

地域ケアネットワーク・井の頭(ケアネット・井の頭)

「地域ケアネットワーク・井の頭(ケアネット・井の頭)」は、平成16年10月に、三鷹市で最初に設立された地域ケアネットワークです。平成26年11月15日には、設立10周年記念事業を開催しました。

地域ケアネットワーク・井の頭は、平成27年4月1日現在住民協議会、町会・自治会、民生・児童委員、ほのぼのネット、商店会等の組織合計38団体49人の方で構成されています。

基本的に奇数月の第4金曜日に全体会を開催し、事業運営に関して協議します。多世代が交流できるイベントや講座等を盛り込んだサロン事業やちょこっとサービス支えあい事業等、内容をみんなで協議しながら実施しています。

現在、地域ケアネットワーク・井の頭で展開している主な事業は次の3つです。

ふれあいサロン・井の頭

平成18年1月から始まったサロン事業。地域住民の生活の中でのお困りごとの相談をお受けし、サービスや専門の窓口につなげるお手伝いをしたり、地域の方との交流ができる茶話会サロンを実施してきました。

25年度からは、より多くの方にお越しいただけるよう、茶話会と併せ、毎回テーマを決めてミニ講座やイベントを実施しています。

ミニ講座は、防災・防犯や地域での見守りに関するテーマで実施し、子育て世代対象の「赤ちゃんの救命手当講習会」も継続して行っています。イベントとしては、寄席、歌声サロン、おひなまつりサロンなどを開催しています。



ちょこっとサービス支えあい

サロン事業によって、ちょっとした家事等ができなくなり困っている方が少なくないことが分かってきたため、平成19年11月に立ち上げました。日常生活でのちょっとした困りごと(例：電球や電池の交換、庭の草取り、買い物の手伝いなど)を地域の住民がお手伝いする取り組みです。コーディネーターと協力員を配し、10分100円でサービスを提供しています。

平成26年度の利用登録者数は110人、協力員数は38人です。活動実績は81件で、開始以降、合計616件の活動を行っています。ごみの搬出や狭い範囲の庭等の清掃などの依頼が多数あります。

ちょこっとサービス支えあい

「ご近所の助け合い」のできる範囲の“ちょっとした困りごと”を10分100円でお手伝いします。(最大50分までです)

井の頭地区内
近所の協力員がお手伝いします

① 利用者 → ② コーディネーター → ③ 協力員

① お手伝いを依頼します
② 近所の協力員を探して派遣します
③

利用者には登録が必要です。 コーディネーター

利用できる方は、井の頭にお住まいの方で

- ① 65歳以上お一人暮らしの方
- ② 65歳以上のみの世帯の方
- ③ お一人暮らしで病気療養中の方
- ④ 妊婦および子育て中の世帯の方 など

【活動時間】午前9:00～午後4:00(土日祝日を除く)

井の頭見守りネットワーク「みまもるん」

平成24年度より、井の頭地区内での高齢者等の見守りのしくみづくりを検討し、平成25年12月に、井の頭見守りネットワーク(愛称:みまもるん)のしくみをつくりました。地域全体でゆるやかに見守りあい、住民の異変に気付いた場合は、市に設置されている専用電話(安心見守り電話)か井の頭地域福祉支援センターに連絡・相談し、速やかに対応できるしくみです。

見守りネットワークをより多くの方に認知してもらえるよう、公募により愛称とキャラクターを決定し、マグネットや携帯用カード、掲示物等での周知をしています。

平成26年度には、地域ケアネットワーク・井の頭設立10周年を記念して、「みまもるん」の説明と主に高齢者向けの地域情報等をまとめたパンフレットを作成し、構成員等に配布しました。



↑
記念講演会



ケアネット設立10周年記念事業

平成26年11月15日に、井の頭コミュニティ・センターにおいて、記念式典、記念講演会及び交流会を開催しました。オープニングセレモニーで、井の頭在住の琴奏者による琴の演奏を楽しんだ後、式典では市長からの祝辞と感謝状贈呈、他ケアネット代表からもご挨拶をいただきました。記念講演会では、東京都健康長寿医療センター研究所研究員の方をお招きして、「ケアネット・井の頭新たな10年に向けて」と題してお話いただきました。ケアネット構成員をはじめとする地域の方など、約80の方が参加されました。

設立10周年を記念して、「みまもるん」のパンフレットのとともに、ケアネット構成員やちょっとサービス協力員の方々等から寄せられた、活動についてのご意見、ご感想等と活動年表を掲載した文集を作成し、配布しました。

井の頭地区

人口： 約15,600人
高齢者数： 約3,600人
高齢化率： 23.1%
(平成27年4月1日現在)

地域ケアネットワーク・新川中原(ケアネット・しんなか)

平成20年7月5日に設立した「ケアネット・しんなか(地域ケアネットワーク・新川中原)」は「しんなかサロン」の主催及び、各分科会活動を行っています。平成27年7月1日現在、84人の委員で運営しています。

ケアネット・しんなかの運営

「ケアネット・しんなか」では、年間6回、偶数月にしんなか委員会を開催しています。6回のうち1回はしんなか委員向けの学習会、1回は総会となっています。

また、しんなか委員会に先立って、13人の世話人による世話人会も開催しています。

しんなかサロン

平成21年4月23日から「しんなかサロン」を開始しました。毎月第4木曜日の午後1時30分～3時30分に、新川中原コミュニティ・センターの2階会議室で開催しています。

サロン開始以降、**延べ1,900人以上**の方にご利用いただいています。平成26年度は平均して毎回40人程度の方にご利用いただき、地域での居場所としての役割を果たしています。

サロンでは、お茶とお菓子をいただきながら、スタッフと利用者の皆さんと一緒に、おしゃべりや情報交換を楽しんでいます。地域の方々同士の緩やかなつながりが生まれています。

「しんなかサロン」は、皆さんでおしゃべりを楽しむことを第一に考えています。傾聴ボランティアの皆さんに各テーブルに入ってもらい、初参加の方も含め全員がおしゃべりを楽しめる工夫をしています。また、サロンのスタート時に、皆さんで誕生月の方のお祝いの歌を唄うことで、おしゃべりのきっかけを作っています。

さらに、季節のお話や歌、盆踊りや地域の話など、皆さんの身近にあるものを題材に、スタッフが楽しんで継続してできる企画を考えて実施しています。



サロンの様子



主催講座の開催

ケアネット・しんなかでは、市民を対象とした主催講座を開催しています。

平成26年度は、9月に高齢者とその家族を対象とした講座として「認知症を正しく知りましょう」を開催しました。社会福祉法人浴風会介護支え合い電話相談室長の角田さんを講師にお迎えして、認知症を例にあげながら介護をする家族の悩みや心構えなど、電話相談の現場ならではのお話をうかがいました。

また、11月には子育て世代向けの講座として「赤ちゃんの応急救護講習会」を開催しました。講座終了後には、講座受講者だけでなくコミュニティ・センターを利用していた子育て世代の方々も参加して茶話会を開催しました。

どちらの講座も、大勢の方にご参加いただきました。平成27年度も、子育て世代向けの講座と高齢者向けの講座を開催する予定です。



講座の様子

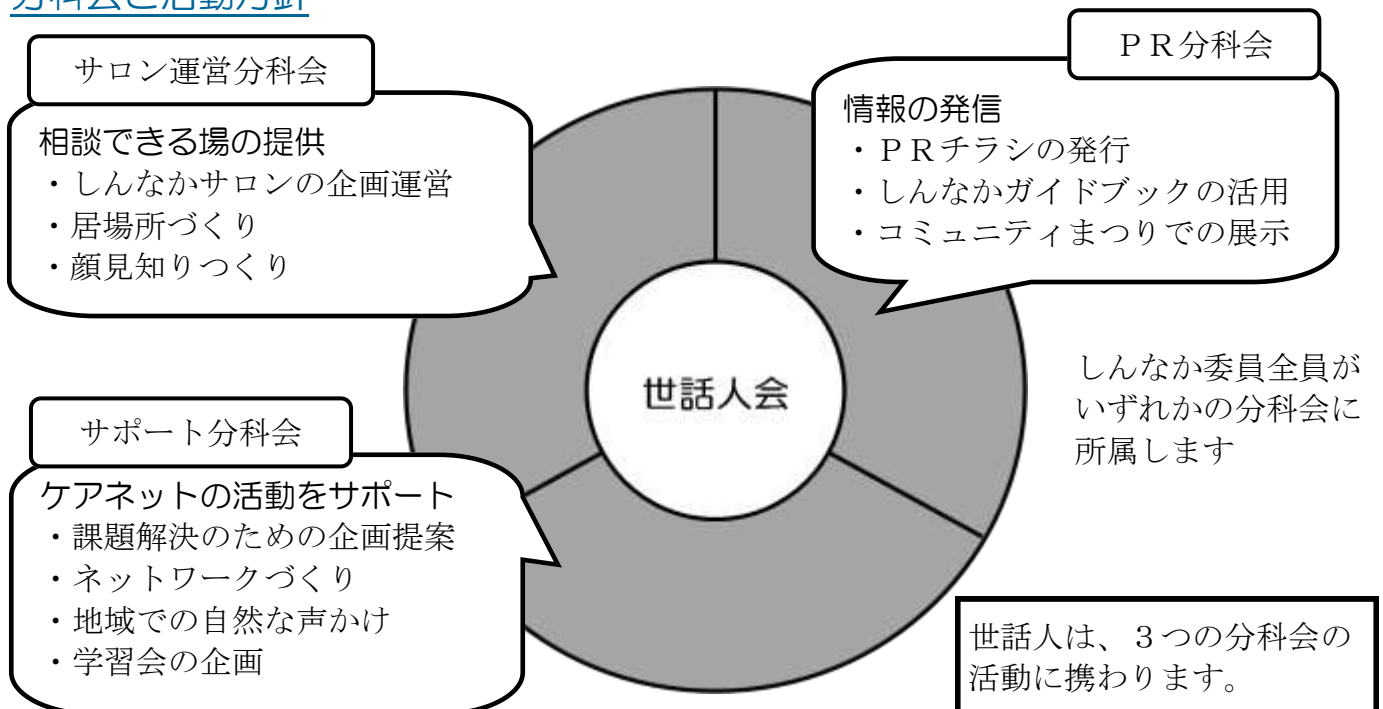


ケアネット・しんなかでは、設立する前に、地域の課題の洗い出しと、活動の方向性について話し合いました。この結果から、4つの活動方針を定め、各活動方針を担う4つの分科会に分かれて課題検討や事業実施等を行ってきました。

平成26年度は、ケアネット・しんなかが設立してから6年経過したため、あらためて地域の課題と

分科会活動について、1年間かけて分析と見直しを行ってきました。その結果、下図のとおり分科会を3つに統合し、活動内容を変更する案がまとまりました。平成27年度からは、新しい活動方針に基づいて、新しい組織体制で活動していきます。

分科会と活動方針



地域での自然な声かけ

サポート分科会が中心となって、地域での自然な声かけを実施しています。日常生活や地域での活動の中で出会った人に、無理なく声かけを行います。これを続けることで、住民同士がお互いに自然に声かけする地域づくりを目指します。

新川・中原地区

人口： 約25,100人
 高齢者数： 約 6,000人
 高齢化率： 23.9%

(平成27年4月1日現在)

*新川は、新川2丁目、3丁目、6丁目の各一部を除くエリア。なお、人口・高齢者数は東部地区と按分して計算。