

# 世田谷たすけあいネット ニュース



発行責任者: 世田谷たすけあいネット 代表 駒澤 重光

世田谷たすけあいネットは人の応援が欲しいとき、「手をかして」と気軽に言える、「あったかな地域」づくりをめざしています。平成16年5月開始以来、高齢者の暮らしのこまりごとや悩みごとを解決すべく「無料で電話相談」にお応えして、情報の提供やボランティアの出張サポートを行っています。



## あけましておめでとうございます



皆さまには穏やかな新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます  
昨年中はご支援をいただきありがとうございました。私どもの活動もコロナ禍後、少しずつではありますが活性化してきました。ただ、事業の一つ「住まいあんしん訪問サービス」が3月で終了することとなりましたので、事業の柱「電話相談」と「ちょこっとサービス」をさらに充実させてお役に立ちたいと思います。一層のご支援ご協力をよろしくお願いいたします。

代表 駒澤 重光

## 2024年を振り返り、新年を迎えて

昨年はコロナ禍がやや沈滞したものの、今度はインフルエンザが大流行して、引き続き感染症に悩まされた一年でした。この中で私ども「世田谷たすけあいネット」も活動はやや低調に推移した年でした。

- 電話相談や出張サービスについては、あんしんすこやかセンターなど外部団体と情報交換して地域のニーズに  
応えておりますが2020年より続いたコロナ禍の影響が残っており、件数も伸び悩みました。  
今年さらには外部団体とも情報交換を密にして、またチラシなどでのPRも進めて件数を増やしたい。
- 平成19年から18年間実施してきた世田谷区居住支援課の委託事業「住まいあんしん訪問サービス」は既報  
の通り、この3月末をもって終了することとなりました。担当していただいたボランティアの皆さま、大変あ  
りありがとうございました。  
なお、これからは住居を探して困っている人に手を差し伸べられるよう、リンク共同事業として居住支援活動  
に取り組んでいきたい。
- ボランティア研修を実施してボランティアの増員と登録ボランティアのレベルアップを図りました。  
今年も継続してボランティア研修を実施して増員とレベルアップを図りたい。

### 最近の住まいあんしん訪問サービス実績

- 9月の見守り実績 2件 9回 担当者2名
- 10月の見守り実績 2件 9回 担当者2名
- 11月の見守り実績 2件 8回 担当者2名
- 12月の見守り実績 2件 8回 担当者2名

### 最近の相談事例紹介

- 室内家具類（ベッド3台 テーブル 物入箱）を移動して配置替え⇒2名出張
- タンス等家具の移動 蛍光灯点検など⇒2名出張
- 和ダンスを粗大ごみで出すので回収日前日に玄関先まで運んでほしい⇒2名出張
- タンスを動かして電源ソケットを移動してほしい⇒1名出張
- エアコンを買い替えるので室外機を置いてあるベランダを掃除してほしい⇒1名出張
- エアコンフィルターの掃除をお願いしたい（老人ホーム入居の女性3人から依頼あり）⇒1名出張

電話相談日：毎週火曜日 10:00～17:00 次回ボランティアミーティング1月21日第3火13:00～

Tel 03-6413-1506 Fax 03-6413-1556 ●相談日以外は留守電へ、こちらから電話します



## 世田谷 あんすこ訪問記



### 深沢あんしんすこやかセンター 第25回

訪問者 山木きょう子

深沢あんしんすこやかセンターは、深沢小学校の真横にある世田谷でも一番古いまちづくりセンターの中にあり、社会福祉協議会も同居しています。現在区内のまちづくりセンターは、建て替えの際に3つの機能が同居できるように作られていますが、ここは従来のまちづくりセンターなので、少々手狭な感じでした。外壁の工事中でもあり、師走のお忙しい時期に訪問したため、お話を伺っている最中も次から次に訪問者があり、申し訳ない思いでしたが、管理者の石井貴志さんが丁寧に対応してくださいました。

区内28か所のあんしんすこやかセンターは、それぞれに特徴のある活動をされています。深沢あんすこの特徴を伺いました。

社会福祉法人奉優会の運営で、職員は9名です。主任ケアマネ、社会福祉士、保健師のほか理学療法士1名が在籍しています。理学療法士がいるのは珍しいようで、この専門性を活かし「フレイル予防」に力を入れているのが特徴です。加齢により心身に老いや衰えが生じることをフレイルと言いますが、予防することでフレイルを抑えることができます。これまでも「体操教室」を深沢の区域内2か所で月1回行ってきましたが、昨年からは毎週1回近隣の公園で行い、「体操教室」に誘うことで外出を促し、2か月に1回は測定器でフレイルチェックもしてさらに強化し効果を上げようとしています。

深沢あんすこの担当地域の高齢者は10500人ですが、一人暮らしの方が比較的少なく、2世帯同居が多いのも深沢地域の地域性です。訪問が必要な方の実態をよく把握してリストを作り、毎月100人の方の対応をしています。ケアマネ、保健師、社会福祉士、また民生委員ともしっかりと連携して、相談に乗り予防支援を行っています。

他にも「認知症カフェ」や、介護予防のための「地域デイ」も行っていますが、参加者が少ないようで、元気な高齢者が多いことなのかなと思いました。

深沢地域は町会がとても元気で、すぐ隣の深沢小学校の登下校時には道路に立って交通整理をするなど町会活動でも見守りを行っているそうです。また深沢・桜新町など商店街もあり、いまだに地域の電気屋さんが電気を取り換えたりすることもあり、祭りや商店街の催しなども活動が盛んだそうです。

そしてあんしんすこやかセンターが地域の拠点になっているようで、この取材の間にもひっきりなしに人が訪れ石井さんともとても親しそうでした。

最後に「ちょこっとサービス」について伺いました。土地柄か地域のたすけあいが浸透しているのか、ニーズ自体が少ないということでした。

支えあう人の関係がある深沢地域は今の社会のお手本のようなようです。日頃からのお付き合いを通して、地域で顔が見える関係は本当に大事なことだと痛感して、深沢あんすこの訪問を終えました。