

① 気づくのポイント

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になっている。



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つた。



同じものを大量に購入する

お店で、お会計ができるない。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。



集まりに来ない

集まりや行事にいつも参加しているのに、急に来なくなつた。



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割合が3.7倍高い!**

※「単身者の自宅での不自然死」を孤立死と定義します。

令和7年2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 5-14-5	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	皿沼 2-8-8	鹿浜、加賀、皿沼、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、千住閑屋町、千住曙町、千住東1
千住本町	03(3888)1510	03(5813)8336	千住 5-13-5	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	花畠 4-39-11	花畠、南花畠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、南花畠 1~4
日の出	03(3870)1184	03(3870)1244	日の出町 27-4-112	日の出町、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(6807)2460

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!

地域包括支援センターのご案内



※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。



孤立ゼロプロジェクト

「お互いさま」のまちづくり



孤立ゼロプロジェクト
のうた

孤立サイン
のうた

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。

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、民生委員のみさんにご協力いただき、区の情報をもとに聞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

詳細はこちから
孤立ゼロプロジェクト推進活動



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”



民生委員

ホウカツ

※詳しくは裏面参照

町会・自治会

絆のあんしん 協力員

絆のあんしん 協力機関

わがまちの孤立ゼロプロジェクト

普段の活動の中で、日ごろからのあいさつや声かけすることによって、「ひとり暮らし」「眼中独居」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

「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ホ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

サロン活動や訪問による見守り

道で会ったらあいさつ



活動例

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”



居場所の提供(体操教室)

