

香美町で描く

LIFE

DESIGN

未来の「あなた」を
イメージしてみよう





仕事

VOICE



就職してしばらくは、仕事を覚えることに必死で大変だったけど、今はプライベートを楽しむ時間ができた。 (30代 男性)

毎日がんばって働く自分へのご褒美として、自分で稼いだお金はある程度自由に使いたい。 (20代 女性)

何のために働いていますか？

「働く＝収入を得る」と考えている人は多いでしょう。しかし、働くことで、やりがいや新たな目標の発見、コミュニケーション能力の向上、社会とのつながりなど、多くのことを得る機会に出会うこともできるのです。一度、あなたが働く目的について、考えてみましょう。

あなたが「働く」上で重視することは？

- ☐ 社会や人から感謝される
- ☐ 自分の能力、個性が発揮できる
- ☐ 社会に貢献できる
- ☐ 専門的な技能・技術を身につけることができる
- ☐ 仕事の達成感を感じることができる
- ☐ 家庭や育児との両立ができる
- ☐ 自分がやりたいこと(好きなこと)ができる
- ☐ 社会的な地位や名声を得られる
- ☐ 将来、独立(起業)できる
- ☐ 世界で活躍できる
- ☐ 収入が多い
- ☐ 休みが多い
- ☐ 長く安定して働くことができ、失業の心配がない
- ☐ 会社の知名度が高い
- ☐ 職場の人間関係がよい
- ☐ その他



PICK UP!

ハローワーク香住

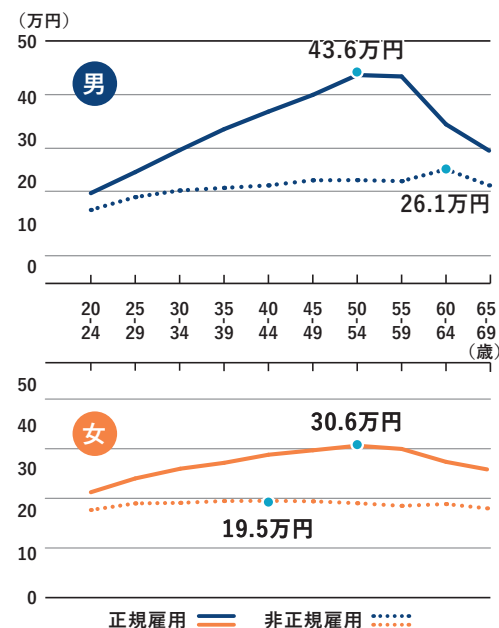
無料で職業紹介を行っている国の機関。美方郡内の求人検索や失業保険などの申請、職業訓練の申し込みができます。



働き方にもいろいろある

近年、働く人の価値観や生活様式は多様化。パートや派遣・契約社員などは、働く時間を調整できる一方、雇用や収入の不安定さが課題となっています。自分に合った働き方を選択するためにも、雇用形態について知っておきましょう。

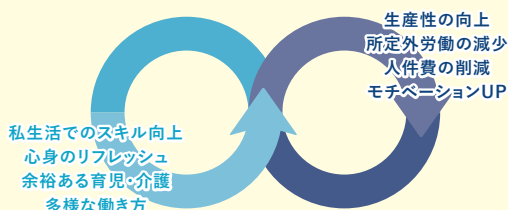
雇用形態別の賃金(月額)



出典：厚生労働省「賃金構造基本統計調査」(令和元年)

ワークライフバランス

生活の充実によって、仕事の効率・パフォーマンスが向上し、短時間で仕事の成果を出せる・プライベートに時間を使えるという好循環のこと





出会い・結婚

VOICE



いつかは結婚したいと思っているうちに、30代後半になってしまった。(30代 男性)

一緒に家事をしてくれるパートナーがいることがうれしい。(20代 女性)

経済的に安定するまで結婚はできない。(20代 男性)

香美町には出会いが少ない!?

香美町の町民アンケートで、未婚者のうち約7割以上は結婚願望があるものの、「出会いがない」と思っている人が約半数にもなることがわかっています。現在、香美町では、出会いの場の提供をはじめとした展開を図っています。

あなたが結婚されていない理由は何ですか?

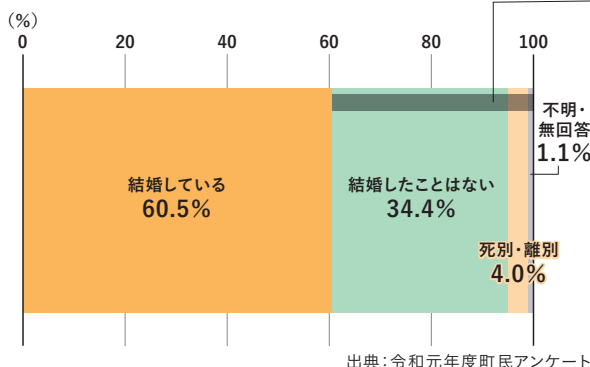
出会いがない
45.1%

自分の時間を大切にしたい
24.7%

理想の相手がいない
24.4%

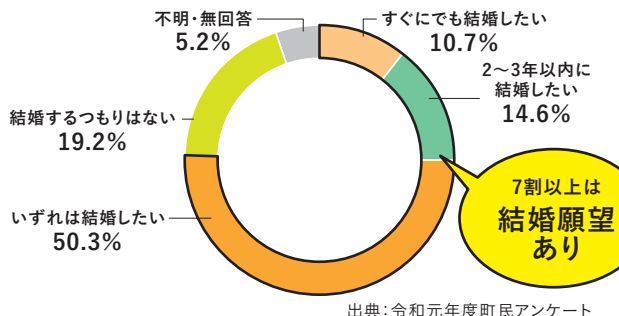
出典：令和元年度町民アンケート

あなたは現在結婚していますか?



「結婚したことはない」「死別・離別」を選んだ方へ

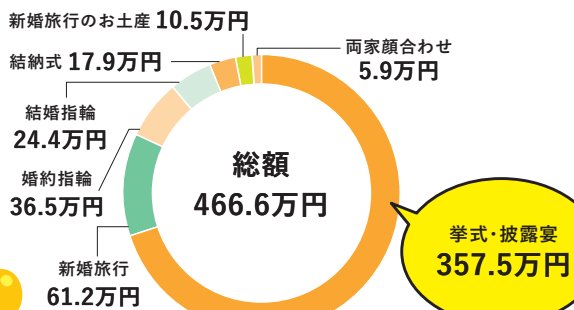
将来的に結婚したいとお考えはありますか?



結婚に必要なお金を知っておこう

大きなお金がかかるといわれる結婚費用。しかし、親族の援助や公的な助成などを活用する人や、身内だけの食事会など、簡略化して費用を抑える人も増えてきています。

結納から新婚旅行までの費用総額(全国平均)



家族のダイバーシティ(多様性)

- ひとり親家庭 ● 再婚家庭
- 里親・養親家庭 ● 同性カップル など

「家族とはこうあるべきだ」という固定観念は薄れ、価値観の多様化によって、結婚観や家族観は、人によってさまざま。いろいろな形の家族が認められる社会が形成されつつあります。

PICK UP!

出会い・婚活サポート

ひょうご出会いサポートセンター

お見合いや婚活イベントの開催など、独身男女の出会いの場を提供する事業を行っています。



麒麟のまち婚活サポートセンター

鳥取東部・美方郡1市6町で構成するエリアでの婚活をサポートするプロジェクトです。





妊娠・出産

VOICE



生まれてきてくれた子どもを見たときに「人生でこんなに幸せな日があるんだ!」と思った。(30代 女性)

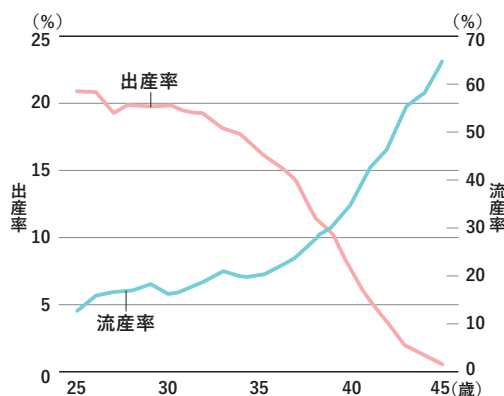
男性の当事者が悩みやつらい気持ちを相談できる場やカウンセリングの機会が増えてほしいし、男性にも知ってほしいと思っています。(30代 男性)

妊娠や出産のこと意外と知らない?

妊娠や出産は「当たり前」のことではありません。受精卵ができるタイミングやお腹の中での成長など、多くの難関を乗り越え、赤ちゃんは生まれてくるのです。



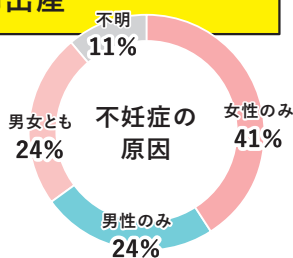
不妊治療における年齢別の出産率と流産率



出典:平成25年版厚生労働白書—若者の意識を探る—

不妊と高齢出産

不妊の原因は女性にあると思われがちですが、実は男性側に原因があることも多いのです。そのため、不妊治療は男性と女性がそろって始める必要があります。



出典:平成8年WHO調査

高齢出産のリスク

高齢になるほど、妊娠しても流産しやすくなったり、出産時に出血が多くなったりと、出産のリスクは高くなるといわれています。とはいえ、個人差が大きいので、心配し過ぎることなく、心身ともに健康に過ごすようにしましょう。

健康な身体づくりを

妊娠中、女性はお腹の赤ちゃんの体をつくるため、飲酒・喫煙を避け、栄養バランスのとれた食事や適度な運動など、多方面に気を配る必要があります。男性は進んで家事を行うなど、女性の負担を減らすことを心がけましょう。

妊娠中の食事は注意が必要!

妊娠中、食べ物や飲み物によっては母体だけでなく赤ちゃんにも悪影響を与えるものもあり、特に注意が必要となります。生の食材は避ける、一部の食品は食べ過ぎないなど、口にするものはあらかじめ確認しておきましょう。

出産にかかる費用はどれくらい?

分娩、入院～退院までにかかる費用の総額は約50万円。でも、出産育児一時金として子ども1人につき42万円が健康保険より支給されるので、実質の負担額は約10万円となります。※出典:国民健康保険中央会・出産費用平成28年度より算出



PICK UP!

こそだてがいどぶっく

香美町では、安心して子育てできるように、「こそだてがいどぶっく」を配布しています。





子育て

VOICE



子どもが生まれてママ友ができ、いろいろな行事に参加する機会が増えた。(30代 女性)

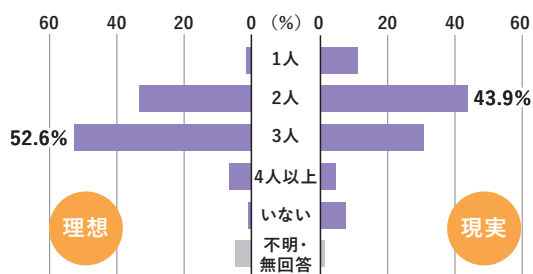
子育てに追われて自由に時間を使うことができないけど、子どもの喜ぶ顔を見ていると満足します。(30代 女性)

保育園への送り迎えは自分が担当しています。(20代 男性)

子育てはお金がかかる!?

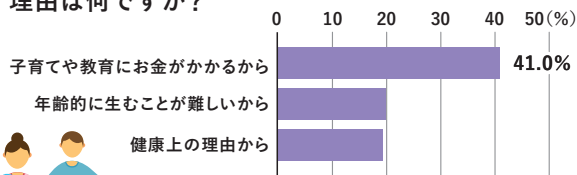
子どもに恵まれる喜びがある一方、理想の子ども数より実際の子ども数が少ない現状があります。子育てや教育にお金がかかるため、理想の数の子どもをもつことを諦めている場合が多く、経済的理由によって子どもの数が決まる傾向があります。

あなた方ご夫婦にはお子さんがいますか？



出典：令和元年度町民アンケート

理想の数の子どもをもつことができなかった理由は何ですか？



出典：令和元年度町民アンケート



子育てしやすいまちへ

香美町では、子どもの健やかな成長を支援するため、18歳までの医療費を外来・入院ともに無料となる制度を設けています。※所得制限有り

子ども一人あたりの医療費負担額

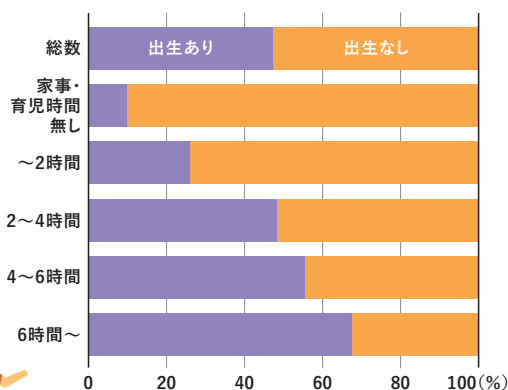
香美町
約60,000円/年

保護者
0円

夫婦で子育て

家事・育児を夫婦で協力し合う環境があると、子どもの数も増える傾向が。共働きが多い今、夫婦で協力した子育てが求められています。

夫の休日の家事・育児時間別に見たこの8年間の第2子以降の出生の状況



出典：平成25年版厚生労働白書



PICK UP!

かみっこ子育てアプリby母子も

妊産婦や子どもの健康記録、予防接種の管理、子育てイベント情報など、子育てをトータルサポートするアプリを配信しています。



子育て世代包括支援センター

妊娠・出産や子育ての悩み、家族の健康に関する不安などについて、助産師や保健師に相談することができます。



子育て・子育て支援センター

子育ての不安や悩みを抱え込まず、地域で安心して子育てができるよう、子育て相談や情報提供、子育て学級の開催などを行っています。



土曜チャレンジ学習事業

各中央公民館では、区内の小学生を対象に、ちくわづくりや星空の観察、水生昆虫調査など、地域の特色を活かした学習機会を設けており、ふるさとへの理解や誇りの醸成に取り組んでいます。



IT関連オフィス等開設又は設置支援事業

香美町内にIT関連のオフィスを開設・設置する事業者に対して、賃借料や通信回線使用料、建物改修費用、事務機器取得費用を支援しています。
※兵庫県が実施しているIT戦略事業のうち、IT事務所開設支援事業の採択を受けた事業者が対象。

香美町の取り組み

ママカフェサロン

子育てへの不安を抱えているママを対象に、毎月1回、産後ケアリスト※が心と体のケアや子育てについてのサポートを実施しています。

※出産後の女性の心身や取り巻く環境の問題を調整・サポートする専門家。

香美町学校間 スーパー連携チャレンジプラン

香美町内の小規模校9小学校で取り組んでいる、今までにない新しい教育プラン。グループ分けされたそれぞれの小学校の児童・教師が1ヵ所に集まり、合同で授業を行うことで、複数の教師が協力してつくり上げるより質の高い学びを提供し、子どもたちの学力向上を図っています。



わくわく育児教室

親子や妊婦を対象とした教室。保健師等による子育て講話や参加者同士の交流会を通して、子育ての疑問や困りごとを解決するためのヒントを、みんなで一緒に考える場を提供しています。



就学前 わくわく交流会

少人数の幼稚園・認定こども園・町立保育所がグループごとに集まり、さまざまな交流会を実施。多人数での交流や遊びを通して、コミュニケーション能力の育成を図っています。

香美町 社会福祉協議会

社会福祉協議会では、誰もが、その人らしく地域で尊厳をもって安心して暮らせる福祉コミュニティの実現のため、住民参画による総合的な地域福祉の推進に取り組んでいます。

PICK UP!

移住定住支援サイト「WONDER KAMI」

香美町の特色やそこで暮らす人々の姿、移住者インタビューなどをまとめた、移住定住支援サイトを公開中。空き家バンク登録物件や求人情報なども掲載しており、移住検討者へのきめ細かな情報提供を行っています。





高年期

VOICE



定年後に打ち込める趣味を今からつくります。(50代 男性)

定期健診がガンの早期発見につながり、まだまだ元気に孫と遊んでいます。(70代 女性)

健康で元気に暮らす

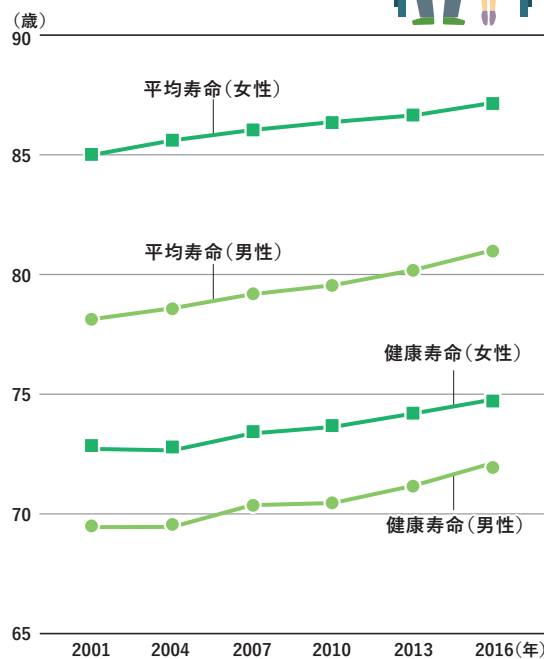
平均寿命・健康寿命ともに延びている今、健やかに、喜びや楽しさを感じながら過ごすことが、人生により一層の充実をもたらすことにつながります。香美町では、元気な高齢者がたくさん暮らしています。あなたが年をとったとき、いつまでも元気に過ごすことができるよう、今のうちから正しい食生活や運動習慣を身につけるなど、健康に気を配りましょう。

生きがい(喜びや楽しみ)を感じる時



出典：内閣府 平成25年度「高齢者の地域社会への参加に関する意識調査」

平均寿命と健康寿命の推移

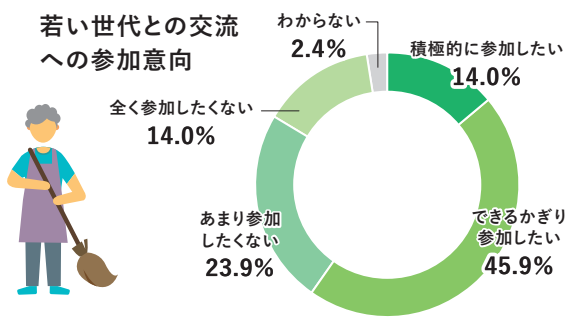


出典：厚生労働省 平成29年厚生科学審議会資料

地域での交流が生きがいに

高齢者の地域社会への参加意向は高く、特に若い世代と交流したいと思っている高齢者は全体の半数以上にのびます。世代間交流は、若い世代と高齢者双方により刺激を与えるほか、仲間づくりの場にもなるなど、地域社会活性化への大きな力となっています。

若い世代との交流への参加意向



出典：内閣府 平成25年度「高齢者の地域社会への参加に関する意識調査」

PICK UP!

美方郡広域シルバー人材センター

ボランティア活動をはじめとしたさまざまな社会参加の機会を提供し、高齢者の健康で生きがいのある暮らしをサポートしています。



老人クラブ

高齢者自身の健康づくり活動と、ボランティア活動をはじめとする地域を豊かにするさまざまな社会活動に取り組んでいます。



ライフプランを書いてみよう！

	20代	30代	40代	50代	60代	70代
学校 仕事						
家庭 家族						
趣味 生活						
社会 活動						

実現のために今やること



