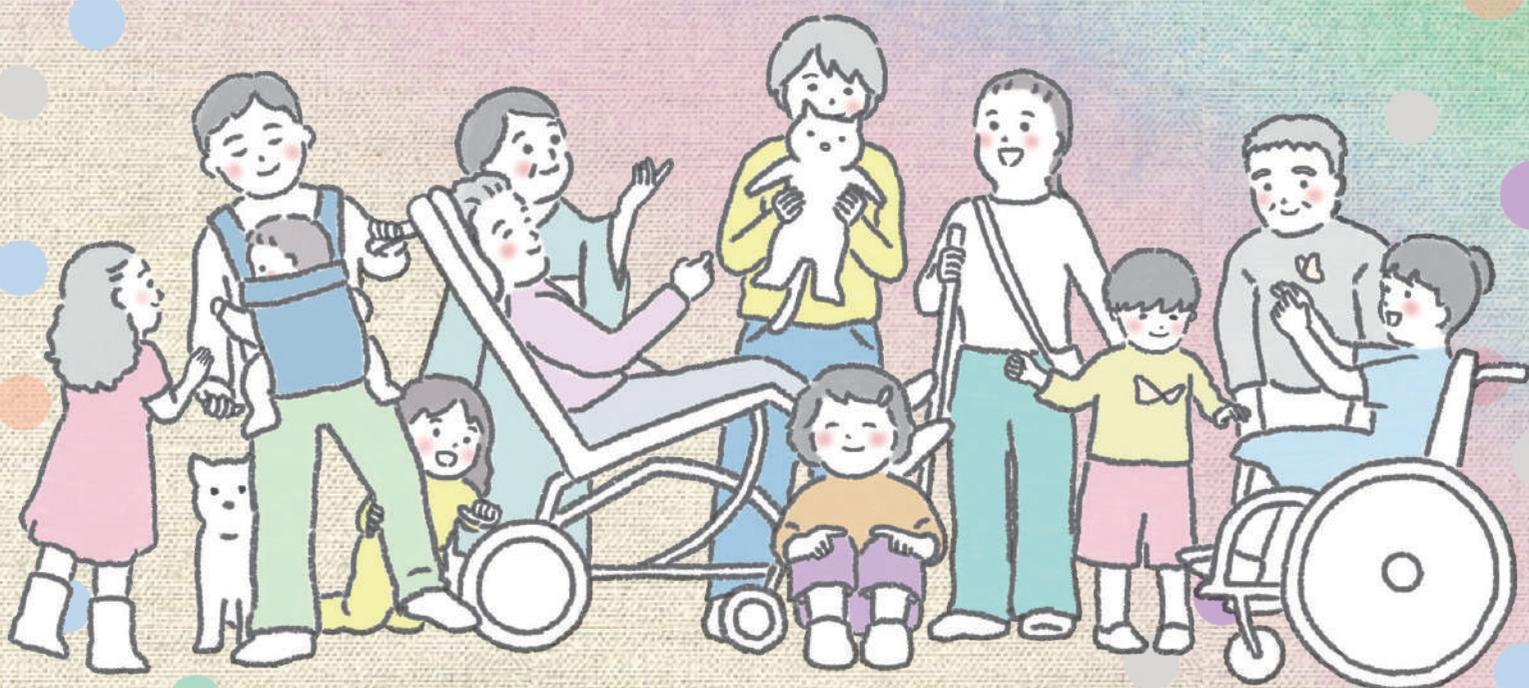


# 高齢者の困りごとを 地域で支える暮らしづくり

2020年度生活支援コーディネーター活動報告



# 目次 contents

01

事業の概要 .....02

02

15地区の地域づくり交流会 .....03

明第1地区	ニュースレターを通じた地域のつながり	.....03
明第2西地区	防災を通じて支え合う地区を目指して	.....04
明第2東地区	住み慣れた地域で暮らすために	.....05
本庁地区	マンション+コミュニティ プロジェクト	.....06
矢切地区	支え合いによる移動支援創出に向けて	.....07
東部地区	まち歩きで高齢者の外出と出番づくり	.....08
常盤平地区	防災対策としての自助・共助を高める	.....09
常盤平団地地区	団地暮らしをハッピーに	.....10
五香松飛台地区	ラジオ体操&ウォーキング	.....11
六実六高台地区	地域にキッチンカーがやってくる	.....12
小金地区	顔の見える地域づくりと情報発信	.....13
小金原地区	高齢化が進む団地における助け合い	.....14
新松戸地区	公園を活用したフレイル予防	.....15
馬橋西地区	要支援者の防災から地域づくり	.....16
馬橋地区	多世代が集える居場所づくり	.....17

03

地域づくり報告会レポート .....18

## 事業の概要

# 生活支援体制整備事業

## (生活支援コーディネーター)について

後期高齢者・単身世帯の増加から、介護を必要としないまでも、軽度の**生活支援・介護予防**を必要とする高齢者が増加しており、地域の体制を考える必要性が高まっている。

地域で起きている「日常の困ったな」をみんなで解決できないだろうか。

生活支援コーディネーターの役割は、地域で長く元気に暮らせる仕組みを、住民の皆さんと一緒に考えて、地域に合った形を作っていくものです。

### 地域に必要な「生活支援・介護予防」とは？

#### 例えば /

- ・地域のサロンの開催
- ・見守り、安否確認
- ・外出支援
- ・買い物、調理、掃除など・・・

こういった活動に参加（社会参加）することも介護予防に効果があることがわかっています。

一律の制度では、地域の実情やニーズとミスマッチを起こしがち・・・。

#### そのため /

- ・地域によって異なる課題に合わせて
- ・地域に合った形を考えていく必要がある。



生活支援コーディネーターがサポートします!!

### 2層ワーキング (近所の気になることをできることから取組むための話し合い)

#### 地域課題(例) = 「近所の気になること」

「近くに住むあの人の認知症がしら？どの接したらいいの？」  
「隣の家がゴミ出しできず困っているようだ・・・」  
「最近あの家のポストに新聞がすごい溜まっているけど、玄関まで出てこれなくなったのかな・・・？」などなど

なじみのある町で生活を続けるには、近所の方々の理解やちょっとした支援が大事。それを単一だけで背負うのではなく、多様な資源でカバーする。

#### 地域の「生活支援」

= 「無理なくできることから皆で持ち寄る」

- ・朝の散歩をしながら見守り活動
- ・隣近所の代わりに新聞を家に入れる + 生存確認
- ・地域ガーデニング(町会活動としての水やり)などなど

## 地域づくり交流会

(取り組みを発信する場)



生活支援コーディネーターは、地域住民が主体となって無理をしない範囲で多様な人が少しずつ力を出し合い、地域の課題や資源を持ち寄り、地域での取り組みを実践することで地域力を高めるお手伝いをしています。

# 明第1地区

根本・吉井町・小根本・緑ヶ丘1～2丁目  
松戸新田・仲井町1～3丁目・稔台・稔台1～8丁目  
岩瀬・野菊野・胡録台

## ニュースレターを通じた 地域のつながり

### 明るさ一番：活動目的

地域や趣味活動・コミュニティと  
接点の持てないような地域住民（特にシニア男性）の  
社会参加（参加・役割・出番）を創出する

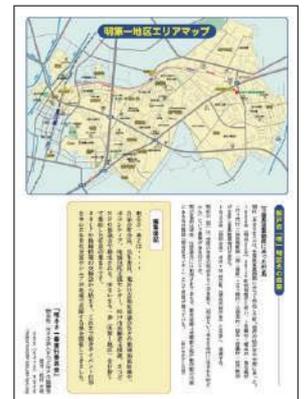
### 明るさ一番：活動内容（テーマ設定）

#### 明るさ一番ニュースレターの作成・発行

- 地域の情報や繋がりが途絶えてしまっている地域住民へ（主に高齢者）、地域の現状を知ってもらうこと
- コロナ禍で奮闘する自治活動や市民活動を知ってもらうことで地域に愛着を感じてもらう可能性を広げること
- 近隣住民の状況がわからず心配しているような人へ、コミュニケーションを取る手段/きっかけとなること
- 明るさ一番のPR（今後の協力へ繋げていく）

### 明るさ一番

- 地区長/地区社協会長
- 町会長
- 民生委員
- 老人会役員
- 連合町会福祉部会（友愛訪問メンバー）
- 地域住民
- 地域包括支援センター



## 明第1地区地域づくり交流会

### 明るさ一番活動報告会

2021年3月22日（月）@明市民センターホール

**明るさ一番の活動周知とニュースレターの意図を広く共有し、地域情報を届けるための意見交換会を開催**

- <参加者> 18名
- 民生委員
  - オレンジ協力員
  - マンション管理人
  - 市民活動実践者（子ども食堂・学童）
  - その他明るさ一番メンバー



### 課題・次年度に向けて

- ニュースレターの発行を継続しつつ、活動自体の周知の課題や地域参加には方法の検討が必要である。
- より広く周知していくために、多世代がニュースレター作成に関わることが望ましい。

# 明第2西地区

根本・吉井町・小根本・緑ヶ丘1～2丁目  
松戸新田・仲井町1～3丁目・稔台・稔台1～8丁目  
岩瀬・野菊野・胡録台

## 防災を通じて支え合う 地区を目指して

### テーマ設定の経緯

- 当地区は河川が複数あり、洪水浸水想定区域に該当することから、兼ねてより町会や地区社会福祉協議会（地区社協）が中心となり、防災活動に尽力してきた。
- 一方で、独居高齢者ならびに高齢世帯の増加にて、自助努力の限界や避難行動の計画が立てにくい方も多く存在している。

### 「防災相談体制強化作戦」を企画

- ◎ 災害に備えて、平常時にできることをサポートする
- ◎ 地域の高齢者を支えている関係者間の連携を強化する

これらを目的に、地域包括支援センターが窓口（起点）となり、防災相談を通じた地域との連携の可能性を模索。

地区長、町会長、地区社協会長、  
民生委員等へヒアリング

## 明第2西地区地域づくり交流会

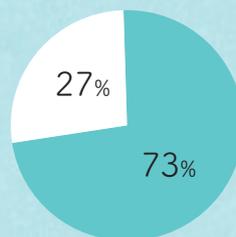
### 災害から要介護者を救うために～ケアマネが考える地域防災の課題～

<日時> 令和3年3月15日(月) 15:00～16:30  
<場所> 古ヶ崎市民センター会議室 & Zoomオンライン同時開催  
<参加者> ケアマネジャー 12名



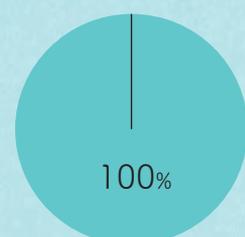
防災相談と当事業の方針の説明と意見交換を通じて、ケアマネジャーの現状の防災意識とニーズ（防災相談の募集方法）を知ることが目的に開催

Q5 要介護者一人ずつの防災におけるケアマネジャーの役割について



● ある程度意識していた  
○ あまり意識していなかった  
● 全く意識していなかった

Q6 要介護者一人ずつの防災について



● 今後取り組みたいと思う  
○ 特に取り組む予定はない  
● その他

### 課題・次年度に向けて

- 防災における個々人の対策や平時からのつながりの有無を知っていく手段として、「防災相談」の有用性を継続して検討することが求められる。
- 「防災相談」を開始し、ケアマネジャーや町会長・民生委員などと連携しながら、相談者を広げ、相談属性や内容を知っていく必要がある。
- 相談があった場合に地域連携を図るまたはそれに向けた準備を整えていくために、防災相談の内容やビジョンを地域住民へ発信、共有することが必要。

# 明第2東地区

上本郷・北松戸1～3丁目・竹ヶ花・竹ヶ花西町  
南花島・南花島1～4丁目・南花島中町・南花島向町

この住み慣れた地域で  
楽しく暮らすために  
私たちができること

## テーマ設定の経緯

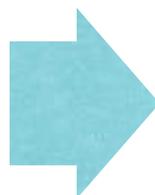
坂が多く、道路まで階段がある家が多く、足が弱るとフレイルが進みやすい事例が多いことから「買い物支援」のデモンストラレーションを実施。



コロナ禍により地域活動が停滞、活動を絶やさないための情報交換と外での活動を推進。町会長ヒアリング実施。

## メンバー

地域包括支援センター  
オレンジ協力員、町会長、  
NPOたすけあいの会、  
NPO動物愛護活動団体



当地区の色々な取り組みを  
知る機会を設定

## 地域づくり交流会

2021年3月4日実施

地区内の色々な取り組みの紹介

- ・オレンジパトウォーク
- ・子ども食堂（はなしまみんなでごはん）
- ・地域猫スタートサポート
- ・昭成会
- ・他（ひだまり、中高生の居場所）

情報交換



初めてこのような会に参加し、色々な活動をしている人がいることを知って感心した。

もっと人が交流して、地域の中で協力しあえる関係性をつくれるといい。

地域でこのような活動があることがわかって安心した。

町会にとって若い世代（ファミリー層）が見えなくなっている。

## 課題・次年度に向けて

- 都内通勤のファミリー層が地域の活動に関わる機会が少ない。
- 地域資源が少ない、把握しきれていない。



- 都内勤務のファミリー層と地域をつなぐ活動
- 地域資源の把握と人材の掘り起こし

# 本庁地区

本町・松戸・小山・二十世紀が丘美野里町

# マンション＋コミュニティプロジェクト

## テーマ設定の経緯

アンケートや地域性から  
見えてきたマンション居住者の特徴

- 気軽に話せる友人が少なく、高齢者ほどそう感じている人が多い。
- マンションに居住している高齢者ほど、近所とのつながりが希薄で、管理組合や町会などの自治組織に実態が把握されていない場合が多い(孤独死が起こり得る環境にある)

## 2層ワーキングメンバー



・マンション住民2名 ・マンション管理士2名  
・地域包括支援センター・高齢者支援課

### 1 繋がりが早期支援の糸口になるのではないか？

高齢者自身がハイリスクな状態になる前に、マンション居住者内や支援機関、自治組織等と繋がりがあること、高齢者本人の生活機能を維持することができるのではないか？



本人だけでなく、広く居住者や地域住民が支援機関の役割や機能を知っていることで、高齢者を早期に支援へつなげることができるのではないか？

### 2 マンション運営やコミュニティ形成を、地域で支え合えないか？

マンション運営やコミュニティ形成など「繋がりづくり」に課題意識を持つ住民が情報交換 / 共有など情報を知る機会があることで、マンション居住者間のコミュニケーションの機会やきっかけが増え、①にも良い影響を及ぼすのではないか？

## 地域づくり交流会

### 第1回(2020.10.31)

マンションにおけるコミュニティの必要性と  
地域包括支援センターが支援した事例を共有



参加者人数:19名  
参加者属性  
・本庁地区マンション在住:9名(4棟)  
・他地区マンション在住:2名(2棟)  
・ワーキングメンバー:6名  
・地域包括支援センタースタッフ:2名

### 第2回(2021.3.6)

マンションのハード面と住民(コミュニティ)の側面から、  
マンションの一生を考える



参加者数:16名  
うちワーキングメンバー6名  
住宅政策課2名  
地域包括支援センター 4名  
マンション住民(本庁地区):5名(全員前回も参加)  
マンション住民(他地区):2名(初参加1名)  
※全てワーキングメンバーの声かけにて参加

## 課題・次年度に向けて

- ・参加したマンション住民から地域包括支援センターに個別相談があった。  
⇒繋がりがづくり、ひろがりづくりとして同プロジェクトを継続(地区を限定せず、市内全域を対象にするか検討)
- ・マンションに課題を感じているのは管理組合(理事会)や一部の人のだけ？  
孤独死が続いているようなマンションは、コミュニティ運営に労力を注げない(高齢化、担い手の不足などの背景)  
⇒さらに居住者や住民のニーズを把握する必要がある

# 矢切地区

根本・吉井町・小根本・緑ヶ丘1～2丁目・  
松戸新田・仲井町1～3丁目・稔台・稔台1～8丁目・  
岩瀬・野菊野・胡録台

## 支え合いによる 移動支援創出に向けて

### テーマ設定の経緯

・当地区は**急勾配な坂**が各所にあり、兼ねてから(地区意見交換会など)高齢者や障害者のみならず利便性向上に向けた「移動手段」が課題であった。

・多機能複合型施設である「総合福社会館」へのアクセスが、上記の課題や特に高齢者の身体状態の変化によって足が遠のき、**社会との繋がりが社会参加の機会が喪失**してしまう。

日常生活の困りごとを解決するだけでなく、**社会との接点を創るまたは回復するための「移動支援」**が必要では



### 矢切地区地域づくり交流会

#### 支え合いによる移動支援を学ぼう

<日時>2021年3月10日(水)10:00～11:30

<場所>まつど市民活動サポートセンター 大会議室

<講師>NPO法人全国移動サービスネットワーク事務局長 伊藤みどり氏

<参加者数>33名

町会長、地区社協協力員、民生委員、  
介護事業所、企業、松戸市社会福祉協議会、地域住民、NPO法人、  
地域包括支援センター、高齢者支援課 など

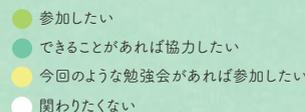
<アンケート>

今回の勉強会を経て、今後移動支援運用に向けて実行委員会への参画または協力いただける方が約7割



実行委員会に参加しませんか?

19件の回答



### 課題・次年度に向けて

- 移動支援というテーマ設定に向けて、地区長・町会長、民児協、地区社協などへ個別ヒアリングを経て、各キーパーソンとの関係性を構築することができた。
- 今回の移動支援勉強会(地域づくり交流会)で、他市町村の事例を学べたことで、理解度や意識や方針の共有を行うことができ、実現に向けた第一歩となった。
- 実現のためには、コロナ禍における運用の工夫のほか、担い手の発掘やさらなる関係機関との連携が必須である。

# 東部地区

根本・吉井町・小根本・緑ヶ丘1～2丁目・  
松戸新田・仲井町1～3丁目・稔台・稔台1～8丁目・  
岩瀬・野菊野・胡録台

## テーマ設定の経緯

### これまであった地域課題

1. 新旧住民の交流が少ない
2. 高齢者と若年者・子どもが集う場が少ない
3. 公共施設が少ない
4. 交通の便が悪い
5. 急激に人口が増え、お互いが分からない



地域を知り、外出のチャンス  
にもなって『楽しい』を創る

# まち歩きで高齢者の 外出と出番づくり

## < 高齢者に与えたコロナ禍の影響 >

- ・ 外出自粛期間の長期化による身体機能低下（フレイル）のリスク
- ・ これまであった**地域での役割喪失やつながりの遮断**

## < コロナ禍で見た現役世代のニーズ >

- ・ **地域との接点**が生まれにくい（きっかけがない）  
「どこに行けば、何を見れば地域活動の情報を知ることができるのかわからない」
- ・ ステイホーム、リモートワークで**地域に目が向いた**

## < 地域包括支援センターの認知度アップの必要性 >

- ・ 人口増加の背景に、現役世代のほか、子世帯が離れて暮らしている親世帯を自宅の近くに呼び寄せる場合も少なくない。

## 東部地区地域づくり交流会

### 東松戸五神寺巡り2021～ひとあし早く春を探しに～

春日神社、眞隆寺、廣龍寺、傳法寺、胡録神社、旧斎藤邸を各自散策を行い、隠されたキーワードを探し言葉を見つけ出すミッションをクリアしながらゴールを目指す。

#### < 目的 >

- ・ まちの風景や文化、人に出会うことで、まちに愛着を感じる人が増える。
- ・ 社会参加機会が減少している高齢者にとって外出機会や役割の依頼を経て、生活のメリハリを取り戻すきっかけとなる。
- ・ 働き盛りの現役世代に対して、高齢者の相談窓口である地域包括支援センターの認知度を高め、高齢者の現状について知るきっかけとなる。

#### < 参加人数 >

参加者：82名（分散して受付）      ボランティア・スタッフ：26名



## 課題・次年度に向けて

- コロナ禍で開催方法に留意しつつ、満足度の高いイベントを実行できたことで、地域との連携が深まるきっかけと多世代の多くの方が随所でイベントに関わることができた。
- 東松戸エリアの課題に対して今後の可能性や広がりに向けて、イベントを継続していくことが求められる。**(さらなる地域への愛着と多世代の交流)**
- 東松戸エリアの町会（老人会）や個人が地域包括支援センターを日頃から接点を持てる機会が増えていくことが望まれる。
- その他東松戸エリア以外の地域課題**(これからの居場所づくり)**へのアプローチも検討したい

# 常盤平地区

金ケ作・千駄堀・常盤平1～7丁目(常盤平団地の担当地域を除く)  
常盤平双葉町・常盤平西窪町・常盤平陣屋前  
常盤平柳町・牧の原・牧の原1～2丁目・日暮  
日暮1～8丁目・常盤平松葉町

## 防災対策として 自助共助を高めるために 地域として何ができるか

### 活動内容

昨年度からのテーマで進めた。災害弱者を地域としてどのようにケアしていくかの議論とともに各活動の情報交換を行った。主に、避難行動要支援者名簿や避難所運営委員会の実施状況について理解を深めた。コロナ禍で地域活動がほぼストップしていることもあり、各町会での動きを知るために、町会アンケートを実施した。

#### アンケート結果

集まれず町会活動ができない  
コロナ禍での避難に不安等の意見があった

### メンバー

地域包括支援センター  
社協事務局長  
社協サロン  
部会長  
基幹相談支援センター  
地区特養代表  
NPO学習塾運営

### 地域づくり交流会



#### 2021年3月17日実施

- ・市配信「松戸市総合避難訓練」動画視聴
- ・町会アンケート報告
- ・意見交換

<ねらい>

災害は町会の壁を越えて協力する必要がある  
「災害」をキーワードに町会活動の横の連携、  
町会活動の底上げを図る

避難の理想型がイメージ  
できたので、後は町会で  
どこまで達成できるか、検討し  
たい。

他の町会の防災組織につ  
いてもっと詳しく知りたい。

避難所運営の在り方を見  
直すきっかけになった。

### 課題・次年度に向けて

- 「災害」をキーワードにした町会活動への働きかけ
  - 災害時要支援者の見守り
  - 避難所運営にまつわる町会の横の連携を図る
  - スモールステップの達成  
ex) 防災倉庫の確認、避難所運営ゲーム
- 地域ケア推進会議との接続
  - 町会の困りごと等を出し合い  
解決につなげる場にする

# 常盤平団地地区

常盤平1丁目のうち駅上市街地住宅・常盤平2丁目のうち1街区・常盤平3丁目のうち3街区・中央市街地住宅・駅前市街地住宅・セントラルハイツ・常盤平4丁目のうちE街区・常盤平7丁目のうち2街区・けやき通り住宅

# 常盤平団地で ハッピーに暮らそう! (あいさつ運動)

## 地域特性

- ・60周年を迎えるUR団地のみで構成された地区で高齢化率、75歳以上比率共に最高値
- ・外国にルーツを持つ人の割合は1割近い
- ・団地自治会、地区社協、民児協の地域活動は活発で結束力がある

### <課題>

- ・住民の高年齢化、担い手の高齢化
- ・エレベーターがない故の高齢者縦移動困難
- ・高齢独居宅の見守り

## メンバー

地域包括支援センター  
地区社協会長、  
団地自治会会長・事務局長  
地区民児協会長

- ・毎年実施しよう決めていたあいさつ運動は中止を決定
- ・ますます住民の顔がみえなくなった

## 顔を合わせる機会をつくろう(お茶を飲む会&ラジオ体操)

2020年10月11日開催



2020年11月26日から  
ラジオ体操週一で開催



## 課題・次年度に向けて



活動報告を全戸配布して周知

### ●外での活動の継続

いきいきサロンや自治会のイベントができない状況なので、外での活動を進めていく

### ●外国人コミュニティとの交流

主に中国からのファミリーが多くなっている。特にトラブルはないが、現在は接点がない状況なので、イベント等の“参加”だけでなく一緒につかっていく仲間(担い手)になることを期待したい。

# 五香松飛台地区

串崎南町・串崎新田・松飛台・五香1～8丁目  
五香西1～6丁目・五香南1～3丁目・五香六実

少しでも外に出る活動をつくりたい  
&  
活動者のモチベーション担保

## 経緯

- 地域が広いので大まかに3域に分けて活動を組立
- 昨年度の「子ども食堂」「地域の見守り」「居場所づくり」の3つのテーマはコロナ禍で中心人物の自粛もあり断念した。
- この間、こもっている高齢者の状況を知りたい、少しでも外に出て欲しい、ボランティア実践者の、活動への意欲の低下が取り上げられた。



少しでも外に出る機会を作り、この期間会えなかった人に会う。(つながり直し)、必要以上にこわがらないために情報をお伝えする、少しでも活動を作ることで活動者のモチベーション担保

## メンバー

地域包括支援センター  
地区長/地区社協会長、  
サロンや居場所の運営者、  
町会福祉部、特養地域連携  
担当、市社協

### 秋は五香松飛台のどこかで ラジオ体操&ウォーキング (2日間で8か所実施)



11月7日  
90名参加

11月28日  
92名参加



### 課題・次年度に向けて



- ラジオ体操ウォーキングの継続に向けてフォローメニュー等で、自主運営を模索
- 前年度取組のテーマについて、居場所づくりや見守りなどを地域でどのように作っていくか

# 六実六高台地区

高柳・高柳新田・六実1～7丁目・六高台西  
六高台1～9丁目

## 情報交換をしながら、 連携を図った一年

### 地域特性

- ・町会自治会、民児協、地区社協それぞれの組織の結束力に加えて、それぞれつながりのある地域。
- ・反面、地域活動していない人(主にマンション住民)との交流が希薄になりがち

### 今年の経緯

町会や社協など核となっていた活動がほぼ停止状態。  
そのなかで、2つの子ども食堂が、食材配布などで活動が拡大。情報交換しながら、子ども食堂の活動に共鳴し、連携したことで個別支援のリーチを広げることにつながった。

### メンバー

地域包括支援センター  
地区長  
地区社協事務局長  
民児協会長  
子ども食堂運営者  
老人クラブ会長  
六実子育て井戸端会議

つながり継続とつながり直しの  
きっかけづくりをしたい

### 地域づくり交流会

#### 六実六高台にキッチンカーがやってくる!

2021年3月28日実施



- ・キッチンカー5台が来て、お弁当配布を実施、全部で500個用意した。
- ・民児協や子ども食堂からつながっている家庭や心配な高齢者に事前申込のうえ、当日足を運んでもらうこととした。



- 地区一体となって実施できた
- お互いのチームの顔合わせになったのと活動の様子がわかった。
- 雨で大変だったが、地域のつながりを感じることができた

### 課題・次年度に向けて

- それぞれの連携を強くすることで、地域づくりにつなげていく
- 地域活動につながっていないコミュニティの顕在化、担い手の高齢化、ファミリー層への地域活動への巻き込み。マンション層への情報伝達の手段

# 小金地区

幸田・幸田1～5丁目・中金杉1～5丁目・平賀・東平賀  
殿平賀・久保平賀・大金平1～5丁目・大谷口・小金  
小きよしヶ丘1～5丁目・小金上総町・小金清志町1～3丁目  
ニッ木・ニッ木二葉町・根木内(国道6号西側)

## 顔の見える地域づくり・ 新しい世代への情報発信

### テーマ設定の経緯

- 元々地域活動が活発な地域で、町会自治会、地区社協、民生委員などの活動に参加している人同士のつながりが強い。一方で新旧住民の間でコミュニケーションがとりづらい状況もある。また地域活動に参加している担い手同士も子ども～高齢者など分野・組織を超えた交流があまりなく、横の連携があまり進んでいない。
- 地域との接点が薄い独居高齢者、障がいや生活困窮といった複合的に課題を抱えている社会的に孤立しがちな世帯などに対してアプローチしていくためにも、地域の網の目を細かくしていく必要がある。

### 地域の担い手が連携するための基盤づくりをテーマに設定

#### 地域づくり交流会

「小金の顔の見えるつながりをさらに広げるために」&「こがねっとhotニュース」

##### 参加者概要

通いの場や子ども食堂など、子ども～高齢者まで幅広い分野の20団体25人が参加。

- コロナ禍における活動の工夫をテーマとしたこともあり、活動を休止している団体にとって背中を押される機会になったという声が聞かれた。また近い地域であっても双方の活動を知らない人たちも多く連携するきっかけになった。
- 交流会を再度行う予定だったが感染拡大のため、小金で取り組まれている地域活動取材して YouTube で動画配信する企画に変更した。



#### 課題・次年度に向けて

- 既に活動している人たち同士の交流によって新しい連携につながり、**コロナ禍における活動の後押し**ができた。今後も定期的に情報交換できるような場づくり、オンラインでも双方の活動を知ることができる情報発信を行っていききたい。
- 軽度認知症の方など**地域の支援を必要とする個別の困りごとに対応していくための体制づくり**に取り組んでいく。当事者にどのようなニーズがあるのか、またどういった支援であれば持続的にやっていくことができるのか、新しい担い手を増やす仕組みづくりを検討する。

# 小金原地区

根木内(国道6号東側)・小金原1~9丁目・栗ヶ沢  
八ヶ崎1丁目・小金1700番台

## 高齢化が進む団地における助け合い活動

### テーマ設定の経緯

- 小金原団地をはじめとして、地区全体としても高齢化率が飛びぬけている。また後期高齢者の割合が高いことも特徴である。
- 高齢独居や8050のような社会的孤立になりがちな世帯に対して、世帯まるごととしてつながりを作っていけるか地域で早期に発見してアプローチしていける仕組みづくりをテーマとしてきた。
- 小金原団地で活動している元気応援くらぶへの訪問、参加者とのコミュニケーションの中からコロナ禍で困っている声をあげづらくなっている現状を伺った。

### 日常の見守りにもつながる、 住民同士の助け合い活動の立ち上げを検討

#### 地域づくり交流会

#### 日常のちょっとした困りごと助け合う仕組みを考えませんか？

小金原6-7団地「くらしお助けDAY」  
2021年3/14(日)

お家の電球切れていませんか？  
ワンコインで交換に伺います！

地域の住長が暮らしのサポートとして助け合いを応援いたします！

かかる費用  
交換する電球の実費  
+  
500円

申し込み・依頼  
お名前・住所・電話番号を下記までご連絡下さい。  
TEL: 049-262-1111  
(049-262-1111)

電話で調整  
担当者から電話をかけさせていただきます。内容の確認、訪問時間を調整します。可能な方は必要の電球を輸入しておいてください。

当日3/14  
お申し込み決められた時間に担当者が訪問して電球交換いたします。終了した5500円を返金させていただきます。

主催：小金原6丁目7番地住宅組合 高齢者対策専門委員会  
協力：小金原地区2階ワン・ワン、特定非営利活動法人まっぴんPO協議会

#### 参加者概要

住宅組合長、民生委員（新旧）、関心を持ってくれた近隣住民など7名が参加。



- 民間による助け合い活動の事例として、介護保険の制度のはざまにあるニーズや新松戸地域のマンションにおいて取り組まれている活動について情報共有し、自分たちに何ができるのかを考えていった。
- 参加された方の全てが、何かしらの形で参画したいと回答し、仕組みづくりから参加したいという人も数名いた。

#### 課題・次年度に向けて

- 介護保険などの制度だけでは解決しきれない課題があることを共有し、**自分たちで何か活動をしていこうという一歩が踏み出せた**。住民の担い手を増やしていくことによって引きこもりがちで制度につながっていない世帯へのアプローチとしても考えていきたい。
- 地区全体で顕著になってきている**8050世帯に対して包括的に支援する必要性**が高まってきている。  
制度的にアプローチしづらいひきこもり状態にある子ども（40～50代）に対してどのように接点を作っていくことができるのか、また課題が深刻化する前に予防するための支援について検討していく予定。

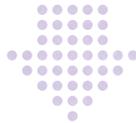
# 新松戸地区

横須賀1～2丁目・新松戸1～7丁目・新松戸東・新松戸北  
1～2丁目・小金1100～1300番台

## 公園を活用した コロナ禍でのフレイル予防

### テーマ設定の経緯

- 中・大規模マンションが多く、一斉に高齢化が進んでいる状況にある。これまで高齢者の支援に携わってきた人たち自身も高齢化が進んでおり、今後いかに地域の支え合いを維持していくかが課題となっている。特にコロナ禍において特に高齢者のコミュニティづくりの活動が難しく、ほとんど外出をしない高齢者のフレイル進行が懸念された。
- マンションの集会場を活用し、オンラインを取り入れた小規模分散型の体操教室の普及も検討をしたが、IT に慣れている人材が住民の中で必要になること、機材が整っていないことなどからなかなか進めることができなかった。



### 公園など屋外での体操、健康づくりの普及をテーマに設定

#### 地域づくり交流会

##### 公園DE健康づくり～青空体操&フレイル予防～

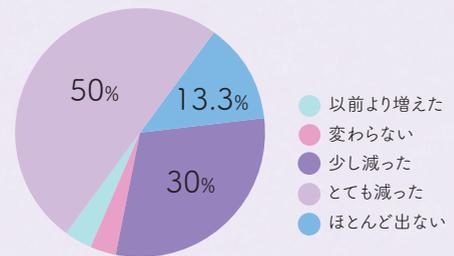
###### 参加者概要

包括から声掛けしたフレイルが心配な高齢者を含めた約40名が参加。アンケートによると70代以上が約8割で、9割以上が外に出る機会が減ったと回答した。



- 体操の指導もワーキングメンバーの一人が担い、声掛けや準備からそれぞれの持ち味を生かしたイベントとなった。参加者の満足度も高く、今後の継続への期待が見られた。

外に出る機会 30件の回答



#### 課題・次年度に向けて

- コロナ禍の影響と公園という参加のハードルの低さもあり、**屋外での体操のニーズの高さ**が明らかになった。感染状況を見ながらも、今後も定期的開催していくことを予定している。
- 継続開催することで、おそらく定員を超える反応になっていくことが予想されるが、その際の発展を検討していきたい。密度を上げすぎずに開催していくためには**別の会場に展開していくことや、回数を増やすことなどが考えられるが運営側の人手、指導者の確保などが課題になってくる**ため、それらも踏まえた工夫を考えていきたい。

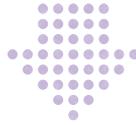
# 馬橋西地区

旭町1～4丁目・外河原・七右衛門新田・主水新田・新松戸南1～3丁目・西馬橋1～5丁目  
西馬橋相川町・西馬橋蔵元町・西馬橋幸町・西馬橋広手町・馬橋（JR線西側）

## 要支援者の防災から地域づくりを考える

### テーマ設定の経緯

- 新旧住民の間にあるコミュニケーションの壁が高く、つながりの希薄な地域になっているため、住民相互の助け合いの風土を築きづらい。結果として地域を担う人材の不足が課題となっている。
- 土地の特性上アップダウンが激しいということもなく、買い物難民といった明確な地域課題が見えづらい。一方で河川の近くのためハザードマップ上でも水害のリスクが高い。
- 以前から暮らしている人同士の間関係は強く、地域での一定の見守りはできるが、独居者やそうではない人の安否確認、一歩踏み込んだゴミ出しの支援といったニーズが見えてきている。



これらの理由から…

地域の共通課題となっている防災を切り口としたテーマに設定

### 地域づくり交流会

#### 高齢者が災害を乗り切るために必要な防災・減災



緊急事態宣言下ということもあり、基本的に支援者向けの内容にしぼり、関わっている高齢者の生活においてどのようなことを備えておけるのかを考えることを目的とした。

コープみらいの協力により、「自宅の安全・緊急避難」「食とトイレ」という2テーマについて講義を行い、その後グループでディスカッションする形式とした。オンラインと会場参加の併用開催。



「関わっている高齢者の生活について、防災の視点から気を配るきっかけになりました」という声も。

#### 参加者概要

民生委員や通いの場の参加者、税理士、包括職員など 20名

### 課題・次年度に向けて

- 「防災」というテーマについて備えておくべきポイントを伝え、そもそもの**危機感を醸成**することはできた？

一方で実際に要支援者にアプローチするためにはもう少し具体的に要点をしぼって何ができるかを考える必要がある。また町会**自治会との連携、個人情報管理の壁**が大きくあることを再認識した。

- 防災だけではなく地域課題の根本となっている、地域で**孤立しがちな人たち**へのアプローチについて検討していく予定。

特に**独居の中年～高齢男性**はつながる機会が少なく、今まで居場所になっていた居酒屋などもコロナ禍でリスクが高まっている。こういった層にも気軽に参加できる工夫が課題となる。

発行

特定非営利活動法人まつどNPO協議会

(生活支援体制整備事業の取り組みとして実施しました)