

みんな

生きていこう

支えあって

高齢化社会を



四街道市
みんな
地域づくり
センター



左から相川俊雄さん、中西武夫さん、田口力三さん、長島昇さん、高原瑛夫さん、鏡誠一郎さん

つくし座自治会

住み慣れた地域でいつまでも安心して 過ごすための仕組みづくり

四街道市の中央に位置し、四街道北中学区内にある閑静な住宅街であるつくし座。高齢化率は43.4%と市内でも高いつくし座自治会は、地域の高齢化の中で、住民の抱える様々な問題解決に取り組んできました。

遠くまで出歩けない高齢者のために自治会館での健康づくりや芸能発表会、鍋パーティなど楽しいイベントの企画や、有償の移送サービスなど、住民同士の助け合いの仕組みを独自につくり、運営しています。

住民にとって最も安心につながる取り組みが災害時の避難に支援が必要な人を把握するためのSOSカード（災害時安否確認登録）です。希望者には事前に緊急時の家族への連絡先など必要な情報を登録してもらい、災害時にはこのカードの情報に基づき、地域ごとの丁目隊長らが真っ先にSOS宅へ支援に駆けつけ安否を確認するシステムになっています。地区の防災訓練へは、住民の参加が義務付けされており、SOSカードを踏まえた訓練も徹底されています。

どこにどんな高齢者が誰と住んでいるのか？といった把握は本人や家族から声が上がらない限り難しく、多くの自治会がその把握に悩んでいるのが現状です。

「つくし座では毎年5月の餅つき大会や敬老の日には75歳以上の独居の方、80歳以上の方の家を訪ねて餅や紅白饅頭を配っています。その際に会話ができますし、高齢者の方を把握する大事な機会になっています」と事務長の長島昇さん。日々の生活の中でも工夫

して住民の見守りに力をいれています。

現在は、住民が被害にあいそうになったという声を受け、悪徳商法対策も準備中で安心して過ごせるまちづくりが着々と進行中です。

つくし座の強みは役員の行動力はもちろん役員以外の協力者が多数いることにあります。自治会長の相川俊雄さんは「役員が9名、それに加えて心強い協力者も30名ほどいます。40名集まれば、できないことはないですよ！」と笑顔を見せます。

そして「高齢化社会とは言っても自分たちでできることは自分たちでやっていきたいし、次の世代には、そのときに必要と感ずることを自分たちのためにやってもらえばいいと考えています。それまではお祭りなど地区の行事にたくさん参加して近所の人同士交流してもらおうのが願いです」と相川さんは続けます。こうした柔軟なスタンスが多くの住民に支持されている理由です。

つくし座が目指すまちづくりは、高齢者が安心して暮らせるまち。突き詰めていけば、それは子どもにとっても、若い世代にとっても安心して暮らせるまちづくりにつながります。まずは近所の人と挨拶を交わり、顔見知りの関係を作り、地域の一員になることから始めてみませんか。世代を超えたコミュニケーションを大切にすることで、誰もが過ごしやすいまちづくりの実現につながるでしょう。

高齢化社会の中で若い世代に 知ってほしいこと 考えてほしいこと



生活支援コーディネーター
田中悦子さん

自然豊かで都会に通勤できる四街道市は子育てしやすい街と言われています。その一方で、高齢化が急速に進み、国の高齢化率が26.7%なのに対し四街道市は27.8%（平成28年8月1日現在住民基本台帳より）、これは約4人に1人が高齢者という現状です。

今後周りにどんどん高齢者が増えていく社会を迎え、自分の親も年をとっていく中、私たちが今からできることはあるのでしょうか。

年をとっても住み慣れた場所で安心して暮らせるまちづくりに取り組んでいる生活支援コーディネーターの田中悦子さんにお話を聞きました。

まず様々な分野の介護や福祉に関する情報をキャッチすること。市や地域包括支援センターなどが行っている取り組みや情報を知っておくことが大切です。そして市内にある「たすけあい」のサービスなどの活動に興味を持っていただき、時間がある方はぜひ活動に参加されることをお勧めします。若い頃から支援者として活動しておくことはいざというときに慌てず対応する備えになります。

そして何より大切なのは地域のコミュニティの輪に今から入っておくこと。普段から近所の人と知り合い、つながりを持つことで困ったときの安心材料となりえるでしょう。

市内在宅支援のパイオニア

認定NPO法人たすけあいの会ふきのとう



左 | ふきのとう 代表
森 明子さん

右 | ふきのとう スタッフ
佐藤 享子さん

抱え込まずに相談してほしい —

国から介護が必要と認定された人がヘルパーなどのサービスを受けることができる介護保険制度、この制度が始まる以前の1988年からふきのとうは「手助けを必要とする人たち」への支援を始めていました。

この支援は「たすけあい活動」といい、赤ちゃんから高齢者までが利用できる住民相互の支えあいの活動です。時間単位の有償サービスを提供しており、内容

は家事援助（掃除、食事作り、買い物など）や通院や院内介助のほか療養中の難病患者の外出介助など様々で、父子家庭や急な病気、けがで困っている人にも優しいサービスです。「働くママさんに代わって病気の子どもの見守りや、産後の沐浴を手伝ったこともありました」と現場で活躍する佐藤享子さん。活動を支える協力会員も募集中で元気なシニアが多数活躍しています。短時間の活動が多く、子どもが学校に行っている間だけでも社会と関わりたいといったママたちにも嬉しいボランティア（働き方）かもしれません。

代表を務める森明子さんは「困ったことがあったら、抱え込まずにすぐに相談してほしい」と語ります。ふきのとうは「誰もが心地よく暮らすために今しなければならぬことをしていこう」という理念のもと常に市民の声に寄り添い、サポートし続けています。

社会福祉協議会が母体となる

にこにこサービス



左 | 在宅支援係 係長
山崎 剛さん

右 | にこにこサービス コーディネーター
片山 絵里子さん

地域でのつながりをつくっておくこと

四街道市社会福祉協議会が有償の住民参加型福祉サービスとして立ち上げたのが在宅支援の「にこにこサービス」です。内容は掃除や調理などの家事支援や入院患者の買い物の代行や介助、通院患者の院内介助のほか、子育て支援などで、資格がなくても活動できるのが魅力のひとつです。

コーディネーターを務める片山絵里さんは「特に意識しているのが、それぞれが住んでいる地域ごとの

マッチングです」と言います。こうしたことで、地域住民同士のつながりができ、東日本大震災の際に自主的に安否確認をし合ったり、雪かきの手伝いをしたり、活動外にも助け合いの輪が広がるという嬉しい副産物も自然に生まれてきました。

サービスを運営する在宅支援係の係長・山崎剛さんは「あくまでも住民同士の助け合い。協力会員も利用会員もお互いが、あったかい気持ちを共有できたら嬉しいですね」と言います。産前産後に利用した人や親の介護時に利用した人がのちに協力者になってくれたという報告もありました。「困ったときはお互いさま」の気持ちで自身が大変なときには利用者として、元氣と余裕があるときは協力者として、にこにこサービスに参加しながら、地域に根ざした関係性を少しずつ築いておくことは、今すぐにできることのひとつかもしれません。

高齢化の課題に対する みんなで地域づくりセンターの これまでの取り組み



高齢化率27.8%という超高齢化社会をむかえている四街道市。急激な高齢化に対応するために、今後の地域づくりに必要なことは何か、当センターでも様々な取り組みを通して考えてきました。

年に2回開催している自治会情報交換会の中でも、区・自治会長が地区内の高齢者の把握に頭を悩ませている現状があげられました。

高齢者の孤立を防ぐために居場所やサロンの開設が必要という声をうけ、昨年度は地域づくりサロン「コミュニティカフェをつくろう」という連続講座を開催しました。コミュニティカフェの役割や

機能を学び、各地のカフェを見学し、開設に向けて個別相談会を行いました。この講座をきっかけに、カフェづくりの試みやサロン開設、介護予防の取り組みが少しずつではありますが始まっています。

また、当センターの広報誌『minnade 8号』で地域の高齢者の集まれる場所を特集し、今年度の自治会情報交換会では居場所の運営者と区・自治会長、民生委員が意見交換をし、お互いに協力しあえる関係を模索しました。当センターでも高齢者支援課、地域包括支援センターなど、他機関との連携を視野にいれ課題の解決を目指します。

お知らせ

みんなで地域づくりセンターでは、これから地域で何かしたい人、すでに活動している人をサポートするプログラムや講座を実施しています。ぜひ参加してください。

「コラボ塾」受講生募集

地域を良くする取り組みや事業を行いたいとき、みんなで地域づくり事業提案制度「コラボ四街道」が利用できます。「コラボ塾」は、この制度への事業提案につなげるための講座です。今年度はすでに始まっていますが、年度途中の参加も大歓迎です。

アイデアのたねを掘り起こし、事業を企画しよう

9月27日(火) 10:00-12:30

プレゼンをしてみよう！提案書の作成とプレゼン

10月18日(火) 10:00-12:30

地域づくり体験プログラム「コラボラ」参加者募集

市内の市民活動団体が、ボランティア初心者に向けて体験プログラムを準備しました。福祉、環境、文化、子育て支援などの様々な分野で活躍する市民活動団体の取り組みを実際に体験できる「コラボラ」。受け入れ期間は平成28年9月-11月です。体験内容の詳細は当センターのホームページまたはチラシをご覧ください。

募集！空き家、空き店舗情報

高齢者や地域の方が気軽に立ち寄れるサロンを開こうと思うときに必要な場所を探しています。空き家、空き店舗、空き部屋などの情報をお寄せください。

お申し込み、お問い合わせは
みんなで地域づくりセンターへ
お電話ください

Tel. : 043-304-7065

今号で紹介した団体について

つくし座自治会

所在地：四街道市つくし座3-1-1

Tel. : 043-422-0012

認定NPO法人たすけあいの会ふきのとう

所在地：四街道市四街道1521-19

Tel. : 043-424-0233 Fax. : 043-423-7920

Web : <http://fukinoto0233.sakura.ne.jp/>

にこにこサービス（社会福祉法人四街道市社会福祉協議会）

所在地：四街道市鹿渡無番地 総合福祉センター 1階

Tel. : 043-304-2829

Web : http://yotsukaido-shakyo.or.jp/weblog/?page_id=2368

四街道市みんなで地域づくりセンターについて

四街道市みんなで地域づくりセンター
(四街道市シティセールス推進課分室)

開館日時：火-金 9:00-20:30 / 土 9:00-17:00

休館日：日・月・祝日・年末年始

第1・第4月曜日が祝日の場合、翌日火曜日休館

所在地：四街道市大日396 四街道市文化センター 1階

Tel. : 043-304-7065

Fax. : 043-422-7051

E-mail : info@minnade.org

Web : <http://minnade.org/>

Facebook : <https://facebook.com/yotsukaido.tiikidukuri/>