の人が孤独を感じている

問1～3

- ①あなたは、自分には人とのつきあいがないと感じことがありますか。
②あなたは、自分は取り残されていると感じことがありますか。
③あなたは、自分は他の人たちから孤立していると感じことがありますか。

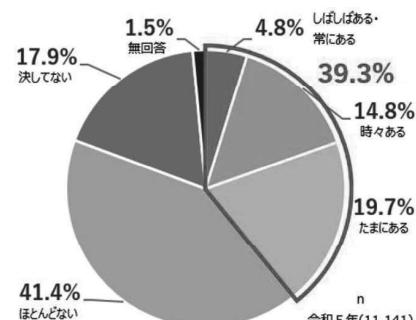
1. 決してない 3. 時々ある
2. ほとんどない 4. 常にある



・孤独感が「10～12点（常にある）」「7～9点（時々ある）」の人が47.0%

あなたはどの程度、孤独であると感じことがありますか。

1. 決してない 4. 時々ある
2. ほとんどない 5. しばしばある・常にある
3. たまにある



※問1～3は「UCLA 孤独感尺度」に基づく質問であり、3つの設問への回答点数化し、その合計スコア（本調査では最低点3点～最高点12点）が高いほど孤独感が高いと評価している。
「孤独」という言葉を使用せずに孤独感を把握することから、この調査では「間接質問」と呼称する。これに対し、孤独感を直接的に把握している質問を「直接質問」と呼称する。

14

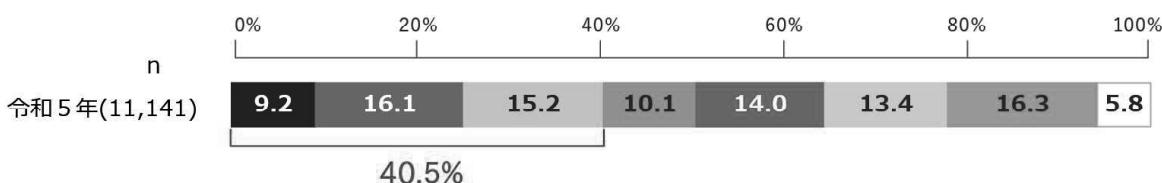


同居していない家族や友人との会話は、「全くない」が約1割、「月に1回程度以下」が約4割

問4

同居していない家族や友人たちと直接会って話す頻度は？

■ 全くない ■ 月1回未満 ■ 月1回程度 ■ 2週間に1回程度 ■ 週1回程度 ■ 週2~3回程度 ■ 週4~5回以上 □ 無回答



- ・「直接会って話すことが全くない」人が約1割
- ・「月に1回程度以下（※）」の人が約4割

※「全くない・月1回未満・月1回程度」と回答した人を「月に1回程度以下の人」としています

15



調査結果のポイント

各ポイントの詳しいデータはp34～

- ① 孤独感に影響を与える出来事はライフステージのあらゆる場面で起こりうる**
「家族との死別」「心身の重大なトラブル（病気・怪我等）」「転校・転職・離職・退職（失業を除く）」など
- ② 相談相手がないと、孤独感を抱える割合が高い**
不安や悩みの相談相手が「いない」場合、「いる」と比べて、孤独感を常に抱えている人が約5～6倍多い
- ③ 支援を受けていない理由、「受け方がわからない」「必要でない」がそれぞれ約4割**
「必要でない」と回答した人の中には、ひとりで抱え込んでしまう人も多いだろうということが推測される
- ④ 約7割の人が「相談することで楽になる」と回答**
- ⑤ 不安や悩みの相談相手は「家族」が約9割、「友人・知人」が約6割**

16

「調査結果からわかること」

ポイント

- つながりが薄い社会では、孤独・孤立の問題は誰にでも起こりうる
- 支援の受け方がわからなかったり、必要でないと考えているために、
支援を受けていない孤独・孤立状態の人がいる
- 相談できる人が身近にいること自体が、孤独感を和らげることにつながる

17

困ったときどうする？

ここまで「孤独・孤立とは？」というお話をしました。
では、自分や周囲の人が孤独・孤立状態に陥り、
悩みや困りごとを抱えたときには、どうしたらいいのでしょうか。
個人ワークを通して考えてみましょう。

ポイント

- 自分が困ったときの備えとして、ふだんから「誰に相談できるか」を考えておくこと、
「どのような相談窓口があるのか」を把握しておくことが重要
- 周囲の人の悩みや困りごとには、「気にかける」「相談窓口につなぐ」など、
できる範囲で無理なくサポートすることが大切

18

困ったときどうする？

自分が困ったときはどうする？

以下の悩みや困りごとを抱えたとしたら、あなたはどうしますか？

問1

職場（地域）の集まりで嫌なことがあった。明日から行くのが気まずい。どうしよう？

問2

認知症の親の介護が大変で仕事ができない。どうしよう？

問3

失業して収入もなくなってしまった。貯金も尽きてしまう。どうしよう？

19

困ったときどうする？

相談窓口リストはp27へ

自分が困ったときはどうする？

「約7割の人が『相談することで楽になる』と答えた」という調査結果を紹介しましたが、「誰に相談したらいいかわからない」と思われた方も少なくないのではないでしょうか。

内容によっては「心配をかけたくないから相談しにくい」と感じた方もいらっしゃったかもしれません。身近な人に相談しにくい場合には、自治体などの相談窓口を活用することも大事です。

いざ自分が困ったときには、冷静に物事を考えられないことが多いです。
どうしたらいいか途方に暮れてしまうこともあるでしょう。

だからこそ、ふだんからの備えとして「誰に相談できるか」を考えておくこと、「どのような相談窓口があるのか」を把握しておくことが大切です。

また、日頃からいろんな人とつながっておくことも重要です。
近所のカフェに行く、商店街の催しに参加するなど、
日常的なつながりを意識して作ってみるのもできることの一つです。



20

困ったときどうする？

周囲の人の悩みや困りごとには？

冒頭でお話したように「つながりセンター」は、なにか「特別なことをする人」

「しなければならない人」ではありません。

身の回りの人に関心をもち、できる範囲で困っている人をサポートすることが大切です。

たとえば、「相手のことを少し気にかける」「親身になって話を聞く」といった日常的な行動です。

こうした日常のつながりが、周囲の人の孤独感・孤立感を和らげ、

悩みや困りごとが複雑化・深刻化するのを防ぐことにつながるかもしれません。

一方で、自分自身が辛くなってしまわないように、無理なくサポートするという意識も大切です。

相手の悩みや困りごとを自分で抱え込んで解決しようとせず、相談窓口を頼りましょう。

悩みや困りごとが複雑化・深刻化する例：子育て

【悩みや困りごと】

- ・一人で育児は大変
- ・仕事と家庭の両立が難しい
...など

【孤独・孤立】

- ・頼れる人がいない
- ・子どもの面倒を見てくれる
人がいない
...など

【複雑化・深刻化】

- ・親子の健康状態の悪化
- ・不安による気持ちの落ち込み
- ・ネグレクト（育児放棄）
...など

21

困ったときどうする？

具体的なスキルを学ぶ講座一覧はp33へ

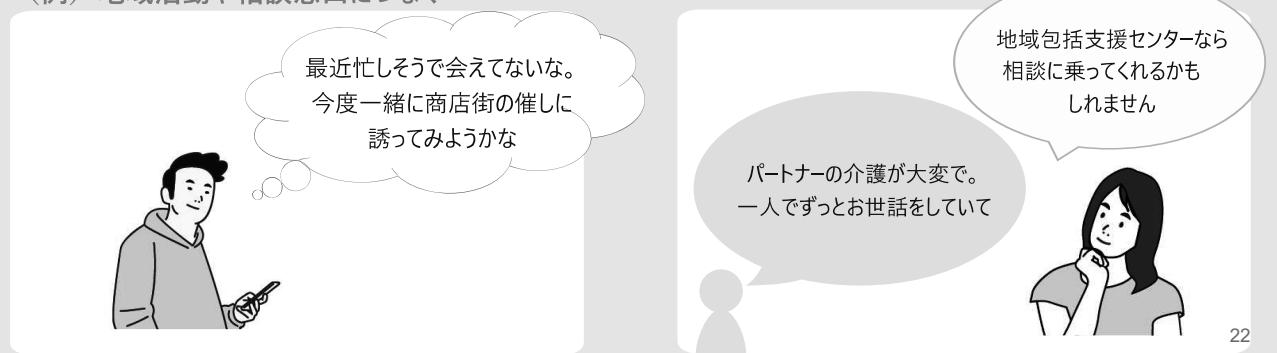
周囲の人の困りごとには？

（例）気にかける



最近連絡ないなあ...
久しぶりに「最近何してる？」って送ってみようかな

（例）地域活動や相談窓口につなぐ



22

困ったときどうする？

「困ったときどうする？」

ポイント

- 自分が困ったときの備えとして、ふだんから「誰に相談できるか」を考えておくこと、「どのような相談窓口があるのか」を把握しておくことが重要
- 周囲の人の悩みや困りごとには、「気にかける」「相談窓口につなぐ」など、できる範囲で無理なくサポートすることが大切

23

相談窓口を知ろう

自分や周囲の人が、孤独・孤立状態で悩みや困りごとを抱えたとき。

あなたの周りには、その悩みや困りごとに応える

さまざまな相談窓口があります。

ここからは、どのような相談窓口があるのか把握していきましょう。



24

相談窓口を知ろう

相談窓口リストはp27へ

地域の相談窓口は？

あなたの住んでいる地域の相談窓口について考えてみましょう。

以下の悩みや困りごとを抱えた際、どのような相談窓口が思い浮かびますか？

▼住まいがなくなった

▼借金のことで困っている

▼子育てで悩んでいる

▼親の介護について相談したい

▼つらい、死にたい、消えてしまいたい

25

相談窓口を知ろう

相談窓口を知ることから始めよう

いくつの相談窓口が思いつきましたか？

まずは、地域の相談窓口を知ることから始めていきましょう。

自分や周囲の人が悩みや困りごとを抱えたとき、頼れる先を
知っていること自体が不安感の解消につながったり、
悩みや困りごとの深刻化を防ぐことにもつながります。

次のページから相談窓口を紹介しています。

自分で抱え込まず、適切な窓口を活用してみてください。

相談窓口リストはp27へ



26

相談窓口を知ろう

全国で利用できる相談窓口・支援制度は？

全国で利用できる相談窓口・支援制度にはどのようなものがあるか、把握しておきましょう。



悩みや困りごとを抱える人にこのような相談窓口や支援制度を紹介して、頼るよう促したり、一緒に窓口に行ったりすることも、サポーターにできることの一つです。

27

地域活動を知ろう



地域ではどのような活動が行われているのでしょうか。
主な地域活動をご紹介します。

28

相談窓口を知ろう

相談窓口リスト

仙台市では、つながりサポーターの活動に伴う様々な社会資源や支援に関する相談先として以下のような窓口等があります。

【様々な相談窓口】

市のホームページに、孤独・孤立対策に関する相談窓口（こころの悩み、性の多様性など）を掲載しています。身近にお困りの人がいましたら、是非ご案内下さい。



【つなぎ先や関わり方に迷う場合の相談窓口】

つながりサポーターとして、お困りの方に「どんな言葉をかけたらいいか」、「どんな相談窓口につなげばいいか」対応に迷った場合など、お気軽にご相談ください。

▼コミュニティソーシャルワーカー（仙台市社会福祉協議会）

「コミュニティソーシャルワーカー」（略称：CSW）は、仙台市社会福祉協議会の各区・支部事務所に配置されています。
どこに相談していいかわからないときや地域資源についての情報を得たいときなどにご相談できます。



▼NPO法人 全国コミュニティライフサポートセンター

身近にいる人をサポートする際の助言や、東北福祉大学の目の前にある「国見・千代田のより処 ひなたぼっこ」にて緩やかな居場所（カフェスペース）を提供しています。



29

最後に

改めて、大事なことは孤独や孤立は必ずしも「悪いことではない」ということです。

何かに没頭したいとき、ゆっくり自分を見つめなおしたいときには、よき相棒として、あなたに充実した時間をもたらしてくれることでしょう。

ですが、生きる過程で悩みや困りごとが生じ、誰かに相談したいのに、自分の気持ちを受け止めてくれる人が見つからなかったとき、孤独や孤立があなたを苦しめることがあるかもしれません。

そのようなときに大切なのは、利害は関係なく「あなたのことを考えてくれる人」や「安心できる場所」に少しでも早くつながることです。

仙台市では、本養成講座の他、民間団体等との連携・協働により、孤独・孤立対策の取り組みとして、シンポジウムを開催し、孤独・孤立対策に関する啓発を始めています。

こうした取り組みを進めていくことで、誰もが困ったときに気軽に声を上げられる・かけられる社会、相互に支え合い人と人との「つながり」が生まれる社会に近づいていくと考えています。

そんな社会の実現に向けて、本養成講座にご参加いただいた皆さまのご意見も頂きながら、これから一緒に歩んでいけると嬉しいです。

30

参考資料

31

各分野の実践的な養成講座

孤独・孤立の問題に関わる実践的な養成講座には、例えば以下のようなものがあります。

認知症サポーター養成講座

講師役である「キャラバン・メイト」が、地域や職域団体等を対象に、認知症の知識や、つきあい方について講義を行う



あいサポート運動（あいサポート研修）

障がいの特性や必要な配慮などを理解して、障がいのある方を手助けする「あいサポート」を養成する



精神・発達障害者しごとサポーター養成講座

精神・発達障害についての知識と理解を持って、精神・発達障害者を温かく見守り、支援する応援者を育成する



心のサポーター養成研修

知識と理解に基づき、家族や同僚など身近な人に対して、傾聴を中心とした支援を行う「心のサポーター」を養成する



ゲートキーパー養成講座

地域や職場、教育の現場でメンタルヘルスを学び、自殺のサインに気づき、見守り、専門の相談機関につなぐ役割を担う「ゲートキーパー」を養成する



ひきこもりサポーター養成講座

ひきこもりの状態にある方及びその家族に対し社会参加に向けて継続的に関わりをもち、ともに活動したり、適切な支援先につないだり、ひきこもりに対する理解促進を深める活動を行う「ひきこもりサポーター」を養成する

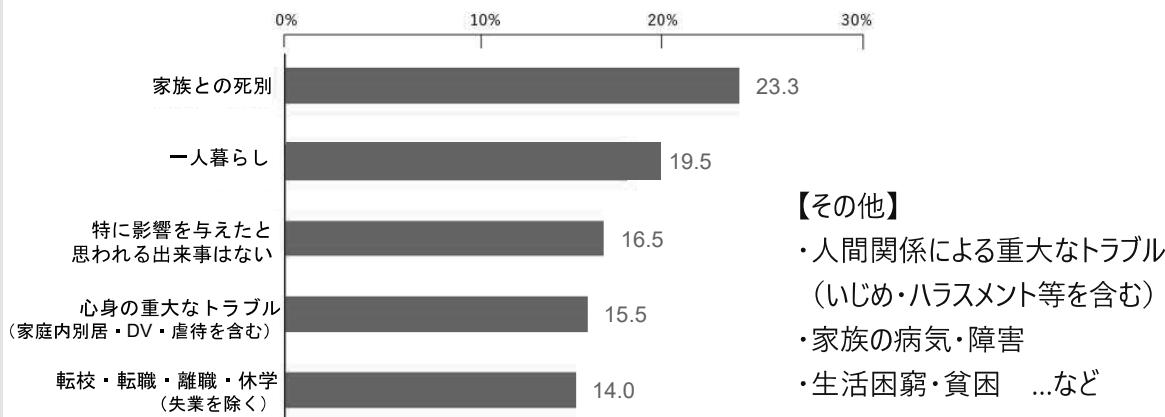
32



調査結果のポイント①

孤独感に影響を与える出来事はライフステージのあらゆる場面で起こりうる

現在の孤独感に影響を与えたと思う出来事（複数回答）



※本グラフは孤独感が「しばしばある・常にある」、「時々ある」又は「たまにある」と回答した人の「現在の孤独感に影響を与えたと思う出来事」から上位5つを抜き出して編集しています

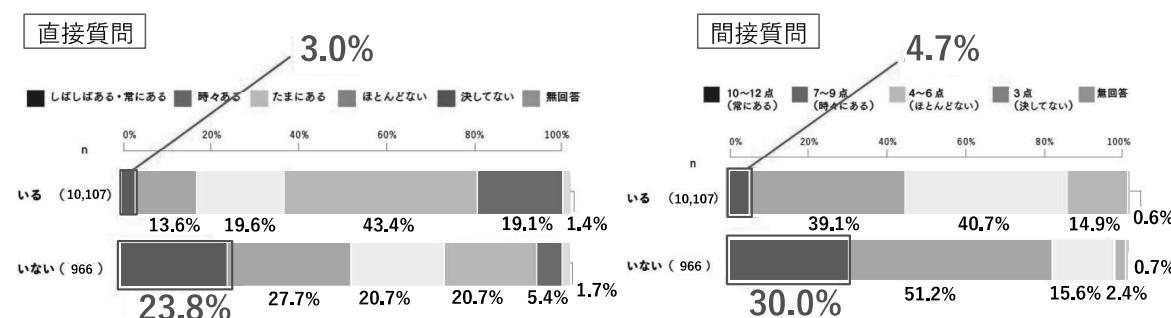
33



調査結果のポイント②

相談相手がないと、孤独感を抱える割合が高い

不安や悩みの相談相手がいる人、いない人の孤独感は？



- いる人 「しばしばある・常にある」が 3.0%
- いない人 「しばしばある・常にある」が 23.8%

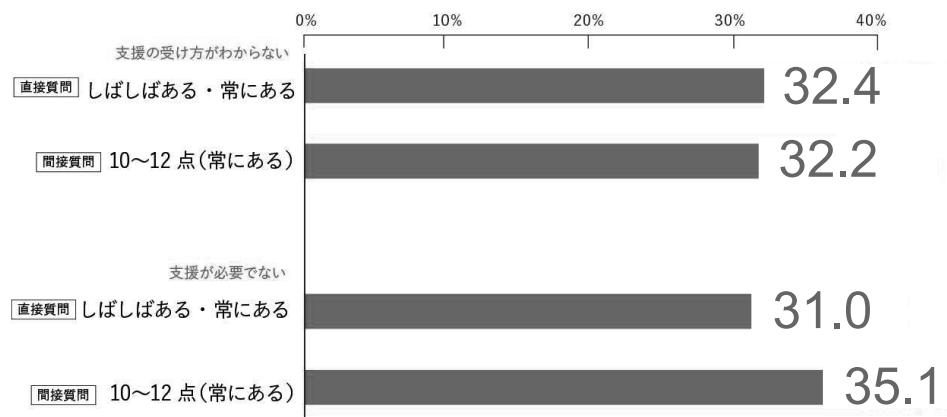
- いる人 「常にある」が 4.7%
- いない人 「常にある」が 30.0%

34



調査結果のポイント③

支援を受けていない理由、「受け方がわからない」「必要でない」がそれぞれ約4割



- ・孤独感が「しばしばある・常にある」人の約4割が「支援の受け方がわからない」と回答
 - ・孤独感が「しばしばある・常にある」人でも、約4割が「支援が必要ではないため」と回答
その中には、ひとりで抱え込んでしまう人も多いだろうということが推測される

※本グラフは「行政機関やNPO等の民間団体からの支援を『受けていない』人の理由」から「受け方がわからないため」「支援が必要でないため」という理由を抜き出して編集しています。

35



調査結果のポイント④

約7割の人が「相談することで楽になる」

不安や悩みを相談することへの感情は？（複数回答）

		n	相談することで解決する相談する相手に連絡を取ることや、不安や悩みを説明するの相談することが恥ずかしい	相談することで解決しない相談する相手の負担になる	相談しても解決しない	その他	無回答			
	全体	11,141	57.5	72.3	7.8	5.6	10.6	9.9	2.7	1.2
直接質問	しばしばある・常にある	533	24.6	43.0	21.0	14.1	31.5	42.4	6.9	0.9
	時々ある	1,649	40.8	67.0	12.7	10.2	18.6	18.1	2.9	1.0
	たまにある	2,192	50.8	75.5	9.9	7.7	13.6	11.1	2.9	1.2
	ほとんどない	4,612	63.5	77.0	5.3	3.5	6.9	5.6	2.2	1.0
	決してない	1,990	74.6	71.3	3.8	2.2	3.7	3.5	2.3	0.9
間接質問	10～12点（常にある）	769	25.0	47.5	19.5	14.8	29.9	36.9	6.0	1.0
	7～9点（時々ある）	4,464	48.6	72.5	10.9	8.2	14.8	13.2	2.5	1.0
	4～6点（ほとんどない）	4,294	66.0	76.6	4.4	2.7	5.3	4.4	2.6	1.0
	3点（決していない）	1,530	77.3	73.1	2.6	1.6	3.4	2.4	1.9	0.7

「相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる」と答えた人が約7割

36



調査結果のポイント⑤

相談相手は「家族」が約9割、「友人・知人」が約6割

不安や悩みの相談相手の種類は？（複数回答）

	n	家族・親族	友人・知人	自治会・町内会・近所の人	仕事・学校関係者 (職場の同僚・学校の先生等)	行政機関 (国や自治体)	NPO等の民間団体・ ボランティア団体	社会福祉協議会	病院・診療所の医師	その他	無回答
全体	10,107	93.5	59.6	6.2	18.6	4.0	1.0	2.5	14.6	2.2	0.1

「家族・親族」と答えた人が約9割と最も多く、「友人・知人」(約6割)、「仕事・学校関係者（職場の同僚・学校の先生等）」(約2割)と続く

※本グラフは「不安や悩みの相談相手の種類」の回答から全体の回答結果を抜き出して編集しています

パネルディスカッション

「居場所の多様なあり方について」

パネリスト

向陽台地区社会福祉協議会 会長 藤森 弘一 氏

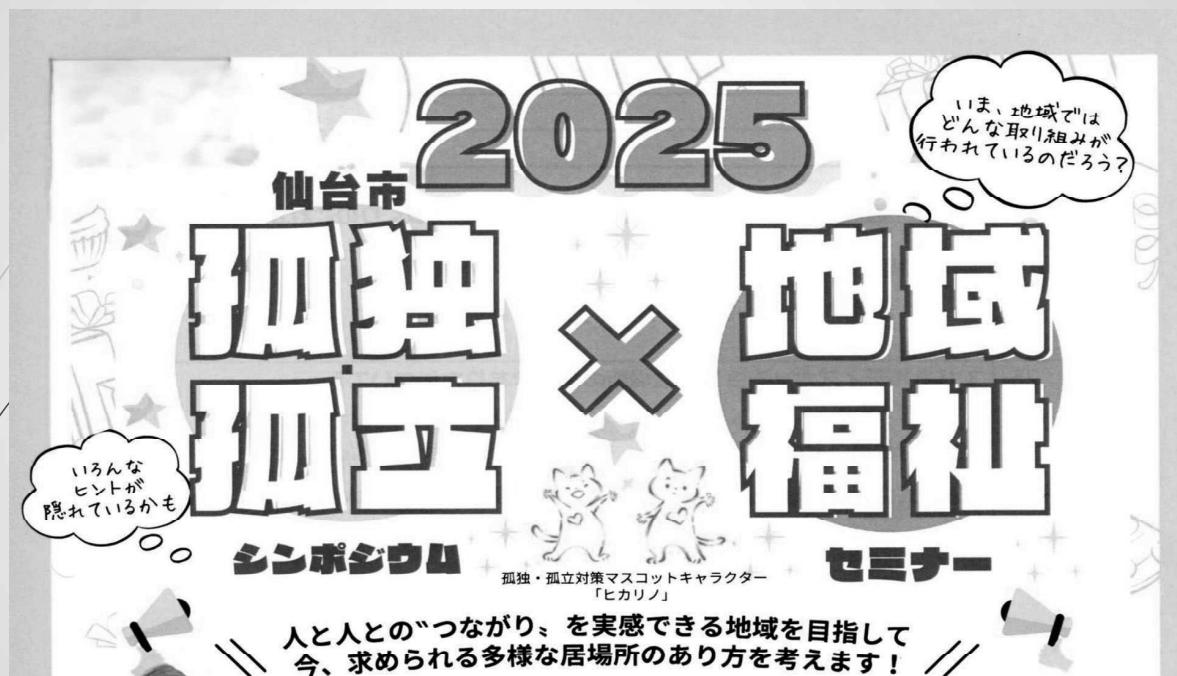
株式会社 未来企画 代表取締役 福井 大輔 氏

社会福祉法人 ポッケの森 法人事務局長 星野 幸 氏

コーディネーター

特定非営利活動法人 日本 NPO センター

事務局長 吉田 建治 氏



青空サロン

「きょうよう」 「きょういく」

「きょううちょきん」 の場

向陽台地区社会福祉協議会 藤森 弘一



エリアプロフィール

エリア内町内会数 5町内会

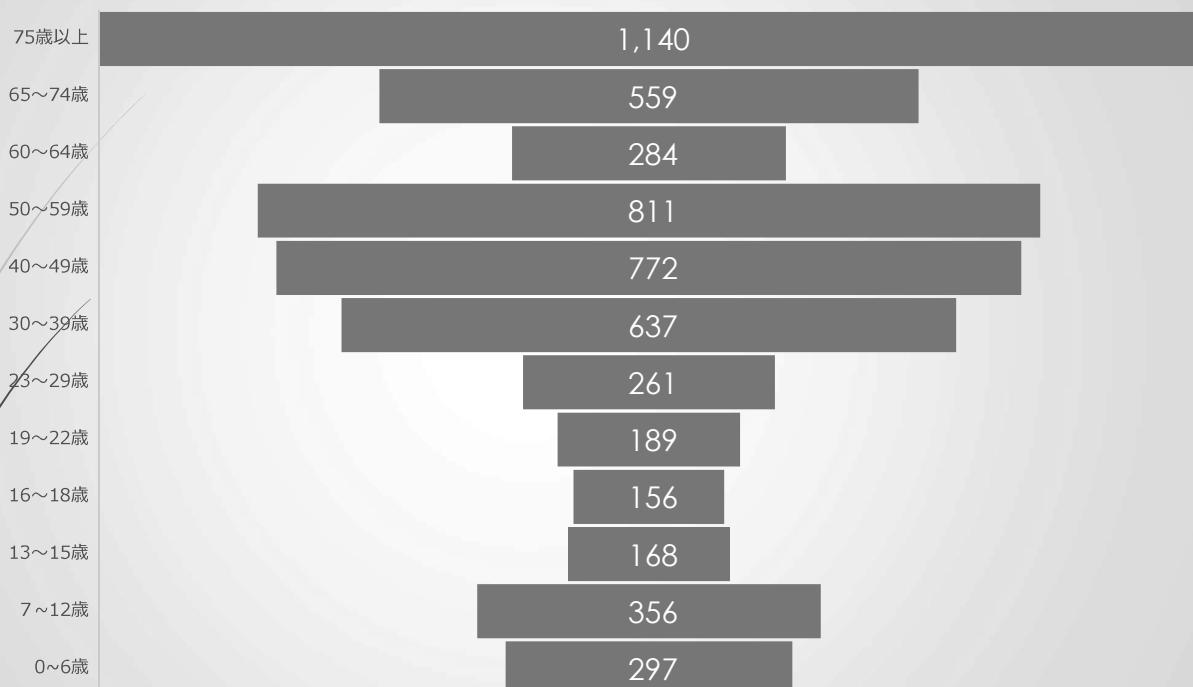
エリア内世帯数 2,552世帯 (R7.4.1現在 仙台市統計)

同人口 6,630人 (女性2,950人 男性2,680人)

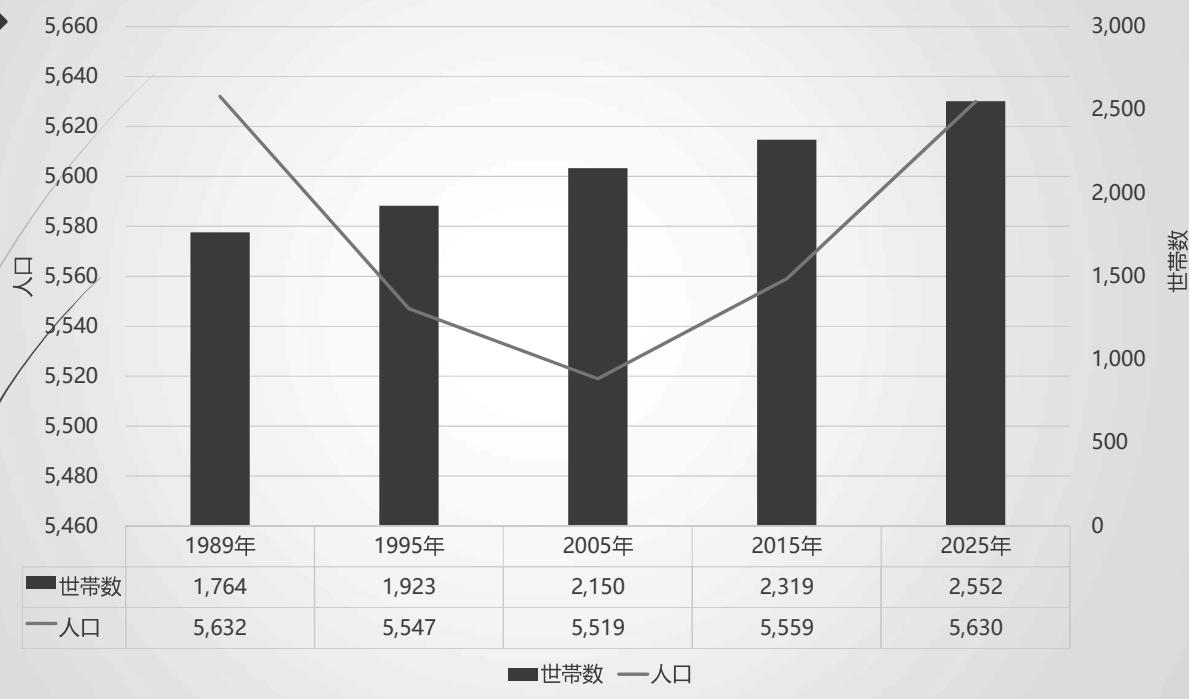
65歳人口 1,699人 (25.6%)

75歳人口 1,140人 (17.2%)

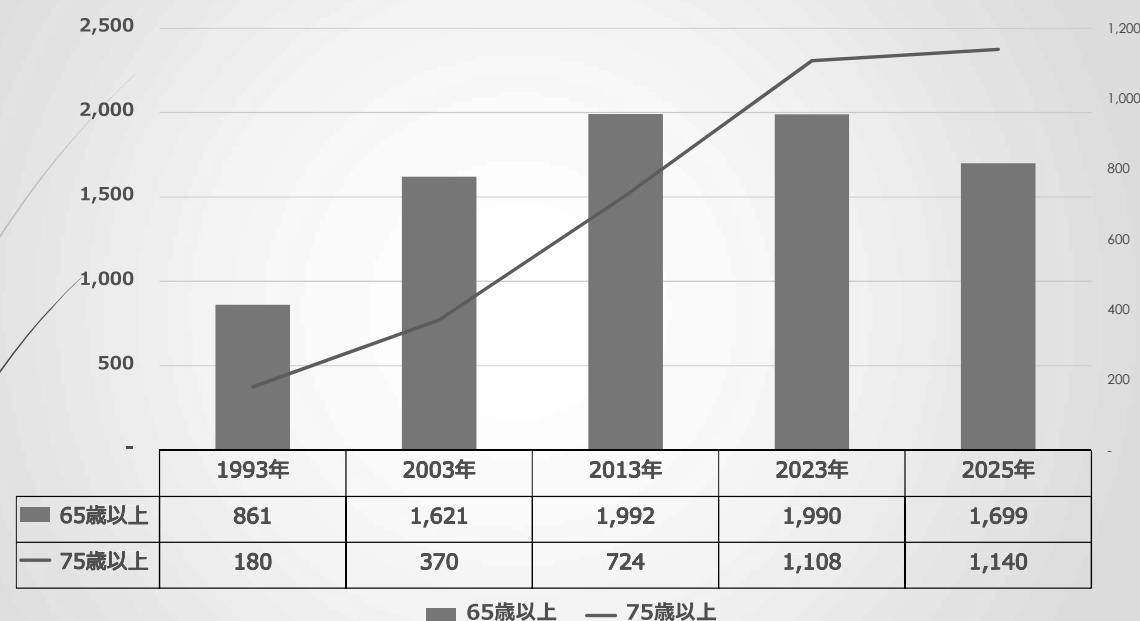
年代別ロートグラフ(R7.4.1現在)



世帯数&人口推移 R7.4.1現在



高齢者人口推移R7.4.1現在



向陽台地区社会福協議会プロフィール

設立 1993年 1月

組織 エリア内各種団体及び町内会選出者にて構成

会議 定期総会

理事会 構成メンバー 各町内会会長 連合町内会福祉部 学区体振代表
 (18名) 防犯協会代表 交通安全協会代表 子ども会育成会代表
 老人クラブ代表 コミュニティ推進協議会代表
 地域包括支援センター 地域福祉団体代表
 民生児童委員代表 福祉委員代表

運営委員会 定例開催 毎月第1水曜日

構成メンバー 会長 副会長 各部副委員長(企画・広報)
 (12名) 地域福祉活動推進員 地域包括支援センター所長
 各町内会福祉委員代表 福祉ボランティア代表

部会(企画・広報) 毎月定期的に開催 メンバー 福祉委員を中心に

福祉委員 35名 (各町内より選出) **福祉協力員**

向陽台地区社協スローガン **安心して暮らせる街**

少子高齢化 核家族化 高齢者世帯の増加 価値観の多様化



地域住民のつながり 地域に対する関心



希薄化

地域・個人・世帯 ⇒ 問題の多様化

公的支援サービスでは解決できない課題



地域の関わり 大



つながる・支えあえる・助け合える 仕組みつくり



青空サロン

毎週水曜日 午前10時30分～正午



きっかけ 1

活動場所の確保 ⇒ 通い処湧々庵向陽台 (地域密着型通所介護施設)

↓

活動場所の拡大
↓
いっぷく処 (H27年1月17日スタート)
毎月第1・第3土曜日開催
午前9時から正午まで
元集会所跡地を借用 (区役所)

活動内容

⇒ 通常のサロン活動
男性陣を意識した畳つくり
子ども会と連携した花壇作り



きっかけ 2

向陽台地域包括支援センター

地域住民対象の介護保険制度の改正研修会に参加



介護は、個人や家族の問題ではなく、社会全体で担うもの

介護予防から地域づくり

「縁あって向陽台に住み、最後まで住み慣れた地域で暮らしたい



向陽台ネットワーク会議の開催



福祉にとらわれない「街づくり」

きっかけ 3

ささえ愛の会 発足(平成29年1月16日) 有償ボランティア

アンケートによる地域ニーズの把握と人材発掘



「支える人も、支えられる人も、自分自身のため、そして地域の一員として、一緒に行動し、地域社会とともに生活する

草取り 庭木の手入れ 買物支援 家具片付け ゴミ出し 等

R6実績 支援件数 101件 支援日数 262日 支援人数延345人

収入 182,300円

利用料 1回 1時間 600円



きっかけ 4

移動販売車「クルリン号」導入 平成29年7月5日（水）より
毎週水曜日 午前11時～正午

見て・選んで・注文して ⇒ 買物支援

元集会所跡地を利用して

人が集まる 会話が増える 貯筋ができる





だから「青空サロン」

きっかけ 1 + 2 + 3 + 4 = 集いの場の誕生
集いの場のツールとして「いっぷく菜園（畠）」

お茶のみ・情報交換・新鮮野菜の収穫 収穫野菜の活用
ちょっとした地域の集会所
スタッフが楽しいサロン



人とカネの話

ヒト

参加者もスタッフ
通りがかりの人もスタッフ
各種団体の方もスタッフ

カネ

参加費 100円 (いっぷく処)
寄付金
農園収穫物販売
仙台市・仙台市社協補助金
連合町内会・各町内会活動助成



これからの青空サロン展開

青空サロンの代表的ツールの消滅

R8年度 いっぷく菜園地に待望の集会所が建設される

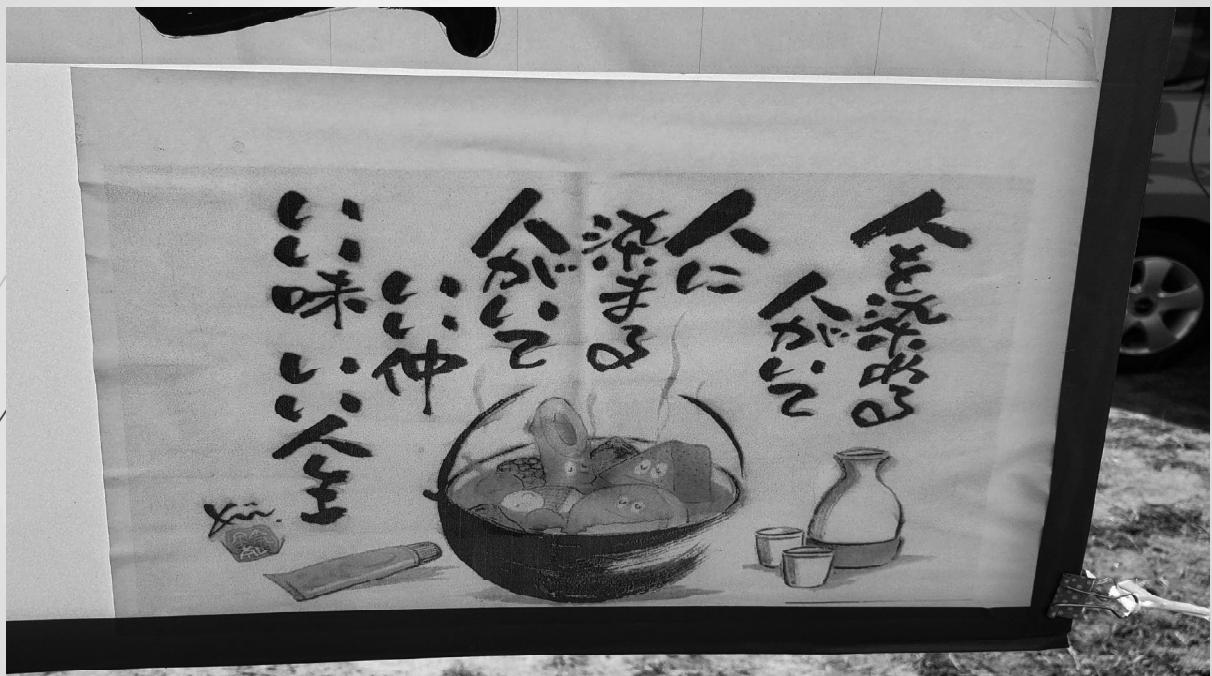


菜園の移転（高齢世帯宅・一人暮世帯宅）

公園と集会所を一体化したオープンガーデンサロン

来てもらう「青空サロン」から出向くサロン





ありがとうございました。

是非 遊びにおいでください!

お待ちしております

スタッフ一同



福祉からの地域づくり～調和の取れた地域を目指す～



MIRAI KIKAKU

福井 大輔

会社概要



MIRAI KIKAKU

株式会社未来企画

設立 2011年8月

代表取締役 福井 大輔

職員数 150名（全役職員）



仙台「四方よし」企業大賞

Sendai "Shiroyoshi" Corporate Award

＜事業内容＞

- ・ ライフデザイン事業
小規模多機能型居宅介護
居宅介護支援事業所
訪問介護
介護付きホーム
- ・ ソーシャルサポート事業
就労継続支援B型事業
放課後等デイサービス
児童発達支援事業
居宅介護・重度訪問介護・移動支援
共生型生活介護・共生型短期入所
- ・ 幼児教育事業
企業主導型保育園
biima sports (パートナー事業)
- ・ コミュニティレストラン事業
あんだんち食堂・イキアタリバッタリ
給食受託
配食（高齢者等食の自立支援事業）
- ・ アドバイザリー事業

VISION

私たちが目指す未来の姿です。将来的に会社がどんな存在でありたいのか、その方向性を示しています。



ヒトモノコトが繋がる 心豊かなコミュニティ

私たちの目的は、地域社会と深く関わり合いながら、人々の生活を支えることです。福祉サービスを通じて、人々が安心して暮らせる環境を提供し、地域の一員として共に成長し、笑顔が広がるコミュニティを目指しています。



福祉の課題

「福祉」って自分ごとの人の方が少ない
いかに地域の方が気軽に入れる動線があるか？



空いている場所・人を地域の方に使ってもらう

社会的処方とは

「社会的処方」とは「薬を処方することで、患者さんの問題を解決するのではなく『地域とのつながり』を処方することで、問題を解決するというもの」。

例えば、うつ病を抱えている患者さんを地域の趣味のサークル活動とつなぐなど、心身の不調を治療する際に薬で対処するのではなく、地域資源を通して生活環境を変えて困りごとを解決するのが「社会的処方」のアプローチ。すでにイギリスなどで取り組みが導入されて一定の効果があがっており、2020年6月のNHKの報道によれば、厚生労働省が、この取り組みを医療費の抑制にもつながるということで推進していくと発表されている。



荒井まちのわ図書館

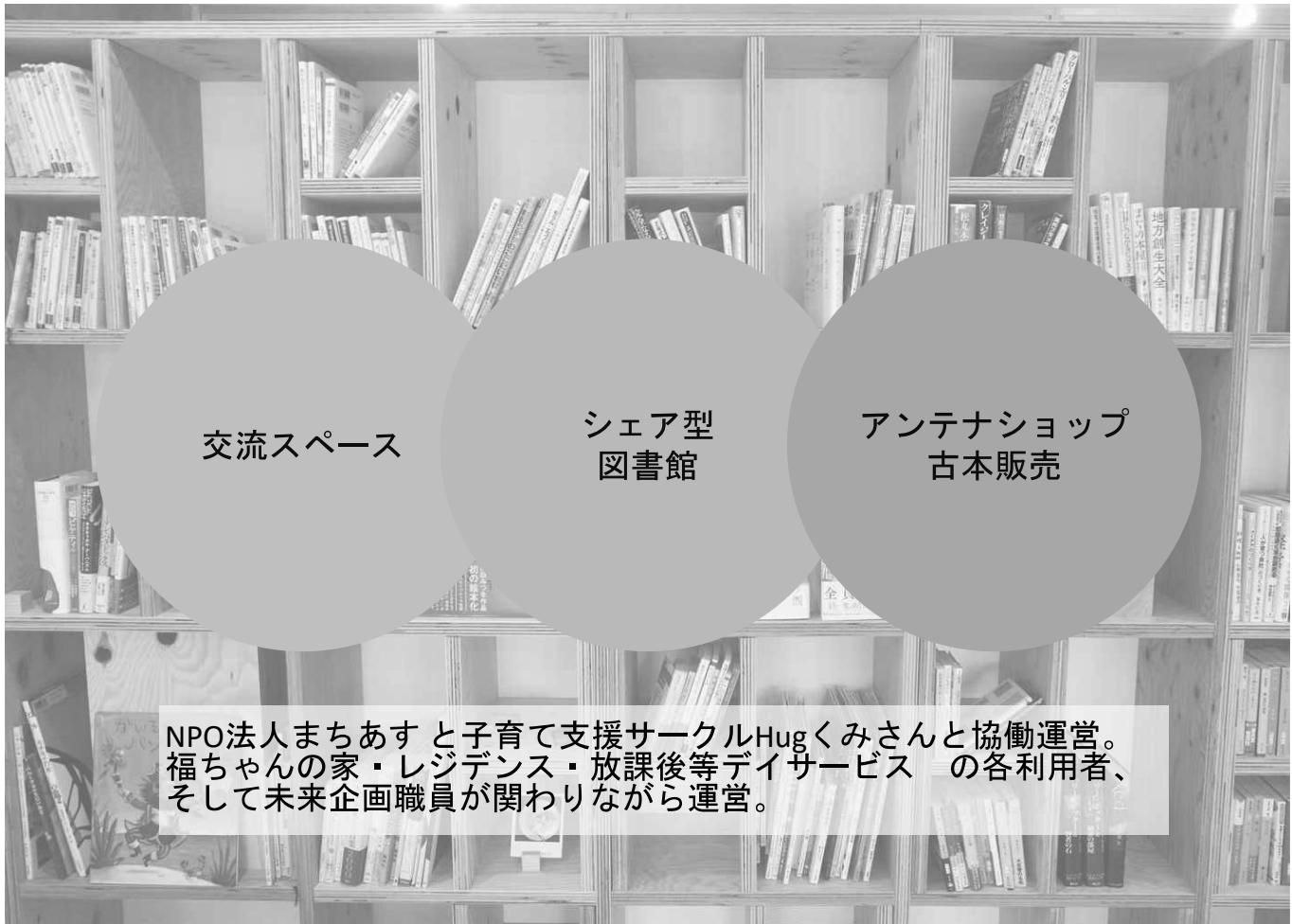
本好きな人も、居場所を探している人も、子育てママさんも

多様な人が集まる本のある場所

「すみません」より

「ありがとう」を合言葉に

ちょっとずつ迷惑をかけあってもいい地域づくりを



福祉はもっと地域に開かれていくべき

未来企画はこの先も、地域の課題と向き合い、
色んな人が交わる空間を作り続けたいと思っています。

私たち、福祉はもっと地域に開かれていくべきだと考えています。

地域に開かれることで、利用者はより豊かな関係性を持って生きられますし、
地域の人々もまた、高齢、障害、介護、医療を、自分事として、
とらえられるようなると思うのです。

そして私たちは、この考え方と世界観を、共感する多くの人々とともに、
色々な地域でも広めていきたいと思っています。

人が、誰かと繋がり、暮らし、生きていく世界を作るために。



第23回 地域福祉セミナー 「居場所の多様なあり方について」

社会福祉法人ぽつけコミュニティネットワーク

ポッケの森 法人事務局長

星野 幸

法人の紹介

経営母体：社会福祉法人ぽつけコミュニティネットワーク

法人の成り立ち

平成11年 青葉区落合にて近所の主婦らが

フリースペース「大きなポッケ」を立ち上げ

平成13年 障害者小規模作業所「弁当」「菓子」製造

平成17年 法人格取得

平成18年 ポッケの森の開設

20XX年7月13日

会議用プレゼンテーション





ポッケの森の紹介

・平成18年4月
知的障害者通所授産施設

・平成23年3月
就労継続支援B型へ移行

・定員 40名

・主に知的障害者 ・平均30代半ば

・みんな元気！

・宮交バスで自力通所＝社会参加

①弁当製造 ②菓子製造

③豆腐製造 ④販売 ⑤レストラン

(太白区人来田)

地域の状況

- ・昭和40年代に開発された新興住宅地。

- 高台に位置する

- ・国道286号線から入口が2か所しかない。

- ・バスの本数も少なく、交通の便は悪い。

- ・地区内にスーパーなどがない、買い物は不便。

- ・坂道が多い

- ・地域の高齢化率 40.02%

(仙台市25.2%)

地域における公益的な取り組み

- ・ピアノでワンツースリー
- ・地域の買い物困難者への課題への対応
- ・食事作りが困難な高齢者に対して配食
- ・地域の一員として町内会への協力
- ・ポッケのお祭りイベントの開催
- ・ピアノコンサート
- ・駐車場の活用
- ・まなびサポートへの協力
- ・宮城大学との取り組み
- ・人来田唄の会
などなど

人来田唄の会…平成20年から続く取り組み

はじまったきっかけ…ある民生委員さんの思い





第1回目 平成20年11月5日（水） 人来田唄の会 誕生

平成
20年
12月1日発行 人来田学区社協だより

歌声サロン「人来田唄の会」誕生

25曲では歌いたりないよ！もっと歌いたかった！

12月はクリスマスソングを歌いたい！

私はローレライを歌いたい！

11月5日誕生し、第一回開催しました。ボランティア・人来田ほのぼの広場が母体の会です。ポッケの森の皆さんと地域の皆さん、そして人来田ほのぼの広場のボランティアの皆さん。ピアノ伴奏 近藤章子さん・宮瀬美代子さんのリードで、童謡・叙事歌・懐かしい歌を連続25曲うたいました！ 歌い続けアット言う間の1時間。会場提供ポッケの森。次回開催は12月10日（水）3時から4時まで 参加費100円 町内・年齢・関係なく誰でも自由に参加できます。歌詞は会で用意しています。手ぶらで参加ください。

編集後記

人来田唄の会 平成21年活動日程のご案内

会場 ポッケの森レストラン

時間 3時～4時

会費 100円 当日会場ご持参ください
お茶・水分補給は各自用意してきてください

◆ どなたでも自由に参加できます。参加をお待ちいたしております。

当日歌う歌集は用意しています
うたいたい歌のご希望がありましたら、リクエストしてください

日程

童謡歌・唱歌・わらべうた・懐かしい唄歌謡曲・ホークソングなど

● 1月14日（水）

○ 2月1日（水）



ポッケの森にとって唄の会とは

地域にとって唄の会とは

食べ物 ステキな せんする
あそぶ 色々な かるる 近所 のめる 元気な
すごい イベント はく 保育所 立つ やさしい ありがたい
おともだち たのしい 立つ やさしい ありがたい
自動販売機 働ける おいしい ごはん いこい レストラン
働く ばしょ きがるな すてきな さいこう 根差す お祭り
まつり 楽しい おいしいごはん 交流 おかし 場所
身近な 楽しい おいしいごはん たのしめる 近い
まつり 楽しい おいしいごはん たのしめる 近い
クッキー 通う 立ち寄る 明るい
楽しめる 屋台 やすい おいしいごはん にぎやかな 来る
くれる いしゃ 平等な い者 たべる いただく
おる 不平等な 地域 楽しい はたらく たべる いただく
楽しむ 利用 しょうが いろいろな 子ども
小さい

根差す

これからも

地域とつながるメニューを

地域の一員として

出来ることを



第23回 地域福祉セミナー開催要綱

1 目的

近年、高齢化や人口減少が進み、地域・家庭・職場といった、人々の生活領域における支え合いの基盤が弱まっている中、生活における人と人とのつながりを再構築し、誰もが役割と生きがいを持ち、互いに支えたり、支えられたりする関係が循環する地域社会の視点をもって、地域共生社会の実現を目指すことが求められています。

また、今後は単身世帯の増加も見込まれ、家族や社会との関係が希薄で他者との接触が少なくなった場合には、更に孤独・孤立のリスクを抱える世帯が増加することも考えられます。

こうした背景、課題がある中、人と人とのつながりを実感する地域をつくるためには、見守りや交流の場となる「居場所」の存在が大きいと考えます。

本セミナーでは、つながりが薄れてきた、現在の孤独・孤立の状況とその背景を押さえながら、こうした方々を受け止める「居場所」のあり方について、考える機会とします。

2 主 催 社会福祉法人仙台市社会福祉協議会 仙台市

3 共 催 仙台市地域包括支援センター連絡協議会

4 後援(予定) 仙台市連合町内会長会、仙台市民生委員児童委員協議会、日本赤十字社宮城県支部仙台市地区本部、仙台市共同募金委員会、仙台市老人福祉施設協議会、仙台市知的障害者関係団体連絡協議会、(社福) 仙台市手をつなぐ育成会、(社福) 仙台市障害者福祉協会、(特活) 仙台市精神保健福祉団体連絡協議会、(特活) せんだい・みやぎNPOセンター、(社福) 宮城県社会福祉協議会、(一社) 宮城県社会福祉士会、仙台商工会議所、(公社)仙台青年会議所

5 日 時 令和7年10月20日(月) 13:15~16:00

*会場参集型での開催となります。

6 テーマ 「人と人との“つながり”を実感できる地域を目指して
～今、求められる多様な居場所のあり方を考える～」

7 会 場 トータルネットホール仙台（仙台市民会館）小ホール
(仙台市青葉区桜ヶ岡公園4-1)

8 参加対象 地区社協役員・福祉委員、民生委員児童委員、町内会関係者、地域包括支援センター職員、NPO、企業、学校、その他関心のある方

9 参加費 無 料

10 定 員 300名(先着順)

11 内容(予定)

時 間	内 容
12:30	受付開始
13:15	1 開会
13:25	2 基調講演『孤立・孤独を越えて、“共にある”地域へ～居場所づくりのこれから～』 地域における「孤独・孤立」の現状と背景を押さえながら、その予防や解決の糸口の一つとなりえる「居場所」の大切さ、その効果について学びます。 講 師：特定非営利活動法人 日本NPOセンター 事務局長 吉田 建治 氏
14:15	休憩
14:25	3 パネルディスカッション『居場所の多様なあり方について』 地域における様々な「居場所」の取組事例の報告を聞きながら、その多様性と求められる「居場所」の在り方について考えます。 パネリスト (1) 向陽台地区社会福祉協議会 会長 藤森 弘一 氏 (2) 株式会社 未来企画 代表取締役 福井 大輔 氏 (3) 社会福祉法人 ポッケの森 法人事務局長 星野 幸 氏 コーディネーター 特定非営利活動法人 日本NPOセンター 事務局長 吉田 建治 氏
16:00	4 閉会

12 申込方法

下記 Web フォーム、または、所定の申込書により令和7年10月10日（金）までにお申し込みください。

(1) 申込書により申し込まれる場合

別紙チラシ裏面の申込書にご記入の上、Eメール・FAX・郵送等により市社会福祉協議会事務局までお送りください。定員の都合上、参加不可の場合のみお知らせします。

(2) Web フォームにより申し込まれる場合

下記 URL または QR コードよりアクセスしてください。

URL : <https://x.gd/5Hecd>



13 その他

- (1) ご来場の際は公共の交通機関をご利用ください。自家用車の場合は近隣の有料駐車場をご利用ください。
- (2) 本セミナーは、国（孤独・孤立対策推進室）が進める「つながりサポーター養成講座」を兼ねて開催いたします。

14 問合せ・申込み先

社会福祉法人仙台市社会福祉協議会 地域福祉係 担当：高橋
仙台市青葉区上杉1丁目6-10 EARTH BLUE 仙台勾当台 5階
電話：022-223-2026 FAX：022-262-1948 Eメール：tiiki@shakyo-sendai.or.jp

メモ

令和 7 年 10 月

発 行 社会福祉法人仙台市社会福祉協議会