

【第3次前橋市地域福祉計画】

まえばし ウェルフェアノート



こんにちは。

私たちの住むまちには、いろんな人が暮らしています。

にぎやかな時間が好きな人、

静かな時間を大切にする人。

それぞれのペースが重なり合って、

まちの心地よさは生まれています。

この冊子は、

地域でのさまざまな関わり方や、

困ったときにも役立つ情報が

まとめられています。

自分なりの地域との関わり方を考える。

そのための一冊です。



小さくはじめる あいさつ

あいさつは、いちばん身近な地域との関わり。

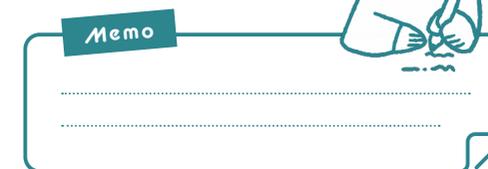
外に出たとき、近所の人とたまたま顔を
合わせたら、ひと言あいさつしてみましょう。

そうしたことが、日々の中の
小さな関わりになっていきます。

ウェルフェアノートの使い方

この冊子には、ページの中にあなたの地域につ
いての情報を書き込めるメモ欄があります。

自由に書き込んで、オリジナルの
ノートを作りましょう。



冊子の内容を、音声ガイドで
お聞きいただけます。

右のQRコードを読み取ってご利用ください。

 YouTube



のぞいてみる 地域の ひとこま

地域の中には、さまざまな
集まりの場があります。
それぞれの距離感で
関われる場を紹介します。



01 こどもからシニアまで歓迎 地域のコミュニティ食堂

総社地区では、年齢を問わず利用できる「カレー食堂 HONMAYA 和み」が月に一度、日常の中の地域の食堂として営まれています。また、こどもを中心にしながら大人も関わる居場所として開かれるこども食堂もあります。広瀬町の「広瀬地域キッチン」、駒形町の「こまがたつくし」、大胡地区の「おおごカフェ」など、地域に根ざしたこども食堂や地域の食堂が各地で開かれています。



02 自分のペースでいられる場所 公民館学習グループ

各地区で行われている公民館学習は、趣味や関心ごとをきっかけに集まる活動です。同じ時間、同じことに取り組みながら過ごすため、人間関係を深める

ことを目的にしなくても参加できます。交流のために集まるのは少し気が重い人にとっても、公民館学習は地域と関わるひとつの選択肢です。



03 知ってる人には定番の遊び場 児童館

児童館は、天候に左右されずに過ごせることから、気軽に利用できるお出かけ先。館ごとに特徴があるのも魅力で、朝倉児童館や下小出児童館では大きなトランポリンがあり、大友児童館は隣のさくら公園とあわせて、大きなタコの滑り台も楽しめます。富士見児童館では漫画が充実しているほか、ピアノや卓球台が備えられている館もあります。子育て世帯にとって、頼もしい日常の居場所です。



04 それぞれの地域でうまれる 新しいイベント

元総社地区の総社神社境内で開かれている「まちのえんにち」は、境内に出店や遊び、ワークショップなどが並び、

しているイベントです。前橋市内の各地で地域の人たちの発想や関わりから生まれた、それぞれの地域らしい新しいイベントが開かれています。



Memo

気になるイベントや集まりが見つかったら、時間や場所などを書き込みましょう。



.....

.....

.....

Event Notes



小正月の どんど焼き

炎を囲む、 冬のひととき。

火を囲み、願いを込めるだけでもいい。
誰もが地域とゆるやかにつながる場所があります。

Dondo-yaki, Haranaka Furusato Park

1月11日。例年よりやや暖かいとはいえ、風の冷たさが身にしみる朝でした。9時30分、原中ふるさと公園のやぐらに火が入ると、炎は勢いよく立ち上がり、ぱちぱちと乾いた音を響かせながら空へとのびていきます。

この日は強風の予報が出ており、各地で中止の知らせが届く中、富士見町原中地区では小ぶりなやぐらで開催されました。ときおり風が強まる場面もありましたが、火は絶えることなく静かに燃え続けます。

会場には、小さな子どもから高齢の方ま

で、幅広い世代の姿がありました。家族で訪れた人、久しぶりに再会した幼なじみと笑顔を交わす人。火が落ち着いたあとのやぐらのそばで、炭のぬくもりに手をかざしながら、穏やかな時間を過ごす人もいます。子どもたちは、その周囲を楽しそうに走り回っていました。

原中地区のどんど焼きは、自治会、育成会、勇士会の三団体が協力しながら受け継いでいます。準備に奔走する人、声をかけ合う人、お餅を焼く人、うどんを振る舞う人。立ちのぼる湯気の向こうで、それぞれ

が役割を担い、この行事を支えています。

近年、どんど焼きを取りやめる地域もあるなか、この朝ここには多くの人が集まり、やぐらの火は変わらず燃えていました。



どんど焼き

竹と杉の葉で組んだやぐらでだるまや正月飾りを焼き上げ、地域の一年の無事と健康を願う小正月の行事です。



文化にふれる いま、貴重な時間

担い手不足などで地域の行事が少なくなる中、どんど焼きは身近な場所で文化にふれられる時間です。昔から続く習わしを身近に感じることができます。

参加のかたちも 楽しみもそれぞれ

どんど焼きは、運営する人だけでなく、訪れる人も含めて成り立っています。見守る人、楽しむ人、それぞれの関わり方が地域行事を支えています。



年に一度、 季節をじっくり味わう

あつあつの焼き餅をほおばりながら、冬の空を見上げる時間。澄んだ空気や枯れ木の景色の中で、季節の移ろいをゆっくりと感じることができます。

地域には人がいる、 そこに温かさがある

子どもから高齢の方まで同じ場所で過ごし、自然に生まれるささやかなやり取りの中から、顔の見える関係や地域の温かさを改めて感じられます。



ここにいてだけで
ほっとするわ



おとなりさんのおはなし

Interview

上川淵で暮らす、 手島靖子さん（60代）



● Profile

ボランティアとして2年前から活動。現在はパート勤務をしながら地域と関わる。こどもと接するボランティアが好きで、生き生きと取り組む。

無理なくできる形に出会って

2年前から市の社会福祉協議会にボランティアとして登録し、活動を始めた手島靖子さん。以前は、フルタイムで病院勤務をこなし、子育てと両立させる忙しい生活でしたが、現在はひと段落。時間に少し余裕ができた頃、ひよんなことから、ボランティアの存在を知りました。今まではできなかったボランティアに、自然とつながって活動を始めたのです。

最近取り組んだのは、小中学校に行き行く「福祉教育サポーター」。こどもたちの前で「車いす体験」や「高齢者疑似体験」を行うサポート活動です。少し緊張することもあります。目を輝かせるこどもに「元気をもらえて、こちらも楽しくなる」と心が弾みます。中でもお孫さんが通う小学校に行ったときは、ワクワクして、テンションも上がりました。

現在もパート勤務をしているため、すべてのオファーに応えることはできず、「お断りする」ことも多いとか。自身の生活時間に

マッチした無理ないボランティアがちょうどいいと、充実した生活を楽しんでいます。

自分を大切にしながら 地域と関わる

「社会貢献というほど立派なものではなくて、あくまで趣味なんです」と言い切る手島さん。ほかに、スキーも楽しめば、友人の餅つき大会も手伝います。好奇心がいっぱいでも趣味もいっぱいです。その1つにボランティアが加わりました。もし活動回数や時間を無理に増やせば、「義務」や「しなければならない」になってしまうかもしれない。だから「楽しそうだな、やりたいな」と思える距離感が大事。無理はしないんです。自分を大切にしながら、地域と関わるスタイルが楽しむ秘訣のようです。

趣味として
楽しんでいるんだわ



どんな風に地域と関わっているか、
お二人に聞いてみました。

粕川で暮らす 山田裕久さん（30代）



● Profile

千葉県浦安市出身で学生時代から前橋市に在住。木工・木材コーディネーター、どんぐり活動家として、アカゲラクラフト運営。自然環境教育にも取り組む。

「やってみる」から生まれる

「小さい規模でも、やってみることが大切」そう話す山田裕久さんは、地域にある資源や人とのつながりの中から新しい可能性を見つけていく、フリーランスの木材コーディネーターです。2年前から、「ぐるり・草すてーしょん」の手伝いを始めました。草すてーしょんとは、「燃えるごみ」として家庭から出ている雑草や剪定枝、落ち葉を月に1度回収、休耕地で発酵させ堆肥にする取り組みです（粕川町月田地区のみ）。「前橋市のごみを減らし、循環させて堆肥にしたい」という想いに共感して、山田さんは回収の協力と置き場所の提供を続けています。回収日には、草すてーしょん前でタープを張ってお茶を飲んだり、おしゃべりをしながら楽しいお手伝いタイムを過ごします。

ゆるやかにつながる、 仕事と地域

これまでも山田さんは、竹林の竹を刈り取っておもちゃとして加工販売したり、林

でどんぐりを拾うワークショップを開いたり、地域にある廃材や使われていないものに目を向けてきました。そこに価値を見出し、人と資源の間に入ることで、新しい循環が生まれています。

草すてーしょんへの関わりも、その延長にあります。「堆肥が出来上がったら、販売したり、何か作物を作りたいね」。どんな風になるのか、何が起こるか分からないけど、ワクワクとアイデアに満ちています。例えば、回収した枝の一部は、実際にキャンプ施設での薪としても活用されています。さまざまな人に顔を覚えてもらうことで、自分の仕事にも繋がりそうな広がりも感じているとか。山田さんにとって地域とのつながりは、興味や仕事とも地続きで、気づけば自然に生まれていくものようです。

ふむふむ新しい
可能性か



「地域福祉」について 考えてみよう

Exploring Community Support
Shared Values, Shared Support

前橋市では、地域福祉を大切なテーマの一つとして位置づけ、地域全体で支え合うまちづくりを進めています。

ここでは、地域福祉の基本的な考え方と、前橋市が掲げる基本理念の背景を、身近な視点から紹介します。



日常の課題から考える地域福祉

地域福祉が向き合っているのは、日常の暮らしの中にあるさまざまな課題です。子育てや介護、病気や仕事、孤立や不安など、誰にとっても無関係とは言えない出来事が含まれています。

地域福祉とは、こうした課題を行政や専門機関だけに委ねるのではなく、地域で受け止め、支え合う関係や仕組みをつくっていかうとする考え方です。

それは、特定の人を対象にした支援ではなく、住民一人ひとりが地域の一員として尊重され、安心して暮らし続けられる環境を整えていくことでもあります。地域福祉は、与えられるものではなく、地域の中で育てていくものです。

できるときに、できることを

地域福祉の考え方の中では、支援する人、される人といった区分にとどまらず、人と人との関係の中で支え合うことを前提とします。関わり方や関われる量は、人によってさまざまです。一人ひとりが、無理のない形で地域と関わり続けられることが、地域福祉を考えるうえで大切にされています。個々の関わりは小さくても、それが重なり続いていくことで、地域として支え合いが成り立っていきます。



前橋市がめざす地域共生社会の基本理念

Core Principles of an Inclusive Community in Maebashi

基本理念

みんなでつながり合い 支え合う 笑顔のまえばし



自分で気づいて 行動しよう

市民自身が地域の課題を知り、解決に向けて主体的に関わるのが大切です。安全・安心・健康を守るため、見守りや支援活動に参加し、自分たちのまちをより良くする意識を育みます。



みんなで話して 助けあおう

助けを必要とする人が孤立しないよう、市民同士がつながり、困りごとを共有し、支え合う仕組みをつくりまます。交流の場を増やし、相談しやすい環境を整えていきます。



専門家とも うまくつながろう

地域には、福祉・医療・教育など様々な専門機関や団体があります。これらを市民が適切に活用できるよう、情報を整理し、支援体制を強化し、多機関が連携してサポートします。

第3次前橋市地域福祉計画について

前橋市では、地域福祉に関する基本的な考え方や方向性を示す計画として、令和7年度に「第3次前橋市地域福祉計画」を策定しました。本冊子で紹介している地域福祉の考え方は、この計

画の内容を踏まえながら、身近な視点で整理したものです。計画の詳細については、前橋市のホームページなどで確認することができます。

地域は、さまざまな役割の人たちで
支え合っています。



地域を支える



Group
1

地域住民の活動

困ったときに支え合える関係や、基盤となる地域のつながりを育てます。



市民

地域に暮らす、
一人ひとりの人たち。



地域住民組織

自治会、民生委員・児童委員、
老人クラブ、子ども会、地区社
会福祉協議会（地区社協）、町
社協*など

Memo

地域で頼れる人の名前や連絡先を、忘れないように書いておきましょう。



.....

.....

.....

*地域に暮らす住民が中心となって、身近な支え合いや交流、見守りなどの活動を行う組織です。
複数の町を含む地区単位のを「地区社協」、町単位のを「町社協」と呼びます。

Group
2

仕組みを整える

全体の方向性を考え、制度や連携のしくみを整えたり、
支援のネットワークづくりなどを担います。



前橋市役所

福祉体制を整え、
協働で支援する存在です。



前橋市 社会福祉協議会

地域福祉ネットワークの核。
詳しくはP15へ。



Group
3

協力・応援

それぞれの立場や強みを活かし、地域福祉の取り組みを支えます。



NPO法人・ ボランティア

市民の自主的な活動と、様々な
形で地域の課題に取り組む団
体です。



地域の企業・事業所

企業や事業所は、事業活動や
雇用を通じて地域を支える存在
です。

Group
4

専門職による支援

福祉・医療・教育などの専門的な知識や技術を持つ人たちが、
支援やサービスを提供し、困りごとに対応します。



教育機関等

学校教育だけでなく、生涯学習
や地域活動の場として支えます。



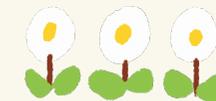
社会福祉事業者等

介護や障害者支援、保育など、
福祉サービスを提供する事業者
です。



保健医療機関等

病院や診療所など、
医療を担う機関です。



相談してみる？

困りごとを抱えたとき、「どこに相談すればいいのかわからない」と感じることは少なくありません。前橋市には、地域の中で相談に応じ、必要な支援につないでくれる人たちがいます。ここでは、困ったときに頼ることができる相談先を紹介します。

民生委員・児童委員

地域の中で住民に寄り添い、身近な相談や見守り活動を行うボランティアです。また、こどもや家庭に関わる役割も担っています。地域の中で、困りごとを気軽に話せる身近な存在です。



市社協の地区担当者

前橋市内のすべての地区(23地区)には、地域活動や地域づくりへの支援を担当する職員がいます。生活の中で気になることがあれば、お住まいの地区の担当者に相談することができます。



それぞれの地区にいる地区担当者は、「コミュニティソーシャルワーカー」、「生活支援コーディネーター」の2つの役割も担っています。

コミュニティ ソーシャルワーカー

地域の課題や困りごとを把握し、行政や専門機関、地域の人々と連携しながら、支援の仕組みを組み立てる専門職です。

生活支援 コーディネーター

国の制度に基づき配置され、高齢者をはじめとする住民の生活支援を、地域全体で進めるための調整役を担います。



Memo

お住まいの地域によって、相談窓口が異なります。あなたの住む地域はどこかの管轄なのか確認しておきましょう。

大胡・粕川・宮城・富士見にお住まいの方

▶ 市社協の各支所へ

上記以外の地域にお住まいの方

▶ 前橋市社会福祉協議会へ

Check!

市社協 地域福祉係

日吉町2-17-10
総合福祉会館3F
TEL 027-237-1142
FAX 027-219-0337

市社協 大胡支所

堀越町1115-1
TEL 027-283-2001

市社協 粕川支所

粕川町前皆戸189-1
TEL 027-285-3801

市社協 宮城支所

鼻毛石町2271-8
TEL 027-280-2230

市社協 富士見支所

富士見町田島866-1
TEL 027-288-6113

市社協とは？

前橋市社会福祉協議会(市社協)は、それぞれの主体が連携し、支え合いが広がっていくよう、地域全体をつなぐ役割を担う組織です。

【市社協の主な役割】



第3次前橋市地域福祉活動計画について

私たちが暮らすこの町をもっと安心して住み続けられる場所にするため、「住民による、住民のためのアクションプラン」として、令和7年度に『第3次前橋市地域福祉計画』と連動しながら前橋市社会福祉協議会が中心となって活動計画を策定しました。

Questions About Community Welfare

日常の中で感じる、ちょっとした迷いや不安について紹介します。



Q これって相談するほどのことじゃない気がするのですが…

A 大きな困りごとでなくても大丈夫です。「ちょっと気になる」「誰かに聞いてみたい」そんな段階で相談する人が増えています。相談は、問題が大きくなる前の選択肢のひとつです。

Q アパート住まいで、地域との関わりがありません。相談にのってもらえますか？

A もちろん大丈夫です。住まいの形に関係なく、地域に暮らす人は誰でも相談できます。地域との関わりが少ない人ほど、困りごとを一人で抱え込んでしまうことがあります。「地域の一員」という実感がなくても、困ったときは遠慮なく相談してください。

Q 自分のことなのか、家族のことなのか、よくわかりません。相談してもいいですか？

A 相談は、自分のことでも、家族のことでも構いません。状況を一緒に整理しながら、必要な支援を考えていきます。

Q どこに相談すればいいのかわかりません。

A 困りごとの内容に合わせて相談先を探す必要はありません。まずは、お住まいの地区の市社協の担当者や民生委員・児童委員に相談してみてください。必要に応じて、適切な窓口や支援につないでもらえます。

Q 誰かに迷惑をかけてしまいそうで、相談しづらいです。

A 相談は、誰かに迷惑をかけることではありません。困りごとを一人で抱え込まないための選択肢のひとつです。また内容に応じて、プライバシーに配慮しながら相談を受けています。小さな相談が、状況を悪化させないための大切なきっかけになることもあります。

Q 何が原因かわからないけど、困っています。

A 原因がはっきりしなくても大丈夫です。一度、お話を聞かせてください。

Memo

身の回りの心配なことや、聞いてみたいことを書き出してみましょう。



日々の暮らしの中で、
地域との小さなつながりがあったり、
いざというときに頼れる先を知っていたりすることは、
安心して暮らし続けていくうえで大きな支えになります。

地域福祉がまだよくわからない方も、
興味が出てきた方も、
まずは自分が住んでいる地域に少し意識を向けて、
近所の人の顔を思い出してみる。

関わり方に正解はありません。
「こんにちは。」というひと言からでも、
地域との関わりはゆっくり始まっていきます。



2026年3月 初版発行
前橋市役所 福祉部 社会福祉課
〒371-8601 群馬県前橋市大手町二丁目12-1
TEL 027-898-6988 FAX 027-223-8325

構成・編集・執筆：アルクタコ
アートディレクション・デザイン・イラスト：アルクタコ
インタビュー取材・執筆：谷 桂
撮影(p.06-07)：高山 昌典
音声ガイド動画：加藤 美季
協力：社会福祉法人 前橋市社会福祉協議会



第3次前橋市地域福祉計画



第3次前橋市地域福祉活動計画

ここで、暮らしてる。



How about connecting ?