

2023年度 生活支援体制整備事業

# 多機能コーディネーター 地域づくり活動報告書

松戸市

## 目次

◆ 生活支援体制整備事業の概要 ..... 2

### ◆ 15地区の活動報告

常盤平地区	高齢者の見守り活動について各団体が相互の連携を強めながら、無理のない協力体制を築いていく	3
五香・松飛台地区	認知症/要支援者の避難マニュアルの実施と検討の避難訓練	5
六実・六高台地区	地域の方々とつながって講座、イベントなど実施	7
常盤平団地地区	常盤平団地でハッピーに暮らそう！～外に出て楽しく過ごそう～	9
明第2東地区	いざというときに助け合える地域づくり	11

馬橋地区	防災力を高めていくための地域の関係性づくり	13
馬橋西地区	男性シニアの社会参加を促すと共に多世代の活動の場をつくる	15
新松戸地区	歩き続けられる街を目指す～公園での健康づくり活動&ベンチプロジェクト～	17
小金地区	～小金助け合いの会～地域のちょっとした困りごとの助け合い活動	19
小金原地区	Music Community「音楽×高齢者×居場所」音楽を通して、高齢者や多世代の居場所を作る	21

本庁地区	住民のニーズと社会資源のマッチング・コミュニティづくり	23
矢切地区	多機能コーディネーターの役割周知住民とのネットワークづくり	25
明第1地区	地域の繋がりをつくるためのスマホ使い方相談会と多世代交流	27
東部地区	新たな居場所開設に向けて～ニーズの把握～	29
明第2西地区	☆要支援者/要配慮者の防災 ☆地域住民の支え合い・助け合い☆ 見守り関係機関の地域連携強化	31

◆ 地域づくり報告会 ..... 33

◆ 多機能コーディネーター/地域づくり報告会 チラシ ..... 34

# 生活支援体制整備事業とは

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ます。

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

地域で長く元気に生活できる仕組みを、地域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

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。

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。

## 多機能コーディネーター

令和5年度より、3つの機能を持った多機能コーディネーターを市内15地域包括支援センターに1名ずつ配置。高齢者の社会参加を促進させることで、介護予防や地域の支え合いの実現のために活動しています。

### 3つの機能

- 生活支援コーディネーター
- 就労的活動支援コーディネーター
- 認知症地域支援推進員



多機能コーディネーターがサポートします！

# 常盤平地区

金ヶ作・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

高齢者の見守り活動について各団体が相互の連携を強めながら、無理のない協力体制を築いていく。

総人口	53,146人
65歳以上	14,961人
高齢化率	28.2%
75歳以上人口比率	16.4%
元気応援くらぶ	8ヶ所

令和5年10月現在

## <地区の特徴>

- ・松戸市の中でも総人口が多く、65歳以上の高齢者人口が最も多い地域である。
- ・最近では牧の原団地、常盤平南部市営住宅、金ヶ作県営住宅等にお住いの高齢者の支援の必要性が急増している地域である。

## 地域の課題

- ・独居の高齢者世帯が非常に多く、高齢者の支援及び貧困対策が必要である。
- ・ひきこもりや精神疾患のある子供と同居している高齢者の支援が必要である。
- ・高齢者の見守り活動のネットワークが必要である。
- ・移動手段の支援が必要である。



## 2層ワーキングの進め方

- ・常盤平地区社会福祉協議会、常盤平地区高齢者支援連絡会、町会長、民生委員、NPO協議会、包括支援センターがワーキングメンバーとなり毎月地域づくり推進委員会を開催している。
- ・民生委員児童委員の毎月の定例会や高齢者支援連絡会、居場所づくり実行委員会、ときわ平こども食堂にも参加させて頂き、地域でのネットワークづくりの基盤作りをしている。

## テーマ設定について

1. 常盤平地区には29の町会・自治会がありますが、民生委員が欠員となっている町会・自治会が6か所あります。
2. 相談協力員の総人員は常盤平地区全体で僅か13名です。それも8町会・自治会にいます。21町会・自治会にはいないのが現状です。相談協力員の主な役割は高齢者の見守りですが、この人数では訪問活動は限界のため、居場所づくりの活動が中心になっています。
2. オレンジ協力員の存在についての見識が乏しい方々が多数います。
3. 町会長や各ボランティア団体の構成員も高齢な方が多く、後に続く方々が少なく困っているのが現状です。
4. 認知症の方を支援するための講習を受けられたオレンジ協力員が地域の他のボランティアとの交流の機会が少なく、何をしたらよいのかが分からずに登録を取り下げられた方々が多数いるようです。



民生委員、相談協力員、オレンジ協力員、地域の福祉協力者の方々に、各団体の活動内容を紹介して頂き、手伝って欲しいこと、こんなことなら出来ること等を相互に確認し合える顔合わせの場を作り、今後の地域共生社会づくりの取っ掛かりにしたい。

# 活動の様子

## 令和5年度 常盤平地区 地域づくり交流会

【日 時】2024年2月22日（木）14:00～16:00  
【場 所】金ヶ作自治会館1階ホール  
【テーマ】高齢者の見守り活動の現状と今後について

（参加者）・常盤平地区の町会長・自治会長 ……（10名）  
・常盤平地区、高木地区民生児童委員 ……（18名）  
・常盤平地区高齢者支援連絡会相談協力員 ……（8名）  
・常盤平地区オレンジ協力員 ……（13名）  
・その他地域福祉協力者 ……（4名）  
・講師、事務局 ……（7名）  
参加者総数 ……（60名）

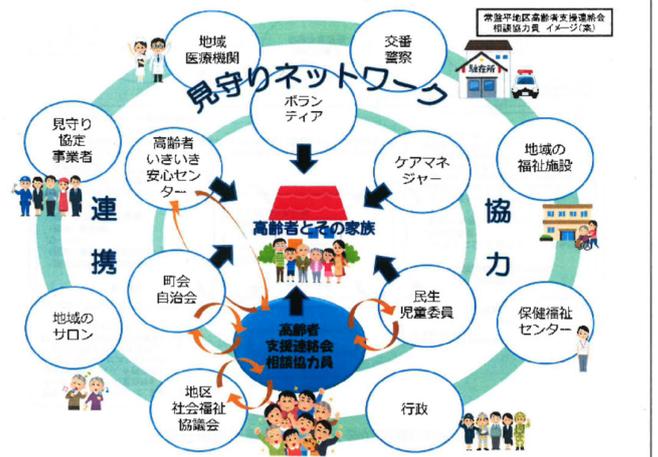


【成 果】常盤平地区の隣接する町会単位で高齢者の見守りについての意見交換を通じ、相互に連携していくためのきっかけ作りが出来た。



## 次年度に向けて

- ①高齢者の多様な見守りネットワークづくりを推進していく。  
民生委員欠員の町会、相談協力員不在町会において、オレンジ協力員を含む地域の福祉協力者に対して見守り支援を働きかけていく。
- ②認知症に対する正しい理解の普及・社会的支援を推進していく。  
商店、銀行等での認知症サポーター養成を進めていく。  
民生委員・相談協力員・オレンジ協力員が交流できる場を作っていく。
- ③高齢者の社会参加の機会を増やす。
  - ・買い物に出かけられるような移動手段の検討を進めていく。
  - ・催し物開催場所から離れているエリアでの開催を進めていく。



### 重要課題

地域の福祉協力者が相互交流のできる機会を増やし、連携体制を進めていく。

# 五香松飛台地区

五香1～8丁目・五香西1～6丁目・  
五香南1～3丁目・五香六美・松飛台・  
串崎南町・串崎新田

認知症/要支援者の避難マニュアルの実施と検討の避難訓練

総人口	36,327人
65歳以上	9,810人
高齢化率	27.0%
75歳以上人口比率	16.2%
元気応援くらぶ	6ヶ所

令和5年10月現在

## <地区の特徴>

対象地域が広く、住宅密集地の五香/五香南地区、工場団地とその周辺の松飛台/五香西地区、串崎南町・串崎新田・泉が丘の自治会を有する串崎地区と、大きく3つの地区に分かれる。

自治力が高い町会・自治会が多くあり、民生委員や高齢者支援連絡会（相談協力員）など、地域活動が活発。

## 地域の課題

- ・非常時に、認知症や要支援者など72時間は、自助・互助での対応
- ・避難所への誘導や連携。

## 避難訓練の実施

- ・収容避難所から二次福祉避難所まで避難マニュアルにそって実施。
- ・災害用伝言ダイヤル（171）、災害用伝言版（web）の実施

## 今年度の取り組み

## 非常時の避難訓練

○8/25(金) 地域とケアマネ交流会（包括主催）にて「非常時の連携」として開催。

- ・地域（民生委員・相談協力員・ワーキングメンバーなど）とケアマネジャー・行政参加
- ・平時から「顔の見える関係」として、連携や共有が重要、地域の方も一緒に見守りや声掛けが必要。
- ・認知症の方や要支援者（車いす）の方と一緒に避難訓練を行い、避難の誘導・経緯などの把握。



○避難訓練に向けての行政との連携

- ・危機管理課、健康政策課、高齢者支援課
- ・市社会福祉協議会、まつどNPO協議会
- ・自治会福祉部、民生委員、サロン運営者、特養地域連携担当者、地域包括支援センターなど

○避難訓練に向けての会議

・認知症本人や要支援者（車いす）の方など特別な配慮が必要とする人の受け入れ可能の確認。認知症本人は、第1回、2/24「地域とケアマネ交流会」時に、民生委員・相談協力員の名簿を頂き、ケアマネジャーより連絡後、情報共有し一緒に参加可能となる

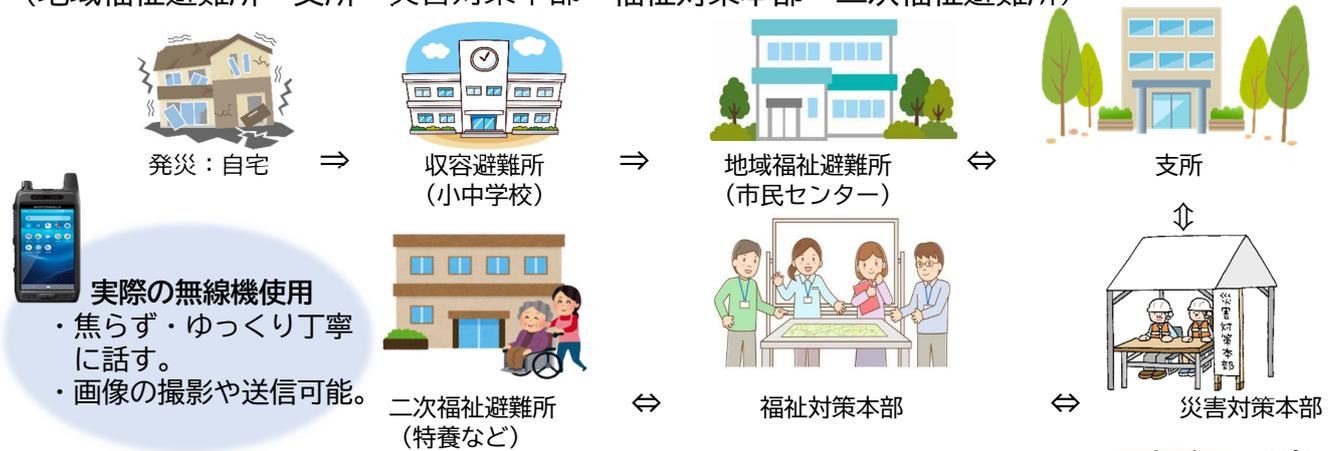
- ・避難マニュアルの確認  
自宅⇒収容避難所（小中学校）⇔地域福祉避難所（市民センター）⇔二次福祉避難所（特養など）「避難マニュアル」の把握。
- ・災害用伝言ダイヤル・災害用伝言版（web）の周知
- ・安心情報カード作成
- ・非常時持ち出しリスト ・避難ルートの確認



# 避難訓練の実施

11/1 (水) 避難マニュアル・伝言ダイヤル  
11/7 (火) 避難訓練 撮影

○要支援者（認知症・要介護者）に対する避難マニュアル  
（地域福祉避難所～支所～災害対策本部～福祉対策本部～二次福祉避難所）



**実際の無線機使用**  
・焦らず・ゆっくり丁寧に話す。  
・画像の撮影や送信可能。

○避難訓練 地域福祉避難所から二次福祉避難所まで  
認知症（本人：民生委員とケアマネジャー同行）の方と  
ワーキングメンバーの方の協力のもと避難時の注意点や  
気をつけるポイントなどを意識しながら車いすで移動

**ケアマネジャーの声**  
発災後、安否確認や避難所までの誘導など協力をお願いする上で、平時から情報交換を行い「顔のみえる関係」が必要

安心情報カードを作成  
・ケアマネジャーと地域（民生委員など）の方と平時からの情報共有  
・避難時に現状の報告と共に持参

**本人の声**  
この年で避難訓練に参加できるとは思っていなかった  
長生きして良かった  
ありがとう

**地域の声**  
車いすの移動は大変。  
発災後の道路状況や家やブロックなどの倒壊の把握。

○災害用伝言ダイヤル（171）・災害用伝言版（web171）の実施：毎月1日・15日体験可能

# 避難訓練の上映会

○11/28 (火) 上映会 開催  
感想：現在の避難マニュアルでは、危機管理課が運営する災害対策本部に情報を集め、各機関へ情報を伝達するため時間がかかる。非常時こそ冷静に落ち着いた対応が必要である。そのためには継続的な避難訓練が重要。



課題：ボランティアの担い手の確保（中学生など）  
避難訓練の継続・簡易トイレの設営などの訓練

○安心情報カードの周知と緊急時連絡カードの作成  
安心情報カード：非常時持出袋に入れ玄関などに保管  
緊急時連絡カード：日頃から財布やバックなどに入れて置く

○ケアプランの作成（インフォーマルサービス）



【安心情報カード】	
氏名	
住所	
電話番号	
連絡先	
緊急時連絡先	
その他	

緊急時連絡カード	
氏名	マツダ カオル 生年月日 1944年 10月 05日
住所	松戸市五香西2-35-8
自宅電話	047-000-0000
携帯電話	090-0000-0000
連絡先	松戸 松生 090-0000-0000
連絡先	松戸 一朗 090-0000-0000
かかりつけ医	新東京クリニック板橋台
送迎先	0120-999999 2. 板橋区役所

# 次年度に向けて

○避難訓練の継続  
・平時から「顔のみえる関係」が必要で、地域の方とケアマネジャーが情報を共有する  
・非常時の担い手の確保として、中学生と一緒に避難訓練ができればよい  
○安心情報カード・緊急時連絡カードの普及と周知

# 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

地域の方々とつながって  
講座、イベントなど実施

総人口	23,142人
65歳以上	6,742人
高齢化率	29.1%
75歳以上人口比率	15.8%
元気応援くらぶ	7ヶ所

令和5年10月現在

## <地区の特徴>

- 団体の結束力とそれぞれのつながりがある
- 定期開催される大きなイベントがある
- 交流の希薄な方がいる

町会自治会・民児協  
地区社協・NPO など

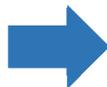
さくらまつり  
六実つ子まつり など

マンション住民など

## 地域の課題

特に交流が希薄な方

- 困った時の相談先がわからない
- 休止中の集いの場が多い
- 移動手段がない



いずれも再開未定

## 2層ワーキングの進め方

- ◆ 話し合い毎月開催
- ◆ イベント不定期開催
- ◆ メンバー町会・自治会・民生委員・NPO・地区社協

## 2023年度の活動

## 介護予防普及啓発

### 運動教室の開催



消費生活センター  
賢い  
2023年6月  
13:30-1  
六実市民セン  
65歳以上の六実  
入場  
無料  
14:00-14:20  
14:20-14:40  
14:40-15:30  
047-383-0100

脳トレ  
DASCに駆けつけ  
第1回  
第2回  
時間 各日10  
14:00-14:20  
13:30-14:00  
14:20-14:40  
14:40-15:30  
会場:六実六高台高齢者  
047-383-0100

先着25名様  
いざという時の  
防災  
令和5年9月1  
10:00~11:30  
047-383-0100

介護予  
作品展  
令和5年10月27日  
14:00~15:30  
六実市民センター  
047-383-0100

施設えら  
高齢者虐待  
令和5年12月5日  
午後6:00~3:30  
047-383-0100

料理教室  
初心者男性クラス  
料理で脳を活性化!  
令和6年1月23日火曜日  
9:30~12:00  
047-383-0100

### 認知症予防教室開催

認知症予防教室 参加者募集  
～前期・後期 各先着15名～  
前期  
1日目: 9月14日(木)  
2日目: 9月28日(木)  
後期  
1日目: 10月4日(水)  
2日目: 10月18日(水)  
時間 各回 9:30~11:30  
場所 六実市民センター 本館2階ホール  
内容 認知症予防講座、コグニサイズ 等

1日目  
講座 「認知症についての理解と予防」  
健康体操 「ストレッチとコグニサイズ」  
2日目  
講座 「口腔健康管理で疾患予防」  
健康体操 「脳トレとコグニサイズ」

### 介護者のつどい

～ぽつぽつと息、話しませんか～  
介護者のつどい  
2024年1月31日  
14:00~14:30  
対象: 松戸市内在住で  
高齢のご家族の介護をし  
ていらっしゃる方  
定員: 5名  
場所: 六実六高台  
高齢者いきいき交流センター  
お申込み・お問い合わせ  
六実六高台高齢者いきいき  
047-383-0100  
認知症の人と  
その家族のための  
交流会  
2023年11月7日(火)  
14:00~15:00  
六実市民センター ホール  
先着20名様  
047-383-0100

### 認知症サポーター養成講座 オレンジ協力員との活動



## 2層ワーキング

ゴール後に  
振舞われた  
豚汁



### ★ ウォーキング

- 2021年 タカラの地図を作製 イベント実施
- 2022年 タカラ地図の裏に地域活動紹介 イベント実施
- 2023年 テーマ「おいしい六美」 イベント実施

### ★ たすけあいの会

- 2022年 高齢者スマホ教室「ゴミ分別アプリを使おう」  
たすけあい活動につなげられないか検討を始める
- 2023年 たすけあい活動開始に向けて話し合い継続中



ウォーキング当日は日本晴れ

## マッチング

どこかで働けないかと、奥様が包括窓口へ来所し相談。  
本人から今までの経歴や得意なこと、やりたい仕事など聞き取り、福祉事業所での仕事に繋げた。  
2024/2/2よりお仕事開始、継続中



車いす清掃実施中

## 次年度に向けて

継  
続

- ★ ウォーキングイベント
- ★ ゴミカレンダー作成
- ★ 地域資源マップ作成
- ★ たすけあいの会 立ち上げの話し合い
- ★ オレンジカフェ 新規立ち上げ
- ★ 多世代へ向けて 地域包括の周知活動

令和6年2月3日開催 つどうdeフェア

- ★ グリーンスローモビリティを活用



来年度より運行予定

# 常盤平団地地区

常盤平1丁目のうち駅前市街地住宅・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！  
～外に出て楽しく過ごそう～

総人口	6,357人
65歳以上	3,209人
高齢化率	50.5%
75歳以上人口比率	31.1%
元気応援くらぶ	0ヶ所

令和5年10月現在

○60周年を超えた団地で構成された地区で高齢化率、75歳以上比率共に最高値。  
○団地内徒歩15分圏内に支所、郵便局、交番、病院、市民センター、図書館、小中学校、スーパー、大きな公園生活に必要なものがそろっていてファミリー層から一人暮らしの高齢者まで多世代にわたり生活しやすい。  
○自治会に力があり、1年通して大きなイベントを開催している。今年度においても顔の見える関係づくりを続けている。  
○外国にルーツを持つ人の割合は約10%、ほぼ中国が占める。  
○住民の高齢化で見守りが必要な 独居の方が増えている、エレベーターがない棟の高齢者の移動などが課題。  
○同じような棟が並んでいるので、外部の事業者等が認知症の方をお連れしたときなど棟番号がわかりにくく家を特定しづらい事例が起きている。

## 地域の課題

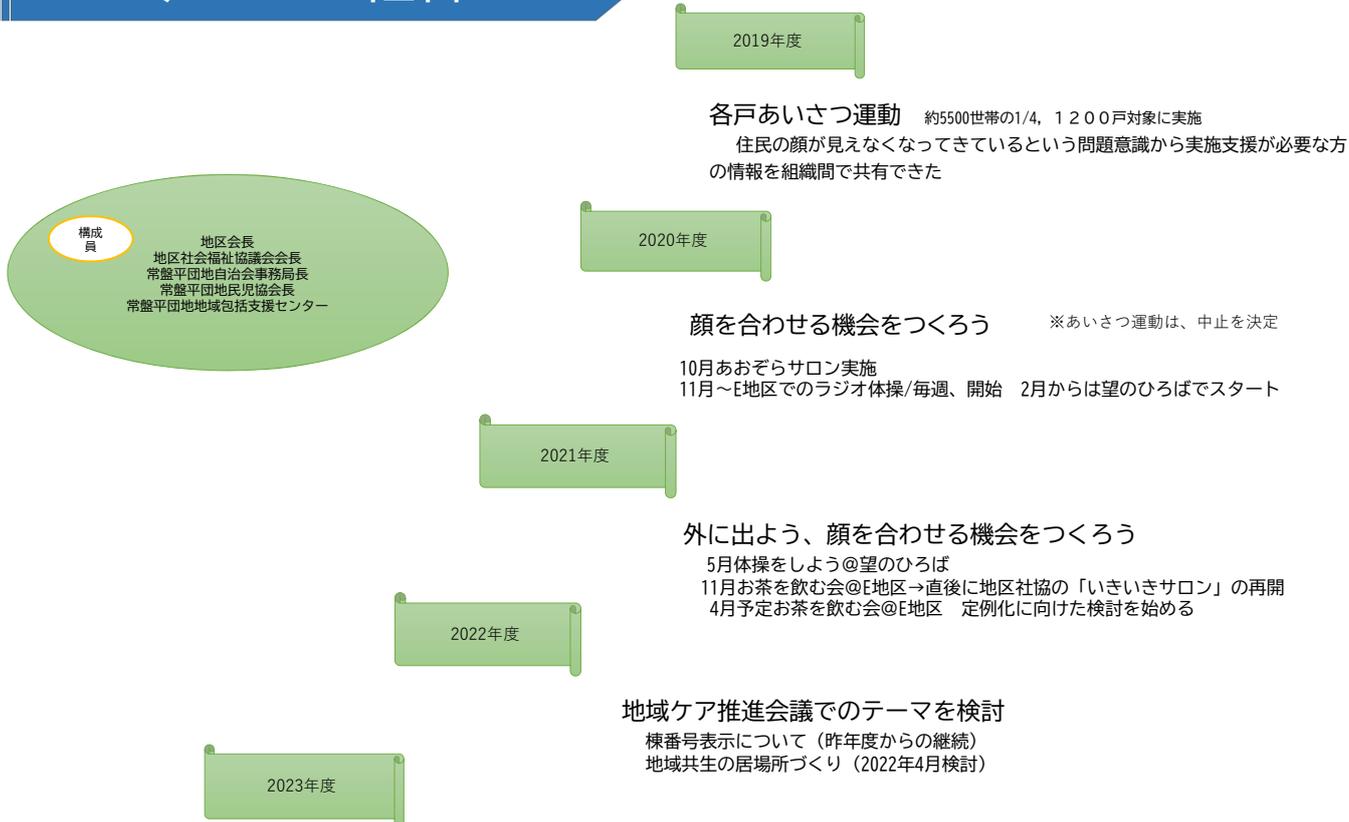
- 居場所づくりをすすめていく、地域づくり活動を地域住民に周知していく



## 2層ワーキングの進め方

- 自治会・民生委員・社協 包括がワーキングメンバーとなり毎月開催している

## 今までの経緯



団地で暮らしやすい多世代で共生できる居場所づくりを

棟番号表示について（2021年度からの継続）  
地域共生の居場所づくり（2022年度からの継続）2ヶ月に1度のお茶を飲む会の定着化

# 活動の様子

2023年5月 歌声喫茶

2023年7月 落語



○歌声喫茶は毎回リクエストが時れず、終了時間を延長するくらいに盛り上がる。



夢竹公園でお茶を飲む会  
@東集会所

2023年3月暮らしフェスタ  
常盤平市民センターにて

スタンプラリー  
介護事業所による説明  
全てのブースを回り  
理解を深める。スタ  
ンプ用台紙にスタ  
ンプを集める

世代間交流  
流通経済大学学生による  
ダンス

- 集会所の足元の危険な段差がありURへ報告  
危険な段差を平に工事をし、安全なお茶の会ができるようになった。
- 通院に困っている認知症の方へ団地ホームヘルプサービスへつながることができた。通院の支援を受けてもらうことが出来た。
- お茶の会参加が毛糸の手編みでつながりコミュニティが出来た。
- 利用する方には飲食持ち込み自由とした。当初はコンビニおにぎりの注文のメニューを置き注文を取っていたが、集会所で飲食せず、持ち帰って昼食を済ませて午後も参加してくれる方が多くみられたが回を重ねるに連れ顔見知りになり仲間もでき、お茶の会参加者リーダー同士で軽なお弁当（サンドウィッチ）等を持参するようになった。
- 参加者同市士交流が生まれ輪ができ次回参加の約束をし一緒に参加したりするようになった。
- 1月の大人数集まった際には、席が近い物同士が会話し偶然毛糸の編み物好き同士3人、席が近くなった。可愛いニット帽に話題が盛り上がり「私も編みたい!!」とその場で編み図を広げたり、連絡先の交換をした。その後包括に連絡が入り、連絡先を交換したのになくしてしまったと連絡入り包括で間に入り連絡を取り合えるよう取り持った。その後も編み物好きのコミュニティが続いている。

2023年9月 歌声喫茶 ネイルアートとハンドマッサージ



ファミマに注文用  
メニュー

おにぎり  
しゃけ  
うめ  
こんぶ  
お赤飯おにぎり  
おいなり

## 地域づくり交流会

2024年3月17日暮らしフェスタ2024を開催  
場所：望のひろば 雨天 常盤平市民センターホール  
ねらい：主に高齢者の生活支援サービスの見本市（紹介）を行い、高齢者や独居になっても住み慣れた団地で暮らせるような地域づくりを目指し、介護事業所・市民団体・住民などのつながりを作ることを目的とする。  
○ケア会議出席事業所、関係機関の地域と関係性のある事業所の参加を募る。  
○参加事業所にはブースを設けてもらう  
○スタンプラリーでたくさんのブースをまわってもらう。  
○スタンプをあつめて景品をもらってもらう。  
○時間ごとにラジオ体操、クイズ、介護予防体操、電動カートの試乗会、各事業所の説明会を催す。随時ブースをまわることで説明を受けられる。



2023年11月 少し早いクリスマス 歌と演奏会  
チェロとピアノと歌 足つぼマッサージ



- 11月に少し早いクリスマスの内容の楽器演奏と歌をうたってもらい振り付けも教えてもらいみんなで歌に合わせて振り付けも楽しんだ。
- 歌声喫茶の定番曲は青い山脈、毎回時間を延長するほど盛り上がる。



天気に恵まれ  
来場者84人



介護体操で大笑い



いつもより参加人数が多く集まり後ろ席からは落語家さんが速く小さくうつる

落語演目  
午前の部 鈴ヶ森 強情炎  
午後の部 たらちね 河豚鍋



2024年1月  
落語家登壇 足つぼマッサージ



前から気になっていたから参加されたという方が多くいた。

## 次年度に向けて

居場所づくりをお茶の会として定着させる。  
お茶の会催し物のバリエーションを増やす。  
棟番号表示についてもURとの情報交換を継続する。

重要  
課題

参加しやすい活動を継続的に行っていくこと  
継続するにあたって若い担い手の確保が必要  
住民に周知され理解されること

# 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

いざというときに助け合える  
地域づくり

～地域資源マップ（防災編）をもとに  
防災視点を身に付けられるまちあるき  
をしよう～

総人口	27,452人
65歳以上	5,975人
高齢化率	21.8%
75歳以上人口比率	11.8%
元気応援くらぶ	1ヶ所

令和5年10月現在

## <地区の特徴>

- 坂が多く、道路まで階段がある家も多い（主に上本郷、北松戸地区）
- 都内通勤のファミリー層が多いものの、地域活動をしている層との交流があまりない
- 多くは住宅地で占められ、通いの場などの社会資源が少ない
- 常磐線と国道6号線、河川で生活動線が分断されていて、西側のマンション群は、地域とのつながりが少ない

## 2層ワーキングの活動

- 買い物についてのアンケート実施  
高齢者を対象にした買い物の状況を把握する
- オレンジガーデニングプロジェクト  
オレンジ協力員と近隣小学校の学童保育の連携
- 多世代交流サロンとの連携
- 地域の情報共有
- 自主運営サロン立ち上げ支援  
元気応援くらぶ実施グループ：風早サロン
- 防災について意見交換  
「防災 まちあるき」開催

## 今までの経緯

- 2020年度 コロナ禍でもできる活動の提案、創出
  - ラジオ体操やウォーキング（2か所で実施）
- 2021年度 住民アンケート実施
  - アンケートから見えてきたキーワード  
「災害」「移動支援」「居場所づくり」について意見交換
- 2022年度 地域資源マップ（防災編）の作成
  - 災害図上訓練の体験 地域資源（人・物・活動）の可視化と地域住民の交流
  - マップの周知と共に各自が持っている地域情報を反映させる

## テーマ設定について

多世代の地域住民、地域の活動の担い手、事業所などの交流を図り、いざというときに助け合える地域づくりを目指す。

地域住民に自分たちの暮らす地域を知ってもらい、防災について興味をもってもらうために「上本郷・北松戸・南花島・竹ヶ花 防災 まちあるき」を企画



# 今年度の取組み

地域資源マップ（防災編）をもとに防災視点を身に付けられる「防災 まちあるき」を開催

## マップ完成～「まちあるき」開催

## 地域資源マップ及び活動の様子

7月～

- ・地域資源マップの配布
- ・町会・民生委員・学校・病院・薬局  
スーパー・介護事業所他

10月～

- ・防災マップの周知と地域のことに興味を持ってもらう（参加者募集）
- ・ボランティア：関心のある中学生
- ・地域住民：顔見知りを増やす

12/17

- ・「防災 まちあるき」を開催
- ・マップの内容を実際に歩いて確認  
坂が多いことに気づく
- ・立体地図（3Dプリンタ）の視覚化  
（かけもあり高低差が多い）
- ・松戸経済新聞（ウェブメディア）  
「防災 まちあるき」の記事が掲載



〈案内チラシ〉

〈参加者へ説明〉



〈防災マップ〉

〈ワークショップ〉

# 次年度に向けて

- ◆ 防災訓練の開催
  - ・「防災 まちあるき」の継続（参加者増）→ 地域資源マップ（防災編）の更新
  - ・近隣小学校とのコラボによる避難訓練
  - ・要支援者への防災周知（自助を高めるための情報、防災製品の備蓄  
避難場所の動線確認、避難先：病院、介護事業所他）
- ◆ 買い物支援の実施
  - ・地元スーパーによるインターネット注文の支援
  - ・スーパーの送迎手段、店舗中での付き添い買い物や会計など
  - ・移動販売の利用
- ◆ 通いの場（元気応援くらぶ）の新規立ち上げ支援・多世代交流の居場所づくり
- ◆ 持続的に活動ができるようにラジオ体操&ウォーキングの参加者の拡大
  - ・運動公園（上本郷） 毎週月曜日 午前9時～
  - ・仲台公園（北松戸） 毎週金曜日 午前9時～

日常生活支援や見守り活動が必要であり、地域住民の助け合いやつながりを大切にしていきたい

# 馬橋地区

馬橋（JR線東側）・三ヶ月・幸谷・八ヶ崎・  
八ヶ崎緑町・八ヶ崎2～8丁目・中根・新作・  
中根長津町・中和倉

防災力を高めていくための地  
域の関係性づくり

総人口	39,446人
65歳以上	9,505人
高齢化率	24.1%
75歳以上人口比率	13.8%
元気応援くらぶ	3ヶ所

令和5年10月現在

## <地区の特徴>

建て売りの新築住居が増えてきており、子育て世帯の転入も多い。  
元々町会自治会、地区社協をはじめとした地域活動が盛ん。  
ボランティアや町会役員の高齢化が課題。

## 地域の課題

転居して来られた方など、若い世代との関わりが少ないため、高齢者世帯の方が被災した際に支援を求めづらい。



## 2層ワーキングの進め方

- 地域住民で中心になって活動してもらえるメンバーを募る
- 地域の方が活用しやすい防災マップを作成する

## 今までの経緯

地域住民の顔の見える関係性作りの一環として、昨年度は多世代食堂の立ち上げに携わった。民生委員やオレンジ協力員の交流会の中で、災害をテーマに勉強会を実施したこともあった。

## テーマ設定について

地域包括には、発災直後の対応よりも、災害に備えた取り組みを期待されていることがわかった。地域内でニーズのヒアリングをした際に、地域住民の方が要支援者の避難方法がイメージできていない、事業所では普段から地域内の他の事業所との連携が取れていないといった課題があることがわかり、災害時に住民や地域の事業所が連携できるような取り組みをしていく必要があると考えた。

## 取り組みの実際

7月 民生委員・オレンジ協力員の勉強会

→参加した民生委員、オレンジ協力員を住んでいるエリアでグループ分けし、災害時に被害が出そうなエリアのマッピングをして、全体で共有した。

10月 地域住民からのヒアリングを実施

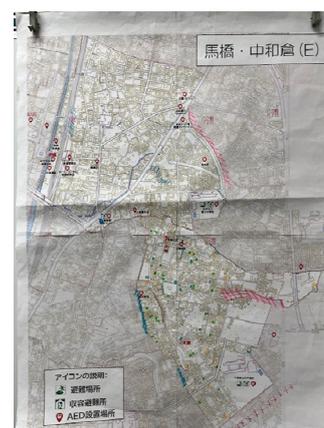
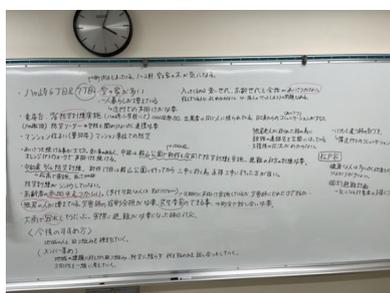
→住民の方から、防災についての取り組みの実際や課題をヒアリングする。

2月 馬橋地区の事業所間での連絡会を立ち上げ

→馬橋地区の介護事業所の連絡会を立ち上げる。今後は2層ワーキングとの連携もしていき、地域住民と介護事業所のつながりを築いていく。

3月 地域住民との交流会

→災害時の要支援者の避難方法の実際について考える。



## 次年度に向けて

今年度は、今後地域での防災力を高めていくためのニーズ把握、基盤づくりをしてきた。町会や地区社協の活動が盛んなエリアであることから、今一度地域包括に求められていることを把握し、取り組みの方向性を見直した。地域包括としては、住民、町会、民生委員、介護事業所など、横のつながりづくりに取り組んでいきたいと考えるが、そのきっかけとして、今後馬橋地区の防災マップを作成していきたい。

地域の防災力を高めていくためには、継続してワーキングに参画してもらえらるメンバーを募る必要がある。ヒアリングや交流会を通して、地域住民の中にもそれぞれの問題意識があることがわかった。住民からいただいた意見も地域に広げていき、地域としての活動も考えていきたい。

重要  
課題

継続的な地域の関係性の構築。

# 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）

男性シニアの社会参加を促すと共に  
多世代の活動の場をつくる

総人口	22,419人
65歳以上	5,800人
高齢化率	25.9%
75歳以上人口比率	15.0%
元気応援くらぶ	2ヶ所

令和5年10月現在

## <地区の特徴>

駅周辺、住宅地域、江戸川沿い近辺といったエリアによって住民層の特徴が異なる。  
商業施設が少なく、高齢者が気軽に集える通いの場などが少ない。  
平地が多い地区だが、交通の便が悪く移動手段が少ない。

## 今までの経緯

地域で孤立しがちな中高年男性への社会参加を促すとともに高齢者のフレイル予防を目的とし、ターゲットに近い属性のワーキングメンバーと共に「馬橋西の暮らしを育む会」を立ち上げた。2021年10月からスタートした「ゴミ拾い&ウォーキング」はワーキングメンバーと共に馬橋駅西口近辺で活動が続いている。その他にも参加しやすいイベントを年に数回行っている。

## 活動の様子

### シニア向けスマホ教室

12月12日（火）馬橋市民センター  
参加者…19名

シニアの介護予防・社会参加を目的とし、ソフトバンクの方を講師に迎えシニア向けスマホ教室（Android編）を開催。分からない操作があれば、その都度ワーキングメンバーや包括職員と一緒に操作しながら対応した。



馬橋西の暮らしを育む会の  
ニュースレターを多くの方に目  
にとめて頂きたくいろんな場所  
に設置させて頂いています！



クリエイトの  
レジ近辺に置  
かせて頂いて  
ます！

カフェの入り口  
に置かせて頂い  
てます！



馬橋西の暮らしを育む会 ニュースレター

## ゴミ拾い&ウォーキング (月2回)

毎月第2月曜日の午前中馬橋駅西口近辺にて活動をしている。9月には馬橋駅近辺でゴミ拾いを行っている団体を探しているという方から連絡が入り、その後その方と毎月1度金曜日にも活動を始めた。

作成したニュースレターも活動中に声掛けしてくれた方に渡すなどして周知を行っている。夏休み中には中学生もボランティアで参加があり多世代で行うことが出来た。



8月 中学生とゴミ拾い



1月 ワーキングメンバーとボランティアの方々とゴミ拾い

駅前にこんなにゴミが落ちてるなんて驚きました。タバコの吸い殻のゴミが多かったなあ。



今日はゴミがいつもより少なかったかしら。ゴミが無い駅前になればいいのね。



## 地域づくり交流会

第1回 馬橋西の暮らしを育む会  
ゴミ拾い交流会

3月11日(月) 馬橋駅西口近辺  
参加者…30名

活動の周知とワーキングメンバーを増やす事を目的として開催。チラシを町会掲示板に掲示して頂いたり周知活動も積極的に行い、当日は沢山の方に参加して頂いた。こんなにゴミが落ちてるの?と驚きながらも皆でゴミ拾いを行い、活動を知って頂くことが出来た。



怪我に気を付けてゴミ拾いスタート!

頑張りましたね! トロフィーとメダルです



ゴミの分別も自分達で行います



チームになって皆でゴミ拾いを行えて楽しかった! ゴミもこんなに落ちてるとは知らなかった。街が自分たちの手で綺麗になっていくのは嬉しいです!



## 次年度に向けて

これまで継続してきた活動の継続と更なる発展を目指す。

コロナウイルス感染症も5類に移行したことにより、シニアの社会参加へのアプローチを積極的に取り組みながら地域の担い手の発掘を行っていく。

町会や民生児童委員、地区社協等とコミュニケーションを図り連携強化を深めていく。

# 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

歩き続けられる街を目指す  
～公園での健康づくり活動&  
ベンチプロジェクト～

総人口	37,420人
65歳以上	10,804人
高齢化率	28.9%
75歳以上人口比率	15.5%
元気応援くらぶ	13ヶ所

令和5年10月現在

## <地区の特徴>

- ・築40年程度のマンションが多く、独居・高齢者のみの世帯が増加している。
- ・電車やバスの路線が多く交通の便が良い。
- ・スーパーや病院、薬局が多く利便性が高い。

## 地域課題

- ・ボランティア活動が活発なマンションもあるが、マンションによって活動量に差がある。
- ・コロナ禍により活動が中止になっているところが多い。
- ・町会との関わりが薄い方は孤立しがち。

## 活動内容

- ・外に出るきっかけ作り・フレイル予防を目的とした体操イベントを公園で開催(隔月)
- ・街中に誰でも気軽に座って休める場所を増やせるよう、ベンチを置いているマンションやお店への働きかけ
- ・定例会を開催し、地域の課題を情報共有

## 今までの経緯・テーマ設定について

- ・以前は通いの場をはじめ、マンションでのサロン活動など介護予防の資源が豊富にあった。コロナ禍以降、活動を自粛となり現在も再開できていない所が多い。
- ・マンションとともに高齢化も進み、外出する機会が減ったことでフレイルが加速。コロナ禍をきっかけにあまり社会参加ができていない、引きこもりがちな高齢者が外とつながるきっかけづくりとして公園での体操を実施。
- ・街なかに誰でも気軽に座れる場所を増やせるよう、賛同していただけるマンションや自治会、商店へアプローチを行っている。

## みんなDE体操！健康づくり

- ・隔月での体操を実施
- ・新松戸中央公園が工事のため7月～3月は市民センターで行っている。
- ・新松戸地区だけでなく、近隣の地区からの参加も増えている。



主催：CPI新松戸（支え合ふ地域づくり委員会）

### みんなDE体操！健康づくり

～“元気になる”と“楽しい”  
どちらも魅力的な言葉です！～

中高老年期の運動のポイント、運動の目的を理解し目標を立て継続することで、その効果を自覚ともに実感することです。  
自分の体力を知り、無理なく自宅でも気軽に出来るプログラムをぜひ体験ください。

＜ご持参ください＞  
・長めのタオル  
・水分補給用の飲み物

参加費 無料 申込者多数の場合は抽籤  
初めて参加される方優先

講師 園山 忠：フィットネスアドバイザー・健康マスター  
エキスパート(資格) 他

会場 新松戸市民センター 3階 第一・第二会議室

開催予定  
2023年11月28日(火) 10:00～11:30  
申込期間 2023年11月7日～21日  
2024年 1月23日(火) 10:00～11:30  
申込期間 2024年1月9日～19日  
2024年 3月26日(火) 10:00～11:30  
申込期間 2024年3月5日～19日

お申込み・お問い合わせ

下記の申込み受付窓口へ、お電話にてお問い合わせを承ります。

電話 047-346-2500

受付時間 平日の午前9:00～午後5:00  
まつど健康イレイジ  
5マイル対談  
新松戸高齢者いきいき安心センター

## みんなの椅子プロジェクト

- ・賛同していただけるマンション、自治会、商店へ周知、声かけを行い、賛同していただける場所が11カ所に増えた。
- ・新松戸地区に椅子やベンチが増えたら良いか住民対象にアンケートを実施。107名に回答していただき約8割の方が「あると良い」という回答であった。
- ・市の健康政策課では小金原地区に思いやりベンチを設置しており、担当者と意見交換を行った。



賛同していただいた椅子やベンチに貼っているステッカー



## 地域づくり交流会

- ・外へ出るきっかけがない高齢者が参加したくなるようなイベントを企画。講師をお招きして落語とフレイル予防の体操を実施した。
- ・25名参加され、笑いの絶えない講演で大好評で幕を閉じた。



◆新松戸地域づくり交流会◆  
**フレイル予防は笑いから！**  
 ～落語で心も体も若返り！～

皆さん！春が来たよ～♪  
 どなた様も笑い顔を上げていただき、落語を聞かせませんか？  
 得意柄にはごっこ(探偵の花が咲くことまちがひなし！)  
**笑い**で花を咲かせよう！(フレイル予防も喜ばせよう！)

日時：令和6年3月14日(木) 10:00～11:00  
 会場：新松戸市民センター 2階ホール  
 講師：落語家 浮世亭 小凡 氏  
 対象：概ね60歳以上の方  
 定員：30名

【お申し込み】  
 新松戸高齢者いきいき安心センター  
 【連絡先】 新松戸高齢者いきいき安心センター  
 電話番号 047-346-2500 FAX 047-346-2514  
 受付時間 平日 9:00～17:00  
 主催：C新松戸(笑え合う地域づくり勉強会)

## 次年度に向けて



- ・外に出るきっかけ作りやフレイル予防を目的とした体操イベントを定期的開催しているが、リピーターや比較的元気な方の参加が多い。自宅にこもりがちの方にもフレイル予防について関心を持ってもらえたり、楽しく参加できるようなイベントも企画していきたい。
- ・コロナ感染症が5類へ移行され、地域での活動が徐々に再開してきている。知られていない活動や情報も多いため、地域にどのような支援や活動があるのかを集約し、発信していく必要がある。
- ・みんなの椅子プロジェクトについては、休める場所を必要としている方が多いことがわかったものの、実際にベンチ等を設置するとなると管理方法や設置場所などの問題点も出てきている。引き続き賛同していただけるマンションや自治会、商店へ働きかけていく。



# 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・小金さよしヶ丘1～5丁目・小金上総町・小金清志町1～3丁目・二ツ木・二ツ木二葉町・根木内（国道6号西側）

～小金助け合いの会～  
地域のちょっとした困りごとの助け合い活動

総人口	44,717人
65歳以上	11,209人
高齢化率	25.1%
75歳以上人口比率	14.3%
元気応援くらぶ	4ヶ所

令和5年10月現在

## <地区の特徴>

- 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。
- 比較的若い世代も暮らしているが、地域活動に参加するきっかけが少なくなっている。

## テーマ設定の経緯

2022年度～

2023年度～

目標



誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができる地域づくり

『小金にこんなことあったらいいな』プロジェクト

ちょっとした困りごとの住民同士の助け合い活動スタート（平賀町会）

定期的な協力会員定例会開催

- ➡ 意見交換・情報共有
- ➡ 手探りで活動中

## 活動の様子

### 「小金助け合いの会」

ちょっとした困りごとを地域で支えます  
（有償サービス 30分程度300円）

開始時（2022年9月）からの実績

- 協力会員登録者 → 13名
- 支援実施件数 → 11件
- 支援実施内容 → 雑草取り・電球交換・簡易な庭木の剪定・窓拭きなど
- 協力会員定例会実施 → 5回

**小金助け合いの会**  
新しくスタートした生活支援の取り組み

ちょっとしたお困りごとはありませんか？  
地域の支え合いでお手伝いします

簡単な掃除 窓ふき 電球交換 庭の草取り  
買い物 ゴミ出し

【事例】

- ①電球交換  
【高齢独居女性】  
助かりました！
- ②庭の雑草取り  
【高齢独居男性】  
ちびっこ達も参加してくれて和やかでした！
- ③簡易な庭木の刈込  
【高齢独居女性】  
きれいになってくれてありがとうございます！

**小金助け合いの会**  
令和4年度より、ちょっとした困りごとを小金の住民同士で助け合う活動を通し「誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができる」地域づくりを平賀町会でスタートしました。

（※平賀町会が平賀町会生活支援課と委託する生活支援センター協働事業の一環で実施しております。）



ちびっこたちも雑草取りのお手伝いしてくれました！



さっぱりしたわ。ありがとう！



滑りが悪いね。サッシの汚れもきれいにするよ。

開閉が重くて大変なのよ。



協力会員定例会  
「できる事を できる人が できる時に」  
をモットーに活動中！

# 地域づくり交流会

## 小金で豊かに暮らし続けるために ~どのように年を重ねたいですか?~

日時：3月6日（水）10時～12時  
 場所：小金市民センター  
 参加者：36名

- 地域で生き生きと元気に暮らすボランティアへのインタビュー、小金助け合いの会利用者の声を報告、施設での生活紹介など、豊かに暮らすためのヒントを共有。
- 小金地区の取り組みや地域活動の紹介と意見交換を通し、参加者同士の新たなつながりを創出。

小金地区 地域づくり交流会  
**小金で豊かに暮らし続けるために**  
 ~どのように年を重ねたいですか?~  
 2024年 3月6日（水）10:00～12:00  
 会場 小金市民センター ホール  
 対象者 地域活動に関心のある方（定員30名）  
 当日の内容  
 第1部 オレンジ協力員によるボランティア体験の紹介  
 第2部 地域活動の情報共有と意見交換  
 特典! 資源マップをプレゼント  
 地域で生き生きと暮らすヒントや、仲間の増やし方の手がかりが得られます!!  
 小金高齢者いきいき安心センター  
 お問い合わせ 047-374-5221  
 houkatu@seishikai.net

### 参加特典の資源マップ

Resource map content includes:  
 - 小金わくわく農園 (Kogane Wakuwaku Farm)  
 - 地域づくり交流会 ~社会資源マップが小金へ~ (Community Building Exchange Meeting ~Social Resource Map for Kogane~)  
 - 高齢者いきいき安心センター (Elderly Well-being安心 Center)  
 - オレンジネットワーク (Orange Network)  
 - 小金助け合いの会 (Kogane Aikatai no Kai)  
 - 元氣サロンニッパ (Genki Salon Nippa)  
 - 小倉の会の食堂 (Kogura no Kai no Shokudo)  
 - 小倉の会の公民館 (Kogura no Kai no Komin)  
 - 小倉の会の福祉センター (Kogura no Kai no Fukushi Center)



地域活動の情報共有



グループワークでの活発な意見交換

## 次年度に向けて

- 平賀町会班長に「ご近所チェックシート」（戸別世帯の把握）を実施し、「小金助け合いの会」の支援につなげていく
- 平賀町会での実績を重ね「小金助け合いの会」を小金全域に拡大していく

# 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



Music Community  
「音楽×高齢者×居場所」

音楽を通して、高齢者や多世代の居場所を作る

総人口	27,395人
65歳以上	9,000人
高齢化率	32.9%
75歳以上人口比率	20.4%
元気応援くらぶ	5ヶ所

令和5年10月現在

## <地区の特徴>

◆小金原団地・商店街が街の中心。商店街には市役所支所・郵便局・クリニック・スーパー・銀行等があり、利便性が高い。周辺には戸建て住宅が広がり、閑静である。山を切り開いて造成した地域のため、急坂が多い。移動手段としてグリーンスクローモビリティが普及。

◆注目点は各町会でのイベントが盛んな地域であること。

## 各地域イベントで交流

- ・老人会、元気応援くらぶ、高支連等のイベントに参加
- ・住民、リーダー、民生委員等と交流し、関係構築

## 地域課題の抽出

- ・高齢独居世帯が多い
- ・認知症の高齢者が多い
- ・高齢者同士で交流できる場が少ない
- ・8050を象徴とする孤立・複雑化した家庭が多い

## 2層ワーキング

- ・地区長、町会長、民生委員、高齢者相談協力員等
- ・地域で把握した課題について協議し、解決策を検討
- ・具体的な活動を計画

## 今までの経緯

8050を象徴する孤立・複雑化した家庭へのサポートを課題にしていた  
↓  
地域での「見守り」や「関係づくり」をテーマにワーキングを実施  
↓  
「小金原井戸端会議」という対話の場を作り、多世代の交流も検討

## テーマ設定について

各地域のイベントに参加し、「音楽」で地域住民と直接交流をする  
↓  
多機能コーディネーターが「地域に溶け込み」対話しやすい環境を作る

## イベント再開のきっかけ

コロナウイルス感染症により、各地区のイベントが軒並み休止・延期  
↓  
令和5年5月にコロナが5類指定になり、徐々にイベントが再開  
↓  
音楽活動が契機になり、高齢者イベント「再開のきっかけ」作りになる

## 活動の様子

小金原の各地区の高齢者イベントで音楽イベントを実施。  
地域包括支援センター・多機能コーディネーターについての**情報提供・広報活動**  
を実施。併せて介護保険制度・認知症に関する勉強会や説明会を行った。



小金原3丁目地区



小金原6丁目地区



小金原8丁目地区



小金原9丁目地区



小金原市民センター



栗ヶ沢地区

## 次年度に向けて



### 【通年目標】

誰もが地域に取り残されない「**最後まで暮らしたい小金原**」を実現する

### 【令和5年度】

音楽イベントで多機能コーディネーターの「**広報活動**」を行う

目的① ⇒ イベント交流の中で地域の人々と「**関係構築**」

目的② ⇒ 地域住民へ多機能コーディネーターを「**周知理解**」



### 【令和6年度】

地域の方が多機能コーディネーターに「**相談できる仕組み**」を作る

目的① ⇒ 個別ケースからマッチングへ「**繋ぐ・作る**」⇒ **叶える!!**

目的② ⇒ 次世代の地域リーダーを創成して居場所を「**増やす**」



今年度は広報活動！  
次年度は個別具体的なニーズを解決していきます！



# 本庁地区

本町・松戸・小山・二十世紀が丘美野里町

住民のニーズと社会資源の  
マッチング・コミュニティづくり

総人口	25,212人
65歳以上	5,285人
高齢化率	21.0%
75歳以上人口比率	11.2%
元気応援くらぶ	6ヶ所

(令和5年10月現在)

## <地区の特徴>

- 松戸駅周辺に位置し交通の便が良い。
- 公共施設や商業施設が立ち並び、地域活動が盛んで活気がある。
- 高齢化率が低く、若い世代が多く暮らしている。

R4年度：5ヶ所→R5年度：6ヶ所

**New!**

元気応援くらぶ「おはようラジオ体操」

**Point!**

- 1級ラジオ体操指導士在籍
- 月曜日～日曜日、毎日元気に活動中  
(雨天時以外)



## マンション+コミュニティプロジェクト

マンション住民の高齢者に対して、住民間のつながりやコミュニティ意識を醸成していくプロジェクト

コミュニティ形成に重きを置いた『まつどマンション管理組合サポートブック』を作成。

### [内容]

- ・マンションに関する相談窓口一覧
- ・年表でみるマンション年代記
- ・管理組合の「困った」「解決」事例

等

～活用に向けて～

- ・地域ケア推進会議にて配布。
- ・エリア内のマンション管理組合や管理人に配布。
- ・地域づくり交流会を開催し、地域住民へ配布し解説。



## 認知症普及啓発活動

『キテミテマツド7階喜久屋書店』との協働にて認知症普及啓発活動実施  
(8/1-9月末日)



### [設置したもの]

- 書店で販売している脳トレ本や認知症関連の本
- 認知症普及啓発のぼり旗
- 松戸市版認知症ケアパス
- オレンジカフェチラシ
- 折り紙で作成した本のしおり (オレンジカフェひなげし参加者で手作り) 等々



## 次年度に向けて

### 1. マンション+コミュニティプロジェクト

更なるサポートブックの周知・認識・活用につなげるとともに、2層ワーキングから自主グループ化への移行を目指す。

### 2. 認知症普及啓発活動

継続して協働による認知症普及啓発活動ができるよう、企業とのつながりを大事にしながら取り組んでいく。

### 3. 元気応援くらぶ・自主グループ同士のつながりづくり

○潜在的な自主グループの発掘

○各グループの活動内容を見える化し、地域住民へのアプローチにつなげる。

○元気応援クラブ同士の交流を目的に、共同によるイベントを開催する。

# 矢切地区

上矢切・中矢切・下矢切・三矢小台1～5丁目  
二十世紀が丘柿の木町・二十世紀が丘菽町・栗山  
大橋〔旧有料道路（県道松戸・原木線）西側〕

多機能コーディネーターの役割周知  
住民とのネットワークづくり

総人口	19,302人
65歳以上	5,111人
高齢化率	26.5%
75歳以上人口比率	15.9%
元気応援くらぶ	12ヶ所

令和5年10月現在

## <地区の特徴>

- ・元気応援くらぶが松戸市の圏域の中で最多  
その他のサークル・サロン等も活発
- ・健康意識が高い人が多く、体操教室の参加率が高い
- ・河川敷方面は急勾配で長い坂があることや、  
交通機関が少なく、移動に不便を感じる人が多い



<包括主催の体操教室の様子>

## <元気応援くらぶ>



<矢切地区の坂>

## 「介護専門職向け グリンスローモビリティ説明会」(地域づくり交流会)

令和6年2月28日に 来年度から運行開始となるグリスロに関して  
矢切地区に関わる介護職向けに説明会を開催



「閉じこもりがちの方に紹介したい」  
「ボランティアならできるかも！」などのお声も

介護専門職の方の他に、町会連合会、  
2層ワーキングメンバーの皆さんなど  
計29名の方が参加されました



## 今までの経緯・テーマ設定

### 今年度より多機能コーディネーターとして配置



- ・矢切に配置されたのに、地域のことを全然知らないな…
- ・多機能コーディネーターを地域の方々や  
今後関わっていく専門職の人に知ってもらわないと  
活動の幅が広がらないのではないかな…？

# 今年度の活動

## ①地域の方とのネットワークづくり、地域活動への参加

- ・ 地域包括支援センターの事業への参加
- ・ 地域の通いの場、ボランティア活動の見学・参加



通いの場はたくさんあるけど、多くのグループが「メンバーの減少」「代表の後継者不足」などで困っている気がする…



グランドゴルフを一緒にやらせて頂きました

## ②多機能コーディネーターの周知活動

### ◎地域ケア推進会議で「地域資源・多機能コーディネーター」をテーマに

- ⇒ ・ 多機能コーディネーターの役割についての説明
- ・ 「通いの場の課題」についてアンケートを取り結果報告



<矢切包括だより>

### ◎「矢切包括だより」の発行開始、地域へ配布

- ⇒ 地域の通いの場を取材・情報掲載
- 包括・多機能コーディネーターの活動についての周知

## ③マッチング支援

事例1) 若年性認知症の方の地域活動のサポート  
⇒ 包括主催の事業のボランティアを紹介、継続支援中



事例2) ご自分で作られた作品を寄付したい女性の相談  
⇒ 寄付先を探し、矢切地区の放課後等デイサービス・高齢者施設へ寄付



<女性の作った拡大本>

## 次年度に向けて

- ①多機能コーディネーターの役割についてさらに周知をし、地域の社会資源と対象の方をつなげる個別支援を充実させる
- ②通いの場の課題をさらに明確化、グループ間の意見交換会等を検討

# 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・野菊野・岩瀬・胡録台

地域の繋がりをつくるための  
スマホ使い方相談会と多世代  
交流

総人口	55,566人
65歳以上	13,089人
高齢化率	23.6%
75歳以上人口比率	13.0%
元気応援くらぶ	10ヶ所

令和5年10月現在



<地区の特徴>  
起伏のあるエリア、工場地帯、  
住宅街が立ち並ぶエリア

## スマートフォン使い方相談会の開催



「明るいまち一番（明第一地区）」をスローガンに、松戸市の明（あきら）第一地区に根付き、地域の困りごとや可能性を地域で考えて実践する有志ボランティアグループです。

- 明るさ一番メンバー(2層ワーキング)
- ・地区会役員
  - ・地区社協役員
  - ・地域住民
  - ・地域包括支援センター
  - ・町会/自治会長
  - ・民生委員児童委員
  - ・高齢者支援課

スマホ相談会を地区社協と共催 4回/年 開催  
専門家が対応するのではなくスマホを日常使用するシニアや現役世代・民間企業のボランティアの方が一対一で一緒に操作をしながら、雑談を交えコミュニケーションの中で対応。新しい試みで前半に松戸市消費生活センターの講話、後半で個々の困り事に対応なども開催



松戸市明第一地区  
(根本・小根本・吉井町・松戸新田・野菊野・岩瀬・胡録台・緑ヶ丘1～2丁目・仲井町1～3丁目・稔台・稔台1～8丁目)

### スマートフォン使い方相談会

“明るさ一番”  
“明第1地区社協”  
合同企画

メール LINE 写真 スケジュール管理

いまさら聞けないスマートフォンのこと、こんな時どうする？

日 時：令和5年12月14日(木)  
①13:30～14:20 ②14:30～15:20

会 場：若葉自治会集会所(いわびんホール)1階

参 加 対 象：おおむね65歳以上

定 員：①②各回先着10名(入替制) 参加費：100円  
(参加費は100円程度でお断りいたします。)

申込み：11/15(水)10時から電話またはFAXで受付  
TEL：047-700-5881 FAX：047-700-5567  
明第1高齢者いきいき安心センターまで  
(明第1地域包括支援センター)

会場地図

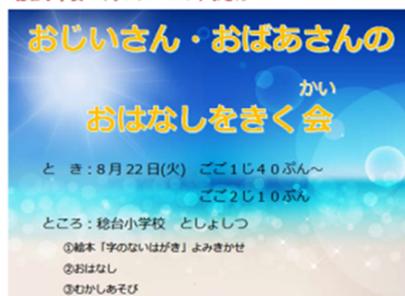
次回予告  
令和6年3月14日(木)  
13:30～15:30  
会場：根本高家 松戸市根本7

主催：「明るさ一番実行委員会」(明第1地区社会福祉協議会)

# 通いの場メンバーによる新たな地域多世代交流の創出

## 8月キッズルームとの交流

稔台小学校 キッズルームのみなさんへ



お話しあそびもいっしょに楽しみましょう!



主催：キウキウいの場  
連絡先：松戸市第1地域包括支援センター  
電話：047-700-5880  
住所：新原(い)9



## 11月 1年生と交流



## 1月 6年生と交流



地域の元気応援くらぶのメンバーの発案で、夏休みにキッズルームとの交流を、2学期・3学期には、稔台小学校の1年生・6年生との交流を通し、地域の高齢者と子供たちの繋がりをつくる。特に6年生との交流では、戦争体験者の語りという貴重な体験が出来た。

## 次年度に向けて

これまで継続してきたスマホ相談会の継続、さらに参加者の声を活かしながら発展させていく。スマホを普段使いする一般の方と参加者が交流をしながら困り事を解決するスタイルは維持したい。

2月に地域づくり交流会を開催。参加者は、いずれも地域で活動・活躍されている方で、地域を良く知る方々。地域を良く知る方だからこそわかる地域の魅力と課題を出し合う。住民と共に考える機会を作り、次年度の活動に繋げていきたいと検討中。



# 東部地区

河原塚・田中新田・紙敷・紙敷1～3丁目・東松戸1～4丁目・秋山・秋山1～3丁目・高塚新田・和名ヶ谷・大橋〔旧有料道路（県道松戸・原木線）東側〕・二十世紀が丘丸山町・二十世紀が丘中松町・二十世紀が丘戸山町・二十世紀が丘梨元町

新たな居場所開設に向けて  
～ニーズの把握～

総人口	49,415人
65歳以上	10,445人
高齢化率	21.1%
75歳以上人口比率	12.2%
元気応援くらぶ	8ヶ所

令和5年10月現在

## <地区の特徴>

面積が広く、坂が多い。マンションや戸建てが新しく建設されており、若年層が増えている。地縁の繋がりが強い地域では高齢化が進んでいるが、健康意識の高い高齢者が多い。若年層の多い地域と地縁の繋がりが強い地域が入り混じっている。

## 東部地区の居場所



坂の下の  
うきうきハウス



グリーンスロー  
モビリティー



体操教室  
(7カ所)



自治会・  
町会カフェ



出張包括

## 今までの経緯

令和3年度より坂の下のうきうきハウスの居場所開設・本格的な始動に向け、2層ワーキングメンバーと一緒に考えていった。その結果、本年度には元気応援クラブに発展させ、現在はカラオケ・健康麻雀・ときめき★melody salon活動を行っており、住民の居場所となっている。



## テーマ設定について

### 地域課題

認知症カフェがない

居場所の地域差がある

最期まで地域で生活を続けたい

### 認知症カフェの立ち上げ

東部地区での居場所ニーズ把握

### 地域づくり交流会の開催



## 地域づくり交流会

「繋がりづくりの方法のコツ～超高齢化社会体験ゲームを通して～」

2/27 (火) 14:30～17:00 @東部スポーツパーク

参加者：民生委員児童委員	18名
高齢者支援連絡会相談協力員	4名※兼任含む
オレンジ協力員	2名
合計	24名

☆まつどNPO協議会 松村様ご協力のもと、コミュニティーコーピング&振り返りを行った。

☆各地域ごとに民生委員児童委員、相談協力員、オレンジ協力員が交わり合うようにグループを編成。

☆コミュニティーコーピングではグループメンバー同士が意見を出し合いながら、ゲームを進めていった。

☆振り返りでは、グループメンバー同士の情報共有や意見交換がなされ、全体での共有を行った。



## アンケート結果

☆今後も情報交換の場に参加したいか⇒参加したい：23名  
どちらでもない：1名

☆居場所は必要だと思うか⇒必要だと思う：全員

☆立ち上げをする機会があれば参加するか⇒ぜひ参加したい：4名  
声掛けがあれば参加：14名  
興味がある：4名

## 次年度に向けて

- ①多機能コーディネーターの役割について周知していく。
- ②今回の地域づくり交流会を通して、居場所ニーズを把握した。把握したニーズを元に、どのような形で居場所を開設していくのか、どのような内容等にするのか、ワーキングメンバー等の検討していく。
- ③既存の居場所を充実させたいという声があり、更に活用・充実できるような内容を検討していく。

# 明第2西地区

栄町1～8丁目・栄町西1～5丁目・  
樋野口・古ヶ崎・古ヶ崎1～4丁目

～重点テーマ～

- ☆要支援者／要配慮者の防災
- ☆地域住民の支え合い・助け合い
- ☆見守り関係機関の地域連携強化

総人口	30,677人
65歳以上	8,113人
高齢化率	26.4%
75歳以上人口比率	16.3%
元気応援くらぶ	4ヶ所

令和5年10月現在

## <地区の特徴>

- 河川が3本（江戸川・坂川・六間川）あり、全域がハザードマップ危険区域（洪水・液状化）になっている。
- 駅から離れていて商店が少なく買物困難高齢者が多い。
- 町会サロン運営者が高齢化し後継者が不足。

## 地域の課題

- 災害避難時に支援が必要な高齢者世帯が多い
- 外出困難高齢者が増加
- 高齢者集いの場が不足

## 今年度の具体的な取組み

- 地区社協と包括で「防災フェスタ」を共同開催
- 買物移動支援（送迎車運行）
- 集いの場の創出

## 防災フェスタの様子



見て学ぶ防災

率先避難者養成講座



車椅子講習



防災個別相談

「防災フェスタ」を社協ふれあいひろばとして包括と共同開催。半年間にわたり、町会・民生委員・高齢者支援連絡会・市役所の協力も得て計5回の準備実行委員会に一同参加。互いに顔が見える関係構築が進むという大きな成果を伴って、フェスタ当日は大勢の住民参加者があり防災意識を高めることができた。



明第2西地区	防災フェスタ2023（ふれあいひろば）会場別イベントスケジュール					開催日時・会場 11月26日（日）10時～16時 古ヶ崎市民センター
会場	屋外 駐車場	2階 ホール	2階 和室	2階 会議室	1階 会議室	
イベント・テーマ	AR 災害体験 地場野菜販売 フードバンク受付	カフェドリンク無料	防災食情報	防災相談 要介護者の防災計画	災害避難時の こどもの生活・遊び	
タイムテーブル	10:00 AR(拡張現実) 河川氾濫による浸水や土砂災害が発生した時の危険を疑似体験します	10:30～11:00 豚汁 アルファ米 (数量限定) 炊き出し体験 11:30～ なくなるまで	10:30～11:00 車椅子講習	10:30～10:45 避難所体験	10:30～12:00 率先避難者養成講座 ☆傍聴自由	11:00～11:15 【子育て世代対象】 災害に関する 子供の心理講座 (講師：公認心理師)
	13:00～16:00 10時～16時 随時開催	14:00～16:00 起震車体験	14:30～15:00 お楽しみ プレゼント (ごも向け)	13:30～14:45 1階 ながいき室 見て学ぶ！防災(わかりやすい情報展示)	13:00～16:00 ☆防災の個別相談 要介護者の避難計画 ○一人で避難が難しい人 ①(松戸市)事前登録制度等	13:30～13:45 ② 2時同じ内容です。

買物支援  
無料送迎

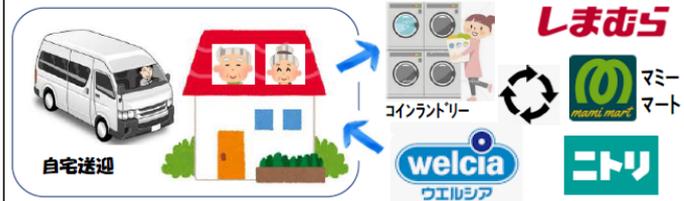
参加者募集!

## すまいるショッピング

対象：栄町・栄町西・古ヶ崎にお住いの65歳以上の方

ご自宅からお店まで、車で送迎します。

- ①コインランドリー(流山街道沿い) ②家具 ニトリ
- ③衣類 しまむら ④薬・食品・日用品 ウエルシア
- ⑤スーパーマーケット マミーマート ※すべて古ヶ崎店



## すまいるショッピング (買物困難高齢者の移動支援)

特養老人ホームの送迎車を非稼働時間帯に活用して、買物困難高齢者を自宅から商店まで送迎。今回は、車の運転を多機能コーディネーターが担当した。今後は地域住民によるボランティアに移行していきたい。  
(3月27日に実施。月1回開催予定)

男性高齢者の集いの場 (毎月1回)



## 男の料理くらぶ

発足メンバー募集!

いっしょにうまいものを作って楽しみましょう!

- 今回の入会要件は「松戸市在住のおおむね60歳以上の男性」とさせていただきます。(今後変更となる場合があります) 15名前後を募集します。
- 料理の経験は問いません。やる気さえあれば大歓迎です!
- 他人の失敗に責めず他のメンバーと協議した行動がとれる方のご参加を希望します。
- メンバーによる自主運営クラブですので、役割分担などはメンバーの話し合いで決めていきます。(料理の先生はいません)
- 毎月1回開催予定。会費は参加した時だけ1回1000円を自宅に巻いています。



用意するもの：エプロン・三角巾  
 次回の手足は  
**麻婆豆腐**



肉じゃが・水菜サラダ・きゅうり汁

## 支援者の連携強化 (地域づくり交流会)

民生児童委員&ケアマネジャー交流会 (38名参加)



(多く出た意見)

- それぞれの役割・仕事の理解が不足していて、お互いにもっと知りたいと思っている。交流会の継続を希望する。
- 個人情報の問題があるが、利用者のために必要な連携がスムーズにできる仕組み作りが必要だと思う。

## 介護予防・集いの場

### モルック倶楽部

参加者募集!



#### モルック

木の棒(モルック)を投げて点数の書いてある木の的を倒し、ぴったり50点を取った人の勝ちという簡単で楽しい競技です。お年寄りからお子さんまでどなたでも楽しめます。

\*日・時間\* ①毎週火曜の10時20分~11時

雨天中止

②毎週金曜の10時~11時

予約不要

## 次年度に向けて

- ◎「要支援者・要援助者の防災」について、地域の各関係機関と連携して取り組みつつ、避難行動要支援高齢者に対する個別相談と避難訓練を実施していきたい。
- ◎買物困難高齢者の支援として、移動支援や地域住民による助け合いの仕組みづくりを行いたい。
- ◎介護予防のための運動や趣味活動等の集いの場作りを継続したい。
- ◎男性高齢者を対象にした集いの場を「料理」と「将棋」等をテーマに発展・新設したい。

# 地域づくり報告会

日時・場所

令和6年3月19日(火) 10時30分～12時30分  
松戸市民会館 301会議室

形式・プログラム

会場とオンラインによる開催

## 本日の流れ(10:30～12:30)

- 10:30 挨拶、主旨・事業説明  
 > 高齢者支援課長 川鍋 愛美
- 10:45 報告発表①  
 > 常盤平、五香・松飛台、六実・六高台、常盤平団地、明第2東  
 > 山崎氏(まつどNPO協議会)より講評
- 休憩
- 11:15 報告発表②  
 > 馬橋、馬橋西、新松戸、小金、小金原  
 > 阿部氏(まつどNPO協議会)より講評
- 11:50 報告発表③  
 > 本庁、矢切、明第1、東部、明第2西  
 > 松村氏(まつどNPO協議会)より講評
- 12:30 終了

## 報告会の様子



# 多機能コーディネーター 周知チラシ

〇〇地域
松戸市

支え合い活動やつながりを増やし、高齢者が住みやすい地域づくり

## 多機能コーディネーター

多機能コーディネーターは、生活支援コーディネーター・就労的活動支援コーディネーター・認知症地域支援推進員3つの機能をもっています

日常生活での困りごと  
ありませんか？

地域で社会貢献したい

← つなぐ・支え合う →  
**マッチング**

一人暮らしで寂しいわ  
足が痛くて外出が難しいな...

地域の活動に参加したいけどどうすればいいの？

うちの団体はこんなことしています！

趣味や特技を生かして役立ちたい  
通いの場づくりのお手伝いしたい

多機能コーディネーター(地域包括支援センターの職員)は、地域の皆さんと一緒に取り組んでいます。  
生活する上で困りごとがある高齢の方、地域の高齢者のために何かしたい方、など、みなさんの声を聴かせてください。私たちが、困りごとをお伺いして**マッチング**をお手伝いしたり、地域に「あったらいいな」を皆さんと一緒に考えていきます。  
そのために、関係機関・団体等と連携しながら、社会参加を促す活躍の場づくりや生活支援、介護予防を充実させる、生活支援体制の整備にも取り組んでいます。

多機能コーディネーターの〇〇です。  
お気軽にご相談ください。

【連絡先】  
〇〇高齢者いきいき安心センター  
(地域包括支援センター)  
住所: 松戸市●●  
電話: 047-  
FAX

地図

※この取り組みは、松戸市から生活支援体制整備事業として委託を受けて実施しています

# 地域づくり報告会 周知チラシ

2023年度 生活支援体制整備事業

多機能コーディネーター

松戸市内15地区

## 地域づくり報告会

**日時** 3月19日(火)10:30~12:30

**参加方法** 会場:松戸市民会館 (301会議室)  
または  
オンライン: zoom

令和5年度から各地域包括支援センターの「多機能コーディネーター」が地域での困りごとなどを地域の人々と協力して解決しようとしています。皆様の地域でどんな活動がされているかのぞいてみませんか。

### 申込方法

- 会場参加を希望の方  
電話でのお申込み (定員50名)
- オンライン参加を希望の方  
メール (QRコード) でのお申込み  
件名「地域づくり報告会申込」とし、  
①名前 ②住所 ③電話番号 ④年代 ⑤所属 (個人もしくは団体名)  
をお知らせください。

電話 047-366-7346  
メール mckoureisha@city.matsudo.chiba.jp

主催 松戸市高齢者支援課

メールアドレス

発行：令和6年3月 松戸市高齢者支援課

