

杉並 づるる

つなく ひろがる ささえる

20

2021年6月発行 vol.

しらせよう!
ご近所
で
ほっこり
する
お話を
お届け
します

- まち歩きと地図づくりで地域のつながりを広げる
—浜田山組…………… 1～2面
- 「第2層生活支援コーディネーター」をご紹介します!
「第1層生活支援コーディネーター」をご紹介します!…………… 3面
- 2021年版 杉並区生活支援サービス・活動紹介BOOK
「身近な地域の集いの場」をご紹介します!…………… 4面



ケア24(地域包括支援センター) 浜田山の担当圏域では令和元年度、第2層協議体の「浜田山組」が立ち上がり、神田川の水害対策をテーマにまち歩きを実施し、実際に歩いたことで気づいたことなどを地図に落とし込んだ“防災マップ”を作成しました。地域の広い世代が参加できる「まち歩き」を通して、地域のつながり作りが広がっています。

広い世代が参加できるイベントを

浜田山組は一般区民、民生委員、あんしん協力員やNPO法人の有志で構成されています。名前の由来についてNPO法人杉並介護者応援団(以下「介護者応援団」)の北原理良子理事長は「学校のクラスのように、参加する地域住民を含め関係する方々みんなが平等な仲間という意味で付けました」といいます。ケア24浜田山の地



皆で地図を作る浜田山組

域懇談会では「この地域はご近所付き合いが少なく、高齢者の孤立につながりやすい」という課題があがっていました。浜田山組ではその課題に向き合うための方法として、地域の広い世代が参加できるイベントの企画が話し合われました。その結果、浮上したのがまち歩きです。メンバーの1人、下高永福地区民生委員の後藤邦彦さんは「まち歩きに地域の住民が参加し、互いに顔見知りになれば、いざというときに助け合えます」と、その意義を説明します。

初めはトイレと休憩場所の調査

「防災まち歩き」が始まったきっかけは、日常的で身近な課題でした。北原さんは「介護者の方々から、この地域にトイレが少ないという話を10年以上前から聞いていました。高齢者がまちを歩いて一番困るのがトイレと休憩する場所」といいます。まず初めに令和元年の秋に、浜田山組のメンバーだけで試験的に浜田山駅前の商店街を歩き、トイレや休憩場所はもとより、AED(自動体外式除細動器)や公衆電話の設置場所がどこにあるのか調べてみました。すると、意外にもコンビニ、銀行、郵便局ではトイレが借りられないなど、さまざまな気づきがありました。また、お店の人に一人では聞きにくいことも、みんなで歩くと聞くことができたといえます。

勉強会をきっかけに「防災まち歩き」

そして、昨年春には、この試験的なまち歩きの成果を地域の皆さんに発表するイベントを開催し、正式な「わが街あるき隊」事業として参加者を募る計画でした。しかし、イベ



わが街あるき隊の「防災まち歩き」

ントを予定していた会場が閉鎖され、さらには新型コロナウイルス感染症(以下「コロナ」)の感染拡大も重なり、浜田山組の活動は一時中断せざるを得ませんでした。月1回の実行委員会もしばらく見合わせとなりました。

緊急事態宣言が明けた6月から実行委員会を再開し、コロナ禍でどう活動するか検討を重ね、「防災」を切り口

にしたまち歩きが提案されました。前年に各地で続発した台風災害を見て、民生委員の後藤さんが企画した水害時の防災を学ぶ勉強会がきっかけです。区の土木計画課・防災課職員に講師を依頼し、その勉強会の延長線で、実際に現場を見て歩こうということになりました。コロナ感染症対策を考慮すると、「住宅街を歩き回るのは難しいけれど川沿いなら歩ける」と判断。大人数を避けるため、参加者は一部の民生委員やあんしん協力員らにとどめました。

実施したのは昨年11月、参加者は約20人でした。塚山公園に集合し、区の土木計画課・防災課の案内で、神田川沿いを北岸と南岸の2グループに分かれて歩きました。土のう置きなどの防災関連設備はもちろん、ベンチの位置や状態などについてもチェック。ゴールの下高井戸おおぞら公園(下高井戸2丁目)では、被災時に使えるマンホールトイレ、かまどベンチなどについても説明を聞きました。

参加者の特技を生かして

この防災まち歩きとして、消火器、防災倉庫、スタンドパイプ、河川水位警報機、公衆電話と高齢者の外出の際に役立つトイレや休憩場所などを見て回り、写真とともに位置のポイントを地図に落とし込んだものが防災まち歩きマップ『川と公園のまち浜田山～神田川沿いを歩いてみたら』です。このタイトルは、下高永福地区民生委員の佐藤祐子さんが地域の魅力に着目して考えました。普段はつい見過ごしてしまうものも、地図に落としてみると改めて認識できます。写真とあわせ、参加者のさまざまな気づきを書き込みました。

企画を立てた当初は、地図に写真を貼り付けることまでは考えていませんでした。まち歩きに参加した下高永福地区民生委員の屋敷和佳さんが、ご自分が撮った写真を地図上に見栄えよくレイアウトしてくれました。一方、展示会場探しでは、NPO法人すぎなみのたね代表であるしん協力員でもある中原通子さんが、NPO法人の活動で利用したことがある高井戸図書館のミニギャラリーを提案しました。このように参加者がそれぞれの特



高井戸図書館にて、完成した地図と一緒に

技や知識、経験を活かして、地図作りと展示の準備を担当しました。

「みんなで手作りすると、完成後の充実感がとても大きいです」と北原さんを始め、同じ介護者応援団のメンバーである松永さんもいます。一連の活動を通じてメンバーの親睦も一段と深まったようです。

展示企画に手ごたえ

こうして、地域の人々に浜田山組と「わが街あるき隊」を知ってもらう最初のお試しの機会である、展示企画が実現しました。地域住民がつながるきっかけにしたいという思いを込めて、アンケートコーナーを設けたり、「わが街あるき隊」への参加希望者が連絡先を投函できるポストも用意しました。



展示とともに設置したアンケートコーナー

また、配布用に設置した『杉並区水害ハザードマップ』を多くの皆さんが持ち帰られ、すべてなくなるなど地図展示を通じて、住民の防災への関心の高さを知ることができ、メンバーは手ごたえを感じたそうです。

こうしたイベント開催には資金が必要ですが、活動資金はメンバーそれぞれが他の活動で得た長寿応援ポイントを出し合うことで賄っています。北原さんは「お金があまりなくても、できることはあります。それを工夫してやるのも面白いところです」と話しています。

高齢者のニーズを発信する

今回取材した実行委員会では、今後の活動の方針等が話し合われました。今年度は、まだ歩いていない神田川の両岸(環八～塚山公園)を「防災まち歩き」し、来年度にはコロナの収束を期待して、住民が利用できる「トイレと休憩所」探しのまち歩きを再開する予定が立てられました。あわせて、フレイル(虚弱)予防のためには、高齢者が気軽に出かけられる町づくりが必要だということも確認し合いました。「住民が利用できるトイレや休憩場所が地域にどの程度あって、どのくらい不足しているのか。それを行政に投げかけるのもわたしたちの役割であり、また、高齢者が元気に過ごすための具体的なニーズを企業に発信するのもいいかもしれません」と民生委員の後藤さんは力説しました。

地図づくりについては、「携帯できるようなコンパクトなものがあると便利ではないか」「区役所のギャラリーにも展示できたらいい」「他の圏域でも同じような地図が作られていたら素敵」などのアイデア、夢が語られています。コロナ収束後の浜田山組の活躍が楽しみです。

「第2層生活支援コーディネーター」をご紹介します！

第2層生活支援コーディネーター（以下「第2層SC」）は、杉並区内のすべてのケア24（地域包括支援センター）（以下「ケア24」）に各1名ずつ配置され、地域の皆さんとともに地域づくりを行っています。新しく第2層SCになられた4名の皆さんをご紹介します。



ケア24上荻 武藤 直美さん

「10年後も安心して暮らせる地域とは、いま私たちにできることは？」をテーマに、町内会、民生委員、あんしん協力員の皆さんらと話し合いを持ち、走り出したところです。夢のある話し合いの時間が持てるように頑張っています。

ケア24阿佐谷 山崎 恵さん



第2層協議体『ふらり阿佐谷』では「歳を重ねてもふらりと出かけたくなる街阿佐谷」を目標に、和気あいあいと話し合っています。今年はケア24圏域北側の協議体メンバーの皆さんと一緒に、ちょっとした立ち寄り場を作ろうと活動を始めています。



ケア24松ノ木 福本 司さん

過去1年間、様々な技能や特技を持っている方々にお会いしました。ご自身はそれに気づかなかったり、地域で活かそうと思っていなかったりして、もったいないと感じています。コロナ禍で交流することが難しい中でも、工夫しながら地域の皆さんと一緒にできることを探していきたいです。

ケア24永福 清水 文さん



昨年は、地域の方と直接話す機会が少なく、残念でした。今年も先の見通しが立たず、不安なことも多いですが、「今できること」「これからやってみたいこと」を地域の皆さんと共有しながら活動をしていきたいと思っています。

「第1層生活支援コーディネーター」をご紹介します！

第1層生活支援コーディネーター（以下「第1層SC」）は、杉並区全域を対象として、家事援助、外出支援、見守り、交流サロンなど杉並区内のさまざまな生活支援サービスを行っている団体をつないだり、サービスの輪を広げたりするために、情報収集・提供、相談・アドバイスなどを行っています。第2層協議体への支援も仕事のひとつであり、杉並区全域での地域の支えあいの仕組みづくりを行っています。

令和3年度の第1層SCである杉並区社会福祉協議会（以下「杉並社協」）で地域福祉推進担当としても地域で活動している佐治翔子さんにお話を伺いました。



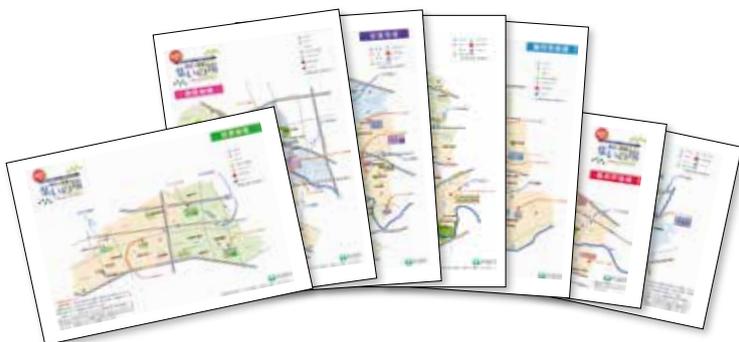
平成26年に杉並社協に入職して8年目に入ります。直近の3年間は、ケア24永福で地域包括ケア推進員、第2層SCを務めました。永福での第2層協議体は3年前に発足していますが、昨年度はコロナで全員が集うことができず、居場所の活動者による連絡会を小規模・オンラインで開催しました。第1層SCとしても分からないことがたくさんあります。皆さんに教えていただきながら地域の様々な活動をつなげ、組み合わせられる「調整役」を意識しながら、推進員の皆様とともに地域のことを一緒に考えていきたいです。

【注釈】杉並区では、杉並区全域（第1層）とケア24の各担当地域（第2層）の2つの圏域を設定し、第1層、第2層のそれぞれに生活支援コーディネーターと協議体を配置しています。第2層協議体では、地域の活動者や団体などが集まり、既に地域にある支えあい活動など地域の情報を共有しています。また、将来に向けて「自分たちのまちをどのような地域にしたいか」などを話し合い、その地域ならではの地域づくりを行っています。

2021年版

杉並区生活支援サービス・活動紹介BOOK 「身近な地域の集いの場」

を紹介します！



杉並区生活支援サービス・活動紹介BOOK「身近な地域の集いの場」は、高齢者の皆さんが気軽に参加できる、地域で自主的に活動されている「集いの場」を紹介するガイドブックです。参加を希望される方はもとより、活動の支え手となる方を地域の活動につなげることを目的としています。

2021年版は、「井草」「西荻」「荻窪」「阿佐谷」「高円寺」「高井戸」「方南・和泉」の7つの地域に分けた「地域版」を作成しました。

●7つの地域別に、体操・サロン・趣味・会食(子ども食堂)・いきいきクラブと、活動の内容ごとにまとめていますので、お住まいの近くの活動が探せます。

●ケア24(地域包括支援センター)で配布しており、杉並区公式ホームページでもご覧いただけます。

活動名	開催場所	活動内容	活動内容・参加費
1 杉並区健康クラブ (上井草 スポーツセンター)	上井草スポーツセンター (上井草 4-1-1) 体育センター (上井草 4-1-1) 運動不足解消会	水曜日 17時～	参加費なし (別途、入会費 入会費2,000円、会費月2,000円 (団員費・保険料含む))
2 上井草自治会 ラジオ体操	上井草スポーツセンター (上井草 4-1-1) 体育センター (上井草 4-1-1) 運動不足解消会	水曜日 17時～	参加費なし (別途、入会費 入会費2,000円、会費月2,000円 (団員費・保険料含む))

活動内容から探せます



※参加を希望される方は、必ず各団体に直接お問合せいただいた上、ご参加いただくようお願いいたします。

<https://www.city.suginami.tokyo.jp/kusei/hoken/seikatusien/1034232.html>

ひろげよう！「まちの身近な支えあい」

ひろげよう！
ご近所が
ほっこり
まちの身近な
支えあい

「助けてほしいけど、迷惑をかけると思い頼めなかった」
「助けたいと思ったけど、断られそうで声をかけられなかった」
そんな経験をされた方は多いのではないのでしょうか。
日頃から、助ける人も助けられる人も、「助けてほしい」「助けましょうか？」と気軽に声をかけられることが、互いに支えあう地域づくりにつながっていくと思います。
そんな「支えあう地域が広がってほしい」というメッセージが込められたのが、左図のシンボルマークです。このメッセージが広がるよう、地域の活動で作成される「チラシ」「ポスター」にこのシンボルマークをご活用ください。

※上記シンボルマークの使用をご希望の方は、高齢者在宅支援課まで、お問合せください。