

一人暮らしの高齢者の
ゴミ出し支援で見守り！



佐藤 恵子さん
(包括保木間)

コロナ禍でも

工夫 活動

をしながら
しています

佃 照男さん
(包括六月)



地域の高齢者に居場所
を提供しています！

各地で活躍する
絆のあんしん
協力員&
協力機関を
ご紹介！

今できること
を話し合いま
した！



茂村 英子さん
(包括六月)



新里 原良さん
(包括一ツ家)

今回は
北部ブロック

■ 絆のあんしん協力員とは？

地域の高齢者に気を配り、困りごとの相談相手がない方や気になる方に対し、ちょっとした見守りや声かけ（あいさつや世間話など）をしていただく方々です。

■ 絆のあんしん協力機関とは？

町会・自治会や、郵便局、薬局、スーパー、信用金庫など区に登録している団体です。

日常の業務や活動の中で高齢者の様子を見守り、異変に気づいた時は、地域包括支援センターに連絡していただいています。

ゴミ出し支援で つながる 見守り

楽しみながら、
あんしん協力員の
活動を続けます！



地域包括支援センター 保木間
3859-3965

絆のあんしん協力員である佐藤恵子さんは、ご自身が居住する団地内の一人暮らしの高齢者宅を訪問し、週2回、ゴミ出し支援をしながら見守り活動を続けています。

平成27年10月、佐藤さんが支援されている方のケアマネージャーから、地域包括支援センター保木間に「ゴミを出せなくて困っている高齢者がいる」と相談があり、同団地内居住のあんしん協力員である佐藤さんに声をかけさせていただき、支援が始まりました。

「以前は、訪問時に玄関先まで出てきてもらい、直接会うことができたのに、

新型コロナウイルスの影響で、玄関先に出されたゴミを取りに行くだけになりました。ご本人に会えなくなったのがとても残念ですね」と佐藤さん。でも、今の活動はとてもやりがいがあると明るい笑顔が素敵です。

コロナ禍の大変な時期での支援活動ですが、以前体調を崩した時にかかりつけ医から「何でも楽しんでやらないとダメだよ」と言われたのがきっかけで健康を取り戻したので、「正しい予防対策をして、コロナにかからない、うつさないように、楽しみながら活動を続けます！」と頼もしく話してくれました。

今一度確認しよう！

あんしん協力員として活動するにあたって、個人でできる感染症（新型コロナウイルス、インフルエンザ等）予防対策をしっかりと行いましょう。

- ★正しいマスクの着用(鼻と口をしっかりと覆う)！
- ★できるだけ十分な距離(2m以上)を取る。対話の際はマスク必須！
- ★こまめに手洗い・うがい、手指消毒！

咳やくしゃみなどの飛沫感染だけではなく、接触感染も注意。
自分自身の目・鼻・口などの粘膜を触らないようにしましょう。



今だからこそ できること 模索中!



活動休止前のグリーンカーリング倶楽部

地域包括支援センター 六月
5242-0302

新型コロナウイルスの感染が拡大し、予防のためにサロン活動は停止。「そんな今だからこそ取り組めることがあるのではないかと、令和2年10月14日に「つながるをつなげよう ～今だからこそできることを～」と題して会議を行いました。

現在活動休止中の『グリーンカーリング倶楽部』の運営委員であり、絆のあんしん協力員でもある佃照男さんと茂村英子さんも参加。「サロン活動が停止することで、活動の場・活躍の場を失っている」「サロン参加者とのかかわりも希薄になっている」などの課題が挙がりました。

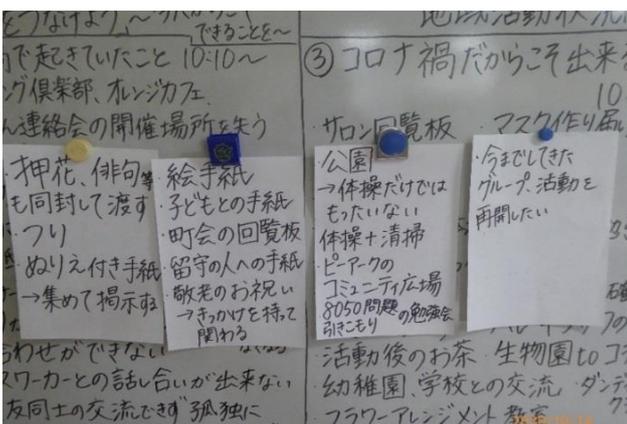
今後もこのような状況が続くことで、

閉じこもりや活動量の低下による「コロナフレイル(※)」「コロナうつ」等が増加する恐れがあるため、改善に向けた取り組みについて検討し、コロナ禍の今できることとして次のような意見が出されました。

- ①お弁当配達
- ②楽しいアイデアを募るお便り
- ③電話・手紙・回覧版・グループチャットによる安否確認
- ④公園での散歩・掃除・花壇作り・体操
- ⑤自宅でできる筋トレ勉強会
- ⑥趣味・特技を披露する手紙作成
- ⑦多世代交流

今後具体策を検討し、できることから実施していく予定です。

※「フレイル」とは虚弱を意味し、健康な状態から要介護へ移行する中間の段階をさします。



ボードに書き切れないほどの意見

地域の高齢者に 居場所を 提供！



地域包括支援センター 一ツ家
3850-0300

『ダイオーズOCSチェーンOCS城北』は、企業等にコーヒー豆を販売している会社です。地域に会社事務所の一部を開放し始めてから13年。きっかけは「コーヒー飲めるの？」と間違っ

て入ってきたおばあちゃんだったとのこと。現在通ってくる方は60名ほどで、1日平均7～8名の方が利用しています。

入口横に手指消毒液、ドアは常時開放して換気。コーヒーやお茶が置いてあり、1日50円で、みんなが楽しい時間を共有し、集めたお金は地域活動に寄付。



利用者同士で見守りしています

直接家に様子を見に行く利用者もいるよ」と新里社長。

ご主人のために地域の居場所を探していた後藤さんは、「ここでは、夫が自分から話さなくても、誰かの話を聞いて笑ったり、とても楽しそうにしているんです」とほっとした様子を見せる。

利用者は自分たちでお茶入れ、片づけをして、ゴミは持ち帰る。社長が「そこまでしなくていいよ」と言っても「これぐらいさせてよ。ここがなくなったら行くところがなくなっちゃうからさ」との返事が。

社長は、「常連さんは家族みたいなもの。今後もずっとこの場所を続けていきたい。こういった活動をする企業が区内にもっと増えてくれるといいね」と力強く思いを語ってくれた。

ダイオーズOCSチェーン OCS城北
3858-8694

【開放時間】

平日：10時～15時30分

土日祝：9時30分～12時30分

足立区は、「孤立ゼロプロジェクト推進活動」に取り組んでいます。
詳しくは、足立区HPをご参照下さい。 <https://www.city.adachi.tokyo.jp/chiiki/korituzero.html>

