



お互いさまのまちづくり

あだち絆づくり通信

Vol.31

特集

歩いてまちの治安を守る
“ろくまる見守りウォーキング”

コラム

熱中症に注意！
エアコンは正しく使って
暑い夏を快適・安全に！



世代を超えて広がる
“見守り合い”の輪

発行日：令和5年6月1日

発行元：足立区絆づくり担当課

TEL：03-3880-5184

FAX：03-3880-5603



知ると分かる。
すると変わる。

SGS MODEL ADACHI



歩いてまちの治安を守る “ろくまる見守りウォーキング”

つくばエクスプレスの開業から早18年。

六町駅前広場に「安全安心ステーション（愛称名：ろくまる）」が令和3年11月にできたのをきっかけに、周辺地域の見守りやごみ拾いの活動をしているのが“ろくまる見守りウォーキング”の皆さんです。

この活動を立ち上げた代表で「絆のあんしん協力員※」でもある佃さんと、中心メンバーとして活躍するコミュニティナースの石鍋さんに、活動を始めたきっかけや思い、今後の目標などを伺いました。

※ 絆のあんしん協力員：相談相手がない方や地域で気になる方に対し、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



ろくまる見守りウォーキング代表 佃 照男さん

「地域や人とのつながりを大事にしたい」

孫娘の何気ない行動から

活動のきっかけは日常のちょっとしたことでした。ろくまるが開設し、新しく変わりつつある六町のまちで、子どもたちや高齢者がもっと安全・安心に暮らせるように、何か行動したいという思いがありました。そんなとき、孫娘が登校時にごみを拾っているのを見たんです。自分もこんなふうに「まちをきれいにしながら、見守り活動ができるのでは」と思ったのが活動をはじめたきっかけです。自分自身はすでに「絆のあんしん協力員」として活動していたこともあり、連絡会での話し合いで、他の協力員

次世代へつながる地域活動を目指して

活動していたある日、ふいに小学生が近づいてきて、拾ったごみをごみ袋に入れてくれたんです。こんなふうに、自分たちの姿を見て、まちのために行動する人が増えることを願って、活動を続けています。

実を結び始めた地域の絆

地道な活動が実を結んだのか、花保中学校の生徒12名も活動に参加してくれました。生徒からは、「住んでいる地域に貢献できて嬉しい」といった声があがり、活動を続けてよかったと実感しました。

今後もみんなでアイデアを出し合い、スポーツなど様々な活動に挑戦したり、近隣の企業と協力したりして、世代・団体に関係なく、地域の交流の輪を広げていきたいです。



立ち寄った公園でごみ拾い

や民生委員の方々の協力を得て、令和4年6月に自主グループとして立ち上がりました。



コミュニティナース※ 石鍋 てるみさん

「健康や子育て、何でも気軽に相談して」

※ コミュニティナース：暮らしの身近な場所で活動する看護師

地域住民として関わり始めて

ろくまるの横には、「みんなの庭」と名付けられた小さな花壇があります。花やハーブなど、定期的に植え替えを行うボランティアとして、令和2年に「みんなの庭」の活動に関わり始めました。

看護師と子育ての経験を活かして

看護師として30年以上働いた経験や、子育て、介護の経験を振り返って、自分がやりたいことを考えた時、「人と触れ合い、看護師として人の心と身体の健康に貢献したい」と強く思うようになりました。そこで令和4年から、「コミュニティナース」として「みんなの庭」の活動参加者や地域の方々を対象に、血圧測定や健康相談を始めました。



ろくまる入口にかけられる「ちょこっと相談受付中」の札。高齢者や子育て中の方々の強い味方になっている。

見守り、見守られる「見守り合い」

コミュニティナースとしての活動や、絆のあんしん協力員としての活動からつながったご縁で、ろくまる見守りウォーキングの立ち上げに関わり、佃さんに出会いました。

ウォーキング中にたまたま出会った方との輪が広がったり、毎週活動することでメンバー同士の見守り合いにもなっていたりと、楽しみや発見があります。

いつでも・だれでもウェルカム!

「みんなで楽しく歩こう!」をコンセプトに、メンバーの気持ちやエネルギーを持ち寄って、毎週水曜日に集まっています。

活動を続けることで、メンバーの「つながり」が途切れないろくまる見守りウォーキング。

これからも、コミュニティの輪を広げながら、地域を元気にするこの活動を続けていきたいです。



ろくまるで話し合う佃さんと石鍋さん



花保中学校の生徒も活動に参加

絆づくり担当課より ひとこと

「まちのために何かしたいと思っているけど、何をしたいかわからない」という方はいませんか?活動に参加したい方だけでなく、活動を支援したいという方も、お気軽にお近くの地域包括支援センター、または絆づくり担当課までご連絡ください。



お近くの地域包括支援センターはこちらからお探しできます。

熱中症に注意!

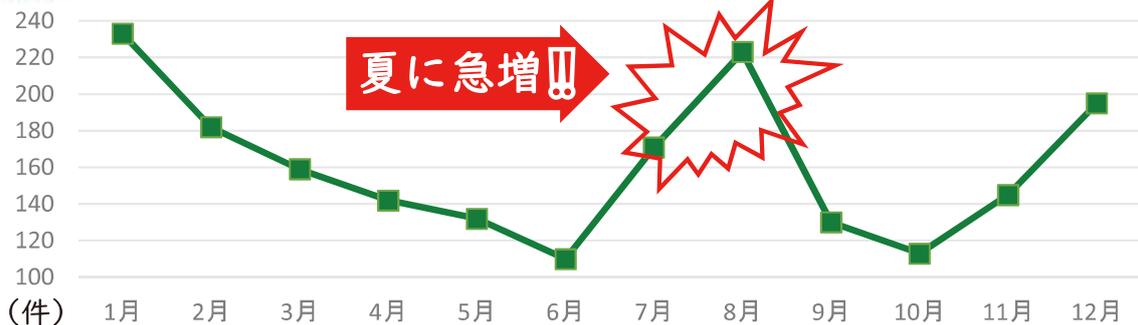
エアコンを正しく使って 暑い夏を快適・安全に!



高齢者の孤立死は、**夏季**に急増します。

無理せずエアコンを使って、暑い夏を快適・安全に過ごしましょう。

足立区における高齢者孤立死件数(平成28年1月～令和3年12月の各月ごとの合計)



熱中症による死亡の傾向

熱中症・エアコン使用状況データ出典:東京都監察医務院ホームページ
「夏の熱中症死亡者の状況【東京都23区】」(令和2・3年6～9月の合計)
※ 令和3年分は速報値

傾向1 88.1%が**高齢者**

傾向2 91.4%は**屋内**で発生

傾向3 エアコンが使用可能だった熱中症死亡者のうち、
87.4%は**エアコンを使用していなかった**

傾向4 最高気温35℃以上または最低気温27℃以上の日は
リスク2.8倍 → **日中だけでなく夜間も要注意!**

熱中症による死亡を防ぐために

- 就寝時にエアコンを消していませんか?
- 室温は設定温度まで下がっていますか?
- こまめに水分補給をしていますか?

CHECK

あなたの周りの心配な方にもお声かけください!

気候変動適応対策エアコン購入費補助金 実施中!

補助金には条件があります。
詳しくは、右記問い合わせ先までご連絡ください。

お問い合わせ
環境政策課 管理係
TEL: 03-3880-5935



17 パートナシップで
目標を達成しよう