

# まちねっと



2022年12月発行  
第29号

## 地域での気づきと見守り ～地域の取り組み紹介～

私たちが暮らす地域には高齢者や子育て中の方、障害のある方など、様々な住民が生活しています。近年では地域の身近なところで虐待や孤独死等、社会的な孤立の問題がとなり合わせです。また、ヤングケアラーやひきこもりについての課題もあります。「最近、買い物する姿を見かけない」、「ポストに郵便物が溜まっていた」、「遅い時間に子どもが公園にひとりでいた」等、ちょっとした「気づき」や「見守り」が地域の中で発生する課題を発見したり、深刻な問題になる前に防ぐことにつながるかもしれません。

地域での孤立防止のために住民が主体となり、地域での見守りや課題についての話し合い、居場所づくりを通して安心して地域で暮らしていくための取り組みが行われています。実際に行われている活動を一部ですがご紹介します。

### 柏ふれんど(柏町子どもの居場所づくり懇談会)

#### 子どもたちの居場所づくり

地域の子どもの関する課題等について話し合っています。具体的な活動としてトワイライトステイ(夜の子どもの居場所)やデイライト(昼間の居場所)等を開催し地域の交流の場として子どもを温かく見守っています。



### さいわい町地域懇談会

#### 幸町の絆を深める!

参加者は幸町住民を始め、民生・児童委員や自治会、地域のボランティア、高齢者関連事業所、児童館、地域包括支援センターなど幸町を拠点に活動している団体・施設職員です。幸町に関心のある方なら誰でも参加可能です。定例会では「わが町、幸町」の地域情報や課題について自由に話し合い住民同士の交流やつながりを大事にしています。

### 幸町団地5者懇談会

#### 集合住宅での見守り

住民の高齢化や多国籍化、集合住宅ならではの課題もあります。住民の孤立防止や団地での生活がよりよいものとなるよう生活課題についてアイデアを出し合っています。自治会、民生・児童委員、地域包括支援センター、管理会社、行政が参加し、それぞれの立場から情報交換を行います。

### 砂川町見守り懇談会

#### 地域の特性や課題を話し合う

砂川町地区を担当する民生委員・児童委員と地域包括支援センターが参加し開催しています。見守りを必要としている高齢者や子どもの様子、砂川町の特性や課題まで幅広く情報交換を行っています。

## 重なりあうまちづくり ～立川市地域共生社会推進講演会～

立川市では令和4年度より地域共生社会の実現にむけた取り組みを開始しました。新しい取り組みの説明と「ひきこもり」のご本人による講演会を行います。地域共生社会について一緒に考えてみませんか。

日時：2023年1月15日(日) 14時半～16時半  
場所：立川市女性総合センターアイム 1階ホール(立川市曙町2-36-2)  
対象：立川市民、関係機関のみなさま 定員：90名(申し込み順)  
共催：立川市、立川市社会福祉協議会  
申込み：地域福祉コーディネーター(4面)または二次元コードよりお申込みください。※申込み締切 2023年1月6日(金)

### 地域共生社会とは?

世代や分野を超えてつながることで住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域をともに創っていく社会を指しています。



## 寒さなんか吹き飛ばせー！ 移動プレーパークがやってくる☆

子どもにとって「遊び＝生きること」です。遊びは、子どもに生きる楽しさを教えてくれます。遊びは人を幸せにし、遊びは社会を豊かにし、遊びは世界を平和に・・・。

当日は遊びの達人！カービー(移動式あそび場 全国ネットワーク 代表星野さん)が来ます！綿菓子などの販売もあります。

日時：12月4日(日)10時～15時  
場所：柏小学校 校庭(柏町4-8-4)

参加費：無料

主催：青少年健全育成柏町地区委員会  
柏町子ども会連絡協議会

※詳しくは、柏町子ども会連絡協議会HPをご覧ください。



## さいわいじどうかん クリくるパーティー♪



お楽しみゲームやクリスマスキャンドル作りを行います。電話での申込みはできません。詳しくは児童館にある申込み用紙をご覧ください。皆様のご参加をお待ちしております♪

日時：12月23日(金)

- ①10時半～11時半※乳幼児(親子参加)
- ②14時半～16時※小学生～高校生の年代

場所：幸児童館(幸町2-19-1)

申込み：12月10日(土)～12月22日(木)

対象：乳幼児～高校生の年代

定員：乳幼児30名

小学生～高校生の年代50名



## いきいきたちかわ出前講座 身近な環境問題について考えてみませんか？

使い捨てプラスチックの大量生産、大量廃棄などによって引き起こされている地球の温暖化や海洋汚染などが問題になっています。ごみを増やさないライフスタイルについて一緒に考えてみませんか？

日時：12月8日(木)10時～12時  
場所：幸学習館 第1教室(幸町2-1)

講師：立川市役所ごみ対策課

参加費：無料

主催：立川お手玉の会

問合せ：042-522-6933(担当：長屋さん)



## サンキ薬局幸町店 健康相談会 開催します！

「お薬と栄養」の相談をしてみませんか？個別相談(お一人20分程度)を薬剤師と管理栄養士でお受けします。参加希望の方は、電話または直接スタッフまでお申込みください。

日時：12月10日(土)  
10時～17時

場所：サンキ薬局幸町店内  
健康カフェsanki  
(幸町3-2-3)

参加費：初回の方のみ無料

問合せ：042-538-0222



## いなげや立川幸町店 フードドライブにご協力ください

フードドライブとは、家庭にある余剰の食品を集める活動です。いただきもの、つい買いすぎてしまったものなど開封しないまま眠っている食品はありませんか？食品ロス削減のためにも是非お持ちください！皆様から頂いた食品は必要としている方々へお届けされます。

お受けできる食品は、「未開封で」1ヶ月以上賞味期限が残っている常温保存可能なものとなります。詳しくは、店内チラシをご覧ください。か、下記までお問い合わせください。

日時：12月17日(土)、18日(日)  
1月21日(土)、22日(日)  
12月・1月とも11時～16時

場所：いなげや立川幸町店(幸町1-23-6)  
店舗前デッキスペースにて

問合せ：042-537-1820(担当：大野さん)



## ボランティア募集

無料塾「ふらっと特別教室」にて、中学生・高校生の数学の学習支援をお手伝いして下さる方を募集しています。

日時：毎週(月)午前中 ※日時相談可  
場所：砂川平和ひろば(砂川町1-38-1)  
問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)

HPはこちら→



## ▶地域福祉コーディネーター

みなさんと一緒に地域福祉活動をすすめる社会福祉協議会の職員です。砂川町・柏町・幸町・泉町に配置され「誰もがふつうにくらせるしあわせなまち立川」を目指して活動しています。

社協HP

Youtube

facebook

まちねっとWeb

メール5地区





# こんにちは「さいわい包括」です

## 第5地区(幸町・柏町・泉町・砂川町)の地域課題を探る

地域ケア会議とは、地域包括ケアシステムの実現(高齢者個人に対する支援の充実と、それを支える社会基盤の整備)に向けた手法で、立川市では月1回開催しています。また市町村レベルの地域ケア会議が円滑に進むように、圏域内の課題を整理することを目的とした小地域ケア会議を、各圏域で隔月開催しています。

さいわい地域包括支援センターの小地域ケア会議において、7月開催の話し合いでは「移動問題(特に東西間)」・「防犯問題(五日市街道沿い歩道や街灯のないエリアがあるなど)」・「(砂川地区を中心とした)買い物難民」が地域課題として浮かび上がりました。また、9月開催の話し合いではそれぞれの地域課題に対して「自分たちにできること」や「出来ないことであればどうすれば解決できそうか」を検討しました。会議参加者が自分ごととして、地域のために何かができるか……。様々な具体案が出ました。

地域課題の解決につながるかは、地域住民のたくさんの声が必要ですが、まずは話し合いを重ねていくことの重要性を確認した機会となりました。



### 〈7月15日 町別課題〉

幸町	・小児科を含め、病院がある。買物や飲食店もあり、住みやすいところなのは。
	・交通機関は南北にはモノレールやバスが通っており使いやすい。反面、東西に渡るものがなく、以前はくるりんバスがあったが無くなり、利便性に課題がある。
	・街灯のない、夜道が暗いエリアがある。特に自転車での走行時ライトを点けていない、交通的に危なさがある。
	・ゲリラ豪雨時、水捌けが悪い。
柏町	・病院・買物・飲食については、多い地区ではなかろうか。
	・夜道、暗いところが多い。交通の便については、幸町と同様で利便性には欠ける。
泉町	・市役所、市民体育館がある。
	・ららぽーと周辺では、寺院やビーチ・映画館など何でもある
砂川町	・砂川町は買物がしづらい。交通機関も悪いところがある。買い物難民が多い。
	・地区どうしが被りあっている。子どもがどこの子ども会に所属してよいか、わかりづらい。それにより、災害時どこに避難してよいか、わかりづらい現状があるのでは。
	・人が動く、特に高齢者が動くには、手段が少ない。選挙に行くのに、足がなく行くのをやめた人がいる。バスに乗るほどではないが歩いて行くには遠い。
	・細い道・繋がっていない道が多く、災害の時など不都合があるのではないかな。
共通	・玉川上水のお散歩コースが通っており、そこを歩いて健康づくりをしている人が多くいる。畑が多く、野菜の直売所(幸町・砂川町)がある。畑で働いているため、足腰が丈夫で元気な高齢者が多いのでは。
	・災害被害について。ここの地区は多摩川から離れているのもあり、水害に関しては安心感がある。安心感がある故に、危機感がない。
	・民生委員が空白になっている地域がある。

### 〈9月16日 あったらしいな〉

移動	・目的地まですごく遠い場合があるとして、寄り道となるお店や商店に協力してもらい、ウォークラリーがあれば。健康になる、店の周知になる、市民からすれば意外と近くで買い物ができるのでは。
	・不便であることを利点にしていく。歩くしかないことをマイナスと捉えずに、健康になると考え0次予防の視点をもつ。
	・東西の少ないルートに対して、どうすれば利用が増えるルートになるのか。くるりんバスという大きいものではなく、小さな車でたくさん、いろんなところを細目に廻れるようにすれば、利用が増えるのでは。
防犯	・自分は自分で守る。個々人の意識を改善。(交番の場所を覚えておく、防犯ブザーを身につける、携帯電話の位置情報を親しい人と共有しておく、見守りメールの登録、夜道は出歩かない、明るい服装・反射板をつけるなど)
	・街路灯が消えてしまっている時には、市が管轄している街灯と自治会が管轄している街灯があるので(街灯に番号がついている)どちらかに連絡をする。
買い物	・店が点在しているため高齢者が複数の店に行くことが大変なため商店街で一括して発注を受付しお届けするシステムがある。昔あった御用聞きサービスが今あると良いが防犯上の問題もある。業種によっては生き残りになるのでは。
	・タクシーのサブスク。乗合タクシー。
	・高齢者が無償でボランティアを行うと、ポイントがついて、自分が動けなくなった時に利用できる。
	・これからはネットを使えないといけない(ウーバーイーツ・ネットショップ・生協・配食など)ため、スマホ教室を定期的実施し、高齢者が注文できるようにする。
共通	・移動スーパー。またはスーパーの送迎。スーパー側も採算があうように利用してもらうための工夫や話し合いが必要。
	・情報を集めて、このような会議の場で共有し、利用者に伝えていくことが必要。
	・訪問をすることで情報を伝える役割を担える。困りごとを抽出し、地域で共有。
	・働きかけは、地域企業と行政にお願いしつつ、高齢者自身の生の声を聴く機会を設けると良い。

# 「ペット」について

新型コロナ感染拡大が始まり、癒やしを求めてペットを飼う人が増えているそうです。実際、ペットと触れ合うと幸せホルモン(オキシトシン)が分泌され、痛みがやわらぐ等さまざまな効果もあります。飼うために餌やりや散歩など世話をするため、役割作りや健康増進にもつながり、生活に張り合いを持たせてくれます。また家族や友人・仲間とのコミュニケーションが増えることも確認されています。

しかし、ペットと一緒に暮らすと良いこと尽くしなのでしょうか？



## 費用負担

医療技術の発展により、ペットを飼うために必要な生涯費用(餌代、ワクチン接種の費用等の経費)は、1頭あたり犬は約430万円、猫は約230万円かかるそうです。また室温調整が必要なため、光熱費もかかります。水槽で飼う生き物の場合は、水道代もかかります。



## 部屋の汚れ・騒音・感染

抜け毛や排泄物によって、部屋が汚れたり臭くなりやすくなります。また鳴き声で近隣トラブルになることも少なくありません。ペットによっては、人獣共通感染症(ズーノーシス)に感染する危険もあります。



猫の平均寿命は約15歳、犬は約14歳と、ペット(犬と猫)の寿命は年々伸びてきています。動物のほうが人間よりも寿命が短いので、たいいてい場合は最期まで人間が看取ることとなります。飼うと決めたら、単なる「買い主」になってはいけません。「飼い主」として責任を持って最後までお世話してあげる覚悟も同時に持つ必要があります。転勤や結婚、家族構成の変化があったときにどうするか、10年・15年という長いスパンで世話ができるのか、ペットを飼う際にはじっくりと、飼い主のみならず必ず家族も一緒に考えてみましょう。



## ▶地域包括支援センター

地域の高齢者の総合相談窓口。高齢者福祉の拠点として設置された機関で、市内には6箇所あります。砂川町・柏町・幸町・泉町の担当が「立川市北部中さいわい地域包括支援センター」です。



## 〈発行・連絡先〉

### ▶立川市社会福祉協議会 地域福祉コーディネーター

電話 042(534)9616

FAX 042(534)9617

E-mail dai5chiku@sweet.ocn.ne.jp

※地域包括支援センター内に席を置いて活動しています。



田口 美幸



山中 咲

### ▶立川市北部中さいわい地域包括支援センター

立川市幸町4-14-1 (至誠キートスホーム内)

電話 042(538)2339

FAX 042(538)1302