

【環境推進員活動報告】

秋の環境美化の日

11月7日(日)に環境美化活動が行われました。今年も新型コロナウイルスの影響で様々な面で気を使いながらの活動となりましたが、多くの皆様にご協力いただき区内の隅々まできれいになりました。ご協力くださった皆様、大変お疲れ様でした。



▲北所沢町町会 美化活動の様子

デジタル移動系防災行政無線の整備工事が完了しました

11月15日～17日にかけて、災害時の通信手段の拡充及び信頼性の向上のため、アナログ方式の防災行政無線の代わりとなるデジタル移動系防災行政無線の整備工事が実施され、アンテナが設置されました。万一の際に備え、市では引き続き体制強化に努めてまいります。



▲アンテナ設置のため組まれた足場



▲設置されたアンテナ



【高齢者いたわり部会】  
集まれ！とこしゃん仲間

日程	会場
12月10日(金)	ラーク所沢 ※室内履きをお持ちください 原則第2金曜
1月14日(金)	新所沢東 まちづくりセンター 原則第4金曜
12月24日(金)	
1月28日(金)	

とこしゃん体操は所沢市独自の健康体操です。1回約10分の体操で座ったままでも行えます。

【時間】午前9時30分～10時45分

【持ち物】運動しやすい服装・運動靴  
(室内履き)・水分補給用の飲み物

【問合せ】しんとこイーストネット  
高齢者いたわり部会



原 部 会 長 : TEL 04-2942-3741  
佐久目 副部会長 : TEL 04-2993-3054

和室1号の障子を  
張り替えました！

新所沢東まちづくりセンター和室1号の障子が古くなっていたため、11月6日に職人さんをお願いし、張り替えをしました。和室でのサークル活動等がしやすい環境を維持していくため、引き続き丁寧な部屋のご利用にご協力ください。



▲新しくなった障子紙

これからの“しんとこ東”を創造する

今回は、高齢者やその家族から様々な相談を受け、高齢者が住み慣れた地域で安心して生活ができるよう支援している地域包括支援センターに着目し、新所沢東地域包括支援センター センター長 清水 路子 さんからお話を伺います。

○地域包括支援センターの役割・取組

地域包括支援センターの役割は、高齢者が住み慣れた地域で安心して生活ができるようお手伝いする「総合相談窓口」です。「介護・福祉・健康・医療」に関するお悩み事がありましたら、まずはご相談いただければと思います。

運営は所沢市の委託を受け(市の担当部署は福祉部高齢者支援課)、社会福祉法人等が市内14か所で行っています。主任ケアマネージャー、社会福祉士、保健師・看護師等が連携して支援にあたっています。

主な取組としては、相談事業に加え介護予防や高齢者の自立支援、地域事業のサポート等があります。



住民座談会に携わる清水所長(写真中央)

○新所沢東地区の現状・課題

まず、日本の多くの地域で共通する福祉課題としては、高齢者人口の増加・高齢化率の上昇はもちろんのこと、単身高齢者・高齢夫婦のみの家庭の増加、認知症の増加があり、新所沢東地区も同様です。

単身高齢者に関する相談を受ける中では兄弟と連絡をとる場合があります。しかし、兄弟自身も高齢でなかなかお互いに行き来することが難しい状況にあり、最近では高齢者本人の甥や姪、地域住民が見守りや当センターへの相談、福祉サービス手続き等での頼みの綱になることがあります。さらに新型コロナの影響で、親族であっても本人の自宅への訪問を控えている場合もあり、単身高齢者が孤立しやすい状況になっています。

また、当地区を担当として感じる地区特有の課題として、①近所や地域との交流を望まない方(地域とつながりたくない方)が多い、②(65歳未満の方も含め)孤立死の事例がしばしばあるという大きく2点が挙げられると思います。

①が多いことで、今後はより一層、気づいたら認知症になっていたり介護が必要な状態になっていたりと、最悪の場合は孤立死につながったりすることが増えてくるのではないかと危機感を抱いています。

○新所沢東地区の将来のために

今住んでいる地域(自宅)で、自分らしく健康で自立して生活できる地区が理想だと私は考えます。コロナ禍でなかなか難しい状況ではありますが、住民1人1人が自宅に閉じこもらず、可能な範囲で地域において活動したり交流の場に参加したりすることが大切だと思います。すでに高齢者の中には、長引く自粛生活で認知機能や歩行に支障をきたしている方もいます。年齢問わず健康に気を付けながら日々の生活を送っていただきたいです。

とは言え、国の推計では2025年に高齢者の5人に1人が認知症になる可能性があると言われています。今後認知症の方が増えてきた際、認知症を正しく理解し、認知症の方も温かく受け入れられる地区だと安心していただけるのではないのでしょうか。若い人も含め、住民1人1人が近所と適度な距離感でお互いに見守りをしたり、地域とつながったりできるかどうか、地区の将来を左右する重要なことかもしれません。

新所沢東地域包括支援センター センター長 清水 路子