

社協だより

No.160
令和7年6月1日
発行

はんど ♡ to はんど



Teer



昨年度の坂戸市福祉教育・ボランティア学習研修会の様子

小中学校教諭と地域の皆さんが74名参加し、福祉教育の取組について共通理解を図りました。今年の研修会についてはP11をご覧ください。



Volun

今号の話題

- ② 令和7年度 社会福祉法人坂戸市社会福祉協議会基本方針
- ③ 令和7年度 事業計画・予算
- ④ 坂戸市社会福祉協議会 会員募集／おとなの知恵袋講座
- ⑤ 「坂戸市社協」ってどんなところ？
- ⑥ 坂戸市障害者就労支援センター
坂戸市障害者等相談支援センターしゃきょう
- ⑦ 出張心配ごと相談所／皆さんからの善意
- ⑧ 2025「夏！体験ボランティア」に参加しませんか
- ⑨ 令和7年度 夏休み福祉ポスターコンクール
- ⑩～⑪ クリップボード
「つくつく便」第19号できあがりしました
- ⑫ フードドライブが始まりました！
必要な方に生理用品をお渡ししています

社会福祉法人 坂戸市社会福祉協議会

〒350-0212 坂戸市石井 2327-6
(坂戸市福祉センター内)

☎ 049-283-1597

FAX 049-289-3911

※電話・FAX番号を確認のうえおかけ間違いのないようご注意ください。

HP <http://sakadoshakyou.jp>

坂戸市社協

検索



facebookも
見てね！



基本方針

社会福祉協議会の使命

社会福祉協議会は、地域福祉を推進する中核団体として、誰もが安心して暮らすことができる福祉のまちづくりを推進することを使命とします。

坂戸市社会福祉協議会の

経営理念

「支えあい・助けあいで

安心・安全な地域づくり」

市民のみなさんが安心して安全に住み続けられる地域づくりを目指して、地域社会の自主的福祉活動の中核となり、市民のみなさんが参加する福祉活動を推進し、協働による地域福祉の発展を目指します。

基本方針

坂戸市においては、少子・超高齢化が進行する中で、市民一人ひとりの価値観・生活様式の多様化、地域コミュニティの希薄化、経済情勢の厳しさなどにより、地域における支え合いの担

い手不足、ひきこもりやヤングケアラーなどの社会的孤立、経済的な困窮など、福祉・生活課題がより複雑化・深刻化しています。

このような状況に対応するため、常に社会情勢の変化や地域におけるニーズの確かな把握に努めることにより、多様な福祉・生活課題に適切に対応するため、次のとおり各種事業を展開し、地域福祉を推進する中核的な組織として、更なる地域福祉の推進に努めてまいります。

子育て支援を推進するため、引き続き「公私連携型保育所」としての坂戸保育園の経営に取り組み、「子どもたちがいきいきと活動し、保護者に信頼され、地域に開かれた保育園」を理念とした魅力ある保育環境の整備を進めます。

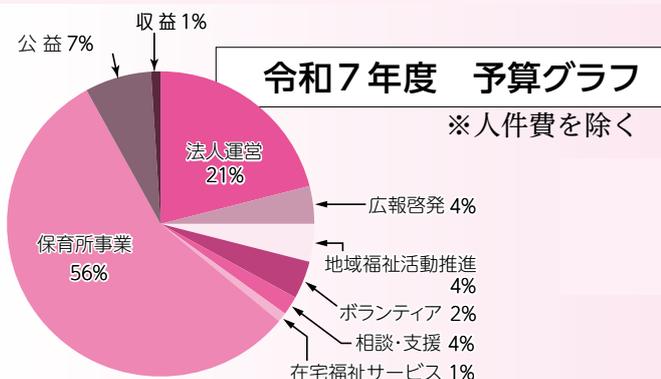
また、坂戸市から「特定相談支援事業所等」の指定を受け、坂戸市からの受託事業として令和5年度から開始した障害者等相談支援センター及び障害者就労支援セン

ターの運営と合わせ、より一層質の高い障害者支援サービス提供ができるよう努めます。

さらに、法人後見事業、福祉サービス利用援助事業、ふれあいきいきサロン事業、「さかどボランティア・市民活動センター」の運営など、これまで取組んできた様々な事業について、いままでの実績を活かしつつ、時代の変化に沿った形での実施に取り組みます。

そのほか、新たな事業への取り組みにより、社会情勢の変化などにより生じた地域における福祉課題や様々なニーズへの対応を図ります。

なお、前年度に策定した「坂戸市社会福祉協議会地域福祉活動計画（第4期）」に基づき、市と共有する基本理念「みんなが主役誰もが幸せに暮らせる 支え合いのまち さかど」の実現を目指し、市民や各種団体・関係機関との連携・協働により、各種事業に取り組んでまいります。



令和7年度 事業計画・予算

1 法人運営事業 28,519千円

評議員会、理事会、各種委員会で審議いただいた結果を社協の運営や事業に反映させ、充実を図ります。
坂戸市と一体的に策定した「坂戸市社会福祉協議会地域福祉活動計画（第4期）」を推進し、実施に向けた取組を行います。

2 広報啓発事業 5,127千円

広報紙「はんど to はんど」やホームページなど啓発活動を充実させて、社協活動の更なる理解促進を図ります。

3 地域福祉活動推進事業 6,356千円

車椅子や障害者等移送車の貸出事業を推進するほか、災害ボランティアセンター設置訓練事業や、市内子ども食堂を実施している団体への支援、地域の仲間づくりを目的としたふれあい・いきいきサロン事業の更なる推進を目指し、支援に努めます。

4 相談・支援事業 5,877千円

心配ごと相談所の開設や、生活が困難な方に対する福祉資金貸付事業、認知症等で判断能力が不十分な方に対する権利擁護のほか、坂戸市からの受託事業として「市民後見人養成講座」の実施、「障害者等相談支援センター」では、障害者等の支援のため、人材育成、支援体制の充実を図ります。

5 さかどボランティア・市民活動センター事業 2,645千円

各種講座を企画し、ボランティア活動及び地域福祉充実へのきっかけを提供します。
また、学校等における福祉教育の推進へ向け助成金制度を設け、若年からの福祉教育推進を支援します。

6 在宅福祉サービス事業 713千円

誰もが住み慣れた地域で安心して生活ができるよう、住民参加型の家事援助サービス「ふれあいサービス」の充実を図ります。

7 保育所事業 75,001千円

公私連携型保育所・坂戸保育園を運営し、「子どもたちがいきいきと活動し、保護者に信頼され、地域に開かれた保育園」を理念とし、魅力ある保育園の運営に取り組みます。

8 公益事業 8,994千円

坂戸市福祉センターの指定管理者として、地域福祉の拠点となる福祉センターの利用促進を図ります。

また、坂戸市からの受託事業の「障害者就労支援センター」では、地域で生活する障害者の就労に関する相談等の就労支援を行い、その自立と社会経済活動への参画の促進を図ります。

9 収益事業 400千円

地域福祉事業の財源確保を目的に、飲料水の自動販売機設置を増やします。

坂戸市社会福祉協議会 会員募集

皆さんの会費が
福祉のまちづくりへ



社会福祉協議会では地域福祉の推進を図るため、さまざまな事業を展開しております。社協が取り組んでいるさまざまな地域福祉活動は、社協会員のみならずからの会費等で支えられています。

社協会員になることにより、会費という形でみなさん一人ひとりが社会福祉活動に参加いただけますよう、御理解・御協力をお願いいたします。

●会員

市内に在住・在勤の方、法人及び団体

●会費

- (1) 個人会員 正会員 300円以上
特別会員 1,000円以上
- (2) 法人会員 5,000円以上
- (3) 団体会員 5,000円以上

●募集期間 随時受付

●振込先 いるま野農協 坂戸支店

普通預金口座 No.2009332
口座名義 坂戸市社会福祉協議会

*ご一報いただけましたら、振込用紙をお送りいたします。

おとなの知恵袋講座

講座名	日時、定員	参加費	内容
リンパ マッサージ 教室	A日程 7月16日(水) 14:00~16:00 定員10名(先着) B日程 7月30日(水) 14:00~16:00 定員10名(先着)	無料	体をほぐし、ご家庭のみんなの健康維持・免疫カアップに役立ててみませんか。 講師 リンパドレナージュセラピスト 白石 かおり 氏 持ち物 ヨガマット又は大きめのタオル、ハンドクリーム、膝上までまくれるズボン
マジック教室	日程 7月10日(木) 14:00~16:00 定員15名(先着)	100円	どこでもできるマジックを学んで、たくさんの人を喜ばせましょう。 講師 坂戸マジック2001 代表 大澤 順夫 氏

会場 坂戸市福祉センター 会議室(2階)

対象 市内在住者、在勤者、坂戸市福祉センター利用者のいずれかで、同講座未受講の方。

申込み 6月12日(木) 午前9時から電話にて受付します。☎049-283-1597

※お申込み頂いた方は当日会場へお越しください。

※お申込み者様の都合でのキャンセルは、参加費を全額頂戴いたしますのでご了承ください。

「法人後見事業」は どんな人が利用できるの？

認知症、知的障害、精神障害等により、判断能力が十分でない方や、ほかに適切な後見人等が得られない方に対し、坂戸市社協が後見人等を受任し、後見事務を実施します。



車いす

リフトカー

通院や外出などにご利用いただけます。



貸出ししているものを
教えて！

▶ 高齢者疑似体験グッズ
装着時の様子



高齢者疑似体験グッズ

福祉の学習や体験講座などにご利用いただけます。白状やアイマスクもあります。

「福祉サービス利用援助事業」 とは？

認知症、知的障害、精神障害等により一人で判断することに不安のある方が安心して生活が送れるように定期的に訪問し、福祉サービスの利用の援助や暮らしに必要なお金の出し入れのお手伝いをします。

「特定相談支援事業所等」 とは？

障害福祉サービスを利用する際の「サービス等利用計画案」等を作成し、関係機関との連絡調整をします。

「ふれあい・いきいきサロン」 とは？



自宅から歩いていける場所に気軽に集えるサロン事業への参加と、企画運営する団体を応援しています。

坂戸市社協 って どんなところ？



誰もが安心して楽しく暮らせる「福祉のまちづくり」をすすめるために、地域住民のみならずボランティア・保健・福祉などの関係者、行政機関の協力を得ながら共に考え、実行していく民間の福祉団体です。

「公私連携型保育所 坂戸保育園」 ってどんな連携をしているの？



令和6年4月に開園した新園舎

公私連携型保育所とは、坂戸市社協と坂戸市が協定を締結し、お互いが連携して保育園の運営を行う、国の制度です。運営に当たっては、市から支援・指導を受けながら、これまでの公立保育園の運営方針を尊重した保育を行います。

2ページに掲載されている基本方針に基づき、社協で実施しているさまざまな事業内容を具体的に紹介いたします。

心配ごと相談所

予約不要の相談所です。⇒P7へ

「さかどボランティア・市民活動センター」の働きをおしえて！

- ・ボランティア活動を希望する方、必要とする方などの相談をお受けします。
- ・各種（入門・技術・専門）講座や、「夏！体験ボランティア」等を企画し、随時開催します。
- ・ボランティア活動中の事故に備えての「ボランティア活動保険」の手続き窓口をしています。



夏体験ボランティアの様子

⇒P8へ

「障害者等相談支援センター」「障害者就労支援センター」⇒P6でご紹介します

就労支援

障害のある方の「働きたい」を支援しています！

坂戸市障害者就労支援センターでは、障害のある方とご家族、障害者を雇用している、または雇用を考えている事業所等に対して支援することによって、障害のある方の雇用促進と就労定着を支援しています。

利用できる方

- ・坂戸市在住の障害がある方とご家族
- ・坂戸市在住の障害がある方が、勤務又は利用している事業所、教育機関、施設、医療機関などの関係者

利用方法（登録制）

- ・利用料 無料

※就労活動等にかかる交通費やその他必要な実費はご負担いただくことがあります。

利用日時

月曜日～金曜日 9:00～17:00
(年末年始・祝日を除く)

※相談は予約制です。事前にお問い合わせください。

(個人情報を守ります。)

問合せ先

坂戸市障害者就労支援センター

※坂戸市受託事業

坂戸市石井2327-6

TEL : 049-283-6161

FAX : 049-289-3911

メール : shurosoudan@sakadoshakyou.jp



こんなことはありませんか？

サービスの
使いかたを知りたい。

不安なことが
たくさんあって
誰かに聞いてほしい。

自立したいけど、
どうしたらいいの
か知りたい。

障害のある子の
子育てについて
相談したい。

制度が複雑で
わからないので
教えてほしい。

相談支援

どこに相談したらいいか.... そんなときは、一度ご連絡ください!!

坂戸市障害者等相談支援センターしゃきょう（東部地区）

※坂戸市から委託を受けた相談窓口です。

坂戸市石井2327-6

TEL : 049-299-6550

FAX : 049-289-3911

受付時間：月曜～金曜 9:00～17:00

※年末年始・祝日を除く

メール : soudanshakyou@sakadoshakyou.jp

相談は無料です。
個人情報は守ります。
お気軽にご相談ください。

<相談できる方>

東坂戸・中小坂・紺屋・横沼・小沼・青木・石井・赤尾・島田・塚越・戸宮・栄・片柳・片柳新田・柳町・坂戸 にお住まいの方

→その他の地域にお住まいの方は、坂戸市役所 障害者福祉課 (049-283-1331) へお問い合わせください。



あなたの街の身近な相談所
出張心配ごと相談所

お気軽に
お越し下さい



少し心配なことがあるけれど…誰に相談してよいかわからない方、誰かに話を聞いてもらいたい方など、お気軽にご相談ください。

相談まで少しお待ちいただくこともあります。予約せず無料で相談できます。

※相談される方はどちらの会場でも相談をお受けします。

開設場所	開設時間	開設月			
		6月	7月	8月	9月
東坂戸団地(公団)集会所	午前9時30分~12時30分	3日(火)	1日(火)	5日(火)	2日(火)
坂戸市福祉センター	午前9時~12時	11日(水)	9日(水)	13日(水)	10日(水)
坂戸市文化施設オルモ	午前9時~12時	19日(木)	17日(木)	21日(木)	18日(木)
入西地域交流センター	午前9時~12時	27日(金)	25日(金)	22日(金)	26日(金)
大家地域交流センター	午前9時~12時	9日(月)	14日(月)	25日(月) 第4月曜	8日(月)
西坂戸自治会館	午前9時~12時	17日(火)	15日(火)	19日(火)	16日(火)

皆さんからの善意

令和7年2月20日から令和7年5月20日まで
(順不同・敬称略)

【現金の部】

株式会社ベルク 坂戸石井店お客様一同 … ￥53,225
 株式会社ベルク 北坂戸店お客様一同 …… ￥54,801
 株式会社ベルク 坂戸八幡店お客様一同 … ￥39,924
 岩崎百合子…………… ￥15,000
 坂戸双葉山草会…………… ￥3,000
 川越露商組合…………… ￥30,000
 匿名(2件)…………… ￥32,250

【物品の部】

横山明美 …………… プリザーブドフラワー 37個
 …………… 造花 33個
 匿名 …………… 紙パンツ・パット 8パック

地元で仕事ができる！新しい仲間ができる！登録しませんか！
 公益社団法人
坂戸市シルバー人材センター
会員募集中

◆〒350-0212 坂戸市大字石井 2327-5
 ◆業務時間 8:30~17:15(土日祝日定休)
 ◆電話 049-283-5544




● ● ● 広告募集 ● ● ●

ご覧の「はんど to はんど」へ掲載する広告を募集しています。

- ◆掲載方法 年3回発行「はんど to はんど」へ掲載
- ◆掲載規格 縦 50 mm × 横 90 mm
- ◆掲載料金 1号につき 1区画 15,000円

※その他詳細は坂戸市社会福祉協議会 ☎283-1597 まで

2025

初めてでも大丈夫！ 学生も大人も、誰でも参加OKです！

夏！体験ボランティア に参加しませんか？

Come join us!



さかどボランティア・市民活動センターでは、なかなか活動のきっかけがない方のために、気軽にボランティア活動に参加できるよう、市内の施設や団体等にご協力をいただき、今年もたくさんのプログラムを用意しました。

子どもから大人の方まで、たくさんの方の参加を待っています！

「夏！体験ボランティア」のプログラム一覧は、7月1日より本会窓口、市内各地域交流センター等に設置します。また、本会ホームページでもご覧いただけます。

事前説明会

「夏！体験ボランティア」は、参加申込後に事前説明会（①、②どちらか）の出席が必要です。

- ① 7月18日（金）午後7時～Zoomによるオンライン
- ② 7月22日（火）午後7時～Zoomによるオンライン



保育園での活動



障害者施設での活動（クッキー作りのお手伝い）



盲導犬とふれあい教室

親子・家族で
参加ができる

体験教室

もあります！



体験教室は、事前説明会の出席不要です。
また、活動証明書の発行はしていません。

今年の「盲導犬教室」は、

繁殖犬ボランティア

訓練士

パピーウォーカー

ユーザー

引退犬飼育ボランティア

の皆さんから

お話を聞き、盲導犬の一生について
学習します！！

問合せ先

さかどボランティア・
市民活動センター

049-283-1597



大募集!

令和7年度

夏休み 福祉ポスター コンクール

テーマ「たすけあい」

たすけあい…ってどんなこと?

困っている友達や高齢のかた、
障害をもっているかたを手伝ったり、声をかけたり。
生活の中で見つけた「やさしい気持ち」や
「ちょっとした行動」を、ポスターに書いて、ご応募ください。

応募資格

市内在住・在学の小学1年生から6年生まで

応募作品

ハつ切(おおよそ270mm×390mm)の画用紙(タテのみ)

描画材料は自由。応募は1人1作品(未発表のもの)
文字の使用は自由(文字がなくても可)

応募期間

令和7年7月22日(火)～8月29日(金) 必着

その他

- ・入選作品は「はんど to はんど」10月号に掲載します。
- ・作品は返却しますが、「福祉であいの広場2025」で展示する他、
広告・ポスター等に使用させていただきます。
- ・ご応募いただいた方全員に、記念品をお贈りします。

詳しくは坂戸市社会福祉協議会
ホームページをご覧ください▶



令和6年度の
受賞作品は
こちらから



後援 / 坂戸市教育委員会



ボランティア募集

4 1歳半までの赤ちゃんパパ・ママ募集

学校等の福祉の授業において、小中高校生と交流をして下さるご家族（パパのみ、ママのみも可）を募集しています。赤ちゃんと一緒にできるボランティアです。

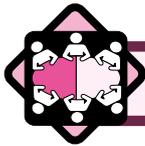
交流時間 20分程度

問合せ先 Baby - smile

岡本 ☎080-3544-4664



申込はこちら



ボラ・市民活動センターからのお知らせ

5 ボランティアサロン

毎月第4木曜日は、ボランティアの日とし、ボランティア活動に関する相談を行っています。情報交換や仲間作りの場としてもご利用ください。

また、下記の日程では、ボランティアグループが勉強会や楽しい企画を用意してお待ちしております。

問合せ先 さかどボランティア・市民活動センター ☎049-283-1597

日時・場所	サロン内容
6月26日(木) 10時～11時 坂戸市福祉センター	人形劇を観においで～♪ ～ぼんぼこりんと「雨も楽しんじゃおう!」～ 担当：すえひろぼんぼこりん
9月25日(木) 10時～12時 坂戸市福祉センター	きこえない世界とは? ～聴覚障害者をゲストに迎えて～ 担当：坂戸市手話サークル

6 出張ボランティアサロン

(使用済み切手整理ボランティア)

市内4ヶ所の会場で、皆さんから届けられた使用済み切手を整理するボランティアを募集しています。楽しくおしゃべりしながら活動しませんか?

問合せ先 さかどボランティア・市民活動センター ☎049-283-1597

◆出張ボランティアサロン『東坂戸』

日にち 6月4日(水)・7月9日(水)
8月13日(水)・9月10日(水)

時間 10時～11時30分

場所 東坂戸ふれあいスペース103
(東坂戸2-3-103)

◆出張ボランティアサロン『北坂戸』

日にち 6月11日(水)・7月16日(水)
9月17日(水) *8月はお休みです

時間 10時～11時30分

場所 北坂戸にぎわいサロン東京電機大学
(溝端町1-4-106)

◆出張ボランティアサロン『ウエルシア鶴舞厚川店』

日にち 6月25日(水)・7月23日(水)
8月27日(水)・9月24日(水)

時間 10時～11時30分

場所 ウエルシア鶴舞厚川店ウエルカフェ
(厚川58-4)

◆ボランティアサロン『ボランティアビューロー』

日にち 6月26日(木)・7月24日(木)
8月28日(木)・9月25日(木)

時間 13時～15時

場所 ボランティアビューロー
(石井2327-6)

さかどボランティア・市民活動センターへお申し込みください。締め切り:8月8日(金)

第19号

つくつく便 できあがりしました!

筑波大学附属坂戸高校の生徒のみなさんが作成してくれました介護予防脳トレ問題集「つくつく便」第19号を配布します。ご希望の方は、以下のいずれかの方法でご利用いただけます。

- 社協窓口 ● 市内地域交流センターロビー
- ホームページからダウンロード

*今号より郵送を取りやめましたので、ご理解のほど、よろしくお願いたします。



坂戸市社会福祉協議会 049-283-1597

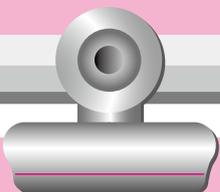


どうぞご利用
ください!



無料で配布します!





クリップボード CLIP BOARD

ボランティアに関する相談は・・・
さかどボランティア・市民活動センター
 ☎ 049-283-1597
 FAX 049-289-3911



学ぶ

1 音訳ボランティア入門講座

音訳の基礎とデジタル録音を楽しく学び、音訳ボランティア活動をはじめませんか？

日時 6月25日(水)・28日(土)
 7月2日(水)・5日(土)・9日(水)
 〈全5回〉10時～12時

場所 坂戸市福祉センター (石井2327-6)
講師 坂戸市朗読サービスグループ
 「カナリア」会員

定員 10名 (先着順)
参加費 500円
申込期間 6月9日(月)～6月20日(金)
申込み先 さかどボランティア・市民活動センター
 ☎ 049-283-1597



申込み
お待ちしております！



2 聴覚障害者支援ボランティア養成講座

聴覚障害者を支援するボランティアを養成する講座です。耳がきこえない、きこえにくい方へのサポート方法(手話や要約筆記等)をみんなで学びましょう！

日時 9月27日(土)・10月4日(土)・18日(土)
 11月1日(土)・8日(土)・29日(土)
 〈全6回〉10時～12時

場所 埼玉県立特別支援学校 坂戸ろう学園
 (鎌倉町14-1)

定員/対象 15名/18歳以上
申込期間 9月1日(月)～19日(金)
問合せ先 坂戸ろう学園
 後藤・清野 ☎ 049-281-0174



交流・集う

3 親子でアロマとタッチケア ～ハワイ旅行編～

私と子供、私と親、どちらの親子でも構いません。親子間で簡単に五感を養生するアロマケア(ストーリータッチ)を行います。旅する気分と共に心身を整えてください。

日時 7月13日(日)
 10時～搭乗の回
 11時～搭乗の回

場所 勤労女性センター 会議室
 (千代田1-1-22)

定員 各回 5組
参加費 500円(ペア料金)
問合せ先 アロマケアチーム・プチマイン
 阿部 ☎ 090-8454-9196

◆次号(令和7年10月1日号)『CLIP BOARD』へ掲載を希望される場合は、

坂戸市教育委員会と協働事業

令和
7年度

坂戸市福祉教育・ ボランティア学習研修会

今年の
テーマ

『住みよい街 SAKADO』

～気づきあおう！みんなで～

地域で暮らす私たちが、気づく・考える・行動すること…
をみんなで一緒に学びましょう。

日時 8月7日(木) 13時～16時15分

会場 勝呂地域交流センター / 多目的ホール

対象 関心のある方ならどなたでも！！

定員 60名(参加費無料)

申込締切 7月18日(金)

内容

●基調説明「ふくしって？」

講師/彩の国福祉教育・
ボランティア学習推進員ネットワーク
事務局長 須田 正子 氏

●講演 [テーマ]「共に生きる」

～学校に行きづらさを抱えている子どもたちに、
私たちができること、地域でできること～

講師/川越不登校親の会
代表 木本 晃子 氏

●体験ワーク

申込み先

さかどボランティア・市民活動センター
049-283-1597

こちらのフォーム
からも申込み可



フードドライブ が始まりました!

3月よりコープみらい坂戸薬師町店において、フードドライブが始まりました。

店舗内サービスカウンター横に回収BOXを設置しています。集まった食品は、坂戸市社会福祉協議会を通して、坂戸市内にある子ども食堂等必要とされる方に配付させていただいています。皆様のご協力をよろしくお願いします。



フードドライブとは…

ご家庭で保管されたままの食品（贈答品や買いすぎた保存食等）を提供いただき、必要な人や足りない人に届ける支えあいの活動です。また、フードロス（食品ロス）の削減の意味でも注目されています。



生ものや賞味期限が短い食品など受け入れできない食品もあります。

詳細は、パンフレットをご覧ください。



無料
配布

必要な方に生理用品を、お渡ししています。

さまざまなご事情で生理用品を購入することが難しい状況の方に、生理用品を配布しています。

- 対象者 市内在住で生理用品の購入が困難な方
- 内容 生理用ナプキン 1人1セット
- 場所 坂戸市福祉センター（坂戸市石井 2327-6）
- 方法 女性用・障害者用トイレの洗面台付近に紙袋に入れて置いてあります。

証明書の提示等は不要です。
ご自由にお持ちください。

問合せ先 坂戸市社会福祉協議会
049-283-1597

▶1セットの目安



◇市内65歳以上の高齢者 30,006人 男13,427人 女16,579人 高齢化率 30.1% (令和7年5月1日現在)