

わが街で暮らす

諏訪市地域医療・介護連携推進センター

ライフドアすわの取り組み

地域包括ケアシステムを支える人々

『民生委員』についてご存じでしょうか。民生委員は、地域住民を見守り、寄り添い、身近な相談相手になって、関係機関への「つなぎ役」として、地域福祉を担うボランティアです。「ライフドアすわ」と共に、地域包括ケアシステムの一翼を担います。そして諏訪市の民生委員は総勢1200人（民生児童委員104人、主任児童委員16人）。諏訪市民生児童委員協議会（市民児協）が8地区の単位児協を束ねています。

民生委員は地味な立場ですが、身近な存在として顔を覚えていただき、気楽に声掛けされる関係を目指します。待ちの姿勢でなく「助け上手」を心掛けます。一方住民の皆さんは、遠慮なく助けられ上手になつてください。気軽に近くの民生委員にお声掛け下さい。

2025年が到来、そしてライフドアすわ等地域包括ケアとの連携の重要度が増します。地域福祉は「孤独・孤立」を防ぐのが大きな課題です。要援護者自ら孤独を訴えることは難しい。民生委員は「つながり続け、決して一人にし



ない」と、『伴走型支援』を意識しています。隣組の方のご支援もお願いしています。

活動の原点は「要援護者登録台帳の整備」です。65歳以上一人暮らしを対象に、本人の了解を得て台帳登録し（本人と緊急連絡先は必須）、日常の見守り・訪問につなげます。現在の諏訪市高齢者は約1万5千人（31・3%）、一人暮らし4千人、内千人が登録者です。健康な方にも早くから登録するよう促しています。

先日、障がいのある夫婦を訪ねました。専門的な対応は出来ませんでした。話を聞いて頂くだけで気持ち楽になりました！又来てくれます

諏訪市民生児童委員協議会会長

こじま みつ はる
小島 光治

民生委員活動から 地域福祉の明日へ



双葉ヶ丘区のサロン「井戸端会議」の風景

た。当人が遺言めいた口調で「何かあったら、真っ先に民生委員に伝えて欲しい」とお願いしたそうです。民生委員を続けることは楽ではありませんが、やり甲斐があり、救われます。

少子化で、「子ども真ん中社会」が提唱されています。民生児童委員は児童の登下校の見守り等を区域別に担います。また8地区単位でそれぞれ選任される主任児童委員は子どもに関する事案を主体的に担当します。「元気づ子広場」で新年度の入園児を園に馴染ませる手伝いをしたり、児童センターで小学生以下「チャレンジ工作」に協力します。更に、学校運営協議会で評議員としてコミュニティスクールに参加します。もしも不安があった時には身近な民生委員にご相談下さい。私たち民生委員の任期は一期三

か？」と喜んで頂けました。数年前、一人暮らし高齢者が亡くなりました。体調を崩し、担当のケアマネが入院させてくれました

としてコミュニティスクールに参加します。もしも不安があった時には身近な民生委員にご相談下さい。私たち民生委員の任期は一期三

年です。全国一斉改選が今年の12月に迫ります。継続していただくことがお勧めですが、仕事など多くの課題があります。新任探しには、区長さんはじめ地域ぐるみでご協力をお願いしています。

昨年は、姉妹都市の伊東市へ研修視察旅行に出向き、相互交流の中から多くを学びました。令和7年6月28・29日には、「長野県民生委員児童委員大会」を諏訪市で開催し約800人が集います。知事はじめ多くの来賓が参加する大イベントです。諏訪六市町村の民児協の皆様にもご協力頂きます。

民生委員は「ふれあいサロン」にも関わります。昨年、民生委員の新進気鋭が双葉ヶ丘で「井戸端会議」を立ち上げ、毎月1回子どもとの触れ合いで大賑わいでした。県大会のシンポジウムでその成果を発表して頂きます。南澤町では「すくくサロン」を、赤羽根町でも「ほほえみサロン」を始めました。仲間とサロンに参加して気持ちよくなりますか？奉仕活動が出来ればなお結構です。

皆さん、「健康長寿」を満喫しましょう！

次回は4月13日掲載予定です