令和５(2022)年４月 14 日

# 令和５(2023)年度 活動計画

うつ病支援の会あさお
代表　田中 元介

１．うつ病についての理解の促進、うつ病の方への回復支援、自殺についての理解とその予防に関する活動を行ない、うつ病と自殺の低減に寄与する活動の計画（従来どおり）

“ＧＥＮさん”のつどい、オンラインつどい、個別相談を 昨年度と同様に行ないます。

（１）“ＧＥＮさん”のつどい

① 毎月１回 原則として第３木曜日に、福祉パルあさお研修室で 全て無料で開催します。
　　13：30～15：00　“ＧＥＮさん”のつどい
　　15：00～16：00　お茶飲み話を楽しむサロン

② 参加者限定で毎月１回、オンラインつどいを開催します。
原則として毎月第１木曜日の 19：00～20：00 に、Google Meet で行ないます。

（２）個別相談

面談、電話、メール、ＦＡＸ・郵送、オンラインで、全て無料で実施します。

（３）講座・学習会など

うつ病支援の会あさお主催の講座・学習会は計画しませんが、要請があれば講演・アドバイス等をお引き受けします。

２．人の優しさや 人と人との温かいつながりが感じられる、暮らしやすく生き心地の良い地域共生社会の実現に寄与する活動の計画

（１）ありたい姿

私が思い描く 2030 年の麻生区のありたい姿は、「安全で、自然・文化・施設・交通が豊かで充実していて住みやすく、多世代や多様な人々が一人残らず肯定的に認められ、人々の間の交流と助け合いが盛んで、子育て支援が充実し、子どもが大切にされていて、身近に自分のやりたいことや得意なことで現金収入を得られる仕事があり、やりがい・生きがいを感じられる多様な社会参加の機会があり、産業・経済が発展し、生きづらさや孤独を感じている人が放っておかれない、地元愛が育つ街」です。

具体的には、新百合ケ丘駅前の再開発ビルに１フロアを占めるソーシャルデザインセンター（ＳＤＣ）が設置され、アクセスが良く身体の不自由な人も利用していて、多世代や多様な人々の間の交流、子育て支援や子どものための施設とサービスの利用、高齢者の憩い、興味のあることを仲間と一緒に行なう場、利用者目線のフレンドリーなスタッフが明るく声掛けしたり 相談に乗ったり 手助けしてくれる居心地の良い場として、多くの人に利用されている。

「ＳＤＣ Ｃａｒ」が出かけていくＳＤＣとして、ありたい姿に向けて区内各所で活動している。

働きたい人が希望する仕事と働き方を登録し、働く人を求めている職場が登録した仕事や必要とされるスキルのデータとを 相互にマッチングさせて、それぞれに仕事と働く人を紹介してつなぐ新たなしくみが機能している。

「麻生区地域福祉計画」の目標をはじめとした 全ての団体の活動目標が、2030 年の麻生区のありたい姿の目標に取り入れられている。このために目標が１つに集約されて明快で、お互いに連携し 一致協力して総合力が発揮され、成果をあげている。
区民にとっても、計画や活動が分かりやすく 利用しやすくなって、明るく希望を持てる地域共生社会が実現しつつある。

（２）計画

あさお希望のシナリオ実行委員会で多様な意見・提案を出し合い、話し合って進める。

① 2030 年の麻生区のありたい姿を明確にして、合意されたものにする。
② ＳＤＣの設備や機能、効果的な新たなしくみなどについて話し合い、明確にした上で、実現した時の個人の日常の暮らしや、各団体が取り組んでいる活動等をイメージできるように具体的に表わして、個人や各団体から意見・提案を聴き、計画を充実させる。
③ 類似の先進事例を調査し、組織体制等の検討に活かして、ＳＤＣの実験用モデル（案）を作成する。
④ ＳＤＣの実験用モデル（案）を発表して、関係者の参加を促し 協力を求める。

「新百合ケ丘駅周辺地区のまちづくり方針」「都市計画」にＳＤＣ計画が反映されるように等、関係者の方々に理解していただくための積極的なＰＲ活動を行なう。

（３）経緯

この活動は、2018 年のうつ病支援の会あさおの設立 10 周年を機に、メンタル不調をきたす主な原因である人間関係ストレスを小さくする生き方の普及を図るべく、うつ病支援の会あさお の支援スタッフ２名が発起人になって「メンタル・ストレス研究会」が設立されたことに始まります。

2019 年３月、川崎市が「これからのコミュニティ施策の基本的考え方」を策定しました。
巻頭で福田市長が「地域課題の解決の新たなしくみが必要という認識に基づき、将来のありたい地域の姿をバックキャスティングという手法を用いて市民と一緒に議論し、その実現に向けて試行錯誤しながら、できることからスピード感を持って進めていこう」と述べられています。
また、区域レベルの「新たなしくみ」の構築に向けた今後の取組として、ＳＤＣの創出が提起されています。

2019 年５月に登戸通り魔事件、６月に元農水次官の長男殺害事件が発生し、人と人との温かいつながりや、暮らしやすく生き心地の良い地域共生社会の実現が、課題としてより強く認識されるようになりました。

2019 年から３年間シリーズで、メンタル・ストレス研究会主催の「精神保健福祉のためのストレス・マネジメント学級」が開催され、「コミュニケーションと精神保健福祉」「ストレス・マネジメント力の向上」「人について学び 共に生きる」の講座を実施しました。

麻生区では 2020 年１月にあさお希望のシナリオプロジェクトが発足し、75 名の参加者と職員 12 名でキックオフミーティングが行なわれました。
うつ病支援の会あさおでは、これを地域共生社会の実現にとって絶好の場と捉えて、５つのプロジェクトの中の「新たな参加を促すイベントプロジェクト」に参画しました。

「令和４(2022)年度 活動実績」のとおり、2022 年９月にシンポジウム「麻生区の未来のありたい姿に向けて」を開催し、ブレインストーミングを通して、麻生区の未来のありたい姿が「世代間交流と助け合いが盛んで、やりたいことができる街」とイメージされました。

次のステップとして 2030 年に「世代間交流と助け合いが盛んで、やりたいことができる街」が実現しているとは具体的にどういうことかについて、多様な意見・アイデアを出し合い、個人や各団体からも受け止め方を聴きながら練り上げて、2030 年の麻生区のありたい姿を具体的に描き、達成のための活動計画の作成が来年度に計上されるよう努める、ことを挙げました。
しかし、私の力量不足もあって進展がなく 不本意な結果になってしまいました。

３．令和５年度 収支予算

単位：円

| 収　入 | | | 支　出 | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 項　目 | ４年度実績 | ５年度予算 | 項　目 | ４年度実績 | ５年度予算 |
| 前期繰越金 | 28,711 | 1,256 | 旅費交通費 | 10,690 | 10,000 |
| | | | 事務用品費 | 8,073 | 8,000 |
| 講演等謝礼 | 3,000 | 10,000 | 印刷代 | 0 | 1,000 |
| 寄付金 | 5,000 | 10,000 | 切手代 | 0 | 1,000 |
| 助成金 | 0 | 20,000 | 会費・参加費 | 6,000 | 6,000 |
| 資料代 | 700 | 0 | Google 利用料 | 11,392 | 11,000 |
| 交通費受取 | 3,000 | 0 | ＨＰ維持費 | 3,000 | 3,000 |
| | | | 調査・研究費 | 0 | 0 |
| | | | 会議費 | 0 | 0 |
| | | | 予備費 | 0 | 1,256 |
| | | | 来期繰越金 | 1,256 | 0 |
| 合　計 | 40,411 | 41,256 | 合　計 | 40,411 | 41,256 |

以上