

民生委員・児童委員の

ひろば

支えあう 住みよい社会 地域から

2026

2

February

特集

あらためて語る！ 民生委員・児童委員、主任児童委員の魅力

- 地域住民に寄り添う民生委員・児童委員のための苦情対応のポイント 第9回
ケース別対応策④～SNSや地域での風評被害を引き起こす住民への対応法～
- 情報室
令和7年12月の民生委員・児童委員一斉改選結果について
- 人権について考える 第10回
高齢者の人権と民生委員・児童委員活動〔高齢者虐待の種類と対応①〕




あらためて
語る！



民生委員・児童委員、主任児童委員の

魅力

 和7年12月の一斉改選において、多くの地域で、
新任の民生委員・児童委員（以下、民生委員）や主
任児童委員が委嘱されました。

今後、新任の民生委員や主任児童委員(以下、新任委員)ができる限り長く、充実して活動するためには、新任委員が抱える不安や悩みの解消とともに、やりがいや

魅力をもって活動できることが大切です。

そこで、本特集では、全国各地で長く民生委員や主任児童委員として活躍する現役委員や今回の一斉改選で退任された委員による、委員活動を長く続けるための秘訣(委員活動のやりがいや魅力など)と、新任委員に向けたエールを紹介します。

長年、民生委員としていろいろな経験をしたが、やはり私は支援をした方に「ありがとう」と感謝された時が一番嬉しいですし、活動の原動力になります。

以前、ひとり暮らし高齢者から「食事がとれない」「歩いたらフラフラする」という電話があり、自宅に駆けつけたところ、左側の手足に力が入っておらず、救急車を呼んだこ

ありがとうの言葉が原動力に



札幌市北区 紙谷 京子さん
民生委員歴 40年 (R7.12.1現在)

住民と
「対等」な立場で
「心」で対話を

とがあります。本人の容態から脳外科で検査を受けたほうが良いのではないかと救急隊にも伝え、本人から「紙谷さんがそう言うなら、脳外科に連れて行ってほしい」と判断されました。

救急車への同乗は、民生委員の職務の範囲を超えるため同乗しなかった。後日、本人から報告を受けました。本人からは「看護師からも少し遅れていたら危なかったと言われた。紙谷さん本当に助かったよありがとう。」という言葉をいただきました。その後、本人は施設に入ることになったので、見守り対象者ではなくになりましたが、いまだに本人から電話をいただくことがあります。

この方とは、「**何かあったら民生委員の私まで**」という関係性ができているからこそ、このような対応ができた側面もありますが、その関係を築くには、「**思いやり**」や「**真心**」で接することを忘れないことです。

「民生委員だから相談にのっている」という上から目線ではなく、「**対等**」な立場という意識をつねにもち続けることが大切ではないかと考えています。

会長や経験のある
民生委員に相談を！

民生委員は担当世帯をもつことになっていきますので、とくに新任委員の皆さんにとっては、何もわからないまま、いきなり担当することになると思います。はじめは漠然とした不安を抱えると思いますが、私も最初は何もわからずにいました。

当時は、単位民児協内でいろいろな事情があり、会長に相談することはできませんでしたので、役所や民児協事務局の方に相談にのってもらっていました。

その経験もあり、私が会長になってからは、いかに民生委員に安心して活動してもらうかを大切にしています。たとえば、新任委員が訪問に慣れないという困りごとがあれば、一緒に訪問してアドバイスをするなどを一緒に考えます。新任委員にとって、安心できる・相談できる仲間がいることが重要だと思っていますし、そのような存在がいることでも継続して委員活動ができることにもつながると思います。

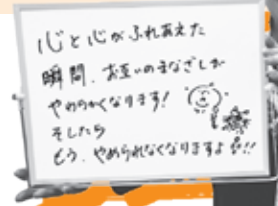
特集 あらためて語る！ 民生委員・児童委員、主任児童委員の魅力

私はもともと福祉の世界とは無縁でした。そのため、新任の時は、「民児協」、「社協」（社会福祉協議会）や「要対協」（要保護児童対策地域協議会）などの専門用語とその意味がまったくわからず困ったことが思い出されます。それに加えて22年前は、主任児童委員制度ができて8年ほどでしたので、民児協内でも主任児童委員の役割等があまり理解されておらず、私自身も主任児童委員と

最初は専門用語がわからなかった

福島県福島市 古関 久美子さん
主任児童委員歴 22年（R7.12.1現在）

子どもや保護者の
成長を見続けられ、
時に喜ばれる幸せ
自分が見守れる幸せ



してどう動いてよいか、わからないことだらけでした。

そのため、**役割や活動範囲の明確化はとても大事**だと感じました。先述の専門用語も正式名称と意味をきちんと伝える必要があります。ちなみに、福島県では、主任児童委員活動ハンドブック等を作成してこれらのことを伝えていきます。

仲間がいること・学ぶことの大切さ

主任児童委員は、単位民児協ごとに2〜3人しかいませんので、仲間の存在が重要です。私も最初は先輩の主任児童委員にわからないことを聞きながら、少しずつ自分の活動や役割を理解できるようになりました。福島県では、各市町村に主任児童委員の連絡会ができており、主任児童委員同士で集まる機会があります。

もちろん、単位民児協内での主任児童委員に対する理解も必要な一方で、同連絡会のような、**主任児童委員ならではの悩み等を共有し合うことや、学び合い、高め合う場があること**は、とても大切なことだと思います。

時間をかけて信頼関係を築く

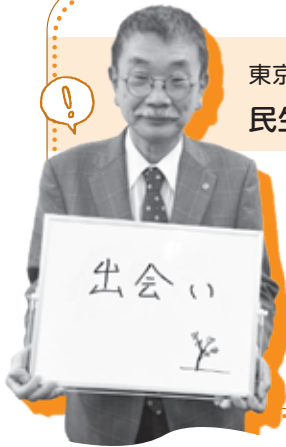
13年間見守り続けている多子世帯

があります。最初は母親に心無い言葉も言われましたが、あきらめずに時間をかけて、丁寧に関わり続けることで、次第に心を開き、表情や情緒も安定してきました。

このように少しずつ変化していくことを見守れる、そのために自分が少しでも子どもや保護者の心の居場所に自分なれている喜びが活動のやりがいにつながっています。

東京都葛飾区 小林 隆猛さん
民生委員歴 31年（R7.12.1現在）

出会いを大切に
自信をもって
活動してほしい



東京ならではの委員活動

私は37歳で民生委員になりましたが、町内会の役員もしていたり、父親が民生委員をしていたこともあって、民生委員の活動内容は想像できていました。そのため、正直に言う

と悩んだ経験はあまり無いんです（笑）。

ただ、当時は、昔気質の方が多く、30代で民生委員はなかなかいなかった。訪問対象の高齢者宅に行くのと、「若造が」とよく文句を言われたり、怒鳴られたりしました。

今はより顕著かと思いますが、とくに東京は地縁や人とのつながりが弱いので、新任委員は、昔以上に「人との壁」を感じたり、それに伴う活動のしにくさを感じるかもしれません。

ただ、東京は「班体制」を推奨しており、複数の委員で活動する方法が確立されていますので、何か困ることがあれば、委員同士で支え合う・助け合うことができ、その点は新任委員にとって安心できると思います。

「出会い」が長く活動する秘訣

当時、葛飾区では喜寿のお祝いで、

民生委員が対象者にお祝い品をもって訪問していました。とある対象者にもっていきくと、その方は泣いて「私と一緒に写真を撮ってほしい」と言われました。私は「このお祝いは葛飾区からですよ」と言うと、その方は「小林さんからもらったものだ」と喜ばれたことがありました。そのことはとても嬉しかったです、このような出会いがあることは、民生委員でなければなかなかできないのだろうなと感じています。

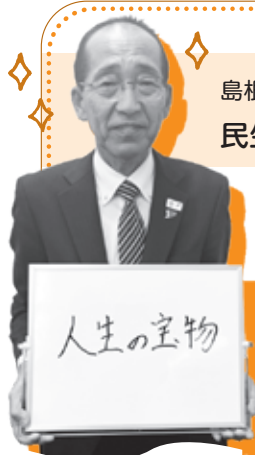
経験をどう伝えていくか

先述のような経験が、訪問することの楽しさや、活動の面白さに気づけることにつながると思います。

私としては、**大体1期3年やると、いろいろな経験を通じて活動のコツのようなことがわかりはじめ、3期9年やると広い視野をもった活動ができるようになってくるのではないかと感じています。**このような経験を民生委員同士で共有できると、とくに新任委員の活動継続にもつながるのではないのでしょうか。

最後に、ぜひ自信をもって、自分のやりたいことや強みを民児協のなかで活かして活動してください！

島根県邑智郡川本町 **住田 達宣**さん
民生委員歴 32年（R8.1.1現在）



**無理なく
できる範囲で活動
迷ったら相談！**

主任児童委員から 地区の民生委員へ

私は主任児童委員制度が創設された平成6（1994）年1月より、民生委員ならびに主任児童委員となり、主任児童委員としては7年11か月務めていました。当時、地域の少年野球のコーチをしており、学校とも関わりがあったことから、主任児童委員になってみないかという声がかかり引き受けました。

その後、私の地区の民生委員が退任されたことを機に、平成13（2001）年の一斉改選から、主

任児童委員を外れ、地区の民生委員として活動しています。私の地域は山間部で、比較的、住民同士で顔の見える関係ができている地域ですの

**喜んでもらえることが
励みになる一方で
上手くいかないうちも**

支援した時に喜んでもらうことは、多くの民生委員が感じられているように、私もそのように感じています。しかし、正直に言うと、対象者と関わるなかで、自分のなかで「あまり上手くいかなかった」「もう少しこうしておけば良かった」と感じることも多いです。それは、毎回一生懸命がんばって活動し、その方のことを真剣に考えている表れなのかもしれないですね。

そのため、喜ばれることや感謝されることは非常に嬉しいことですが、それが目的になってはいけません。し、そこに期待をせず、**自分らしく活動**しています。そのようなスタンスで活動していると、先述のように自分のなかで上手くいかなかったと思っ

つも、今後の活動の励みになります。

**民生委員として
どこまでやるかに
悩んだときは**

以前、男性高齢者が約30キロ離れた病院に搬送されたことがありました。その方には身寄りがおらず、緊急性も高かったため、私が夜中に病院から呼ばれました。結論、私は病院に向かったのですが、実はその方とは古くからの知り合いだったこともあり、その時は民生委員というよりも、知り合いとして行く判断をしました。

さまざまな事情や背景があったとはいえ、このことは賛否両論ありますし、他の民生委員にすすめてくれる内容でないと思っています。

ただし、もしかすると、今後、新任委員の方が、代替手段が無いために判断に迷うケース等を経験されることがあるかもしれません。無理ない活動は太前提のもと、そのような時こそ**何でも自分で解決しようと思わず、会長等に相談しましょう。**

また、民児協のなかで、代替手段がないケース等のQ&Aを想定しておくのも良いかもしれません。

特集 あらためて語る！ 民生委員・児童委員、主任児童委員の魅力

阪神淡路大震災後の年に
民生委員に

私が民生委員になった平成7（1995）年12月は、阪神淡路大震災が起きた年です。

民生委員になった当時は、正直わからないことが多かった一方で、私の地域は新しくできた地域であり、単位民児協としても新しかったので、「こうあるべき」という概念がありませんでした。そのため、民児協のメンバー全員で、**自分たちに何ができるかを模索し、活動を考えて実行**していました。

とくに、私の地域は仮設住宅が建

神戸市西区 坂本 津留代さん
民生委員歴 30年（R7.12.1現在）

想いを受け止めて
想いをつなぐ



ち、その後、災害復興住宅も建ったため、住民の把握等のために毎日のように訪問していた記憶があります。

想いを返すために想いをつなぐ

訪問等をするなかで家族を亡くされたり、災害によるトラウマを抱えている住民のさまざまな想いを知りました。これは災害に限らず、日々の訪問活動等とも共通かもしれないですが、まずは、その想いを受け止めることが大切で、そこで留めるだけでなく、たとえば、福祉サービスや、支援機関・団体につなぐなど、何らかのかたちで支え、見守ることで、**受け取った想いを本人に返すことが私たちに必要なマインド**ではないかと思っています。

そのためには、日ごろから地域に顔を出し、地域の方がたや団体等とつながることで、いろいろな方がたの想いもキャッチしておく必要があります。

新任委員の皆さんは、活動が続けることや、よく人や団体とつながることを意識してみてください。

また、前向きにいろいろな試してみても、ダメだったら次どうするかを皆で考えることも、魅力ある民生委員活動のヒントを得られるかもしれません。

退任委員からのメッセージ

川崎市麻生区 今 富子さん
民生委員歴 21年（R7.11.30退任）

ちゃんと
見守っているよ
と寄り添う姿勢を



皆に支えられた21年間

令和7（2025）年11月30日をもって民生委員を退任しました。

元々、地域で少年補導員を20年近くしており、地域のために活動することに楽しさや喜びを感じていました。

民生委員は、**損得なしで活動できる住民目線のボランティアであるとともに、守秘義務をもった信頼性の高い立場にいます。**

このような立場で活動できたことは私にとって貴重な経験であり、正直もう少しできたかな…と少し名残惜しくなるほどでした。もちろん楽しいばかりでなく、と

くに、民児協の会長になってからは、組織目線で考えなければいけないことも多く、頭を悩ませたこともあります。

しかし、民児協の他メンバーの協力や、支えがあったことで無事に会長としての務めを果たすことができました。

私の持論として、会長の役目は、他のメンバーが動きやすく、意見が出しやすいような雰囲気を作ること、メンバーを見守ることだと思っています。

とくに、新任委員は最初のうちは不安が多いと思います。ぜひ会長や先輩委員に相談してみてください！そして慣れてきたら、**他の委員のことも気にかけてあげたり、時には会長も支えてあげてください。**そのような文化をつなぐことが大事だと思います。

自分から気にかけること

最後に、「どうしたら相談にきてもらえるか」と悩まれる新任委員がいます。なかには自分でSOSをあげられない住民もいますので、自分から声をかけたり、あるいは、地域包括支援センター職員等の専門職との同行訪問も考えてみてはいかがでしょうか。



地域住民に寄り添う
民生委員・児童委員のための

苦情対応のポイント

適切な対応で
活動の負担を軽減しよう

第9回

ケース別対応策④

SNSや地域での風評被害を引き起こす住民への対応法

TCBTカウンセリングオフィス 新明 一星氏

1. 誹謗中傷やデマへの適切な対処法

SNSの発達により、誹謗中傷やデマの拡散速度は非常に速くなっています。法律的または倫理的な観点からこの問題を扱うこともできませんが、ここでは支援者の心理的安全性の観点から述べたいと思います。

誹謗中傷は、SNSだけではなく、近隣住民へうわさを流す、特定の支援者のクレームを他の支援者に訴えることなども含まれます。私自身も支援を求める人と支援者との間に誤解があったり、要望が叶えられない場合などに、このような誹謗中傷が発生するのをよく目にします。支援者には相応の事情があることが少な

2. 公的機関と連携した対応のすゝめ方

社会的に見て、暴力や脅迫・恐喝に該当するものは警察への通報、法的措置の検討が必要になります。一

くありませんが、誹謗中傷する側には、自分が「無視された」、「軽視された」と感じ、抑えられない怒りや不条理さを、相手にわからせたいという心理があるようです。

このような状況で問題となるのは、支援者が自分の正当性を主張したいあまり、誹謗中傷に対して対決的な反応をしてしまうこと、あるいは恐れや罪悪感から、長期間にわたって支援者が抱え込み、最終的に支援者が疲弊してしまうことです。

方で、支援者側の心のケアも同時に重要です。次のようなことが生活に支障をきたしている場合には、何らかの対処をすることが必要です。

- ・ 誹謗中傷を受けたことで、そのことをひたすら考え続けてしまう。
- ・ 睡眠や食生活に影響が出る。
- ・ アルコールを多飲し、辛い感情を切り離したいと強く思う。
- ・ 怒りっぽくなったり、気分が落ち込む。
- ・ 特定の状況や人を避けたいくなる。
- ・ 罪悪感、恥、怒りを強く感じる。

放置していると、気づかないうちに疲弊していたり、「もう少し時間が経てば落ち着く」と考えて、限界を超えた支援を続けてしまうこともあり得ます。

誹謗中傷を経験すると、「自分に落ち度があった」、「早急に対処しないと大事になる」と支援者が過敏になり、冷静な相談者への対応ができなくなる場合があります。このようなときは、秘密を守ってくれる中立的な立場の人に話を聞いてもらうこ

とが必要です。問題が解決しなくても、「ひとりで対応していない」という感覚や、客観的な見解を聞くことによって、支援者が少し落ち着きを取り戻すことができるからです。

誹謗中傷をする人の多くは、孤立し、社会との断絶感や疎外感を経験しています。だからこそ、「強く訴えなければ自分の意見が通らない」と感じているのです。

一方で、支援者もまた孤立し、孤独を抱えやすい存在だといえます。立場や役割上、「良い人」、「誠実な人」であるべきという社会的期待や責任があるからです。しかし、支援者が支援を続けていくためには、支援者自身もケアを必要とする時があることに気づかなくてはなりません。

そのためには、自分の弱さや感情の不安定さを素直に認められる力が必要です。支援者自身が支援を受けることは、支援される側の心情を理解することにもつながります。葛藤を言葉にしたり、助言を受け取ったりすることは簡単ではないこともあるからです。また、暴力、自殺企図などは、医療機関、警察との連携し、一人で抱え込まないようにすることも重要です。



令和7年12月の民生委員・児童委員 一斉改選結果について

1. 全国の民生委員・児童委員 一斉改選結果 （令和8年1月 厚生労働省）

	総数	主任児童委員	地区担当
定数	240,971	22,034	218,937
委嘱数	220,880	20,613	200,267
充足率	91.7%	93.6%	91.5%
新任数	69,207	5,387	63,820
新任委員率	31.3%	26.1%	31.9%

2. 一斉改選の結果

今回の改選において、全国の定数240,971人に対する充足率は、91.7%となりました。

これは前回（令和4年）の93.7%から2.0ポイント低下しており、欠員数は約2万人に達しています。充足率の低下傾向が加速しており、地域共生社会の土台を支える民生委員制度の持続可能性が危ぶまれる事態となっています。

また、新任委員の割合は全国平均で31.3%ですが、地域によつては6割近くに及ぶなど地域差が大きく、経験の浅い委員の比率が高まることによる「地域の支援力低下」も懸念されます。

3. 「なりて確保」の困難さの背景

なりて確保が難しくなっている背景には、社会情勢の変化等があり、主

に以下の要因が挙げられます。

① 高齢者単独世帯の増加や生活課題の複雑化

高齢者単独世帯の増加や生活課題の複雑化により、個々の委員の負担が増えている。

② 高齢者就業者等の増加

高齢者雇用安定法の改正等により、定年退職後も仕事を続ける人が増え、なりて候補のすそ野が狭まっている。

③ 地域関係の希薄化

自治会や町内会の担い手不足、都市部での大規模マンションの増加により、候補者の推薦自体が困難になっている。

④ 活動の見えにくさ

活動の内容や意義、やりがいや伝わりにくく、実態以上に「大変そう」というイメージが先行している。

4. 民生委員制度を 持続させるために

令和9（2027）年に制度創設110周年を迎える今、民児協関係者
はなりてを確保し、無理なく活動を継続できる環境を整え、誰もが安心して

暮らせる地域づくりをめざすべく、以下の事項などを国、地方自治体と連携して取り組むことが必要になります。

① 活動環境の整備と負担軽減の徹底

民児協の支援機能強化と十分な活動費支給による活動の保障、「あて職」整理や業務集約、ICT活用等で負担を軽減し、個人の活動を組織で支える体制を確立する。

② 働きながら活動できる環境づくりの促進

企業等への理解を広げ、就労世代が活動しやすい環境を促進する。

③ 広報活動の強化

若い世代や就労世代に向け、活動の「やりがい」や「楽しさ」を伝える全国的な広報を展開する。

④ 柔軟な選任要件の運用と支援体制の強化

地域の実情に合わせた年齢要件の弾力的な運用や、水平型の組織運営の強化を図るための支援を促進する。

人権について 考える ―第10回―

高齢者の人権と民生委員・児童委員活動 [高齢者虐待の種類と対応①]

東京都人権啓発センター 人権研修講師 関口 修一 氏

1. 高齢者虐待の実態

高齢者施設職員や養護者（家族）による高齢者虐待が頻繁にあります。虐待は心身を傷つける重大な人権侵害です。

2. 虐待の種類

(1) 身体的虐待

殴る、蹴る、つねる、身体拘束やスピーチロック（「だまって、うるさい」）など

(2) 介護等放棄（ネグレクト）

食事や入浴・受診をさせない、排せつ介助をしないなど

(3) 心理的虐待

脅す、無視する、人前で恥をかかせるなど

(4) 性的虐待

人前で着替えさせたり、体を不必要に触るなど

(5) 経済的虐待

勝手に預金を使う、不動産を売却する、預り金を流用するなど

高齢者虐待防止法として定められている虐待は5つに分類されますが、身体的虐待が心理的虐待につながるなど、重複する場合も多くあります。また、セルフネグレクトや特殊詐欺・悪質商法等については、法の対象となる虐待に準じた支援が求められます。

3. 高齢者虐待が起きる背景

養護者による虐待の約4割が息子、約2割が夫によるものです。養護者の支援も区市町村の義務です。養護者が「被虐待者の心身状況をわかっていない」「介護の仕方や支援策を知らない」「経済的に苦しい」「仕事が忙しい」「自分の体調も悪い」「知的障がい・精神障がいがある」「親族との関係が悪い」

など課題を抱えている可能性があります。また、「家の恥を出したくない」「弱みはみせられない」「行政の世話にはなりたくない」と自力介護に固執している場合もあります。そうした場合は外の目が入らず、虐待の発見が遅れがちです。

4. 委員活動上で気をつけたいこと

今後、介護が必要な高齢者はますます増加していきます。虐待の未然の防止や早期発見が極めて重要です。そのためには、地域に根付いた民生委員の皆さまの活動が期待されます。要介護者のいる家庭の存在を把握し、養護者が地域・親族のなかで孤立していないか、養護者への過大な負担はないかなど、虐待が起きる背景にも目をむけ、ふだんの見守りのなかで虐待に「気づく」意識をもっていただくことが大事です。

民鏡

岩倉 睦弘

静岡県民生委員児童委員協議会
会長・本紙編集委員

▼昨年12月の一斉改選から2ヶ月が経ち、各単位民児協では、新しい組織づくりに取り組んでいることと思います▼さて、私の担当地区では、戦国時代の狼煙をルーツとするロケット花火「朝比奈大龍勢」が2年ごとに昼夜30本打ち上げられます。全長約15mの竹竿が白煙を吐きながら秋の空に一気に飛び立ち、彩り鮮やかな仕掛けが打ち出され、多くの観衆を魅了します▼小学生も大龍勢の落下傘づくりに参加し、当日は口上を謳います。火薬の詰め方などの技術は、13の連（班）でそれぞれ秘伝として受け継いでおり、若者の参加が必須です▼また、本地区では毎年「地域いきいき交流まつり」があり、大勢の住民が参加し大にぎわいで、民児協は出店などの協力をしています。中山間地域の「ほど良い田舎」は、不便なこともありますが、住民が協力し助け合ひ、地域の役割等も次世代に引き継がれています。本区は、これまで欠員は生じていません。民生委員・児童委員のなりて確保が課題となっていますが、まずは「まちづくり」が重要だと痛感しています。

民生委員・児童委員の
ひろば 2月号
2026 February

令和8年2月1日発行
（毎月1回1日発行）第872号

●発行所／
全国社会福祉協議会
〒100-8980
東京都千代田区霞が関3-3-2
電話03-3581-6747

●発行人／池上 実
●編集人／平井 庸元
●定 価／1部10円
（購読料は会費に含む）

ホームページを
ご活用ください

☆全民児連ホームページ
では、民生委員・児童委員
制度や活動に関わる
参考資料等を掲載して
います！



全国民生委員児童委員連合会のホームページ 全民児連 で検索
全国民生委員互助共励事業のホームページ 互助共励 で検索
☆全民児連ホームページ関係者専用ページパスワード 20131201

お知らせ

お詫びと訂正

『ひろば』12月号に誤りがありましたので訂正し、お詫び申し上げます。

p.8 人権について考える第8回

「高齢者の人権と民生委員・児童委員活動 [エイジズム]」

【誤】セクショナリズム (性差別)

【正】セクシズム (性差別)

