

令和3年度～令和8年度

姫路市生涯現役推進計画

～「自分らしい生涯現役」の実現に向けて～



令和3年(2021年)3月

姫路市

はじめに

姫路市では、誰もが生涯にわたり心身ともに健康で、いきいきと活躍できる「生涯現役社会」の実現を目指して、平成22年3月に「姫路市生涯現役推進計画」を策定し、以来、さまざまな施策に「生涯現役」という視点を盛り込み、事業を展開してまいりました。

策定から11年が経過した今、少子高齢化と人口減少の波が、予想を上回る速さで押し寄せると同時に、日本人の平均寿命や健康寿命も延伸しています。また、人々の意識や価値観、定年制の延長や年金受給開始年齢の引き上げ等、社会・経済にも変化が生じてきています。

「人生100年時代」と言われる中、生涯にわたり自分らしく充実した時間を過ごすためには、健康を保ち、生涯学習やスポーツ、地域活動、就労などさまざまな分野において、高齢者が活躍できる場や仕組みが求められます。併せて、高齢者だけでなく、すべての人が世代を超えて互いに尊重し合い、社会を支える一員として主体的に参画する必要があります。

そこで、新しい時代に対応した計画として、「姫路市生涯現役推進計画～『自分らしい生涯現役』の実現に向けて～」を策定いたしました。

この計画に基づき、誰もが健康で、家庭や社会で役割を持ち、さまざまな世代との交流や社会参加を行うことにより、自己成長や生きがいを感じることができるよう、市民の皆さまとともに、「生涯現役社会」の実現を目指す取組を進めてまいりますので、引き続きご支援、ご協力をいただきますようお願い申し上げます。

最後になりましたが、計画の策定に当たり、貴重なご意見を頂いた「姫路市生涯現役推進計画改訂検討懇話会」の委員の皆さまをはじめ、ご指導、ご協力をいただいた皆さまに心から感謝申し上げます。

令和3年（2021年）3月

姫路市長

清元秀泰

《目 次》

I 基本計画編

第1章	計画の策定に当たって	2
第1節	計画策定の趣旨	2
第2節	姫路市の動向	3
第3節	計画の位置付け	3
第4節	計画の構成と期間	4
1	基本計画	4
2	アクションプラン	4
3	策定時の方針・計画の全体像	5
第2章	「生涯現役」・「生涯現役社会」とは	8
第1節	「生涯現役」とは	8
1	「生涯現役」を構成する3つの要素	8
2	「生涯現役」の定義	10
第2節	「生涯現役社会」とは	11
1	「生涯現役社会」の定義	11
2	「生涯現役社会」がもたらすもの	11
第3章	高齢者を取り巻く社会環境	13
第1節	社会構造調査	13
1	日本における高齢化の現状	13
2	姫路市における高齢化の現状	17
3	高齢者の社会参加の状況	21
第2節	生涯現役アンケート調査の概要	24
1	回答者の属性（性別・年齢）	24
2	生きがい感の状況	25
3	生きがい感に影響を与えている要素	26
4	健康・運動への関心・取組状況	27
5	役割・就労の状況	28
6	外出・交流の状況	31
7	「生涯現役」に関する取組状況	32

第4章 施策の体系.....	33
第1節 施策の体系.....	33
1 新たな施策の体系.....	33
2 重点施策.....	34
第2節 施策の展開.....	36
1 健康づくり.....	36
2 役割創出・社会貢献.....	39
3 学習・社会参加.....	43
第5章 計画（アクションプラン）の進行管理.....	48
1 数値目標の設定.....	48
2 2つのPDCAサイクルの設定.....	48
3 評価及び改善内容の公表.....	48

II アクションプラン編

1 健康づくり.....	50
2 役割創出・社会貢献.....	53
3 学習・社会参加.....	58

参考資料

資料1 策定検討体制と策定経過.....	64
策定検討体制.....	64
策定経過.....	64
懇話会等の開催状況.....	65
懇話会等委員名簿.....	65
資料2 用語解説.....	68

I 基本計画編

第1章 計画の策定に当たって

第1節 計画策定の趣旨

姫路市は、誰もが生涯にわたり心身ともに健康でいきいきと活躍できる「生涯現役社会」の実現を目指し、平成22年（2010年）3月、「姫路市生涯現役推進計画」を策定（※平成27年3月改訂）し、さまざまな施策を推進してきました。

この計画を策定した背景には、本格的な高齢社会の到来と少子化の進行、そして、平均寿命の伸長と価値観の変化がありました。計画策定から11年が経過した現在においても少子高齢化は一層進んでおり、わが国の高齢化率（総人口に占める65歳以上人口割合）は、令和2年（2020年）には28.7%と、3.5人に1人は高齢者という社会になっています。この傾向は今後も続き、令和18年（2036年）には3人に1人が、令和47年（2065年）には2.6人に1人が高齢者となる社会が到来すると予測されています。

姫路市の高齢化率は、令和2年（2020年）で26.7%と、全国に比べて若干低いものの、同様に少子高齢化が進んでおり、この傾向は今後も続くものと考えられます。

このような状況のもと、国は、「人生100年時代」の到来を見据え、高齢者から若者まですべての人が活躍できる社会の実現に向けた取組を行っています。平成30年（2018年）2月には、新たな「高齢社会対策大綱」を定め、すべての年代の人々が希望に応じて意欲・能力をいかして活躍できるエイジレス社会を目指し、高齢社会対策を推進しています。

また、兵庫県は、平成30年（2018年）10月に「兵庫2030年の展望」を策定し、兵庫の2030年の姿として、人口減少や高齢化が進む中でも、個人のライフスタイルに応じた働き方の実現や、多様な人々の社会進出の進展、高齢者が知識・経験・技能を活かして生涯現役で企業や地域で活躍できる「全員活躍社会」を掲げています。

ますます少子高齢化が進む中、人々の意識や価値観、就労状況・年金制度などの様々な社会・経済環境等に変化が生じてきており、国・県・市区町村に求められる役割や必要となる施策のあり方も大きく変容していると考えられます。それらの変化を着実に捉えた上で、上述のような国・県の施策も鑑み、また、本市の状況も踏まえて、新しい時代に対応した計画として、「姫路市生涯現役推進計画～『自分らしい生涯現役』の実現に向けて～」を策定しました。

第2節 姫路市の動向

姫路市では、平成18年（2006年）2月に生涯現役社会を実現するための基本的な考え方「生涯現役プロジェクトの実現に向けて」を取りまとめました。

この考え方においては、「生涯にわたり心身ともに健康でいきいきと活躍できる生涯現役社会」の実現を目指し、生涯現役に関する施策を、個人的関心の追求を通じた「余暇の充実」、社会を支える活動を通じた「自己実現」、活動を支える「健康生活の維持・促進」の3つの体系に整理するとともに、新たな施策の立案や強化・重点化すべき施策を明らかにし、これらの施策を一体的に推進していくこととしました。

平成18年（2006年）4月以降、この考え方にに基づき、生涯現役プロジェクトとして、新規・拡充施策を含めた各種事業を一体的に推進してきました。

平成21年（2009年）4月からスタートした姫路市総合計画（ふるさと・ひめじプラン2020）では、本市独自の都市経営戦略「新しい都市づくりを進める方策＝姫路スタイル＝」の一つとして「生涯現役社会の実現」を掲げ、あらゆる施策に「生涯現役」の視点を盛り込み、目指すべき都市像「生きがいと魅力ある 住みよい都市 姫路」の実現に向けて、総合的に施策を展開することとしました。

平成22年（2010年）3月には、「姫路市生涯現役推進計画」を策定し、施策の体系を「余暇の充実」「社会参画」「健康生活」の3つの柱と、「環境整備」「意識啓発」の2つの基盤に再構築するとともに、具体的な事業を前期アクションプランにまとめ、実施しました。

平成27年（2015年）3月には、計画の見直しを行い、「社会参画」分野に係る事業を重点に置いた後期アクションプラン（平成27年度から令和2年度までの6年間）をまとめ、実施しました。

第3節 計画の位置付け

本計画は、国の「高齢社会対策大綱」、兵庫県の「兵庫2030年の展望」、「姫路市総合計画」の趣旨を踏まえたものとなっています。

また、本計画は「生涯現役社会」の実現に向けて、「姫路市高齢者保健福祉計画及び姫路市介護保険事業計画」とともに、本市における総合的な高齢社会対策の考え方を示すものです。

3 策定時の方針・計画の全体像

今後の具体的な事業の実施を見据え、以下のような点に留意し、基本計画とアクションプランを策定しました。

(1) 「生涯現役」・「生涯現役社会」の定義

計画の前提となる「生涯現役」・「生涯現役社会」の定義については、これまでの「姫路市生涯現役推進計画」策定当初のままとしました。

(2) 計画の対象者

本計画が総合的な高齢社会対策としての位置付けにあること及び高齢期を迎える前の段階から、自分の健康状態や高齢期の過ごし方、社会との関わり方について意識し、考えていく必要があることから、一般的な高齢者の定義とされている 65 歳以上の人だけではなく、もう少し若い世代にも働きかけることを目的に、概ね 50 歳以上の人を対象にした計画としました。

(3) 多様性の配慮

一人ひとり、これまでの経験や心身の状態等によって、希望する「生涯現役」の具体的なあり方は異なっていると考えています。その人の意向や健康状態に応じた「自分らしい生涯現役」の実現に向け、高齢者を取り巻く環境と、「生涯現役アンケート」による中高年齢者の意識・生活実態を反映した計画づくりを行いました。

(4) 情報技術の活用

情報技術を取り巻く環境は、急速に変化していくことが予想されます。本計画では、施策の体系を推進する中で、AI や IoT 等の効果的な活用を検討していきます。

(5) 多世代交流の促進

核家族化の進行により、子どもたちが高齢者と触れ合う機会が少なくなっています。多世代交流を行うことにより、子どもたちは高齢者の知恵や地域の伝統行事を学んだり、高齢者を思いやる心が芽生えます。高齢者にとっても、地域における子どもたちの見守り活動や、地域行事で幅広い世代と交流を深めることで、地域や社会で自身が何らかの貢献をしているという充実感や生きがい感の向上が期待できます。このことから、本計画では、子どもから高齢者まで、すべての人が地域でつながり、互いに助け合い、尊重し合える社会となるよう、多世代交流を促進する事業を推進します。

(6) 新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」への対応

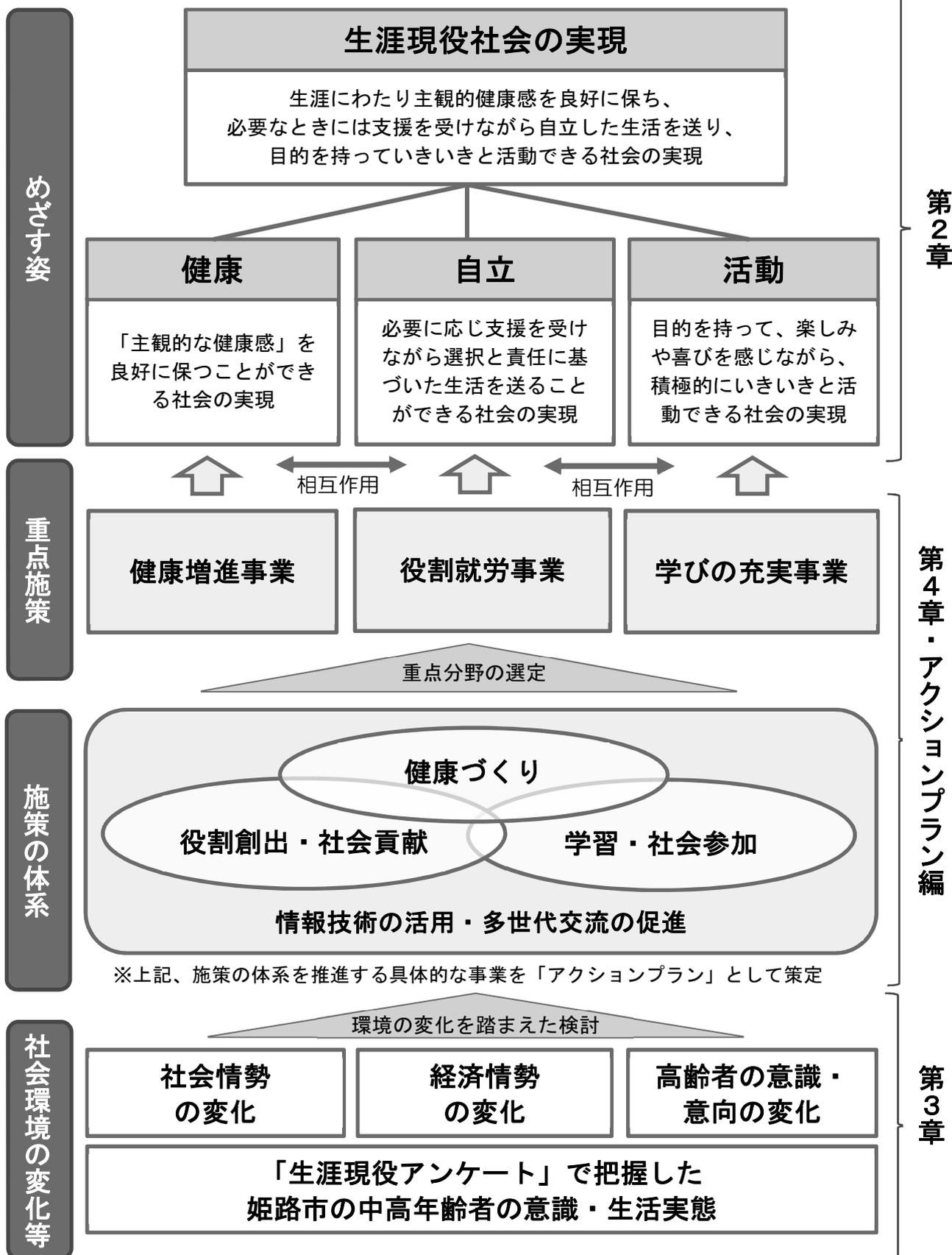
令和2年(2020年)、新型コロナウイルス感染症の世界的な流行により、市民生活、経済活動等あらゆる分野に深刻な影響が出ています。とりわけ、高齢者については、重症化のリスクが高いことが報告されており、外出自粛が長期化すると、認知症やフレイル等のリスクが高まるともいわれています。

これまでとは違う「新しい生活様式」の中で安心して活動ができるよう、感染防止対策や感染予防に関する啓発活動を行いながら、事業を展開していきます。また、日常生活の中で実践できる健康づくりの提案や、デジタル技術(身近なパソコンやスマホ等)を活用した事業を検討するほか、高齢者の「情報格差」の解消にも積極的に取り組み、高齢者の健康づくりや社会参加を支援します。



シニア向けスマートフォン安全教室

計画の全体像



第2章 「生涯現役」・「生涯現役社会」とは

第1節 「生涯現役」とは

1 「生涯現役」を構成する3つの要素

本市がこれまで実施してきた生涯現役アンケートでは、主観的健康感の高い人、身体的に自立している人、積極的・自発的な人、趣味の活動、地域活動や仕事など社会を支える活動、スポーツなど健康づくり活動を行っている人は、そうでない人よりも、生きがい感が高い傾向がみられています。つまり、生きがい感には、これらの要因が大きく影響していることがうかがえます。

これらの生きがい感に大きな影響を及ぼす要因を集約すると、生きがいとは、主に次の3つの要素から構成されていると考えられます。

- ① 健康
- ② 自立
- ③ 活動

(1) 健康

一般に、「健康寿命」は「平均寿命から寝たきりや認知症など介護状態の期間を差し引いた期間」と定義されており、病気や障害があつたり、寝たきりや認知症になつたりすると、「健康」ではないと判断されることがあります。

しかし、姫路市が考える「生涯現役」を定義する上での「健康」とは、医学的な健康状況よりも、「主観的健康感」が良好である状態と考えます。「主観的健康感」とは、自分の身体的、精神的、社会的な「健康状態」を自分がどう評価しているかによって健康度を測るものです。たとえ病気や障害があつても、そのことを認識した上で、心の健康を保ち、自分の健康状態に一定の充足感や満足感を抱いている状態、つまり「主観的健康感」が良好な状態であれば、行動意欲が高まり、実際の活動につながると考えます。

このことから、生涯現役を定義する上での健康とは、「主観的健康感」が良好であることと考えます。

(2) 自立

自立には、経済面、日常生活面、精神面の3つの側面があり、一般的には「経済的に独立し、日常生活において他者の支援を必要とせず、精神的にも他者に依存していない状況」をいうと解されています。

しかし、高齢になるにつれ、日常生活面での自立が難しくなる人もいます。たとえ、日常生活において必要な支援を受けていたとしても、日々をどう生きるかについて、自分のルールや好みに従って、自分で考え、自分で決定できることは、人間としての尊厳をもって生きる上で重要なことです。

このことから、生涯現役を定義する上での自立とは、必要に応じ支援を受けながら自らの選択と責任に基づいた生活を送っていることと考えます。

(3) 活動

一口に「活動」といっても、その形態はさまざまです。仕事やボランティア活動、自治会・婦人会・老人クラブなどの地域団体の活動はもちろん、趣味に打ち込んだり、教養を高めたりする活動や、孫の面倒を見たり、近所の子どもの短時間預かったりするような身の回りで行う活動もあります。

活動の際に「こうしたい」「こうなりたい」「これを実現したい」という目的意識を持って取り組むことは、その人の生きがい感を高めることとなります。また、「いやいや」とか「仕方なく」といった消極的な意識ではなく、「楽しい」とか「うれしい」といった積極的で前向きな意識をもった活動は、その人の幸福感につながります。

このことから、生涯現役を定義する上での活動とは、目的を持って、楽しみや喜びを感じながら、積極的にいきいきと活動していることと考えます。



世代間交流活動 しめ縄づくり

2 「生涯現役」の定義

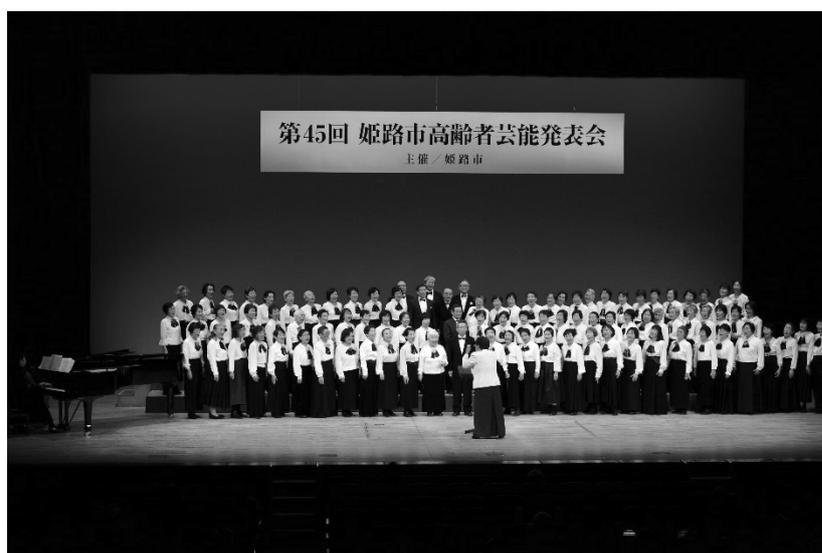
以上のことから、「生涯現役」の定義を次のとおりとします。

「生涯にわたり、主観的健康感を良好に保ち、必要なときには支援を受けながら自立した生活を送り、目的を持っていきいきと活動していること」

つまり、たとえ病気や障害があっても、自分はおおむね健康だと感じており、必要なときには支援を受けながら自らの選択と責任に基づいて日常生活を送り、家事や仕事、趣味の活動やボランティア活動、地域活動など、家庭や地域においていきいきと活動していることをいいます。

「生涯現役」について3つの要素による定義づけを行いました。これは誰にとっても同じ状態というわけではなく、一人ひとりに、その人にあった「生涯現役」があると考えます。3つの要素の強さやバランスは、人によってさまざまです。また、3つの要素はそれぞれが関連を持ち、影響しあっています。そのため、自分の主観的健康感や自立、活動の程度をよりよいものにしようとする、その人にとって、より完成度の高い「生涯現役」を目指すことが重要だと考えます。

生涯現役で過ごすことで、人々は、毎日の生活の張り、充実感、満足感を得ることができます。この充実感、満足感が、さらなる活動への原動力となります。こうして生まれる良い循環によって、質の高い生活を送り、長寿により得られる豊かさを実感することができるのです。



高齢者芸能発表会の開催

第2節 「生涯現役社会」とは

1 「生涯現役社会」の定義

誰もが生涯現役で過ごし、長寿の豊かさを実感するためには、高齢期においても、主観的健康感を良好な状態に保ち、自立した生活を送り、目的を持って活動しようとする意欲を持つことが重要です。また、高齢者のこうした意欲に、周りにいる若年世代が応え、ともに社会を支える一員として尊重し合うことも必要です。

「生涯現役社会」とは、誰もが「生涯現役」で過ごすことができる社会、つまり、誰もが生涯にわたり、健やかで自立した生活を送りながら、目的を持っていきいきと活動し、長寿により得られる豊かさを実感することができる社会です。そして、すべての人が世代を超えて互いに尊重し合い、社会を支える一員として主体的に参画する多世代共生社会なのです。

2 「生涯現役社会」がもたらすもの

(1) 社会の活性化

少子化の進行により、今後社会の担い手が減少すると予測される中で、高齢者が社会とのつながりを持ち続け、長年にわたり培った知識や経験、技術を生かして社会の担い手として活躍することで、地域課題の解決やコミュニティ活動の活性化を図り、社会の活力を維持・促進することができます。

(2) 人生の充実

世帯構造や家族の機能、雇用慣行が大きく変化している現代においては、個人が家族や職場など一つの場に全面的に帰属していくことが困難になりつつあり、自ら人生設計を行い、それに適合した自己実現の場を望む志向が高まっています。

社会を支える一員として主体的に参加することで、生きがいとやりがいを発揮できる「場」に出会い、個性を生かしてコミュニティ活動を行ったり、地域を支える担い手としての役割を果たしたりすることにより、人生の充実を得ることができます。

(3) 豊かな文化の継承と醸成

地域で守り、受け継がれてきた伝統行事や工芸技術など歴史文化資源の担い手は、現在においては高齢者が主体となっています。その高齢者が、社会に参加し続け、歴史文化資源を次世代に伝える機会を多く持つことで、豊かな歴史文化を未来へ継承することができます。

また、高齢者が、芸術文化活動や地域の歴史文化の研究などを通じて、多様な市民文化活動を促進し、豊かな市民文化を醸成することができます。

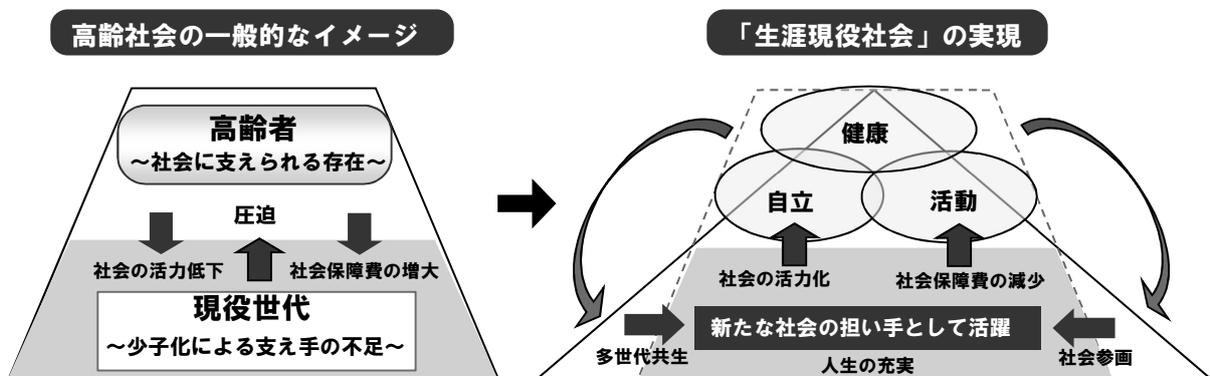
(4) 社会保障費の減少

「生涯現役社会」では、すべての人が主観的健康感を良好な状態に保ち、自立した生活を送り、目的を持って活動しようとする意欲を持つことにより、自発的に自身の生活課題を解決する「自助」と、家族・友人・クラブ活動仲間など、個人的な関係性を持つ人間同士が助け合い、それぞれが抱える生活課題をお互いが解決し合う「互助」がより充実することが期待されます。

「自助」や「互助」の充実は医療・福祉関連のコスト抑制につながり、社会保障費を減少させることができます。

(5) 子どもたちの未来へつなぐ

子どもたちや若者が、高齢者のいきいきと活躍する姿を見ることは、自分たちの将来像が明るく、充実したものになることを期待させ、これからの長い人生に希望を持つことができます。子どもの頃に経験した記憶、例えば、近所の高齢者に親切にされたり、助けられたことは、子どもたちの記憶に定着し、自分が高齢になったとき、今度は自身の役割を認識して、子どもたちに同じことを還元する、そのような好循環が広がれば、「生涯現役社会」の実現の一助になるのではないかと考えます。



第3章 高齢者を取り巻く社会環境

第1節 社会構造調査

高齢者を取り巻く環境や生涯現役に関する現状を、既存の統計調査などの資料から把握しました。

1 日本における高齢化の現状

(1) 高齢化率の推移と将来推計

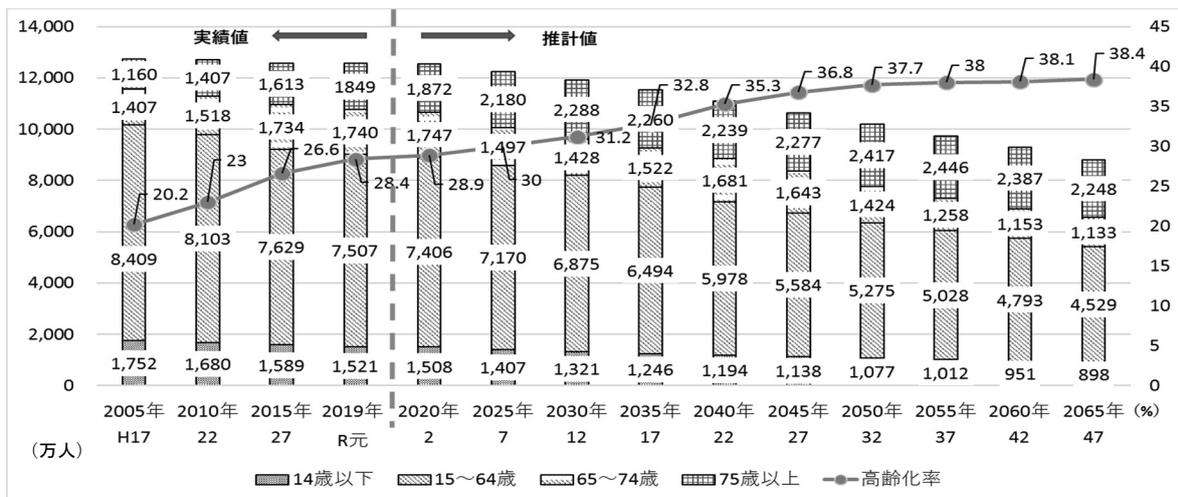
日本の総人口は、令和元年（2019年）10月1日現在、1億2,616万7千人となりました。65歳以上の高齢者人口は、過去最高の3,588万5千人となり、総人口に占める割合（高齢化率）は28.4%と、4人に1人が高齢者となりました。

総人口は長期の人口減少過程に入っており、令和11年（2029年）に1億2,000万人を下回った後も減少を続け、令和35年（2053年）には1億人を割り、令和47年（2065年）には8,808万人になると推計されています。

一方で、高齢者人口は、「団塊の世代」が65歳以上となった平成27年（2015年）には3,347万人となり、「団塊の世代」が75歳以上となる令和7年（2025年）には3,677万人に達すると見込まれています。その後も65歳以上人口は増加傾向が続き、令和24年（2042年）に3,935万人でピークを迎え、その後は減少に転じると推計されています。

総人口が減少する一方で高齢者人口が増加することにより、高齢化率は上昇を続け、令和18年（2036年）には33.3%と、3人に1人が高齢者となる見込みです。

図表 1 高齢化率の推移と将来推計



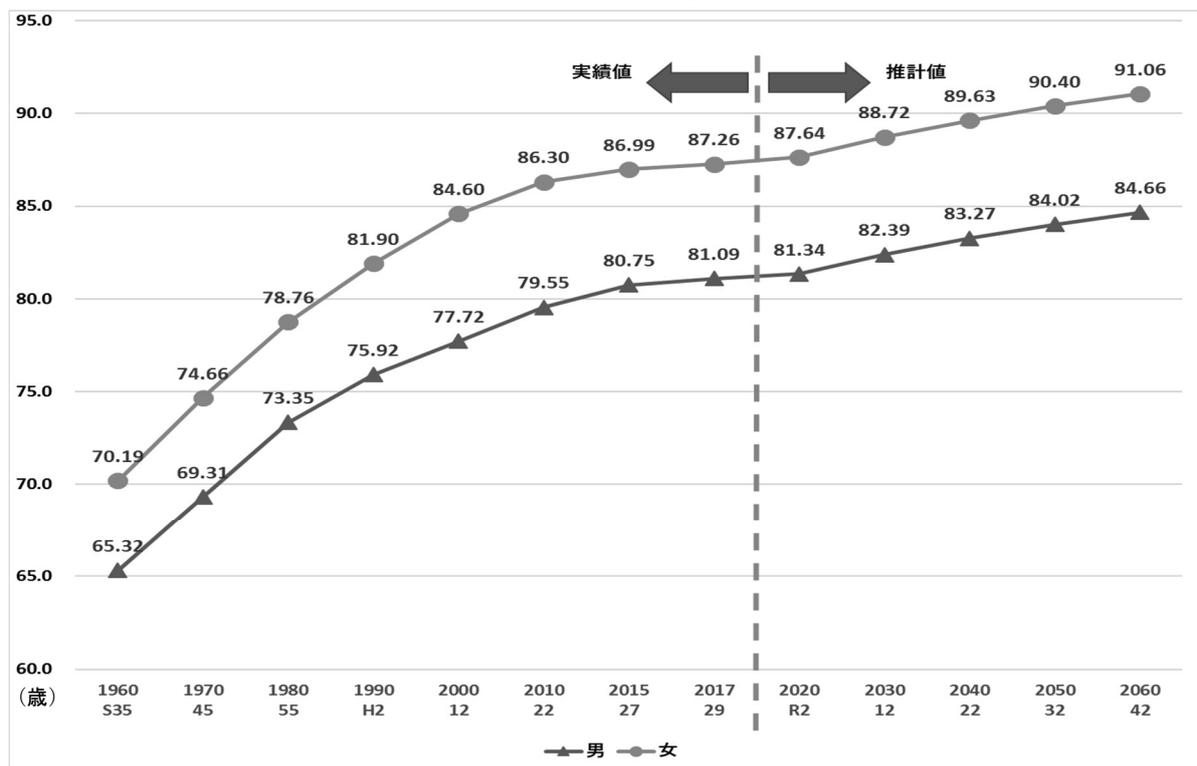
資料：2005～2015年は総務省「国勢調査」、2019年は総務省「人口の推移」（令和元年10月1日）結果の要約、2020年以後は国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口（平成29年推計）」の出生中位・死亡中位仮定による推計結果

(2) 平均寿命の推移と将来推計・健康寿命と平均寿命の推移

日本の平均寿命は、平成 29 年（2017 年）現在、男性 81.09 年、女性 87.26 年となっています。平均寿命は今後も延びて、令和 32 年（2050 年）には、男性 84.02 年、女性 90.40 年となり、女性の平均寿命は 90 年を超えると見込まれています。

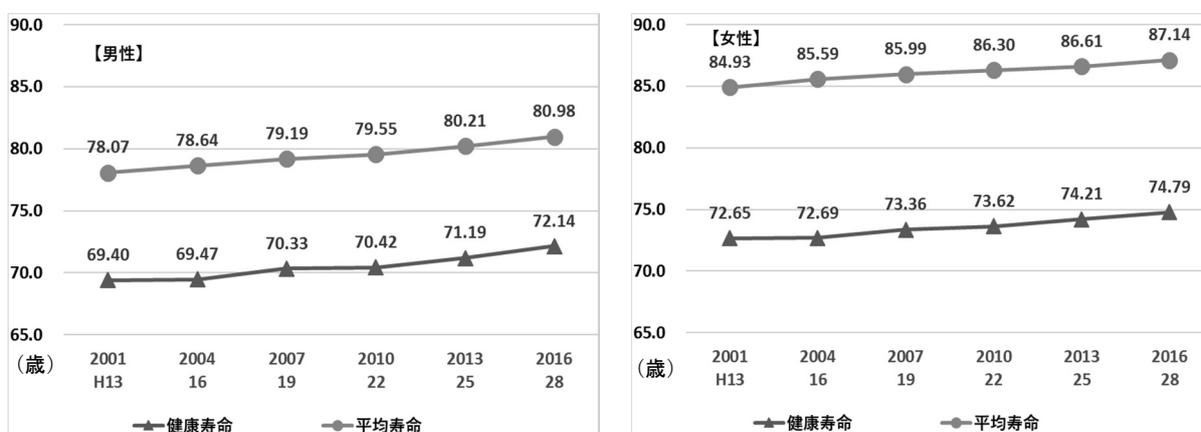
また、健康寿命は、男女とも緩やかな上昇傾向が継続しており、平成 28 年（2016 年）は男性が 72.14 年、女性が 74.79 年となっています。

図表 2 平均寿命の推移と将来推計



資料：内閣府「令和元年版高齢社会白書」

図表 3 健康寿命と平均寿命の推移



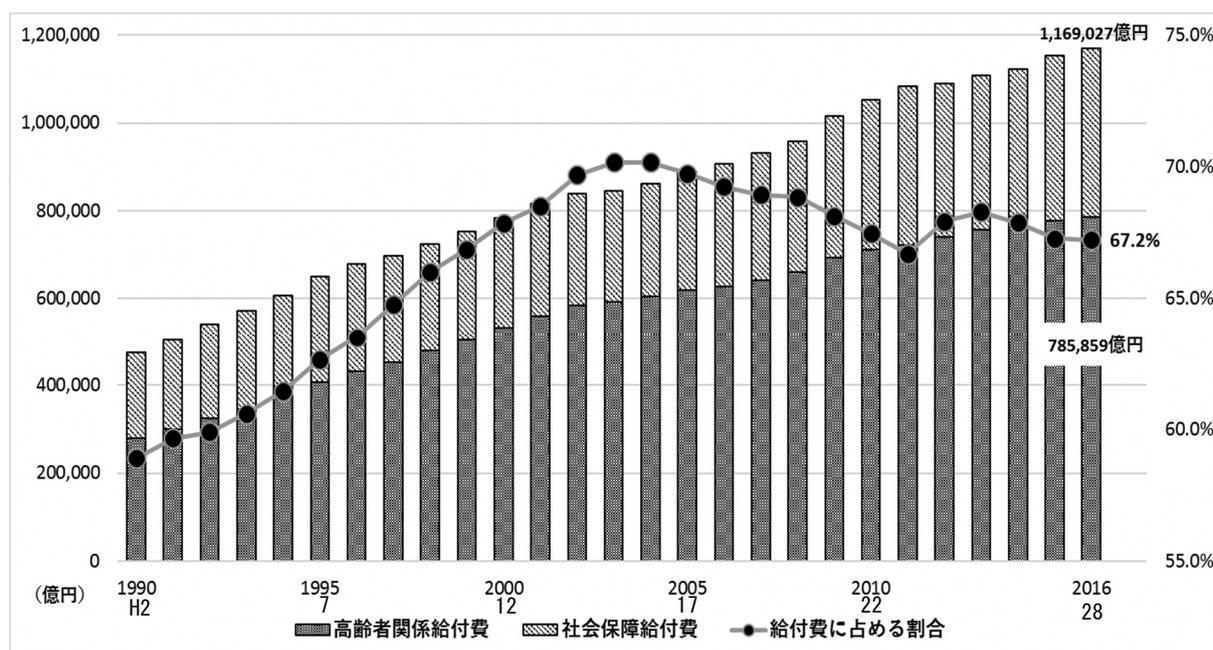
資料：内閣府「令和元年版高齢社会白書」

(3) 高齢化の社会保障給付費に対する影響

国立社会保障・人口問題研究所「平成 28 年度社会保障費用統計」によると、社会保障給付費（年金・医療・福祉その他を合わせた額）は、平成 28 年度（2016 年度）には 116 兆 9,027 億円となり、過去最高の水準となりました。

このうち、高齢者関係給付費（年金保険給付費、高齢者医療給付費、老人福祉サービス給付費及び高年齢雇用継続給付費を合わせた額）は、78 兆 5,859 億円となり、社会保障給付費全体の 67.2%を占めています。

図表 4 社会保障給付費の推移



資料：国立社会保障・人口問題研究所「平成 28 年度社会保障費用統計」

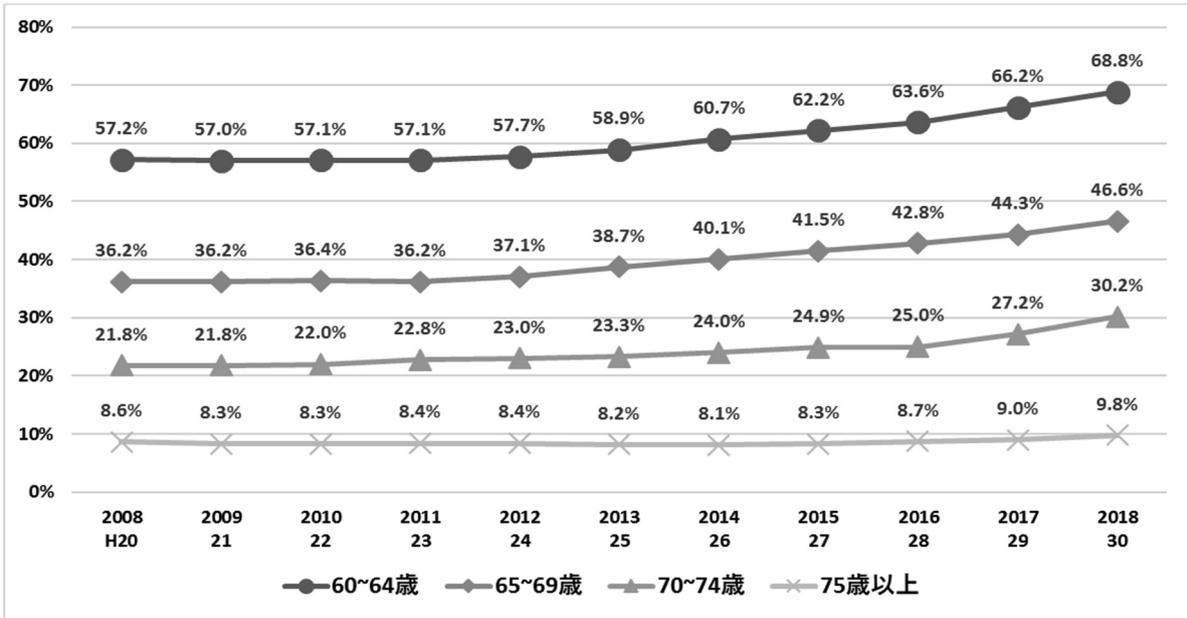
(注) 高齢者関係給付費は、平成 19 年度までは旧老人保健制度からの給付費、平成 20 年度は後期高齢者医療保険制度からの医療給付費及び旧老人保健制度からの平成 20 年 3 月分の医療給付費等が含まれている。

(4) 就業状況・就業意欲

平成20年（2008年）の就業率と比較して、平成30年（2018年）の就業率は65～69歳では10.4ポイント、70～74歳では8.4ポイント上昇しており、高齢期になっても何らかの形で就業を継続している人の割合は増加傾向にあります。

また、現在仕事をしている60歳以上の人々の42%が「働けるうちはいつまでも」働きたいとの意向を有しており、70歳くらいまで、もしくはそれ以上の就業を希望する人も含めると、約9割が高齢期にも高い就業意欲を持っていることがうかがえます。

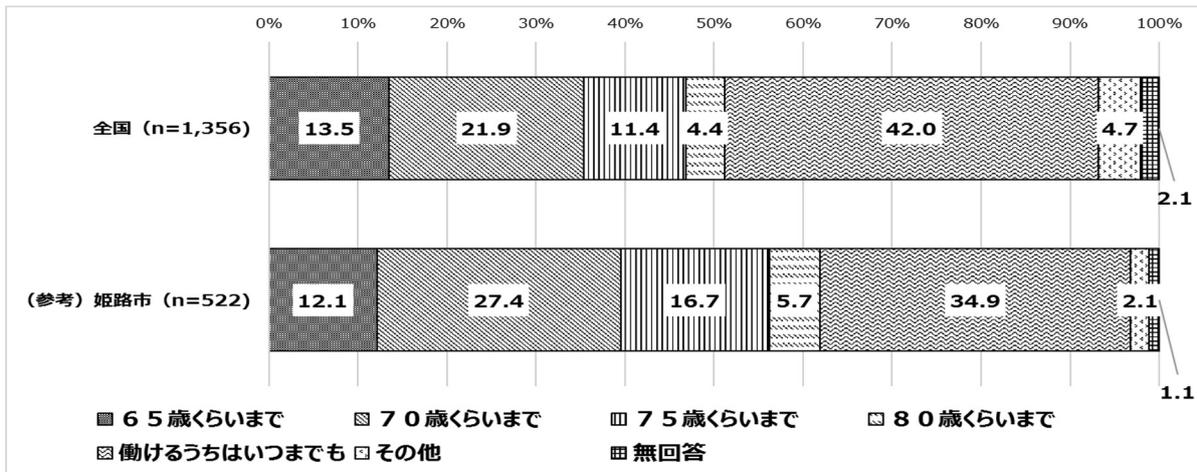
図表5 年齢階級別就業率の推移



資料：総務省「労働力調査」

(注)「就業率」とは、15歳以上人口に占める就業者の割合をいう。

図表6 仕事の継続意向（現在仕事をしている60歳以上を対象）



資料：全国は内閣府「高齢者の日常生活に関する意識調査」（平成26年）

姫路市は姫路市「生涯現役アンケート調査」（令和元年）

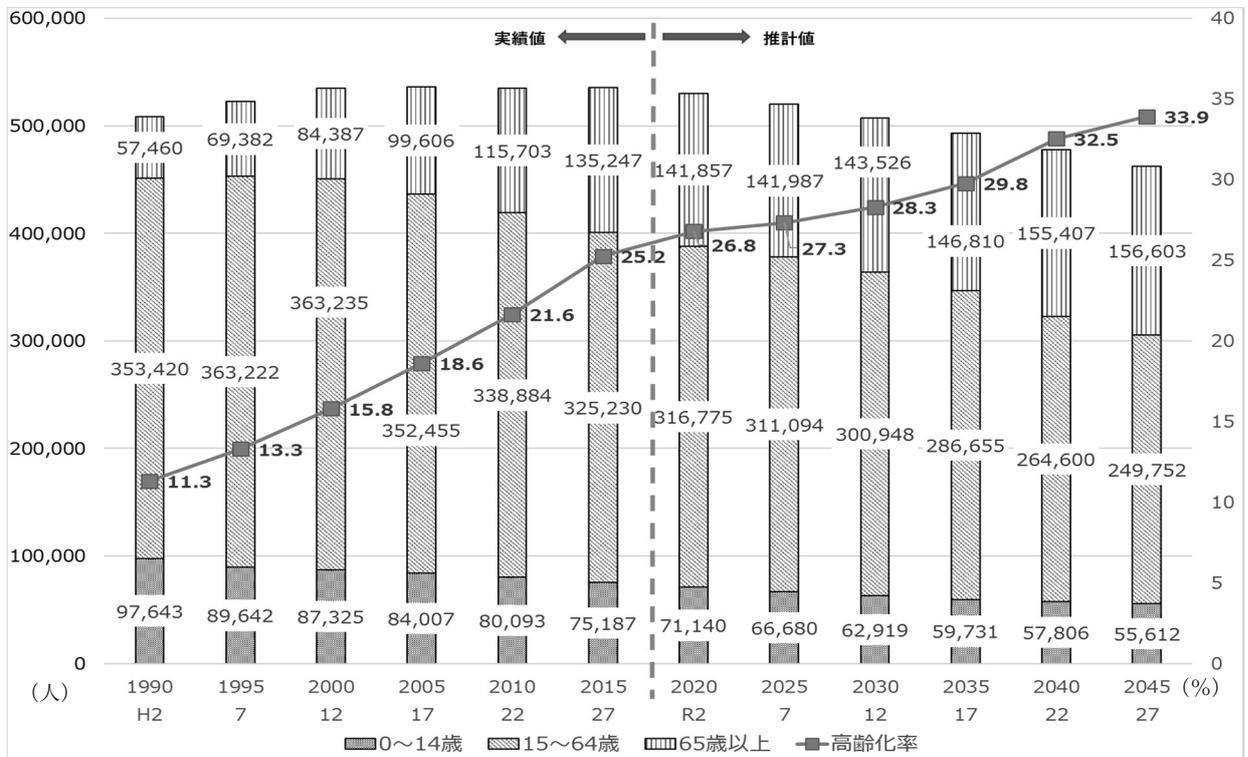
2 姫路市における高齢化の現状

(1) 高齢化率の推移と将来推計

姫路市の総人口は、平成 22 年（2010 年）の 536,270 人をピークに減少をしており、今後も減少傾向が続くものと推計されています。一方で、高齢者人口は、今後も増加を続けると見込まれています。

高齢化率は全国に比べると低いものの、平成 27 年（2015 年）には 25.2%と 4 人に 1 人が高齢者となり、令和 22 年（2040 年）には約 3 人に 1 人が高齢者となる見込みとなっています。

図表 7 高齢化率の推移と将来推計



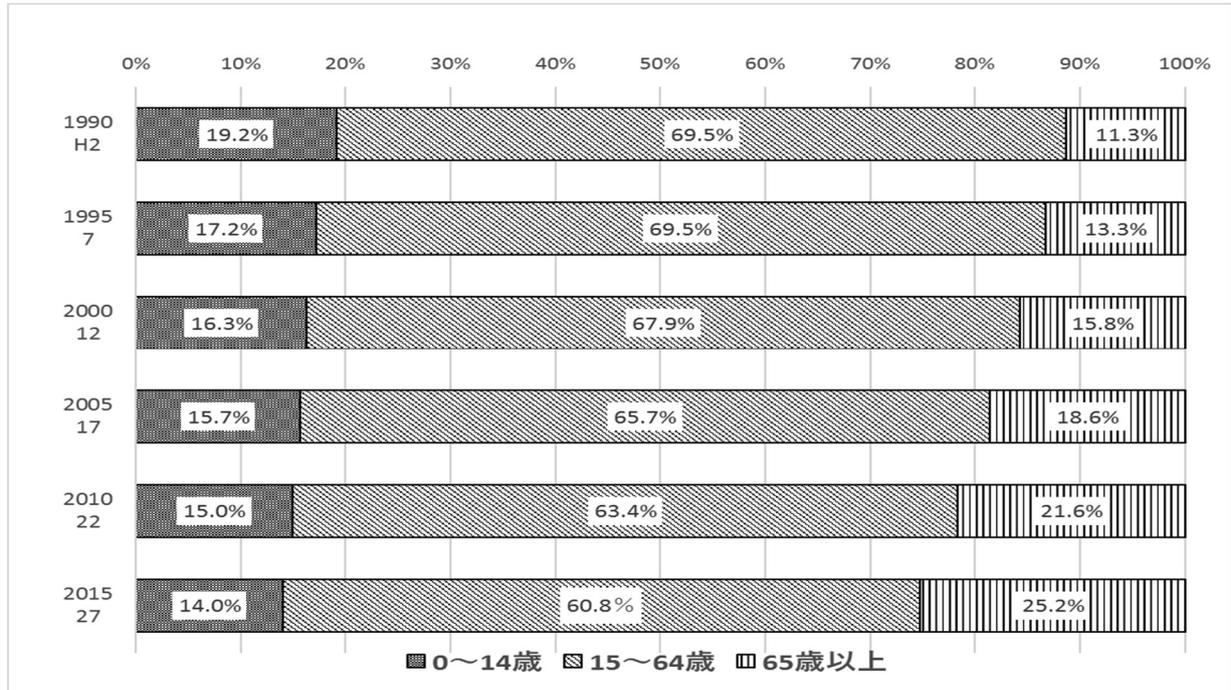
資料：1990～2015 年は総務省「国勢調査」、2020 年以後は国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」の出生中位・死亡中位仮定による推計結果

(注) 2005 年以前は合併前の旧姫路市、家島町、夢前町、香寺町、安富町のデータを合計した。

(2) 年齢3区分人口比の推移

人口を、0～14歳（年少人口）、15～64歳（生産年齢人口）、65歳以上（高齢人口）の3区分で見ると、少子高齢化が進んでいることが分かります。年少人口の割合が低下する一方、高齢人口の割合が急激に増加し、平成17年（2005年）には、高齢人口の割合が年少人口の割合を上回りました。

図表8 年齢3区分人口構成比の推移（姫路市）



資料：総務省「国勢調査」

（注）2005年以前は合併前の旧姫路市、家島町、夢前町、香寺町、安富町のデータを合計した。

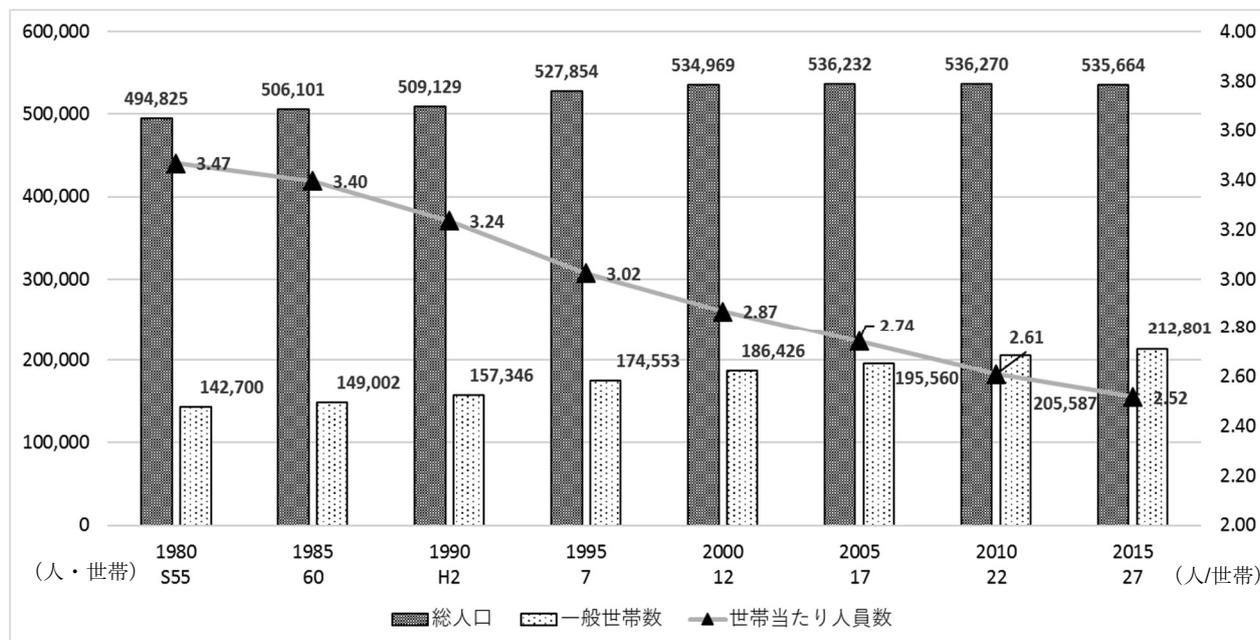


いきいき百歳体操に取り組むグループ

(3) 人口・世帯数の推移

平成 27 年（2015 年）の姫路市の一般世帯数は、212,801 世帯となっています。姫路市の総人口がピークを迎えた平成 22 年（2010 年）以降、総人口が減少する一方で、一般世帯数は緩やかに増加しています。世帯当たりの人員数は、昭和 55 年（1980 年）以降減少しており、2015 年には、2.52 人/世帯となっています。

図表 9 総人口・世帯数の推移



資料：総務省「国勢調査」

(注) 2005 年以前は合併前の旧姫路市、家島町、夢前町、香寺町、安富町のデータを合計した。



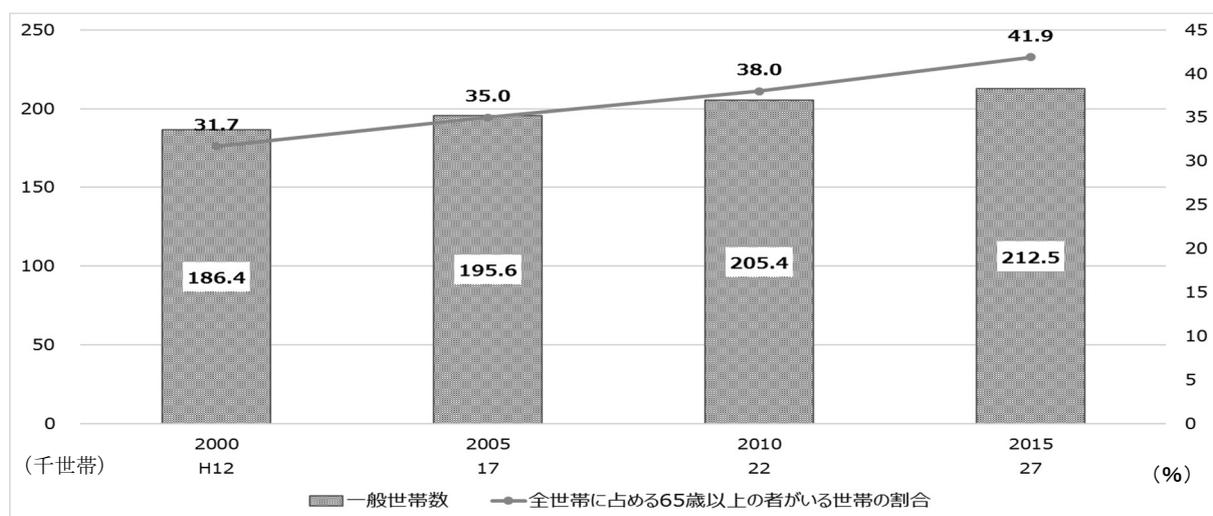
高齢者作品展の開催

(4) 高齢者がいる世帯

65歳以上の高齢者がいる世帯数についてみると、平成22年(2010年)には一般世帯数の38.0%、平成27年(2015年)には41.9%を占めています。平成12年(2000年)以後の変化をみると、その割合は一貫して上昇しています。

姫路市の高齢独居世帯数、高齢独居世帯割合はいずれも増加傾向にあります。高齢独居世帯が増加すると、訪問系サービスや小規模多機能型サービスへのニーズが高まる一方で、通所系サービスへのニーズは減少するなど、必要な介護保険サービスが変化する可能性があります。

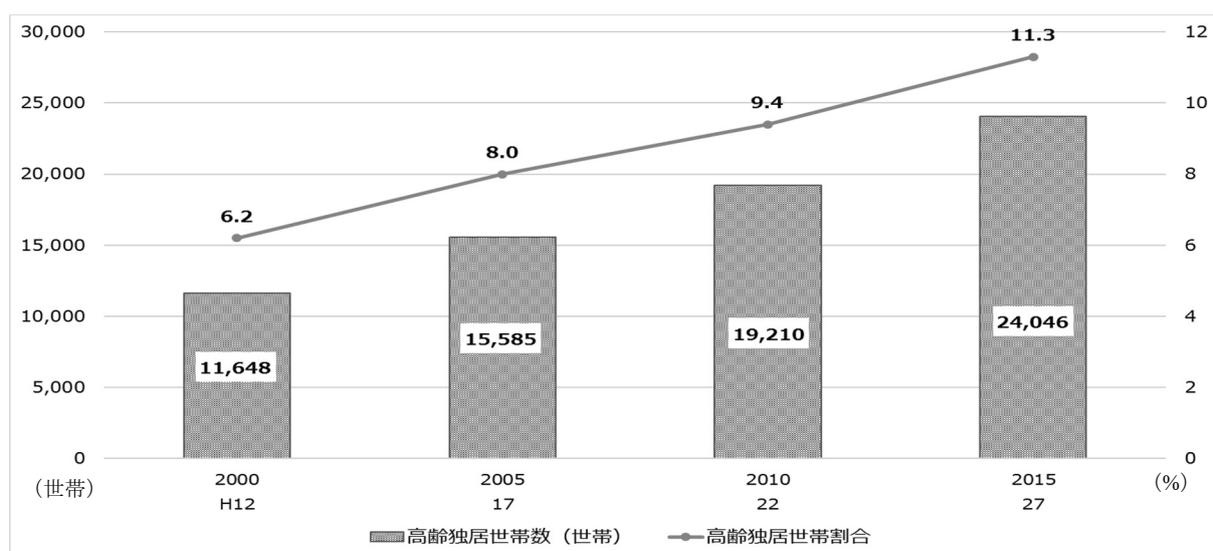
図表 10 高齢者がいる世帯数の推移



資料：総務省「国勢調査」

(注) 2005年以前は合併前の旧姫路市、家島町、夢前町、香寺町、安富町のデータを合計した。

図表 11 高齢独居世帯数、高齢独居世帯割合の推移



資料：総務省「国勢調査」

(注) 2005年以前は合併前の旧姫路市、家島町、夢前町、香寺町、安富町のデータを合計した。

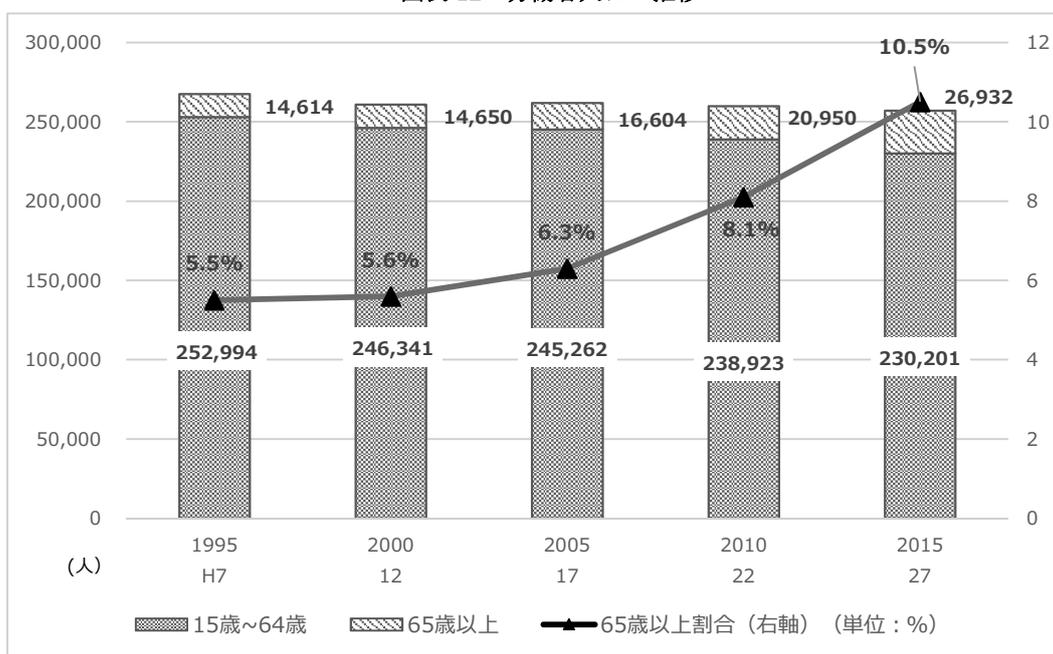
3 高齢者の社会参加の状況

(1) 高齢者の就業

① 労働者人口の推移

姫路市の平成 27 年（2015 年）の労働者人口（15 歳以上人口のうち、就業者と完全失業者を合わせた数）は、257,133 人でした。労働者人口のうち 65 歳以上の人は 26,932 人（10.5%）となり、労働者人口に占める高齢者の比率は、上昇傾向となっています。

図表 12 労働者人口の推移



資料：総務省「国勢調査」

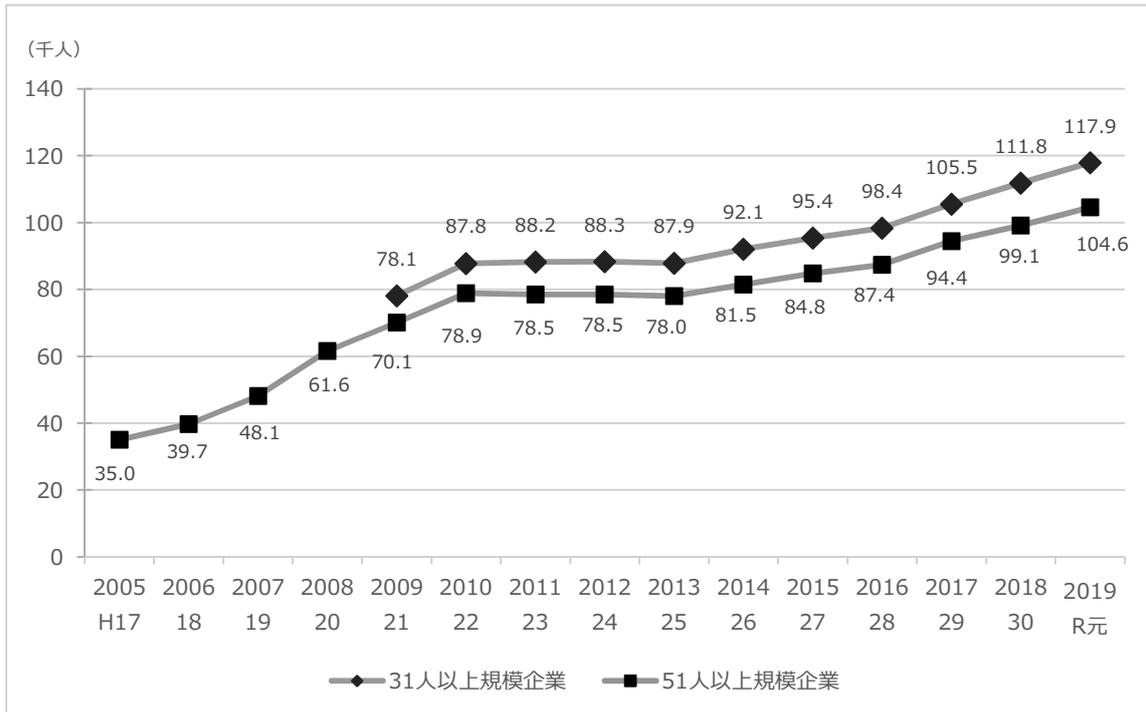
(注) 2005 年以前は合併前の旧姫路市、家島町、夢前町、香寺町、安富町のデータを合計した。

② 60歳以上の常用労働者の推移

兵庫労働局が発表した「令和元年「高齢者の雇用状況」集計結果」によると、令和元年（2019年）の51人以上の規模の企業における60歳以上の常用労働者は、約104,600人であり、高齢者雇用安定法の改正に伴う雇用確保措置の義務化前の平成17年（2005年）と比較すると、約70,000人増加しています。

31人以上の規模の企業における60歳以上の常用労働者数は、約117,900人であり、平成21年（2009年）と比較すると約40,000人増加しています。

図表 13 60歳以上の常用労働者数の推移



資料：兵庫労働局「令和元年「高齢者の雇用状況」集計結果」

(注) 常用労働者とは、次のうちいずれかに該当する労働者のことをいう。

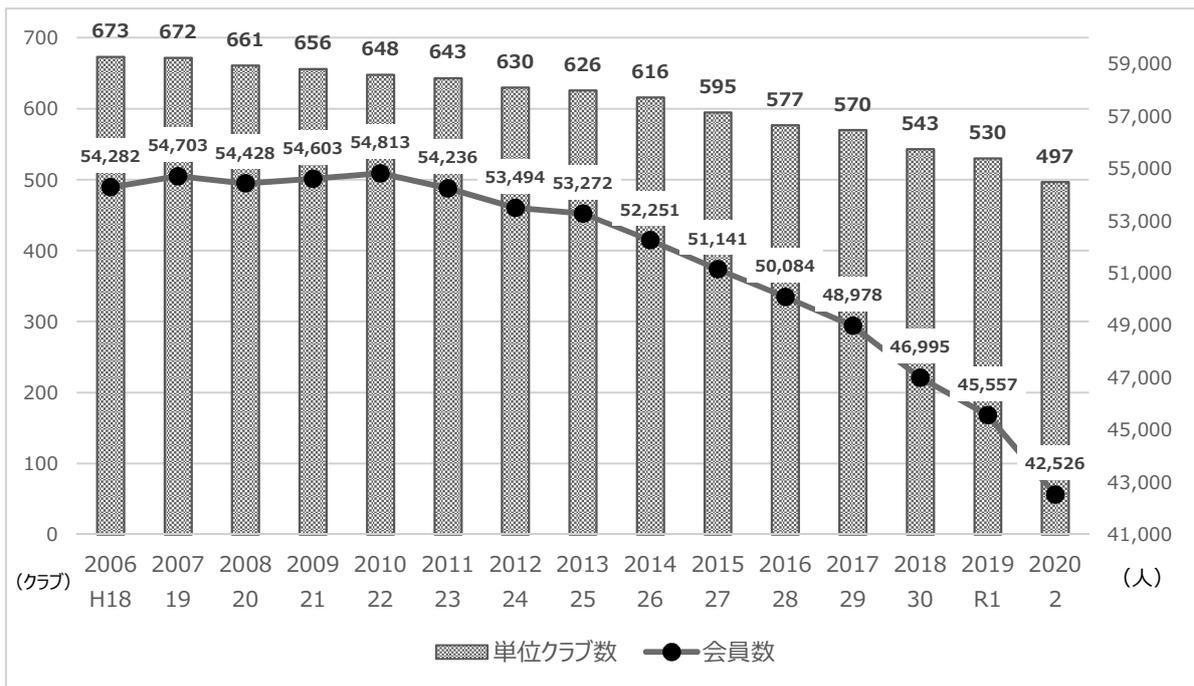
- ① 期間を決めず、又は1か月を超える期間を決めて雇われている者
- ② 日々又は1か月以内の期間を限って雇われている者のうち、前2か月にそれぞれ18日以上雇われた者

なお、重役、理事などの役員でも、部長、工場長などのように、常時勤務して、一般の労働者と同じ給与規則で毎月給与が支払われている者や、事業主の家族でも、常時その事業所に勤務し、他の労働者と同じ給与規則で毎月支払われている者は常用労働者に含まれる。

(2) 老人クラブ数と会員数の推移

単位老人クラブの数は、平成 18 年（2006 年）の市町合併により 673 クラブとなりましたが、以後は減少傾向にあります。会員数も平成 22 年（2010 年）の 54,813 人をピークに減少しています。高齢者の数は増加しているにもかかわらず、老人クラブ数及び会員数が減少しているのは、役員のなり手がいないため、解散する老人クラブが増加していることや、60 歳代の加入率が低いことなどが主な理由です。

図表 14 老人クラブ数と会員数の推移



資料：姫路市調査



老人クラブのブロック歩こう会

第2節 生涯現役アンケート調査の概要

本計画の策定に際しては、姫路市の中高齢者の意識・生活実態など生涯現役に関する現状を、市内の50歳以上を対象とした「生涯現役アンケート」によって把握し、検討の基礎資料として活用しました。調査の概要は以下のとおりです。

必要に応じて、平成25年及び平成21年に実施した同様の調査との比較を行います。

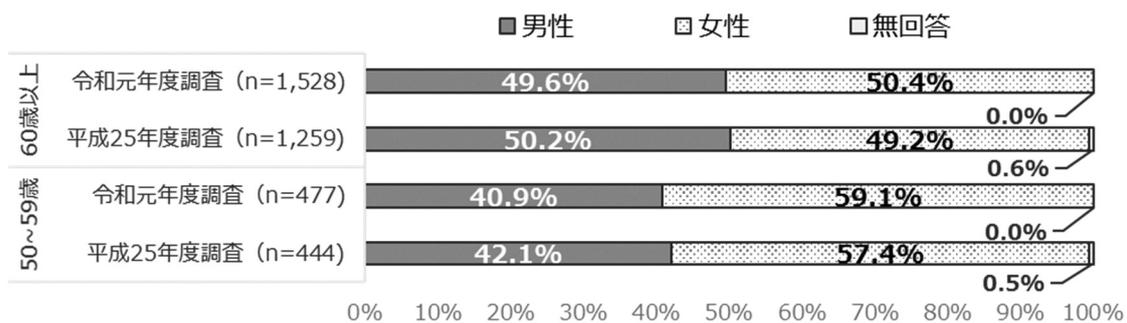
- 調査対象：市内に住所を有する50歳以上の人 3,500人
- 抽出方法：地域（日常生活圏域）の偏りを考慮した上で、対象者を50～54歳、55～59歳、60～64歳、65～69歳、70～74歳、75～79歳、80歳以上の7階層に分け、各階層ごとに男性250人、女性250人を無作為に抽出
- 調査期間：令和元年8月1日～同月30日
- 回収率：57.9%（回収数：2,025件/配布数：3,500件）

1 回答者の属性（性別・年齢）

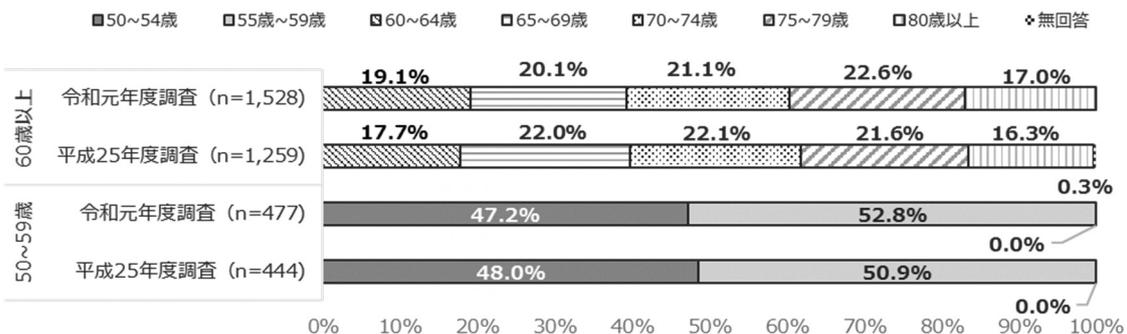
- 回答者の性別の構成は、平成25年調査と概ね同様の傾向となっており、60歳以上ではほぼ均等となっていますが、50歳代では女性が59.1%と若干多くなっています。
- 回答者の年齢の構成も、平成25年調査と概ね同様の傾向となっています。

図表 15 回答者の性別構成

※図中の「n」は、質問に対する回答者数を示しています(以下同様)。



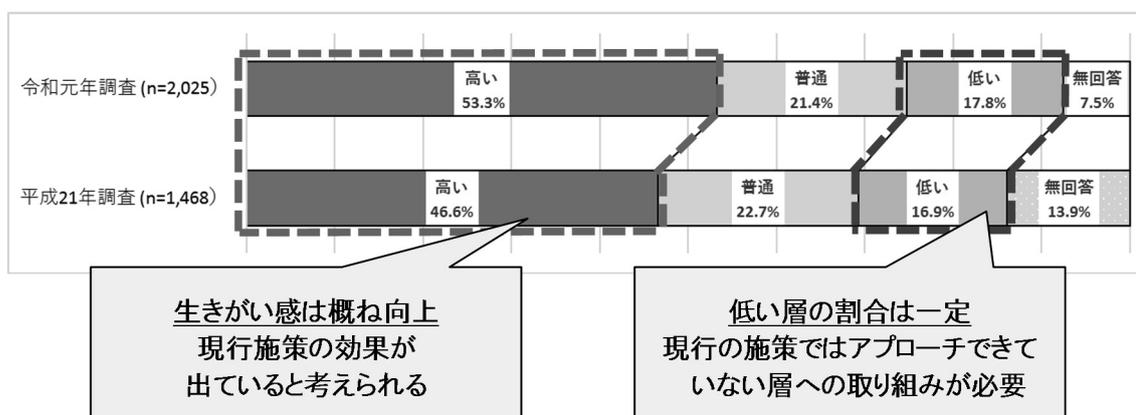
図表 16 回答者の年齢構成



2 生きがい感の状況

主観的な概念である「生きがい」を客観的に評価・把握するため、「高齢者向け生きがい感スケール（K-1式）※」を用いて定量的に算出したところ、「生きがい感」は過年度調査と比較して概ね向上しており、これまで本市が実施してきた各種施策が一定の効果を発揮していることがうかがえます。一方で「生きがい感」が「低い」と回答した人の割合が17.8%で、過年度調査とほぼ同様となっており、現在の施策ではアプローチできていない人への取組が今後の課題であると考えられます。

図表 17 生きがい感の推移



※高齢者向け生きがい感スケール（K-1式）とは

近藤勉氏（近畿医療福祉大学福祉学部教授（注））が作成した高齢者の生きがい感を測る尺度。高齢者の生きがい感を「なにごとにも目的をもって意欲的であり、人の役に立つ存在との自覚をもって生きていく張り合い意識。また、なにか向上した、人に認めてもらっていると思えるときにも感じられる意識」と定義し、「私には家庭の内または外で役割がある」、「私は家族や他人から期待され、頼りにされている」など計16項目の質問に対する回答を点数化して、その合計で生きがい感の高低を測る。

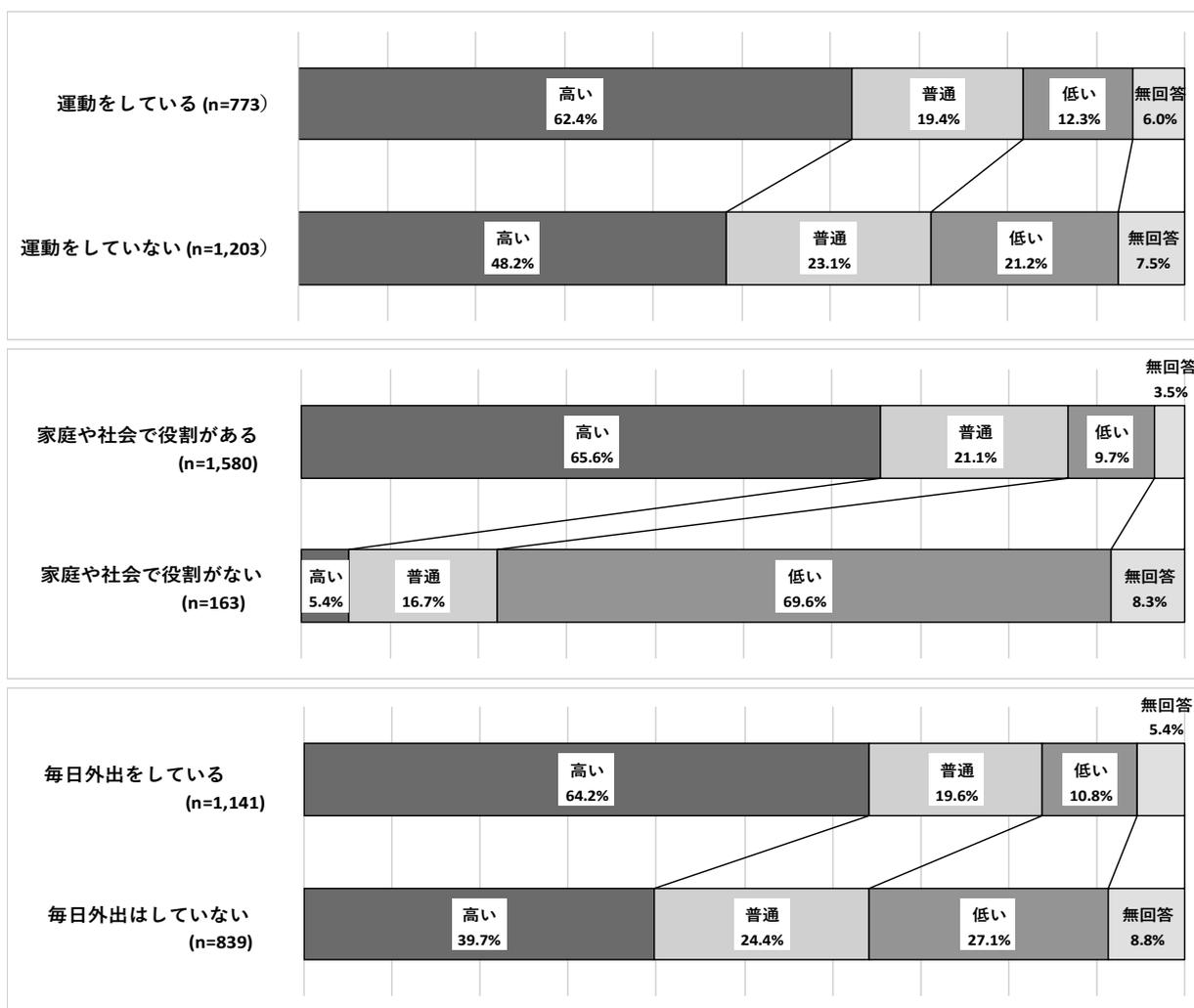
（注）近畿医療福祉大学（現神戸医療福祉大学）

3 生きがい感に影響を与えている要素

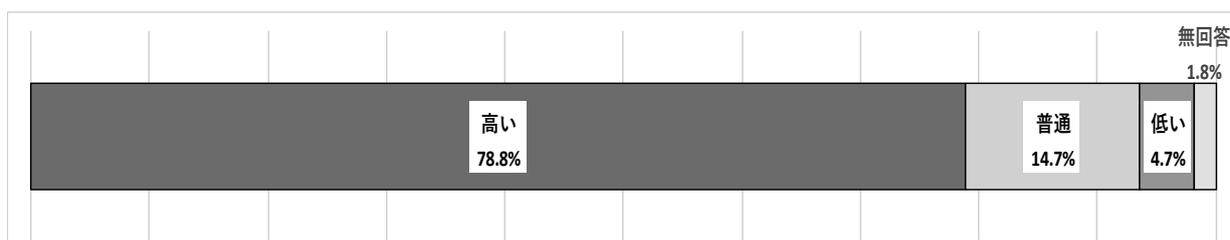
運動を行っている人、家庭や社会で役割がある人、外出頻度が高い人は生きがい感が高い傾向にあり、そのすべてに該当する人の生きがい感は、「高い」の割合が78%を超えています。

それぞれの要素をさらにみていくと、運動には健康が、家庭や社会での役割には仕事、外出にはコミュニケーションが関係しており、「健康・運動」、「役割・就労」、「外出・交流」が「生きがい感」へ影響を与えていることが示唆されています。

図表 18 生きがい感と運動、役割、外出の関係



図表 19 運動をし かつ 役割があり かつ 毎日外出をしている人 (n=449) の生きがい感



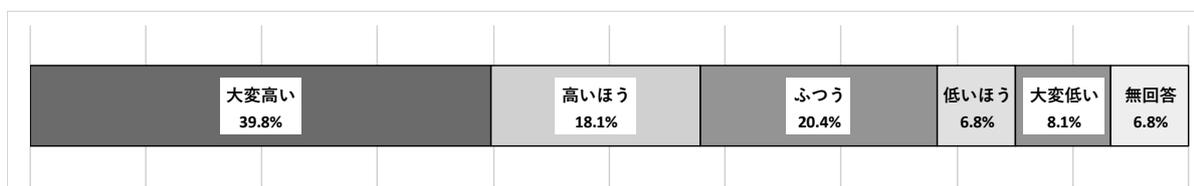
4 健康・運動への関心・取組状況

生きがい感が高い人ほど、健康のために何らかの取組を行っている傾向がみられます。

健康づくりへの関心は年代を問わず高く、全体の7～8割強の人が健康のために何らかの取組を実施していることが調査結果から示されています。一方で、「自分の健康」や「家族の健康」に心配や悩みを有している人も全体の5～6割程度を占めており、「健康のために取り組んでいることが十分な効果を発揮していない」、「健康や運動に関心はあるものの何をすればよいか分からない」といった状況が生じている可能性があるという課題が浮き彫りとなっています。

そのため、科学的な知見に基づいた効果的な健康づくりの提案等が有効であると考えられます。

図表 20 「健康のために何か取り組んでいる」と答えた人 (n=1,611) の生きがい感



図表 21 健康のために取り組んでいること

	n	食事の習慣や 内容の改善	運動	適切な睡眠 や休養	肥満、痩せすぎを 防ぐ体重調整	特にない
50代	477	41.1%	30.4%	37.3%	21.2%	23.1%
60代	599	45.9%	39.2%	42.6%	24.5%	17.4%
70代	669	48.3%	43.5%	42.2%	20.5%	15.5%
80代以上	260	42.3%	37.3%	43.8%	14.2%	17.7%

年代を問わず、7～8割強の人が健康のために何らかの取組を実施し、関心が高い

図表 22 現在の不安や悩みについて

	n	自分の健康 や病気	家族の健康 や病気	今後の生活費	親や親族の介護	子どもの将来	心配や悩みは 特にない
50代	477	52.2%	44.0%	52.6%	38.2%	38.8%	7.5%
60代	599	57.9%	49.2%	44.2%	21.2%	31.2%	9.5%
70代	669	65.8%	45.4%	34.4%	6.1%	21.4%	11.2%
80代以上	260	73.1%	41.2%	21.9%	3.5%	13.1%	12.3%

5割程度の人が「自分の健康」や「家族の健康」に不安がある

図表 23 関心がある地域や社会の課題

	n	高齢者に 関する課題	子ども・子育てに 関する課題	観光に関する 課題	防災・防犯に 関する課題	健康に 関する課題	関心がある地域や 社会の課題はない
50代	477	47.0%	28.9%	19.5%	33.1%	44.2%	9.0%
60代	599	47.4%	20.0%	20.7%	37.1%	52.8%	7.7%
70代	669	52.3%	10.0%	14.1%	33.5%	54.0%	7.0%
80代以上	260	52.7%	7.7%	7.3%	27.7%	46.2%	5.4%

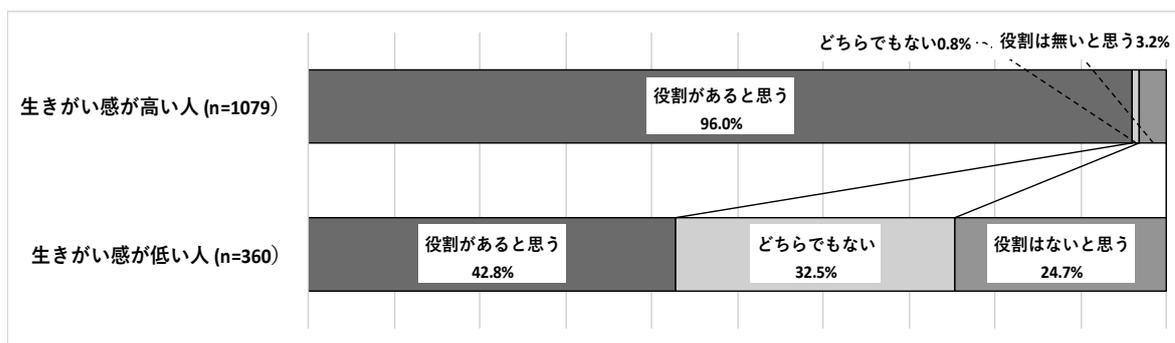
相当数の人が「健康に関する課題」を挙げている

5 役割・就労の状況

家庭や社会で役割をもち、貢献や自己成長の機会がある人ほど生きがい感が高い傾向があります。そのため、生きがい感の維持・向上に向けては、本人の自己実現に向けた「役割創出」の推進が有効であると考えられます。

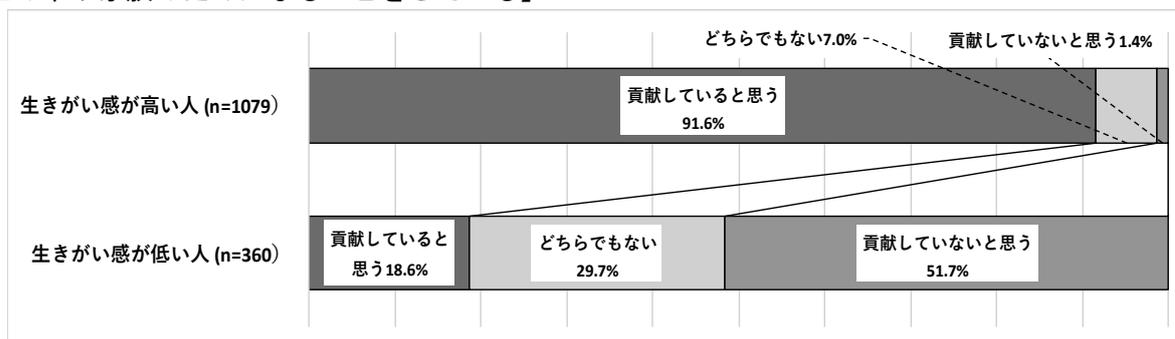
図表 24 生きがい感と役割の有無について

【家庭の中または外に役割がある】



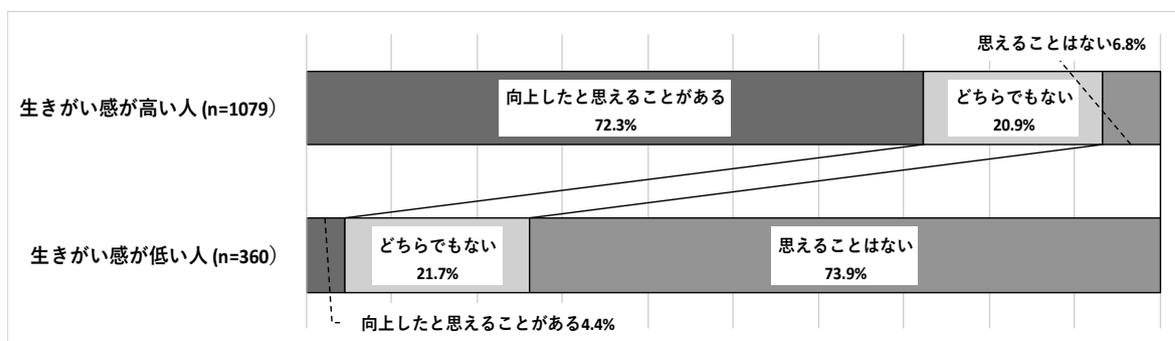
図表 25 生きがい感と社会への貢献・奉仕について

【世の中や家族のためになることをしている】



図表 26 生きがい感と向上心について

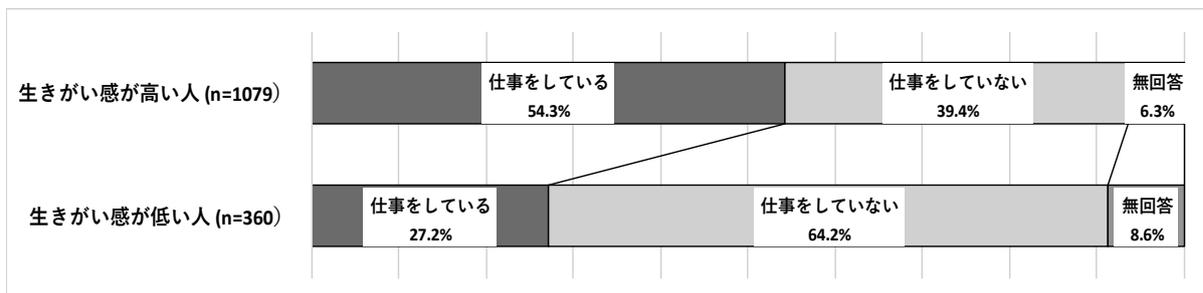
【自分が向上したと思えることがある】



特に社会における役割（活躍の場）については、定年制の延長や年金受給開始の延伸等の社会・経済の変化から、就業の有無（社会における役割）が生きがい感に影響を及ぼしていると考えられます。また、「元気なうちは健康の観点からも頑張っておきたい。」とする考え方が、各種アンケートの結果から示されています。

本調査結果では、65歳以上で就労意向のある人の内、40.1%が現在働いていないことが示されており、前述したような社会・経済状況を踏まえると、就労意向を持つ人と企業とのマッチング等、就労への機会創出など中長期的課題が浮き彫りになっています。

図表 27 生きがい感と就労状況について
【収入を伴う仕事についているか】（50代以上）



図表 28 何歳ぐらいまで仕事を続けたいか

※現在仕事をしている人を対象

	n	65歳くらいまで	70歳くらいまで	75歳くらいまで	80歳くらいまで	働けるうちはいつまでも	その他	無回答
50代	377	43.8%	18.8%	4.0%	0.5%	25.2%	6.6%	1.1%
60代	340	18.2%	40.6%	12.4%	2.4%	24.7%	1.5%	0.3%
70代	156	0.6%	3.2%	28.8%	13.5%	50.0%	2.6%	1.3%
80代以上	26	0.0%	0.0%	0.0%	3.8%	76.9%	7.7%	11.5%

図表 29 仕事をしている理由

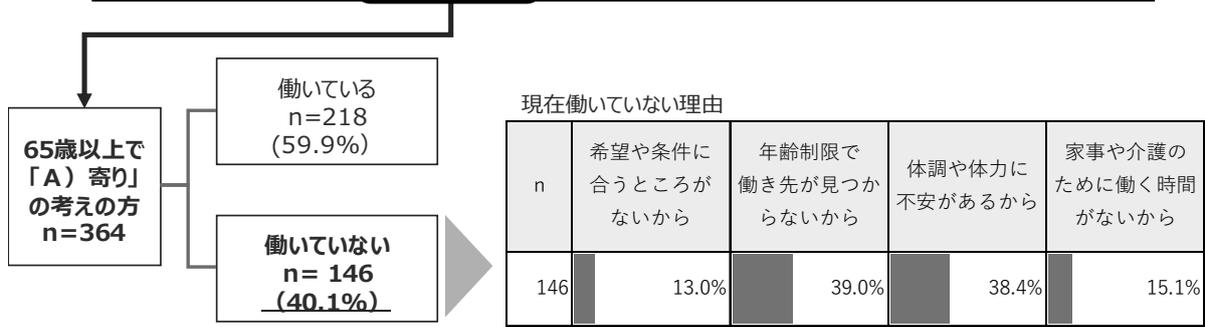
※現在仕事をしている人を対象

	n	収入を得たいから	仕事をするのは健康に良いから	経験や技術、知識を生かしたいから	社会や人の役に立ちたいから	何もしないでいると退屈だから	その他	無回答
50代	377	92.0%	16.2%	22.8%	25.5%	12.7%	5.0%	1.1%
60代	340	85.0%	37.6%	30.3%	24.4%	23.8%	3.8%	0.0%
70代	156	62.2%	45.5%	26.9%	20.5%	32.1%	6.4%	3.8%
80代以上	26	38.5%	53.8%	19.2%	15.4%	3.8%	11.5%	3.8%

図表 30 高齢者の就労意欲と就労状況 (65 歳以上の集計)

- A) 出来るだけ長く何らかの仕事についていたい
 B) 仕事にはつかず自分のために時間を使いたい

	n	A 寄り	どちらでもない	B 寄り	無回答
60-64	292	54.8%	14.7%	27.7%	2.7%
65-69	307	42.0%	17.3%	39.1%	1.6%
70-74	323	33.1%	19.5%	42.7%	4.6%
75歳以上	606	28.4%	23.3%	42.9%	5.4%

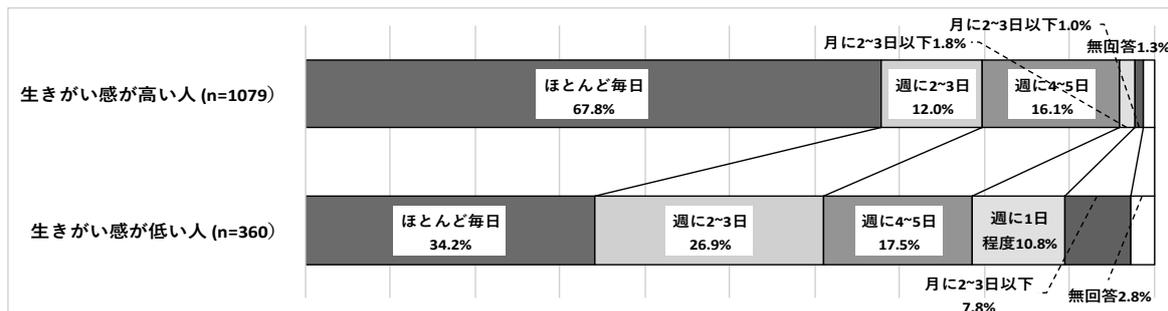


6 外出・交流の状況

生きがい感が高い人ほど外出頻度が高く、また、多くの人とコミュニケーションをとる機会を持ちたいと考えている傾向があります。そのため、生きがい感の維持・向上に向けては、「外出」や「交流」などの社会参加の機会の充実が重要であると考えられます。

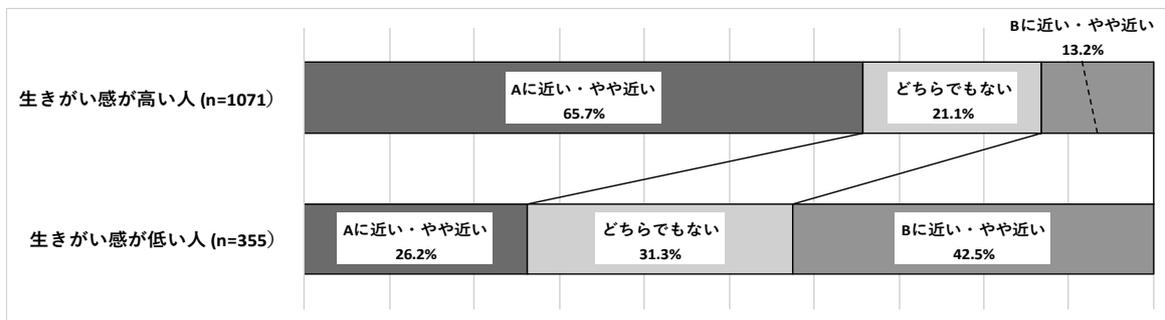
本調査結果では、外出し交流する先として、趣味、健康、スポーツ、学習・教養関係のサークルや団体への参加意向が特に高い傾向がみられます。

図表 31 生きがい感と外出頻度について



図表 32 生きがい感とコミュニケーションをとる機会

- A) 多くの人とコミュニケーションをとる機会を持ちたい
- B) なるべく人とのコミュニケーションをとらず静かに暮らしたい



図表 33 各種団体や組織への参加状況及び参加意向

	n	ぜひ参加したい / 参加している	機会があれば参加したい	あまり参加したくない	参加したくない	無回答
老人クラブ	2,025	12.0%	15.2%	28.7%	34.5%	9.6%
町内会・自治会	2,025	21.8%	16.3%	32.2%	20.6%	9.1%
趣味のサークル・団体	2,025	16.3%	36.9%	18.5%	18.4%	9.9%
健康・スポーツのサークル・団体	2,025	12.9%	35.9%	21.7%	18.8%	10.8%
学習・教養のサークル・団体	2,025	8.0%	34.3%	25.2%	21.2%	11.3%
市民活動団体 (NPO等※)	2,025	2.8%	20.2%	34.5%	29.5%	12.9%
ボランティア団体 (社会奉仕団体)	2,025	6.8%	27.3%	30.0%	25.0%	10.9%
商工会・同業者団体	2,025	2.0%	7.8%	33.7%	42.8%	13.7%
退職者の組織 (OB会)	2,025	5.7%	13.8%	29.7%	37.6%	13.2%
シルバー人材センターなどの生産・就業組織	2,025	4.0%	20.0%	29.2%	34.6%	12.3%

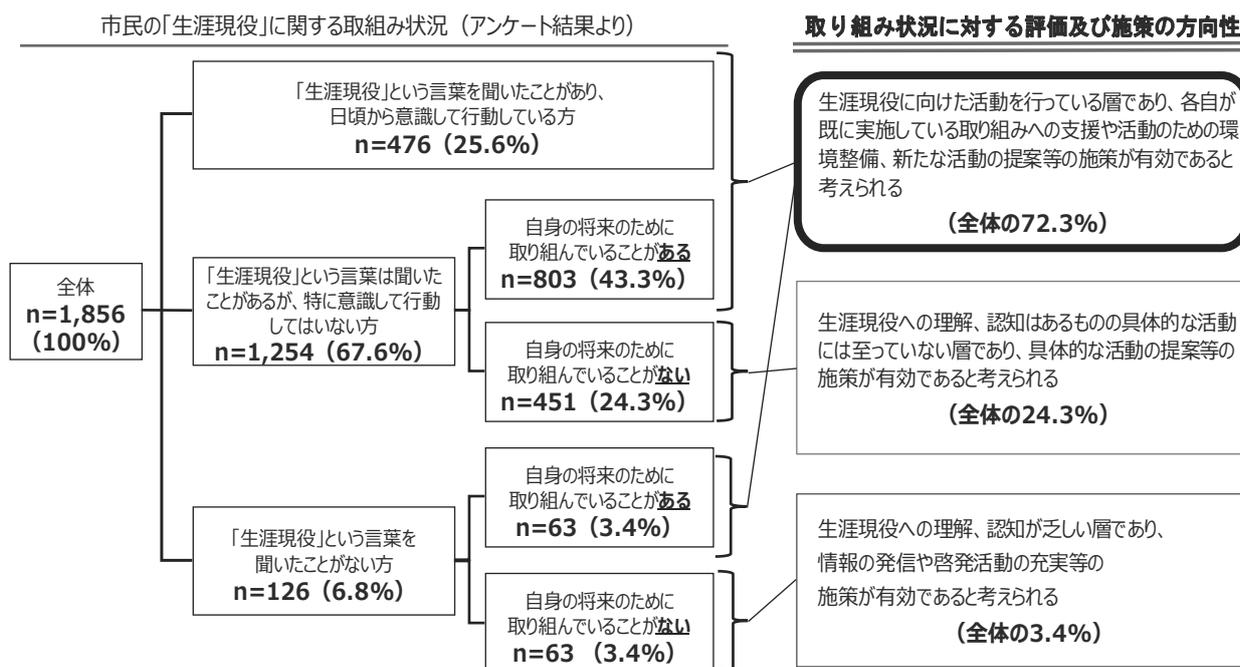
7 「生涯現役」に関する取組状況

「生涯現役」に関する取組状況をみると、意識的、無意識的に関係なく、生涯現役に向けた具体的な活動を行っている人が全体の7割強を占める結果となっており、「生涯現役」の考え方は市民へ十分に浸透していることが調査結果から示唆されています。

しかしながら、全体の3.4%の人には、積極的な意識啓発が必要と考えられ、今後は「意識啓発」を継続しつつ、より具体的な活動の提案に関する施策の検討も併せて推進していくことが求められると考えられます。

※以下は、「生涯現役」という言葉の認知、「生涯現役」を意識しての行動の実施状況、自分の将来のための取組の実施状況に関する設問への回答を組み合わせた分析結果を掲載。

図表 34 「生涯現役」に関する取組状況とその評価及び施策の方向性



※n数は関連する質問の有効回答数（n=1,856）のため、本調査の有効回収数（2,025人）とは一致しない

第4章 施策の体系

第1節 施策の体系

1 新たな施策の体系

生涯現役アンケート調査では、「健康・運動」、「役割・就労」、「外出・交流」が「生きがい感」へ影響を与えていることが示唆されました。

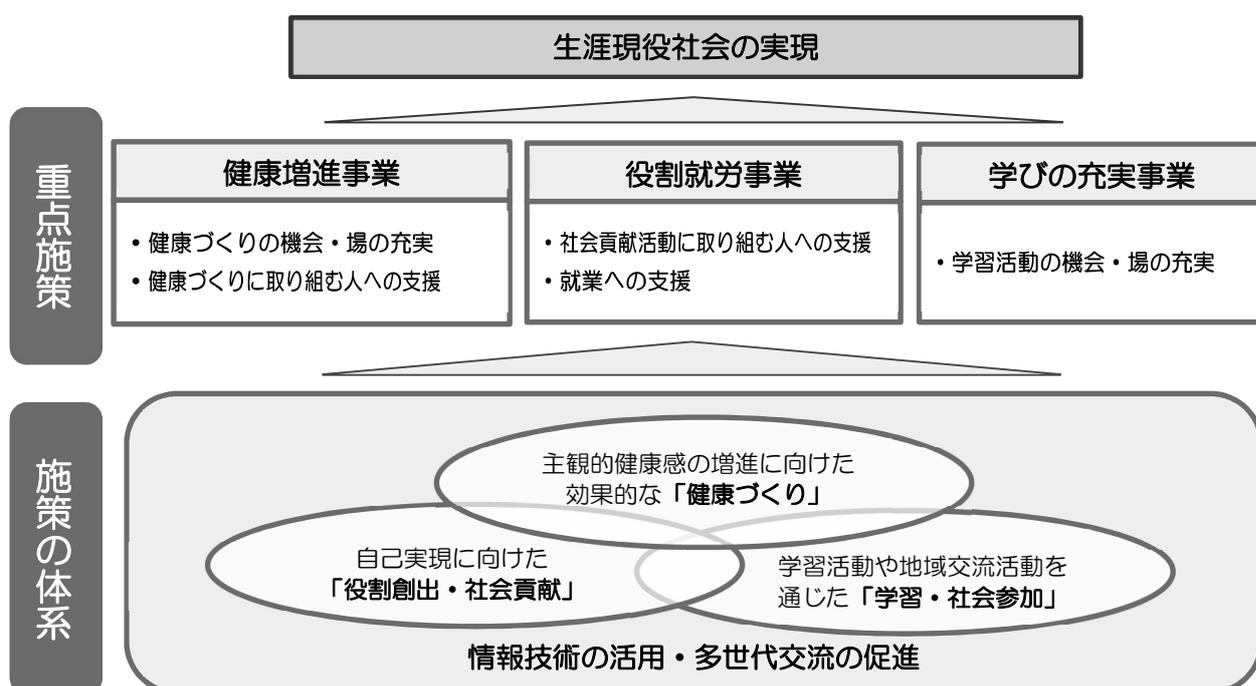
「健康・運動」に関しては、多くの人々が健康に関心を持ち、具体的な健康づくりを行っている一方で、自分や家族の健康状態に不安を抱えている人が多いことから、「健康づくり」に関する施策が有効であると考えられます。

「役割・就労」に関しては、社会貢献や自己成長の機会がある人ほど生きがい感が高い傾向がみられたことから、特に社会における役割（活躍の場）について、体調や体力に応じて行うことができる地域での役割や仕事の創出に向け、「役割創出・社会貢献」に関する施策が有効であると考えられます。

「外出・交流」に関しては、外出頻度が高い人、周囲の人との交流が積極的な人ほど生きがい感が高い傾向がみられたことから、外出や交流（社会参加）する機会の充実に向け、「学習・社会参加」に関する施策が有効であると考えられます。

これらのことから、本計画では、主観的健康感の増進に向けた効果的な「健康づくり」、自己実現に向けた「役割創出・社会貢献」、学習活動や地域交流事業を通じた「学習・社会参加」を新たな施策の3つの柱とし、生涯現役社会を実現するための施策の体系として構築します。

また、新たな施策の体系を推進する中で、AIやIoT等の情報技術の活用を検討するほか、多世代交流を促進する事業を推進していきます。



2 重点施策

本計画では、「生涯現役」の更なる推進に向けて、新たな施策の体系（大分類）から紐づく施策（中分類）のうち、「健康増進事業」、「役割就労事業」、「学びの充実事業」の3事業を重点施策に位置付け、関連する施策の拡充・充実を図ります。

(1) 健康増進事業

① 重点施策に位置付ける趣旨

「健康」は生きがいを構成する重要な要素です。市民の誰もが「主観的健康感」を良好な状態に保ち、「自分らしい生涯現役」を謳歌する社会の実現に向け、自主的な健康増進活動に関連した施策の充実を図ります。

② 関連する施策

- 健康づくりの機会・場の充実
- 健康づくりに取り組む人への支援

(2) 役割就労事業

① 重点施策に位置付ける趣旨

生活の中に「役割」を見出し、自分が必要とされていると感じることは生きがい感の向上につながると考えられます。「役割」にはさまざまな形があり、たとえ病気や障害があっても、誰もが自分自身の「役割」を見出すことができるよう、社会貢献活動を継続・発展させるための支援や就業に関連した施策の充実を図ります。

② 関連する施策

- 社会貢献活動に取り組む人への支援
- 就業への支援

(3) 学びの充実事業

① 重点施策に位置付ける趣旨

新しいことを学ぶこと、経験や学びの成果を地域や周囲の人に還元することは生きがい感の向上につながると考えられます。自身の関心や目的に応じて学習し、又、発表することにより、学習成果を実感できる活動の場の充実を図ります。

② 関連する施策

- 学習活動の機会・場の充実

生涯現役社会を実現するための施策の体系

生涯現役社会を実現するための施策の体系		
施策（大分類）	施策（中分類）	施策（小分類）
1 健康づくり	(1) 健康づくりの機会・場の充実 【重点施策・健康増進事業】	① 運動する機会・場の充実 ② 科学的知見に基づいた健康づくり
	(2) 健康づくりに取り組む人への支援 【重点施策・健康増進事業】	① 相談窓口の設置 ② 健康づくりの担い手への支援 ③ 活動資金の支援
	(3) 健康づくりに関する意識啓発	① 情報提供や意識啓発
2 役割創出・ 社会貢献	(1) 社会貢献活動の機会・場の充実	① ボランティア活動の機会・場の充実
	(2) 社会貢献活動に取り組む人への支援 【重点施策・役割就労事業】	① 相談窓口の設置 ② 活動への参加促進 ③ コーディネート組織の設置 ④ 活動資金の支援 ⑤ 活動に関する情報提供 ⑥ 老人クラブ活動への支援
	(3) 就業への支援 【重点施策・役割就労事業】	① 就業機会の提供 ② 就業に関する相談等 ③ 企業への働きかけ
	(4) 起業・開業への支援	① 起業・開業への支援
3 学習・ 社会参加	(1) 学習活動の機会・場の充実 【重点施策・学びの充実事業】	① 学習する機会・場の充実 ② 生涯学習大学校・好古学園大学校の充実 ③ 展示会、発表会の開催
	(2) 学習活動に取り組む人への支援	① 相談窓口の設置 ② 学習成果を生かす機会の提供
	(3) 情報の活用	① 総合的な情報提供 ② 情報格差の解消
	(4) 社会参加への促進	① 交流する機会・場の充実 ② 社会的孤立の防止と地域支え合い活動の推進 ③ 高齢者の外出促進

第2節 施策の展開

1 健康づくり

健康は、すべての活動の基礎です。心と体の健康づくりを通して、さまざまな活動への意欲を高めることができます。

本市では、たとえ病気や障害があっても、「主観的健康感」を良好な状態に保つことにより、「自分らしい生涯現役」を実現することができると考えており、すべての人に「健康づくり」に取り組んでいただきたいと考えています。

生涯現役アンケートでは、「健康づくり」への関心が年代を問わず高く、健康のために何らかの取組をしている人が多数を占める一方で、「健康のために取り組んでいることが十分な効果を発揮していない」、「健康づくりに関心はあるものの何をすればよいか分からない」といった状況が生じている可能性が示唆されています。

これらのことから、健康づくりについては、科学的知見に基づいた健康づくりを含め、活動の機会や場を充実させるとともに、健康づくりに取り組む人への支援や意識啓発など幅広い取組を推進します。

(1) 健康づくりの機会・場の充実

重点施策・健康増進事業

健康づくりに関する講座等の開催や日常的に運動する機会や場の充実を図り、心と体の健康づくりを行います。また、科学的知見に基づいた効果的な健康づくりを通じて、運動習慣を身につける取組を進めます。

① 運動する機会・場の充実

▶ 高齢者スポーツ大会の開催

姫路市老人クラブ会員を対象に、スポーツ大会を開催する。

▶ 生涯現役体操教室の実施

年齢や体力を問わず、気軽に身体を動かせる「生涯現役ガンバルンバ体操」や、さまざまな運動を行う教室を開催する。

▶ 市民歩こう会の実施

市内各ブロックで歩こう会を開催する。

▶ 地域スポーツ振興事業の実施

各校区スポーツクラブ 21 の地域スポーツ振興事業部門が中心となり、各種イベントを実施する。

▶ 地域スポーツクラブの活動支援

各校区スポーツクラブ 21 で構成された姫路市スポーツクラブ 21 協議会を通じて、クラブ相互の交流事業を行う。

➤ 各種体育施設・健康づくり施設の運営

市民が各自の年齢や体力に応じ、気軽に健康づくりに取り組める施設を運営する。

➤ 市民会館・地区市民センターの運営

教養講座（健康づくり・音楽・芸術等）の開設や貸館業務など、地域のコミュニティ施設として、市民会館・地区市民センターを運営する。



生涯現役体操教室の実施

② 科学的知見に基づいた健康づくり

➤ シニア健康づくり事業の実施

市内大学や民間企業等と連携し、科学的知見に基づいた効果的な健康プログラム講座の開催や健康づくりイベント等を開催する。

(2) 健康づくりに取り組む人への支援

重点施策・健康増進事業

健康づくり活動を継続・発展させていくためには、活動に対する支援が必要です。健康づくりに取り組む人に対する相談窓口の設置や活動資金の支援を行うほか、地域における自主的な健康づくりを推進する「健康づくりの担い手」への支援を行います。

① 相談窓口の設置

➤ 介護予防普及啓発事業の実施

地域において高齢者がいつまでも元気であること（介護予防）の必要性に関する健康教育や健康相談を実施する。

➤ 健康増進のための啓発・教育・相談の充実

適切な食生活や運動、禁煙、口腔の手入れ、フレイル予防等、望ましい生活習慣についての知識を普及させるため、健康教育や健康相談を実施する。

② 健康づくりの担い手への支援

- 食生活改善ボランティアリーダーの養成
姫路いずみ会のリーダー養成の講習会を開催する。
- スポーツ指導者養成講習会の開催
地域においてスポーツを推進する指導者を対象とした講習会を開催する。
- 高齢者の自主的な健康づくり活動への支援
「いきいき百歳体操」を住民に提案し、地域住民が主体となった健康づくり・介護予防活動を実践できるよう支援する。

③ 活動資金の支援

- 老人クラブ活動への助成 ※健康増進事業のみ抜粋
老人クラブが実施するさまざまな活動に対し助成を行う。

(3) 健康づくりに関する意識啓発

健康づくりへの取組を促すため、外出が困難な場合でも在宅でできる運動プログラムの動画配信のほか、介護予防や食生活・禁煙・口腔の手入れ、フレイル予防等の望ましい生活習慣に関する知識を普及させるため、健康づくりに関する情報提供や意識啓発を図ります。

① 情報提供や意識啓発

- 地域放送メディアや動画配信を通じた運動講座の実施
ケーブルテレビやインターネット動画配信を通して、高齢者向けの運動を紹介し、高齢者が自主的に健康づくりに取り組めるように支援する。
- 介護予防普及啓発事業の実施（再掲 P. 37）
- 健康増進のための啓発・教育・相談の充実（再掲 P. 37）



高齢者向け運動番組「めざそう生涯現役!ひめじ」

2 役割創出・社会貢献

家庭や社会で役割を担い、「こうしたい」、「こうなりたい」、「これを実現したい」という目的意識を持って活動を行うことは、生きがい感の向上や自己実現に寄与すると考えられます。

長年培ってきた知識や経験・技術を有する高齢者は、伝統文化の継承や地域課題の解決などの役割を果たすことが期待されています。社会の担い手として、自らの能力を十分生かして活躍できるよう、社会貢献活動の機会や場を充実させるとともに、社会貢献活動を継続・発展させるための支援を行います。

また、人口減少時代を迎え、労働力人口の減少が懸念される中、高齢者の活躍が期待されています。生涯現役アンケートによると、65歳以上で就労意向のある方のうち40.1%は、「年齢制限で働き先が見つからない」、「体調や体力に不安がある」との理由で働いておらず、就労の実現に向けては、個々に応じた多様な働き方の機会創出が課題となっています。

今後、高齢者の就労意向がますます高まっていくことを踏まえて、それぞれのライフスタイルや希望に応じた働き方で、能力や経験を生かしながら働き、活躍できる環境を整えることは、高齢者の就業を支援する上で重要であると考えます。

高齢者の就労に対するニーズが変化する中、企業に対し高齢者の雇用促進・雇用環境の整備を働きかけ、高齢者の就労意欲に応えると共に、起業・開業への支援を行い、就労を通じた自己実現に向け「役割創出」を推進します。

(1) 社会貢献活動の機会・場の充実

地域課題の解決や特色ある地域づくりの担い手として活躍できるよう、子育て支援や国際交流に関するボランティアなど、社会貢献活動の機会や場の充実を図ります。

① ボランティア活動の機会・場の充実

➤ 見守りウォーキングの実施

日常生活の中で気軽に実施できる「ながら見守り」による地域の見守り力向上を目的とした、ボランティア登録制度を運用する。

➤ 住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためのボランティア活動の充実

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように「あんしんサポーター」がボランティア活動を行う。

➤ スクールヘルパー制度の推進

小学校・特別支援学校において、地域ボランティア「スクールヘルパー」が登下校時の声かけ、校内巡回等の活動を行う。

➤ 各種ボランティアの活用（観光、国際交流、文化振興、美術館、文学館）

市が実施する事業・イベントに協力するボランティアを募集・活用する。

(2) 社会貢献活動に取り組む人への支援

重点施策・役割就労事業

社会貢献活動への意欲を持つ人が、活動を始めきっかけとなる講座等を開催するとともに、活動に関する相談窓口の設置や活動資金の支援を行います。また、コーディネート組織により、活動したい市民や団体と、活動を必要としている市民等とのマッチングを図るほか、活動に関する情報提供等を行います。社会貢献活動の担い手として重要な役割を果たしている老人クラブへも、活動がより活発になるよう支援を行います。

① 相談窓口の設置

➤ 市民活動に関する相談機能の充実

ボランティアや NPO 活動に関する相談を受け、活動への参加機会の拡充を図る。

➤ 生涯現役推進専門員の配置

生涯現役に関する相談に応じ、活動のコーディネートを行う専門員を配置する。

② 活動への参加促進

➤ 見守りウォーキングの実施（再掲 P. 39）

➤ 市民活動に関する講座・研修会の開催

市民活動に対する啓発や参加促進を目的とした講座・研修会を実施する。

➤ 地域の新しい担い手づくりの推進

自ら地域課題を見つけ、解決する力を持つ「新しい担い手」を養成するための講座等を開催する。

➤ 食生活改善ボランティアリーダーの養成（再掲 P. 38）

➤ スポーツ指導者養成講習会の開催（再掲 P. 38）

③ コーディネート組織の設置

➤ 個人ボランティア登録制度の実施

ボランティアに関する情報提供を行う個人登録制度を実施する。

➤ 生涯現役人材バンクの設置

長年培った知識や経験、技術を持つ高齢者を登録し、その能力を求める市民とのマッチングを行う。

➤ ファミリーサポートセンター事業の充実

子育ての援助を受けたい人と援助を行いたい人を登録し、子育ての援助活動を行う。

④ 活動資金の支援

➤ **こども見守り隊への助成**

連合自治会等の団体が行う通学路の立番や防犯パトロール等の活動に対し助成する。

➤ **提案型協働事業の実施**

市民と行政が協働して行う事業の提案を募集し、選定された事業に対して補助する。



登下校時のこども見守り活動

⑤ 活動に関する情報提供

➤ **市民活動団体登録制度の実施**

市民活動団体の登録制度を実施し、情報や交流機会を提供する。

➤ **市民活動に関する情報の収集・提供**

市民活動に関する情報を収集し、さまざまな媒体を活用して提供する。

➤ **生涯現役の推進に貢献している団体の表彰**

生涯現役を推進する活動を行っている団体を表彰し、その取組を全市に広げる。

⑥ 老人クラブ活動への支援

➤ **アドバイザー派遣事業の実施**

老人クラブ活動の課題の解決や活性化のために、アドバイザーを派遣する。

➤ **老人クラブ活動への助成（再掲 P. 38）**

➤ **老人クラブの加入促進活動への支援**

老人クラブの加入促進活動を支援する。

➤ **老人憩の家整備補助事業の実施**

老人クラブの活動拠点を充実させるため、備品購入費を補助する。

(3) 就業への支援

重点施策・役割就労事業

高齢者の希望に合う多様な働き方の促進や、高齢者の就業機会を提供しているシルバー人材センター等への支援を行うほか、就業に関する相談等を行います。

また、改正高年齢者雇用安定法により、制度として定年延長が進められる中、高齢者の雇用促進と雇用環境の整備を図るため、企業に対し、定年の引上げや継続雇用、勤務体系の弾力化などを働きかけます。

① 就業機会の提供

➤ 高齢者の希望にあった多様な働き方の促進

高齢者の雇用に積極的な事業所を認定し、就職支援サイト「JOB播磨」へ掲載し、高齢者と企業のマッチングを促進する。また、ハローワーク等関係機関と連携しながら、高齢者の希望に合った多様な働き方を促進する。

➤ シルバー人材センターへの支援

シルバー人材センター事業の活性化を支援するため、運営費等を助成する。

② 就業に関する相談等

➤ 姫路しごと支援センター、雇用アドバイザーの活用、雇用情報の提供

姫路しごと支援センターにおいて、就職に関する相談等の支援を行う。また、雇用アドバイザーによる雇用相談や求人情報の提供を行うとともに、弁護士や社会保険労務士による労働相談を行う。

③ 企業への働きかけ

➤ 高齢者の雇用に関する企業への働きかけ

定年の引上げや継続雇用、勤務体系の弾力化等、高齢者の雇用促進・雇用環境整備等の取組を企業に働きかける。

➤ 高齢者の希望にあった多様な働き方の促進（再掲 P. 42）

(4) 起業・開業への支援

起業・開業しようとする人に対する支援として、起業を支援する講座を充実させます。

① 起業・開業への支援

➤ 起業を支援する講座の充実

起業家を育成する創業・起業セミナーや起業家フォローアップセミナーを、関係機関と連携し開催する。

3 学習・社会参加

平均寿命の伸長と価値観の変化により、市民一人ひとりの余暇の過ごし方は多様化しています。生涯現役アンケート調査でも、趣味や健康、教養といったサークル・団体活動に参加している、もしくは、参加意向があると回答した人の割合は40%を超えています。

学習意欲を持つ人が、学習活動により自己を高め、学びの成果を地域や社会の活動に生かして活躍できるよう、学習活動の機会・場の充実と、学習活動を継続・発展させるための支援を行います。

また、ICT機器の利用率が低い傾向にある高齢者が、急速な技術革新やグローバル化の進展による社会・経済の変化に対応し、社会的課題に適切に対応できるよう、個人や社会のニーズに応じた学習機会の提供と、情報格差の解消に向けた取組を推進します。

生涯現役社会を実現するためには、高齢者が積極的な社会参加の姿勢を持つことはもちろん、高齢者の周りにはいる市民一人ひとりがこの姿勢に応え、協力することが必要です。高齢者が地域交流の場に参加しやすい環境づくりに取り組み、外出促進や地域の支え合い活動を推進することにより、生涯現役で過ごすことの大切さをあらゆる世代に伝えていきます。

(1) 学習活動の機会・場の充実

重点施策・学びの充実事業

学習活動を通じて知識・教養を深めるとともに、学習活動の場に参加することにより、人との出会い、交流が生まれます。年齢を重ねても、人生がより豊かになっていくことが実感できるよう、学習活動の機会や場の充実を図ります。また、活動へのモチベーションを高めるため、展示会や発表会など日頃の活動の成果を発表する機会の充実を図ります。

① 学習する機会・場の充実

➤ シニアオープンカレッジの開催

概ね50歳以上の人を対象に市内の大学が開設する公開講座に対し支援する。

➤ 生涯現役応援講座の開催

生涯現役をめざして自分らしくいきいきとした生活が送れるよう応援するための講座を開催する。

➤ 高齢者消費者被害防止講座の開催

高齢者を対象にした市政出前講座を実施し、最新の相談事例や契約の知識、悪質商法の手口、クーリングオフ制度などの知識を深めてもらい、消費者被害等の防止を図る。

➤ **農業体験研修事業の実施**

農業の多様な担い手を育成する農業研修「ひめじ帰農塾」と、市政出前講座などを活用した栽培講座「ひめじ楽園塾」、また研修修了生から栽培指導ボランティア「ひめじアグリダー」を育成する。

➤ **市民教養講座の開催**

歴史講座、現代社会講座を開催する。

➤ **公民館活動の充実**

教養講座、地域講座、文化講座の充実を図る。

② 生涯学習大学校・好古学園大学校の充実

➤ **生涯学習大学校活動の充実**

生涯学習大学校講座の充実を図る。

➤ **好古学園大学校活動の充実**

好古学園大学校講座の充実を図る。



生涯学習大学校の陶芸本科コース

③ 展示会、発表会の開催

➤ **高齢者作品展の開催**

60歳以上の市民による絵画、書、工芸等の作品展を開催する。

➤ **高齢者芸能発表会の開催**

60歳以上の市民グループによる音楽やダンス等の発表会を開催する。

(2) 学習活動に取り組む人への支援

学習活動を行う人が、学習を継続し、発展させるため、活動に対する支援を行います。

活動に関する相談専門員を配置するとともに、学習等を通じて得た成果を生かすことができる機会の提供を行います。

① 相談窓口の設置

- 生涯現役推進専門員の配置（再掲 P. 40）

② 学習成果を生かす機会の提供

- 市民農園・レクリエーションファームの充実
市民農園・レクリエーションファームの充実を図る。
- 生涯現役人材バンクの設置（再掲 P. 40）



生涯現役人材バンク登録者による人形劇の披露

(3) 情報の活用

生涯現役に関するさまざまな情報を、より分かりやすく、効果的に伝えるため、インターネットによる情報提供を行うほか、啓発用冊子やコミュニティFMなど多様な媒体を用いて情報発信を行います。

また、今後ますますデジタル技術を活用した社会変革（DX：デジタルトランスフォーメーション）が進むと考えられる中、高齢者もデジタル技術を積極的に活用し、日常生活をより豊かなものにできるよう、情報格差の解消に取り組みます。

① 総合的な情報提供

- インターネットによる情報提供
生涯現役に関する情報を総合的に提供するポータルサイト「生涯現役ネットひめじ」を運営する。
- 啓発パンフレットによる情報提供
生涯現役に役立つ事業を紹介する冊子を作成し、配布する。
- コミュニティFM放送の活用
コミュニティFM放送を活用し、生涯現役に活躍する人の紹介や、生涯現役に関する情報を提供する。

② 情報格差の解消

- 高齢者消費者被害防止講座の開催（再掲 P. 43）
- 地域活動担い手パソコン講座の実施
地域活動担い手のためのパソコン講座を実施する。
- 生涯学習大学のパソコン講座等の充実
生涯学習大学のパソコン講座等の充実を図る。
- 好古学園大学校スマホ講座等の開催
好古学園大学校の教養講座において、情報格差の解消に繋がる講座を開催する。
- 公民館デジタル・ディバイド対策講座の開催
公民館でデジタル・ディバイド対策講座を開催し、情報格差の解消に繋げる。



地域活動担い手パソコン講座の開催

(4) 社会参加への促進

高齢者を含め、すべての人がいつまでも住み慣れた地域で生きがいをもって暮らすことができるよう、地域で交流できる機会や場の充実や、地域の支え合い活動を推進するとともに、高齢者の外出機会を創出し、社会参加を促進します。

① 交流する機会・場の充実

- 市民会館・地区市民センターの運営（再掲 P. 37）
- 高齢者交流施設の運営
高齢者の教養向上、健康増進、レクリエーションのため、香寺いきがいセンター、家島宮老人の家他 3 施設を運営する。
- 老人福祉センター等の運営
高齢者の教養向上、健康増進、レクリエーションのため、老人福祉センター等を運営する。

② 社会的孤立の防止と地域支え合い活動の推進

- **ひとり暮らし高齢者へのふれあい食事サービスの実施**
地域の高齢者のふれあい・交流を深め孤独感を解消し、生きがいの高揚を図るため、昼食を提供する。
- **高齢者の自主的な健康づくり活動への支援（再掲 P. 38）**
- **認知症サロンの充実**
認知症の人であるか否かに関わらず、地域の高齢者が自由に通うことができる「認知症サロン」を支援する。
- **認知症サポーターの養成**
地域や職域において認知症の人やその家族を支援する「認知症サポーター」を養成する。
- **地域包括支援センターの充実**
体の衰えや地域での暮らしに不安のある高齢者に対し、地域包括支援センターが相談・支援を行う。

③ 高齢者の外出促進

- **高齢者交通安全教室の開催**
参加体験型の学習を通して、交通安全意識の向上を図る。
- **公共交通のバリアフリー化の推進**
高齢者・障害者等に配慮した公共交通のバリアフリー化を推進する。
- **高齢者福祉優待カードの交付**
65歳以上の市民を対象に、市内の11施設が無料になる優待カードを交付する。
- **高齢者バス等優待乗車助成事業の実施**
75歳以上の市民を対象に、バス、鉄道、船舶、タクシー（タクシーは要介護2から5の人のみ）のうち、いずれか1つの交通機関の優待乗車券を交付する。

第5章 計画（アクションプラン）の進行管理

本計画を着実に推進するため、アクションプランに掲げる事業について、計画（Plan）、実施（Do）、評価（Check）、改善（Action）を行う仕組みを構築し、計画の進行管理を行います。このPDCAサイクルによる進行管理に当たっては、次の視点を取り入れるものとします。

1 数値目標の設定

事業の評価を行うためには、その基準となる目標を設定することが重要です。

各事業のうち、その成果を定量的に測ることができるものについては、アクションプラン終了年度における「数値目標」を設定します。数値目標の設定が困難である事業については、事業を実施することで達成すべき状態を示す「達成目標」を設定します。また、事業の評価に当たっては、事業への参加者の満足度や寄せられた意見なども参考にします。

2 2つのPDCAサイクルの設定

PDCAサイクルによる進行管理を、年度とアクションプラン期間の2つのサイクルで行います。

まず、各事業について、年度ごとに実施、評価を行い、進捗状況に応じて内容修正を行うなど改善を図ります。

アクションプラン期間終了時には、設定した数値目標又は方向性に照らして事業実績の評価を行い、それまでの取組を総括し、生涯現役社会の実現に向け、今後取り組むべき事業や実施手法などを検討します。

3 評価及び改善内容の公表

各事業について実施した評価及び改善の内容を、年度ごと及びアクションプラン終了年度時に把握し、公表します。

II アクションプラン編

姫路市生涯現役推進計画 アクションプラン

1 健康づくり

(1) 健康づくりの機会・場の充実

重点施策・健康増進事業

① 運動する機会・場の充実

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
高齢者スポーツ大会の開催	姫路市老人クラブ会員を対象に、スポーツ大会を開催する。	生涯現役推進室	出場校区率	99%	100%
生涯現役体操教室の実施	年齢や体力を問わず、気軽に身体を動かせる「生涯現役ガンバルンパ体操」や、さまざまな運動を行う教室を開催する。	生涯現役推進室	定員充足率	100%	100%
市民歩こう会の実施	市内各ブロックで歩こう会を開催する。	スポーツ振興室	参加者数	570人	600人
地域スポーツ振興事業の実施	各校区スポーツクラブ 21 の地域スポーツ振興事業部門が中心となり、各種イベントを実施する。	スポーツ振興室	実施校区数	71校区	71校区
地域スポーツクラブの活動支援	各校区スポーツクラブ 21 で構成された姫路市スポーツクラブ 21 協議会を通じて、クラブ相互の交流事業を行う。	スポーツ振興室	交流大会の参加者数	1,173人	1,200人
各種体育施設・健康づくり施設の運営	市民が各自の年齢や体力に応じ、気軽に健康づくりに取り組める施設を運営する。	エコパークあぼし	利用者数 (網干健康増進センター(健康づくり施設))	132,131人	170,000人
		保健福祉政策課	利用者数 (すこやかセンター(健康づくり施設))	110,736人	179,000人
		高齢者支援課	利用者数 (夢前福祉センター(健康づくり施設))	62,213人	65,000人
		スポーツ振興室	利用者数 (総合スポーツ会館等 30 施設)	1,255,711人	130万人
市民会館・地区市民センターの運営	教養講座(健康づくり・音楽・芸術等)の開設や貸館業務など、地域のコミュニティ施設として、市民会館・地区市民センターを運営する。	生涯現役推進室	利用率	54%	60%

② 科学的知見に基づいた健康づくり

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
シニア健康づくり事業の実施	市内大学や民間企業等と連携し、科学的知見に基づいた効果的な健康プログラム講座の開催や健康づくりイベント等を開催する。	生涯現役推進室	科学的知見に基づいた効果的な健康プログラム講座等が実施でき、多世代交流しながら健康増進事業ができています。		

(2) 健康づくりに取り組む人への支援

重点施策・健康増進事業

① 相談窓口の設置

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
介護予防普及啓発事業の実施	地域において高齢者がいつまでも元気であること(介護予防)の必要性に関する健康教育や健康相談を実施する。	地域包括支援課	講演会・相談会の開催回数(いきいき百歳体操を除く。)	570回	750回
健康増進のための啓発・教育・相談の充実	適切な食生活や運動、禁煙、口腔の手入れ、フレイル予防等、望ましい生活習慣についての知識を普及させるため、健康教育や健康相談を実施する。	保健所健康課	健康教育の実施回数	104回	110回

② 健康づくりの担い手への支援

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
食生活改善ボランティアリーダーの養成	姫路いずみ会のリーダー養成の講習会を開催する。	保健所健康課	受講者数	18人	20人
スポーツ指導者養成講習会の開催	地域においてスポーツを推進する指導者を対象とした講習会を開催する。	スポーツ振興室	受講者数	501人 (H27～R元累計)	550人 (R3～R8累計)
高齢者の自主的な健康づくり活動への支援	「いきいき百歳体操」を住民に提案し、地域住民が主体となった健康づくり・介護予防活動を実践できるよう支援する。	地域包括支援課 保健所健康課	自主活動グループ数	465グループ	600グループ

③ 活動資金の支援

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
老人クラブ活動への助成	老人クラブが実施するさまざまな活動に対し助成を行う。 ※健康増進事業のみ抜粋	生涯現役推進室	助成校区率 (生涯現役地域活動助成事業のうち、健康増進事業)	—	80%

(3) 健康づくりに関する意識啓発

① 情報提供や意識啓発

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
地域放送メディアや動画配信を通じた運動講座の実施	ケーブルテレビやインターネット動画配信を通して、高齢者向けの運動を紹介し、高齢者が自主的に健康づくりに取り組めるように支援する。	生涯現役推進室	高齢者向けの運動番組を毎日放送し、多くの人が自主的に健康づくりに取り組んでいる。		
介護予防普及啓発事業の実施 ※再掲	地域において高齢者がいつまでも元気であること(介護予防)の必要性に関する健康教育や健康相談を実施する。	地域包括支援課	講演会・相談会の開催回数(いきいき百歳体操を除く。)	570回	750回
健康増進のための啓発・教育・相談の充実 ※再掲	適切な食生活や運動、禁煙、口腔の手入れ、フレイル予防等、望ましい生活習慣についての知識を普及させるため、健康教育や健康相談を実施する。	保健所健康課	健康教育の実施回数	104回	110回

2 役割創出・社会貢献

(1) 社会貢献活動の機会・場の充実

① ボランティア活動の機会・場の充実

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
見守りウォーキングの実施	日常生活の中で気軽に実施できる「ながら見守り」による地域の見守り力向上を目的とした、ボランティア登録制度を運用する。	危機管理室	登録者の活動の促進を図ることで、地域における「ながら見守り」活動が定着し、地域の見守り力が向上している。		
住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためのボランティア活動の充実	高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように「あんしんサポーター」がボランティア活動を行う。	地域包括支援課	あんしんサポーター登録者数	312人	900人
スクールヘルパー制度の推進	小学校・特別支援学校において、地域ボランティア「スクールヘルパー」が登下校時の声かけ、校内巡回等の活動を行う。	健康教育課	登録者数	16,500人	15,000人
各種ボランティアの活用(観光、国際交流、文化振興、美術館、文学館)	市が実施する事業・イベントに協力するボランティアを募集・活用する。	観光推進課	登録者数	868人	950人
		文化国際課	ボランティア登録人数・養成講座参加人数	(国際交流) 1,358人	(国際交流) 1,400人
		文化国際課		(文化振興) 56人	(文化振興) 50人
		美術館総務課	ボランティア活動の満足度を高め、美術館の運営を支える重要なスタッフとして活動している。		
		姫路文学館学芸課	1月あたりのボランティア活動人数(延べ)	80人	70人

(2) 社会貢献活動に取り組む人への支援

重点施策・役割就労事業

① 相談窓口の設置

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
市民活動に関する相談機能の充実	ボランティアやNPO活動に関する相談を受け、活動への参加機会の拡充を図る。	市民活動推進課	相談件数	386件	410件
生涯現役推進専門員の配置	生涯現役に関する相談に応じ、活動のコーディネートを行う専門員を配置する。	生涯現役推進室	生涯現役に関する講演活動のほか、相談内容に応じた情報提供や関係機関の紹介など、生涯現役で過ごすための支援が行っている。		

② 活動への参加促進

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
見守りウォーキングの実施 ※再掲	日常生活の中で気軽に実施できる「ながら見守り」による地域の見守り力向上を目的とした、ボランティア登録制度を運用する。	危機管理室	登録者の活動の促進を図ることで、地域における「ながら見守り」活動が定着し、地域の見守り力が向上している。		
市民活動に関する講座・研修会の開催	市民活動に対する啓発や参加促進を目的とした講座・研修会を実施する。	市民活動推進課	受講者数	93人	120人
地域の新しい担い手づくりの推進	自ら地域課題を見つけ、解決する力を持つ「新しい担い手」を養成するための講座等を開催する。	生涯現役推進室	受講者数	163人 (H27～R元累計)	180人 (R3～R8累計)
食生活改善ボランティアリーダーの養成 ※再掲	姫路いずみ会のリーダー養成の講習会を開催する。	保健所健康課	受講者数	18人	20人
スポーツ指導者養成講習会の開催 ※再掲	地域においてスポーツを推進する指導者を対象とした講習会を開催する。	スポーツ振興室	受講者数	501人 (H27～R元累計)	550人 (R3～R8累計)

③ コーディネート組織の設置

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
個人ボランティア登録制度の実施	ボランティアに関する情報提供を行う個人登録制度を実施する。	市民活動推進課	登録者数	430人	450人
生涯現役人材バンクの設置	長年培った知識や経験、技術を持つ高齢者を登録し、その能力を求める市民とのマッチングを行う。	生涯現役推進室	マッチング件数	110件	120件
ファミリーサポートセンター事業の充実	子育ての援助を受けたい人と援助を行いたい人を登録し、子育ての援助活動を行う。	こども支援課	60歳以上の提供・両方会員(子育ての援助を行う人)の数	186人	250人

④ 活動資金の支援

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
こども見守り隊への助成	連合自治会等の団体が行う通学路の立番や防犯パトロール等の活動に対し助成する。	危機管理室	助成地区数	72団体	73団体
提案型協働事業の実施	市民と行政が協働して行う事業の提案を募集し、選定された事業に対して補助する。	市民活動推進課	高齢者関係の採択件数	11件 (H27～R元累計)	12件 (R3～R8累計)

⑤ 活動に関する情報提供

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
市民活動団体登録制度の実施	市民活動団体の登録制度を実施し、情報や交流機会を提供する。	市民活動推進課	登録団体数	388団体	420団体
市民活動に関する情報の収集・提供	市民活動に関する情報を収集し、さまざまな媒体を活用して提供する。	市民活動推進課	市民活動ネットひめじへのアクセス数	17,903件	25,000件
生涯現役の推進に貢献している団体の表彰	生涯現役を推進する活動を行っている団体を表彰し、その取組を全市に広げる。	生涯現役推進室	受賞団体数	20団体 (H27～R元累計)	24団体 (R3～R8累計)

⑥ 老人クラブ活動への支援

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
アドバイザー派遣事業の実施	老人クラブ活動の課題の解決や活性化のために、アドバイザーを派遣する。	市民活動推進課	アドバイザーを派遣するための人材確保ができ、活動を活性化するための方向づくりができる状態になっている。		
老人クラブ活動への助成 ※再掲	老人クラブが実施するさまざまな活動に対し助成する。	生涯現役推進室	助成校区率 (生涯現役地域活動助成事業のうち、地域活動事業)	72%	80%
老人クラブの加入促進活動への支援	老人クラブの加入促進活動を支援する。	生涯現役推進室	会員数	44,720 人	45,000 人
老人憩の家整備補助事業の実施	老人クラブの活動拠点を充実させるため、備品購入費を補助する。	生涯現役推進室	補助申請率	91%	95%

(3) 就業への支援

重点施策・役割就労事業

① 就業機会の提供

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
高齢者の希望にあった多様な働き方の促進	高齢者の雇用に積極的な事業所を認定し、就職支援サイト「JOB播磨」へ掲載し、高齢者と企業のマッチングを促進する。	生涯現役推進室 労働政策課	働きたい高齢者が、自身の経験や能力を生かし、希望に合った仕事に就けるような仕組みが整備されている。		
	ハローワーク等関係機関と連携しながら、高齢者の希望に合った多様な働き方を促進する。	労働政策課			
シルバー人材センターへの支援	シルバー人材センター事業の活性化を支援するため、運営費等を助成する。	労働政策課	会員数	2,546 人	2,500 人

② 就業に関する相談等

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
姫路しごと支援センター、雇用アドバイザーの活用、雇用情報の提供	姫路しごと支援センターにおいて、就職に関する相談等の支援を行う。また、雇用アドバイザーによる雇用相談や求人情報の提供を行うとともに、弁護士や社会保険労務士による労働相談を行う。	労働政策課	相談件数	1,190 件	1,000 件

③ 企業への働きかけ

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
高齢者の雇用に関する企業への働きかけ	定年の引上げや継続雇用、勤務体系の弾力化等、高齢者の雇用促進・雇用環境整備等の取組を企業に働きかける。	労働政策課	高齢者の活用・雇用促進のための環境が整備されている。		
高齢者の希望にあった多様な働き方の促進 ※再掲	高齢者の雇用に積極的な事業所を認定し、就職支援サイト「JOB播磨」へ掲載し、高齢者と企業のマッチングを促進する。	生涯現役推進室 労働政策課	働きたい高齢者が、自身の経験や能力を生かし、希望に合った仕事に就けるような仕組みが整備されている。		

(4) 起業・開業への支援

① 起業・開業への支援

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
起業を支援する講座の充実	起業家を育成する創業・起業セミナーや起業家フォローアップセミナーを、関係機関と連携し開催する。	産業振興課	55歳以上の受講者数	33名	36名

3 学習・社会参加

(1) 学習活動の機会・場の充実

重点施策・学びの充実事業

① 学習する機会・場の充実

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
シニアオープンカレッジの開催	概ね50歳以上の人を対象に市内の大学が開設する公開講座に対し支援する。	企画政策推進室	講座数	5講座	5講座
生涯現役応援講座の開催	生涯現役をめざして自分らしくいきいきとした生活が送れるよう応援するための講座を開催する。	男女共同参画推進センター	定員充足率	100%	100%
高齢者消費者被害防止講座の開催	高齢者を対象にした市政出前講座を実施し、最新の相談事例や契約の知識、悪質商法の手口、クーリングオフ制度などの知識を深めてもらい、消費者被害等の防止を図る。	消費生活センター	講座回数	40回	50回
農業体験研修事業の実施	農業の多様な担い手を育成する農業研修「ひめじ帰農塾」と、市政出前講座などを活用した栽培講座「ひめじ楽園塾」、また研修修了生から栽培指導ボランティア「ひめじアグリリーダー」を育成する。	農業振興センター	受講者数	ひめじ帰農塾 初心者コース 33人 経験者コース 31人 野菜コース 12人 果樹コース 10人 花苗・鉢花コース 7人 ひめじ楽園塾 1,162人 ひめじアグリリーダー 登録者数 9人	ひめじ帰農塾 座学コース 60人 野菜コース 10人 果樹コース 10人 花苗・鉢花コース 10人 ひめじ楽園塾 1,000人 ひめじアグリリーダー 登録者数 10人
市民教養講座の開催	歴史講座、現代社会講座を開催する。	生涯学習課	受講者数	2,062人	1,900人
公民館活動の充実	教養講座、地域講座、文化講座の充実を図る。	生涯学習課	受講者数	439,985人	480,000人

② 生涯学習大学校・好古学園大学校の充実

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
生涯学習大学校活動の充実	生涯学習大学校講座の充実を図る。	生涯学習大学校	在籍者数	2,344人	2,600人
好古学園大学校活動の充実	好古学園大学校講座の充実を図る。	好古学園大学校	在籍者数	1,804人	1,950人

③ 展示会、発表会の開催

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
高齢者作品展の開催	60歳以上の市民による絵画、書、工芸等の作品展を開催する。	生涯現役推進室	出展作品数	378点	400点
高齢者芸能発表会の開催	60歳以上の市民グループによる音楽やダンス等の発表会を開催する。	生涯現役推進室	出演グループ数	52グループ	60グループ

(2) 学習活動に取り組む人への支援

① 相談窓口の設置

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
生涯現役推進専門員の配置 ※再掲	生涯現役に関する相談に応じ、活動のコーディネートを行う専門員を配置する。	生涯現役推進室	生涯現役に関する講演活動のほか、相談内容に応じた情報提供や関係機関の紹介など、生涯現役で過ごすための支援が行っている。		

② 学習成果を生かす機会の提供

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
市民農園・レクリエーションファームの充実	市民農園・レクリエーションファームの充実を図る。	農政総務課	入園率	80%	90%
生涯現役人材バンクの設置 ※再掲	長年培った知識や経験、技術を持つ高齢者を登録し、その能力を求める市民とのマッチングを行う。	生涯現役推進室	登録件数	143件	150件

(3) 情報の活用

① 総合的な情報提供

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
インターネットによる情報提供	生涯現役に関する情報を総合的に提供するポータルサイト「生涯現役ネットひめじ」を運営する。	生涯現役推進室	アクセス数	26,997 件	54,000 件
啓発パンフレットによる情報提供	生涯現役に役立つ事業を紹介する冊子を作成し、配布する。	生涯現役推進室	啓発冊子を多くの人に配布し、活用してもらうことにより、市民の生涯学習や社会参加が促進されている。		
コミュニティFM放送の活用	コミュニティ FM 放送を活用し、生涯現役に活躍する人の紹介や、生涯現役に関する情報を提供する。	生涯現役推進室 生涯学習大学校 好古学園大学校	出演回数	12 回	12 回

② 情報格差の解消

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
高齢者消費者被害防止講座の開催 ※再掲	高齢者を対象にした市政出前講座を実施し、最新の相談事例や契約の知識、悪質商法の手口、クーリングオフ制度などの知識を深めてもらい、消費者被害等の防止を図る。	消費生活センター	講座回数	40 回	50 回
地域活動担い手パソコン講座の実施	地域活動担い手のためのパソコン講座を実施する。	生涯現役推進室	受講者数	—	180 人 (R3～R8 累計)
生涯学習大学校のパソコン講座等の充実	生涯学習大学校のパソコン講座等の充実を図る。	生涯学習大学校	参加者数	204 人	216 人
好古学園大学校スマホ講座等の開催	好古学園大学校の教養講座において、情報格差の解消に繋がる講座を開催する。	好古学園大学校	定員充足率	—	80%
公民館デジタル・ディバイド対策講座の開催	公民館でデジタル・ディバイド対策講座を開催し、情報格差の解消に繋げる。	生涯学習課	講座の実施回数	—	68 回

(4) 社会参加への促進

① 交流する機会・場の充実

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
市民会館・地区市民センターの運営 ※再掲	教養講座(健康づくり・音楽・芸術等)の開設や貸館業務など、地域のコミュニティ施設として、市民会館・地区市民センターを運営する。	生涯現役推進室	利用率	54%	60%
高齢者交流施設の運営	高齢者の教養向上、健康増進、レクリエーションのため、香寺いきがいセンター、家島宮老人の家他3施設を運営する。	生涯現役推進室	利用者数	12,222人	13,000人
老人福祉センター等の運営	高齢者の教養向上、健康増進、レクリエーションのため、老人福祉センター等を運営する。	生涯現役推進室	利用者数 (楽寿園、家島老人福祉センター、香寺健康福祉センター)	58,323人	65,100人
		保健福祉政策課	利用者数 (すこやかセンター(老人福祉センター))	67,767人	80,000人
		高齢者支援課	利用者数 (夢前福祉センター(老人福祉支援施設))	3,930人	6,000人

② 社会的孤立の防止と地域支え合い活動の推進

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
ひとり暮らし高齢者へのふれあい食事サービスの実施	地域の高齢者のふれあい・交流を深め孤独感を解消し、生きがいの高揚を図るため、昼食を提供する。	高齢者支援課	地域の高齢者の食生活が改善され、地域の人とのふれあい・交流が深まり、ひとり暮らし高齢者の孤独感が解消され、生きがいの高揚が実現されている。		
高齢者の自主的な健康づくり活動への支援 ※再掲	「いきいき百歳体操」を住民に提案し、地域住民が主体となった健康づくり・介護予防活動を実践できるよう支援する。	地域包括支援課 保健所健康課	自主活動グループ数	465 グループ	600 グループ
認知症サロンの充実	認知症の人であるか否かに関わらず、地域の高齢者が自由に通うことができる「認知症サロン」を支援する。	地域包括支援課	認知症サロン数	98 グループ (R2年10月)	118 グループ
認知症サポーターの養成	地域や職域において認知症の人やその家族を支援する「認知症サポーター」を養成する。	地域包括支援課	認知症サポーター数	40,039 人 (累計)	50,500 人 (累計)
地域包括支援センターの充実	体の衰えや地域での暮らしに不安のある高齢者に対し、地域包括支援センターが相談・支援を行う。	地域包括支援課	地域包括ケアシステムの中核機関として、高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けられるようにマネジメントを行うことができている。		

③ 高齢者の外出促進

事業名	事業概要	担当課	数値目標 又は 達成目標		
			指標	最新実績値 (令和元年度)	目標値 (令和8年度)
高齢者交通安全教室の開催	参加体験型の学習を通して、交通安全意識の向上を図る。	危機管理室	受講者数	6,244 人	6,600 人
公共交通のバリアフリー化の推進	高齢者・障害者等に配慮した公共交通のバリアフリー化を推進する。	保健福祉政策課	公共交通のバリアフリー化に要する費用の一部を助成することで、バリアフリー化を促進し、高齢者や障害者を含むすべての人が公共交通を容易に利用できるようになっている。		
高齢者福祉優待カードの交付	65歳以上の市民を対象に、市内の11施設が無料になる優待カードを交付する。	高齢者支援課	延べ利用者数	64,017 人	83,000 人
高齢者バス等優待乗車助成事業の実施	75歳以上の市民を対象に、バス、鉄道、船舶、タクシー(タクシーは要介護2から5の人のみ)のうち、いずれか1つの交通機関の優待乗車券を交付する。	高齢者支援課	事業を継続して実施することで、高齢者の外出を促進し、高齢者の社会参加と生きがいづくりに資することができる。		

參考資料

資料 1 策定検討体制と策定経過

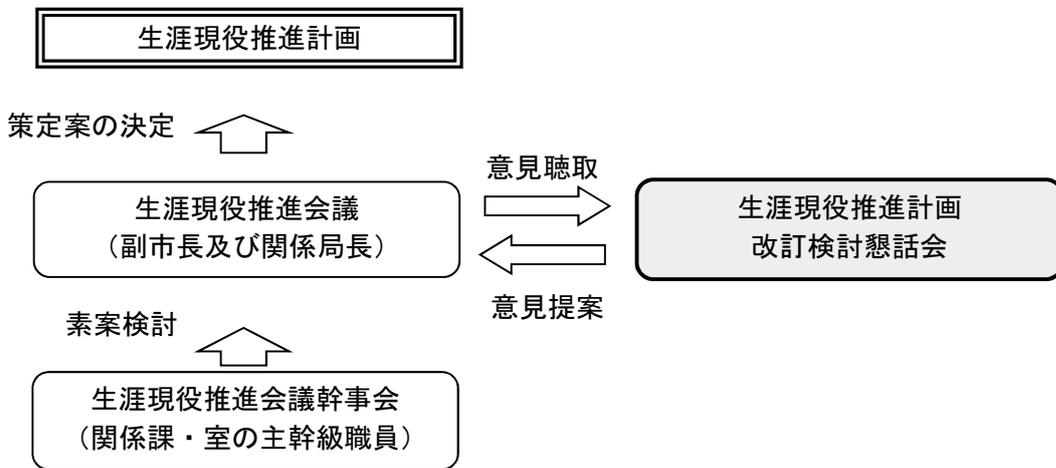
策定検討体制

(1) 生涯現役推進計画改訂検討懇話会

関係者から広く意見、助言等を求めるため、学識経験者、各種団体の代表、公募市民等で構成する懇話会を組織

(2) 生涯現役推進会議

庁内の意見調整を図るため、副市長及び関係局長で構成する会議を開催。会議には下部組織として、関係課・室の主幹級職員で構成する幹事会を開催



策定経過

	令和2年 7月	8月	9月	10月	11月	12月	令和3年 1月	2月	3月
基本計画改訂検討					→				
アクションプラン検討					→				
懇話会の開催	第1回 7/14			第2回 10/9	第3回 11/13				
パブリック・コメント						実施期間 12/21~1/29			
計画書作成			素案作成		→			修正	☆ 完成

懇話会等の開催状況

	開催日		内容
	懇話会	推進会議・幹事会	
第1回	令和2年7月14日	令和2年6月1日 (書面での意見集約)	これまでの取組、基本計画改訂及びアクションプランの策定方針等について
第2回	令和2年10月9日	令和2年8月31日 (幹事会開催)	施策の展開、計画の進行管理について
第3回	令和2年11月13日	令和2年11月2日 (推進会議開催)	姫路市生涯現役推進計画(案)について

懇話会等委員名簿

(1) 姫路市生涯現役推進計画改訂検討懇話会

(順不同、敬称略)

区分	氏名	肩書き等
学識経験者・座長	内田 勇人	兵庫県立大学 教授
学識経験者・副座長	森崎 直子	姫路大学 教授
各種団体、各分野の代表	伊藤 孝	姫路市連合自治会 副会長
	岩田 稔恵	姫路市連合婦人会 会長
	宇治 貞子	姫路市老人クラブ連合会 副会長
	玉田 恵美	NPO法人 姫路コンベンションサポート 理事長
	竹本 朋代	姫路聖マリア病院 リハビリテーション技術課
	林 尚秀	姫路市社会福祉協議会 副理事長
	西井 健滋	姫路商工会議所 事務局次長兼総務部長
	長谷川 義晃	姫路市シルバー人材センター 常務理事
公募市民	湯谷 達秀	公募市民
	大内 和恵	公募市民

(2) 姫路市生涯現役推進会議

座長	市民局を担当する副市長
構成員	市長公室長
	環境局長
	健康福祉局長
	こども未来局長
	観光スポーツ局長
	産業局長
	教育次長
	市民局長

(3) 姫路市生涯現役推進会議幹事会

ア 代表幹事 生涯現役推進室長

イ 幹事

(7) 健康づくり部会

幹事	エコパークあぼし所長が指名する職員
	保健福祉政策課長
	高齢者支援課長
	地域包括支援課長
	保健所健康課長
	スポーツ振興室長が指名する職員
	生涯現役推進室長が指名する職員

(4) 役割創出・社会貢献部会

幹事	危機管理室長が指名する職員
	市民活動推進課長
	地域包括支援課長
	保健所健康課長
	こども支援課長
	観光推進課長
	文化国際課長
	スポーツ振興室長が指名する職員
	産業振興課長
	労働政策課長
	健康教育課長
	美術館総務課長
	姫路文学館学芸課長
生涯現役推進室長が指名する職員	

(7) 学習・社会参加部会

幹事	企画政策推進室長が指名する職員
	危機管理室長が指名する職員
	男女共同参画推進センター館長
	市民総合相談室長が指名する職員
	生涯学習大学校事務長
	好古学園大学校事務長
	保健福祉政策課長
	高齢者支援課長
	地域包括支援課長
	保健所健康課長
	農政総務課長
	農業振興センター所長
	生涯学習課長
	生涯現役推進室長が指名する職員

資料 2 用語解説

あ行

用語	解説
IOT	Internet of Things の略で、「モノのインターネット」と呼ばれる。自動車、家電、ロボット、施設などあらゆるモノがインターネットにつながり、情報のやりとりをすることで、モノのデータ化やそれに基づく自動化等が進展し、新たな付加価値を生み出す。
ICT	Information & Communication Technology の略。情報通信技術。ICT 機器の身近な例として、パソコン、携帯電話、スマートフォン、タブレット端末などがある。
新しい生活様式	長期間にわたって感染拡大を防ぐために、飛沫感染や接触感染、さらには近距離での会話への対策を、日常生活に定着させ、持続させること。
アドバイザー派遣事業	地縁系の市民活動団体による課題解決に向けた取組に対し、助言を行う専門家を派遣したり、団体が開催する研修会や講座などに講師を派遣する事業
あんしんサポーター	あんしんサポーターを養成するための研修を修了した者で、地域や介護保険施設等で高齢者自身の介護予防に資するボランティア活動を行う者。
いきいき百歳体操	高齢者が地域で取り組む介護予防を目的とした活動手段の一つ。生活に身近な場所で仲間とともにおもいを使った筋力体操を行うことによって、高齢者の身体機能の維持と近隣との関係の強化を目指した自助・互助活動。
一般世帯	「施設等の世帯」以外の世帯をいう。 「施設等の世帯」とは、学校の寮・寄宿舎の学生・生徒、病院・療養所などの入院者、社会施設の入所者、自衛隊の営舎内・艦船内の居住者、矯正施設の入所者などから成る世帯をいう。
AI	Artificial Intelligence の略。人口知能。
NPO	Non Profit Organization の略。ボランティア活動などの社会貢献活動を行う、営利を目的としない団体の総称

か行

介護予防	高齢者が要介護・要支援の状態とならないよう、又は要介護・要支援の状態になってもそれ以上悪化しないようにすること。
科学的知見	試験や調査などの研究結果から導かれた、科学的な裏付け（根拠）があること。エビデンス。
好古学園大学校	高齢者に生涯学習の場を提供し、その生きがいと社会参加の確保を図ることを目的に、昭和 45 年 8 月に開校。大学課程と大学院課程からなり、園芸科、陶芸科、書道科、史学科、美術科（洋画・木彫）、手芸科、音楽科、健康づくり学科の 8 学科がある。

用語	解説
高齢社会対策大綱	高齢社会対策基本法によって政府に作成が義務付けられたものであり、政府が推進する高齢社会対策の中長期にわたる基本的かつ総合的な指針となるもの。
高齢者交流施設	高齢者に対して、教養の向上及びレクリエーションのための場を提供することにより、高齢者の健康の増進を図り、また、高齢者等の生きがいを創造する活動を推進することを目的とする施設
こども見守り隊	地域におけるこどもの安全確保のため、地区連合自治会を中心とした防犯組織等により、通学路等のパトロールを実施する事業
コミュニティ	自主性と責任を自覚した人々が、問題意識を共有する者同士で自発的に結びつき、ニーズや課題に能動的に対応する人と人とのつながりの総体。同じ生活圏域に居住する住民の間で作られる地縁型コミュニティを特に地域コミュニティという。
コミュニティ FM	地域の活性化等に寄与することを目的として、超短波（FM）放送により市区町村の一部の区域において、地域の話題や行政、観光、交通等の地域に密着したきめ細かな情報等を提供するラジオ放送。姫路市では、平成 13 年（2001 年）8 月に「姫路シティ FM21（FM ゲンキ）」が開局し、生活情報や災害などの緊急情報などを提供している。

さ行

市政出前講座	市政や市民生活に身近な問題等をテーマにした講座で、市職員が申込みに応じて講師として各地域に出向いて実施する。
市民農園	野菜・花等を栽培できる大規模農園で、市内 3 箇所に開園している。駐車場、トイレ、休憩室、水道、農機具倉庫等を備えるほか、交流会や栽培講習会等のイベントも行われている。市が農地を借りて運営している。
社会保障費	政府の歳出の中で年金や医療、介護など社会保障にかかる経費のこと。
生涯学習大学校	18 歳以上の社会人に、生涯学習の場を提供し、知識や教養、技能を高め、地域社会の活性化に貢献することを目的に、昭和 56 年 4 月に開校。本科コースのほか、短期パソコン講座や公開講座など、さまざまな講座を開設している。
生涯現役地域活動助成事業	各校区単位で実施する事業で、地域住民との交流を深め、生涯現役について考える機会となる「地域活動事業」と、高齢者が自らの生きがいを高め、健康づくりを進める機会となる「健康増進事業」に対して、その活動経費の一部を助成している。
情報格差（デジタル・ディバイド）	パソコンやインターネットなどの ICT を使いこなせる人とそうでない人との間に生じる待遇や機会、知識などの格差。個人間の格差のほか、地域間や国家間の格差も含まれる。

用語	解説
シルバー人材センター	高齢者等の雇用の安定等に関する法律に基づき設置された公益社団法人。定年退職者などの高齢者に、臨時的かつ短期的又はその他の軽易な就業を提供するとともに、ボランティア活動をはじめとするさまざまな社会参加を通じて、高齢者の健康で生きがいのある生活の実現と、地域社会の福祉の向上と、活性化に貢献している。
スクールヘルパー	小学校・特別支援学校において、児童が安心して学校生活を送ることができるよう学校内で活動するボランティア。登下校時の校門等の立番、校内の巡回、インターホンの対応等を行う。
スポーツクラブ 2 1	豊かなスポーツライフを実現し、スポーツを通じた地域コミュニティづくりを進めるため、兵庫県が設置を支援する地域スポーツクラブ。小学校区を単位とし、小学校の体育施設等の身近な施設を利用して、スポーツ遊びや親子体操、ニュースポーツ等さまざまな種目を実施している。

た行

団塊の世代	昭和 22 年（1947 年）から昭和 24 年（1949 年）までのいわゆる「第 1 次ベビーブーム」に生まれた世代
地域包括ケアシステム	ニーズに応じた住まいが提供されることを基本とした上で、生活上の安全・安心・健康を確保するために、医療や介護予防のみならず、福祉サービスを含めたさまざまな生活支援サービスが日常生活の場で適切に提供できるような地域の体制。
地域包括支援センター	高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるための保健師等、社会福祉士、主任介護支援専門員を置く介護保険法に規定された機関。介護予防ケアマネジメント、総合相談、権利擁護、包括的・継続的ケアマネジメント等を業務とする。
提案型協働事業	地域の課題などに取り組む市民活動団体から、その団体と行政が協働して行う事業を、市に提案してもらう制度。提案された内容について審査を行い、認定した事業について補助を行う。
デジタルトランスフォーメーション (DX)	IT の浸透が、人々の生活をあらゆる面でより良い方向に変化させるという概念。

な行

認知症サポーター	認知症サポーター養成研修を修了し、認知症に関する正しい知識を持ち、地域や職域において認知症の人や家族を支援する者。
認知症サロン	認知症の人であるか否かに関わらず、地域の高齢者が自由に参加できる場。高齢者同士又は高齢者と他の世代との交流を促進し、高齢者が地域から孤立化すること等を防止することによって、認知症の早期発見及び進行防止、介護予防等を目的としている。

は行

用語	解説
パブリック・コメント	行政が施策に関する計画等を立案する過程で、その計画等の趣旨、内容その他必要な事項を公表し、これらについて提出された市民等の意見、情報を考慮して意思決定を行うとともに、意見等に対する行政の考え方を公表する一連の手続。
バリアフリー	高齢者や障害者等が社会生活をしていく上で障壁となるものを除去すること。物理的、社会的、制度的、心理的な障壁、情報面での障壁を除去するという考え方。
姫路いずみ会	食生活改善のためのボランティア活動を行う地区組織。活動の中で得たさまざまな食生活に関する情報を家族や近隣の方々に広め、地域ぐるみの食生活改善活動を行っている。市民であれば誰でも入会でき、保健所が実施する栄養教室で、健康づくりの基礎知識を学び、修了した人がリーダーとなる。
姫路しごと支援センター	ハローワークと連携した就職に関する総合相談窓口。就職に関する悩み相談、職業適性診断、キャリアカウンセラーによるカウンセリング、就職準備セミナーの開催など、さまざまな角度から就職活動をサポートしている。
兵庫 2030 年の展望	兵庫県が県政 150 周年を迎えた節目に、兵庫の未来を確かなものとし、進むべき道を県民と広く共有するため、2030 年のめざす姿や新たな兵庫づくりの基本方針等を策定。
PDCA サイクル	Plan（計画）、Do（実行）、Check（評価）、Action（改善）の4つの頭文字をとったもの。これら4つを主要な要素とする政策のマネジメント・サイクルをつなげていくことで、政策の改善や次の政策形成に活かしていく。
ファミリーサポートセンター	育児の援助を受けたい人（依頼会員）と援助を行いたい人（提供会員）が、会員同士で育児を助け合う地域の子育て支援事業。活動内容は、保育施設の保育開始時間前や終了時間後の子どもの預かり、保育施設までの送迎、病院受診後の病児・病後児の預かり等がある。
ふれあい食事サービス	おおむね 65 歳以上のひとり暮らし又はこれに準ずるお年寄りに、校区ごとのボランティアの協力で、月 1～6 回、各公民館や集会所に集まって食事をしたり、自宅まで昼食を届ける事業
フレイル	老化に伴う様々な機能の低下により、疾病発症や身体機能障害に対する脆弱性が増す状態「frailty（虚弱）」の日本語訳として日本老年医学会が提唱した用語。適切な介入・支援により、生活機能の維持・向上が可能な状態であり、健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の中間を意味する。
平均寿命	ある年齢の人々が、その年齢以降に平均して生きられる年数を平均余命といい、0 歳における平均余命を平均寿命という。

ま行

用語	解説
マッチング	需要側と供給側の調整を行い、仲介を行うこと。
見守りウォーキング	普段のウォーキングを通じて、地域の安全・安心を見守るボランティア活動。ウォーキングを通じ、健康増進を図りながら、子どもの見守り等、地域の“目”を増やすことを目的としている。
モチベーション	動機付け。行動を始発させ、目標に向かって維持・調整する過程、機能のこと。

ら行

レクリエーションファーム	都市の住民等が手軽に農業を楽しむことができる都市型市民農園で、市内約 50 箇所に開園している。市内の市街化区域に開設されており、農園開設者（土地所有者）と入園者が共同で管理運営を行っている。
老人憩の家	単位老人クラブの会員が、健康の増進、教養の向上及びレクリエーションのための場として直接利用することを目的とする施設
老人福祉センター	無料又は低額な料金で、老人に関する各種の相談に応じるとともに、老人に対して、健康の増進、教養の向上及びレクリエーションのための便宜を総合的に供与することを目的とする施設

姫路市生涯現役推進計画

～「自分らしい生涯現役」の実現に向けて～

令和3年（2021年）3月

■発行 姫路市 市民局 生涯現役推進室
〒670-8501 姫路市安田四丁目1番地
電話／079-221-2986 FAX／079-221-2972
電子メール／ikigai@city.himeji.lg.jp
ホームページ／<https://www.city.himeji.lg.jp/geneki/index.html>
