

# ① 気づくポイント

## 外から見た気づき

### 郵便物が一杯

郵便受けを確認している様子がない。郵便物があふれている。



### 洗濯物が出たまま

何日も同じ洗濯物が出たまま。



### 異臭がする

家の前を通るといつも異臭が漂ってくる。



### 衣服の乱れ

髪や服装が乱れている。季節に合わない服を着ている。



## お会いして分かる気づき

### 話がかみ合わない

同じ話を何回もするようになった。



### 同じものを大量に購入する

お店で、お会計ができない。同じものを大量に購入する。



### 家族の疲れ

認知症や寝たきりの家族を抱え、介護者が疲れている様子がある。



### 不審人物

最近知らない人が出入りするようになった。



## その他の気づき

### 体調の悪化

顔色が悪く、具合が悪そうに見える。



### 集まりにこない

集まりや行事にいつも参加しているのに、急にこなくなった。



### 宅配物がたまっている

宅配された荷物が玄関前にたまっている。片づけていない様子がない。



### 怒鳴り声、悲鳴

家の中から怒鳴り声や、悲鳴が聞こえる。



注意

孤立死は夏季(7月・8月)・冬季(1月・2月・12月)に増加!  
男性は女性に比べて孤立死が **2.2倍** 多い!

※「単身者の自宅での死亡」を孤立死と定義します。

令和5年1月現在

## 地域包括支援センター 一覧

名称	電話番号	ファックス	所在地	担当地域
基幹	03(5681)3373	03(5681)3374	梅島2-1-20	梅島、中央本町1、島根
あだち	03(3880)8155	03(3880)4466	足立4-13-22	足立、中央本町2、梅田1
伊興	03(5837)1280	03(5837)1282	伊興3-7-4	伊興、東伊興、伊興本町、西伊興、西竹の塚
入谷	03(3855)6362	03(3855)6399	入谷9-15-18	入谷、舎人、古千谷、古千谷本町
扇	03(3856)7007	03(3856)1134	扇1-52-23	扇、興野、本木東町、本木西町、本木南町、本木北町
江北	03(5839)3640	03(5839)3643	江北3-14-1	江北、堀之内
さの	03(5682)0157	03(5682)0158	佐野2-30-12	加平、北加平町、神明、神明南、辰沼、六木、佐野、大谷田2~5
鹿浜	03(5838)0825	03(5838)0826	血沼2-8-8	鹿浜、加賀、血沼、谷在家、椿
新田	03(3927)7288	03(3927)7289	新田3-4-10	新田、宮城、小台
関原	03(3889)1487	03(3887)1407	関原2-10-10	梅田2~8
千住西	03(5244)0248	03(5244)0249	千住中居町10-10	千住桜木、千住緑町、千住龍田町、千住中居町、千住宮元町、千住仲町、千住河原町、千住橋戸町
千寿の郷	03(3881)1691	03(3870)6717	柳原1-25-15	柳原、千住関屋町、千住曙町、千住東1
千住本町	03(3888)1510	03(5813)8336	千住3-7-101	千住、千住元町、千住大川町、千住寿町、千住柳町
中央本町	03(3852)0006	03(3886)0086	中央本町4-14-20	中央本町3~5、青井1~3~6、西加平
東和	03(5613)1200	03(5613)1201	東和4-7-23	綾瀬、東綾瀬、谷中、東和1~3
中川	03(3605)4985	03(3605)9092	中川4-2-14	東和2・4・5、中川、大谷田1
西綾瀬	03(5681)7650	03(5681)7657	西綾瀬3-2-1	西綾瀬、弘道、青井2
西新井	03(3898)8391	03(3898)8392	西新井2-5-5	西新井、栗原
西新井本町	03(3856)6511	03(3856)5006	西新井本町2-23-1	西新井本町、西新井栄町
はなはた	03(3883)0048	03(3883)0351	花畑4-39-11	花畑、南花畑5
一ツ家	03(3850)0300	03(3850)0370	一ツ家4-2-15	平野、一ツ家、保塚町、六町、南花畑1~4
日の出	03(3870)1184	03(3870)1244	日ノ出町27-4-112	日ノ出町、千住旭町、千住東2
保木間	03(3859)3965	03(3859)6730	保木間5-23-20	西保木間、保木間、東保木間
本木関原	03(5845)3330	03(5845)3338	本木1-4-10	関原、本木
六月	03(5242)0302	03(5242)0327	六月1-6-1	六月、東六月町、竹の塚

※緊急時24時間電話対応可 03(5681)3373

月~土曜日、午前9時~午後5時(祝日・年末年始を除く)

## 地域包括支援センターとは

区が委託をしている「高齢者総合相談窓口」です。  
気になる方がおられる場合は  
お近くの地域包括支援センターにご連絡を!



※各種申請手続きなどに関する相談を専門職がお受けします。

「美しいまち」は「安全なまち」  
ビュートラルワークス推進員中

足立区

RG.1



# 孤立ゼロプロジェクト

「お互いさま」のまちづくり



足立区



足立区 地域のちから推進部 絆づくり担当課(区役所本庁舎南館3階)  
電話 03(3880)5184 FAX 03(3880)5603



# 孤立ゼロプロジェクト

「気づく」「つなげる」「寄り添う」の3つをキーワードに、地域の人との交流を通して、いくつになっても笑顔があふれる“お互いさまのまち”をみんなの力で築いていく活動です。

一人ひとりが少しずつ力を出し合う、ゆるやかなつながりを“絆のあんしんネットワーク”といいます。

詳細はこちらから

孤立ゼロプロジェクト推進活動



## ① 気づく

- 孤立ゼロプロジェクトの調査による“気づき”
- 町会・自治会活動や民生委員による“気づき”
- 絆のあんしん協力機関の事業活動時の“気づき”
- 絆のあんしん協力員の見守り、声かけ活動による“気づき”
- ご近所づきあいによる“気づき”

### 孤立ゼロプロジェクトの調査

町会・自治会、民生委員のみなさんにご協力いただき、区の情報をもとに聴き取り調査を行います。調査の結果、孤立のおそれがある方を関係機関や必要な行政サービスにつなぎます。

#### 【調査対象】

- 介護保険サービスを利用していない
- ・70歳以上の単身世帯
- ・75歳以上の方のみの世帯

#### 【調査内容】

- ・世間話をする頻度
- ・困ったことの相談相手など



孤立ゼロプロジェクトの調査の様子



## わがまちの孤立ゼロプロジェクト

普段の活動の中で、日ごろからの挨拶や声かけをすることによって、「ひとり暮らし」「日中独居」などの高齢者の不安を軽減し、孤立を防ぎます。



区で提供したグッズを身につけて見守り活動

## ② つなげる

地域包括支援センターが連絡を受けて個別の状況を把握

- 専門機関などの必要なサービスに“つなげる”
- 絆のあんしん協力員の見守りに“つなげる”



ハウカツ

※詳しくは裏面参照

民生委員

絆のあんしん協力機関

町会・自治会

絆のあんしん協力員

## 「絆のあんしん協力員」とは？

ちょっとした見守りや声かけをしていただくボランティアです。気がかりな高齢者を見つけたらハウカツに連絡します。

※区内在住・在勤の方が対象

ゴミ出しが困難な高齢者のゴミ出し支援



サロン・訪問による見守り



道で会ったらあいさつ



## 活動例

## 「絆のあんしん協力機関」とは？

郵便局、薬局、信用金庫、商店、医療機関などが登録しています。

日常の業務や活動の中で高齢者の様子を見守っていただき、異変に気づいた時にはハウカツに連絡します。

こんな活動もしています。



居場所の提供（体操教室）

## ③ 寄り添う

- 町会・自治会の活動や、ご近所づきあいの中での声かけや見守りで“寄り添う”
- 絆のあんしん協力員が、「見守りや声かけ」「ちょっとした相談」などの話し相手となり“寄り添う”



絆のあんしん協力員による見守り



## 居場所づくり・社会参加へ

年齢にかかわらず生きがいを持って日々を送ることを目指します。

- ネットワークを活用した「地域のイベントや教室」「サロン活動」などの「居場所づくり」
- 自ら進んで「地域活動」などへの“社会参加”

