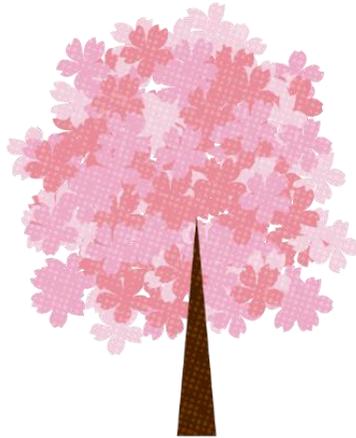


高齢者の生活支援推進員(生活支援コーディネーター)

令和7年度 活動報告書



豊島区 生活支援体制整備事業

豊島区における高齢者の生活支援推進員と協議体



豊島区全域(第1層)

地域のささえあいの仕組みづくり協議会
(第1層協議体)

高齢者の生活支援に関わる区全域の共通課題
抽出や対応策を検討。区全域での取組や小地
域(第2層)での実践につなげる。

第1層生活支援コーディネーター

<区内全域の地域課題の把握・取組提案>

地区懇談会や関係機関などから得られた情報等
を活用して、第1層協議体と共有し課題提起や
課題解決のための取組を提案する。

<第2層圏域の活動支援>

第2層生活支援コーディネーターなどと連携・協
働しながら、圏域での地域活動や取組などに
ついて支援・助言を行う。など

第1層協議体等で検討した、
課題解決に向けた活動を提案



小地域(第2層)で把握した
地域生活課題を共有・検討



区内8つの圏域(第2層)



第2層生活支援コーディネーター

<地域課題・生活支援ニーズの把握>
地区懇談会などの協議の場や、高齢者総合相
談センター・CSWなどの関係機関との情報共
有などを通じて、高齢者の生活支援に関する課
題やニーズを把握する。

<地域資源の構築>

高齢者の通いの場やなどの地域資源の構築を
行い、地域課題解決に取り組む。

<担い手の養成・活躍の場の確保>

高齢者の社会参加を促進・実現するための支
援・調整を行う。など



高齢者の生活支援推進員(生活支援コーディネーター)



◆ 豊島区全域(第1層)担当:森田(社会福祉法人 豊島区民社会福祉協議会)

◆ 圏域(第2層)担当一覧

| | |
|---|---|
| <p>①菊かおる園圏域</p> <p>こんどう 近藤 社会福祉法人 豊島区社会福祉事業団</p> | <p>⑤豊島区医師会圏域</p> <p>しまの 島野 労働者協同組合 ワーカーズコープ・センター事業団</p> |
| <p>②東部圏域</p> <p>ますの 柘野 NPO法人 コミュニティランドスケープ</p> | <p>⑥いけよんの郷圏域</p> <p>さいとう 齋藤 NPO法人 ぶどうの木</p> |
| <p>③中央圏域</p> <p>やまざき 山崎 NPO法人 コミュニティランドスケープ</p> | <p>⑦アトリエ村圏域</p> <p>あらい はぶき 荒井・羽吹 労働者協同組合 ワーカーズコープ・センター事業団</p> |
| <p>④ふくろうの杜圏域</p> <p>あずま たにつ 東・谷津 NPO法人 いきがい安心ジョイフル結の会</p> | <p>⑧西部圏域</p> <p>あらい はぶき 荒井・羽吹 労働者協同組合 ワーカーズコープ・センター事業団</p> |

豊島区の地域特性や地域課題

【地域特性】

(豊島区の地域特性)

- ・人口294,595人(R7.4月時点) ※1
- ・豊島区は東京23区の西北部に位置し、面積は13.01km²。
- ・谷端川などの流れによって削られた台地や複雑な谷があり、高低の変化がある地形。
- ・池袋駅を中心に商業施設が立ち並び、文化・交通の利便性が高く、「マンガ・アニメ」等のサブカルチャーや、「おばあちゃんの前宿」巣鴨など、若者やシニア層が共存する多様性を持つ。

(高齢者の傾向)

- ・高齢化率19% 約5人に1人が65歳以上(R7.4月時点) ※2
- ・令和2年の国勢調査では、民営借家に住む一人暮らし高齢者の割合は39.6%となっている。 ※3

(施策・制度)

- ・日常生活圏域を8圏域に分け、圏域ごとに高齢者総合相談センター、高齢者の生活支援推進員(第2層生活支援コーディネーター)、コミュニティソーシャルワーカー(CSW)を配置
- ・介護予防・日常生活支援として、地域の介護予防拠点施設3カ所、通所型サービス(つながるサロン)約50団体、(令和7年4月時点)、訪問型サービス3団体、高齢者のための誰でも食堂12カ所展開している。

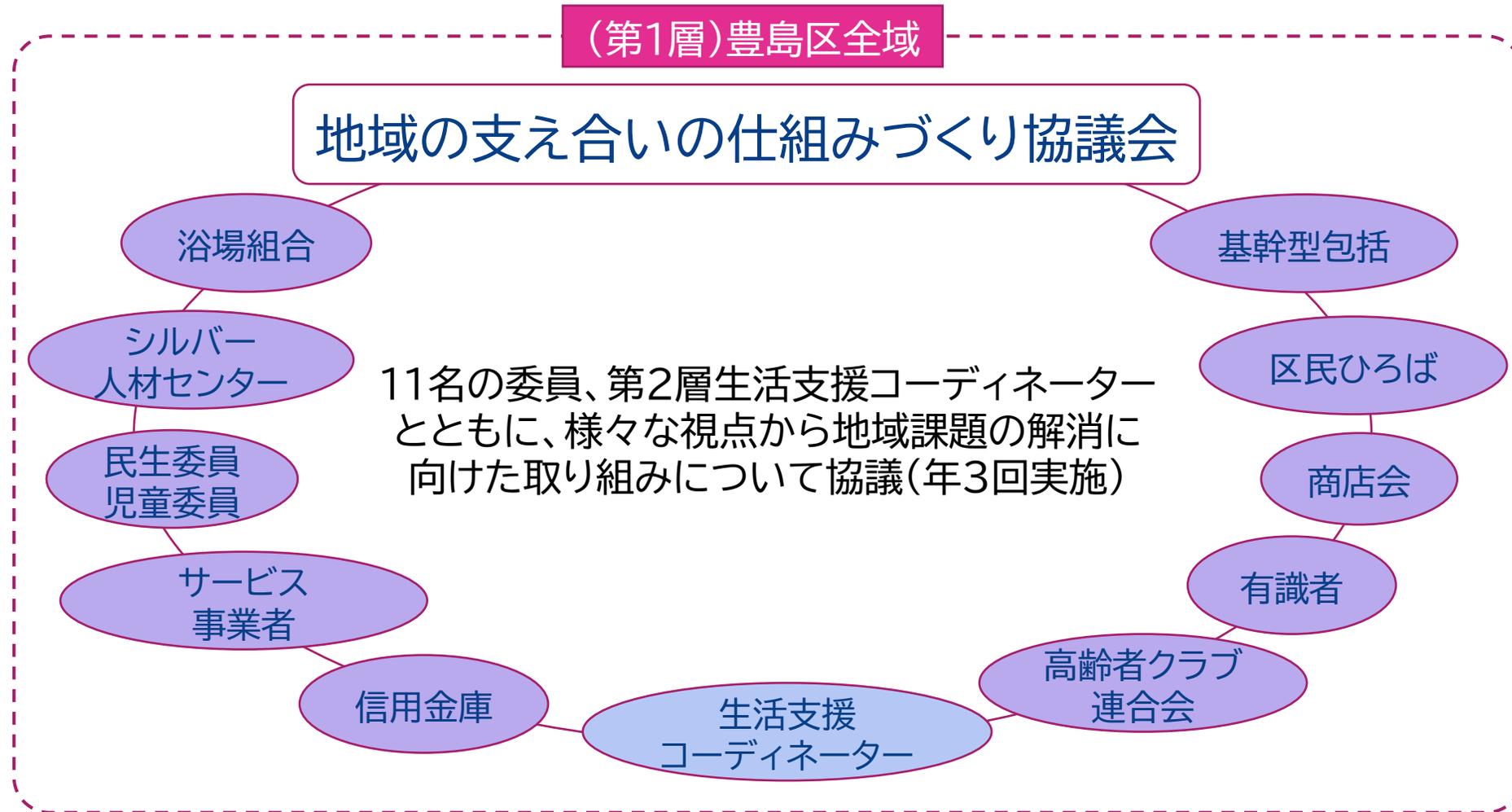
【地域課題】

- ・駅周辺や大通りを少し離れると細い路地や住宅街が立ち並び、公共交通機関が利用できないため、高齢者が移動しづらい。
- ・健康で元気なうちは生活しやすいが、加齢に伴う身体・認知機能の低下などにより、住まいや生活が立ち行かなくなる可能性が高い。
- ・運営主体となる地域住民の高齢化や人員不足により、高齢者クラブや地域支援活動の継続に課題を抱えている団体が多い。

※1・2 豊島区HP「住民基本台帳による年齢別人口」

※3 豊島区HP「豊島区高齢者福祉計画・第9期介護保険事業計画」

地域のささえあいの仕組みづくり協議会(第1層協議体)の運営



地域のささえあいの仕組みづくり協議会(第1層協議体)の運営

| 開催日 | 主なテーマ |
|-----------|---|
| 第1回(7/31) | 高齢者の生活支援推進員活動報告 100年活躍ナビの活用 |
| 第2回(12/1) | としま地域デビュー応援マルシェ実施報告 60代の地域参加を促進するための取り組み |
| 第3回(3/3) | 住民主体による生活支援活動の仕組み検討 |

【今年度 第1層協議体から生まれた取り組み】

- 1) 高齢者の生活課題の早期発見・早期対応を目的とした、巣鴨信用金庫支店と相談機関間のネットワーク構築
→各日常生活圏域の高齢者総合相談センターとCSWが、圏域内の各支店に定期的に訪問する仕組みづくり
- 2) 協議会委員、高齢者の生活支援推進員(第2層)、関係機関とともに銭湯を拠点とした地域交流イベントを検討
→風呂端会議in平和湯(災害講話)、銭湯でボウリング大会(多世代交流)

第2層生活支援コーディネーターへの支援・助言

高齢者の生活支援推進員に対する研修や日頃の活動に対する助言、情報提供など、活動の支援を行った。

[研修実施]

(1) 育成研修

今年度新たに就任した高齢者の生活支援推進員に向けて、初任者研修を実施。

(2) フォローアップ研修

全高齢者の生活支援推進員に向けたフォローアップ研修を年2回実施。

第1回: 地域支援活動の立ち上げ支援について

第2回: 地域課題の解決に向けたプロボノ活用について

[支援・助言]

- ・高齢者の生活支援推進員へ、地縁組織や地域活動を希望する個人や企業等を紹介して、関係づくりを行った。
- ・ベンチプロジェクトや高齢者元気あとおし事業など、各事業について説明等を行った。
- ・地域活動の支援における高齢者の生活支援推進員としての動き方について、助言を行った。
- ・地域資源情報データベースシステム(Ayamu)の社会資源登録・情報更新方法等について、説明を行った。
- ・関係機関等へ事業説明を行い、高齢者の生活支援推進員との連携についてPRを行った。

高齢者の活躍、社会参加支援

(1) 高齢者の活躍支援

高齢者の生活支援推進員とともに、シニア世代の活躍支援を目的とした下記取り組みを実施

「としま地域デビュー応援マルシェ」の開催



講師による講演や地域活動団体の動画上映、実際に活動団体と話ができる紹介コーナー等を設け、高齢者の生活支援推進員のPRや地域参加のきっかけづくりを行った。
(来場者:61名)

「65歳からの豊島区ナビ」発行

地域活動を実践している方のインタビューや、活動の相談先等の情報を掲載した冊子を発行し、今年度65歳となる方区内在住者へ発送した。
(対象者:2,515名)



(2) 社会参加、多世代交流機会の創出

『Nintendo Switch Sports』を活用し、新たな介護予防プログラムとしての検証を兼ねた、交流イベントを実施

ボウリング大会 @区民ひろば要

参加) 高齢者 18名
共催) 区民ひろば要

マリオカートゲーム大会 @区民ひろば富士見台

参加) 小学生～高齢者 17名
共催) 区民ひろば富士見台理事会、CSW

ボウリング大会 @区民ひろば朝日

参加) 小学生～高齢者 26名
共催) 区民ひろば朝日、こどもスキップ朝日
大正大学学生、CSW

バトミントン大会 @高田介護予防センター

参加) 高齢者
共催) サロンデザミ 男のサロン、高田介護予防センター
※3月実施予定



地域資源情報データベースシステム(Ayamu)の運用及び推進

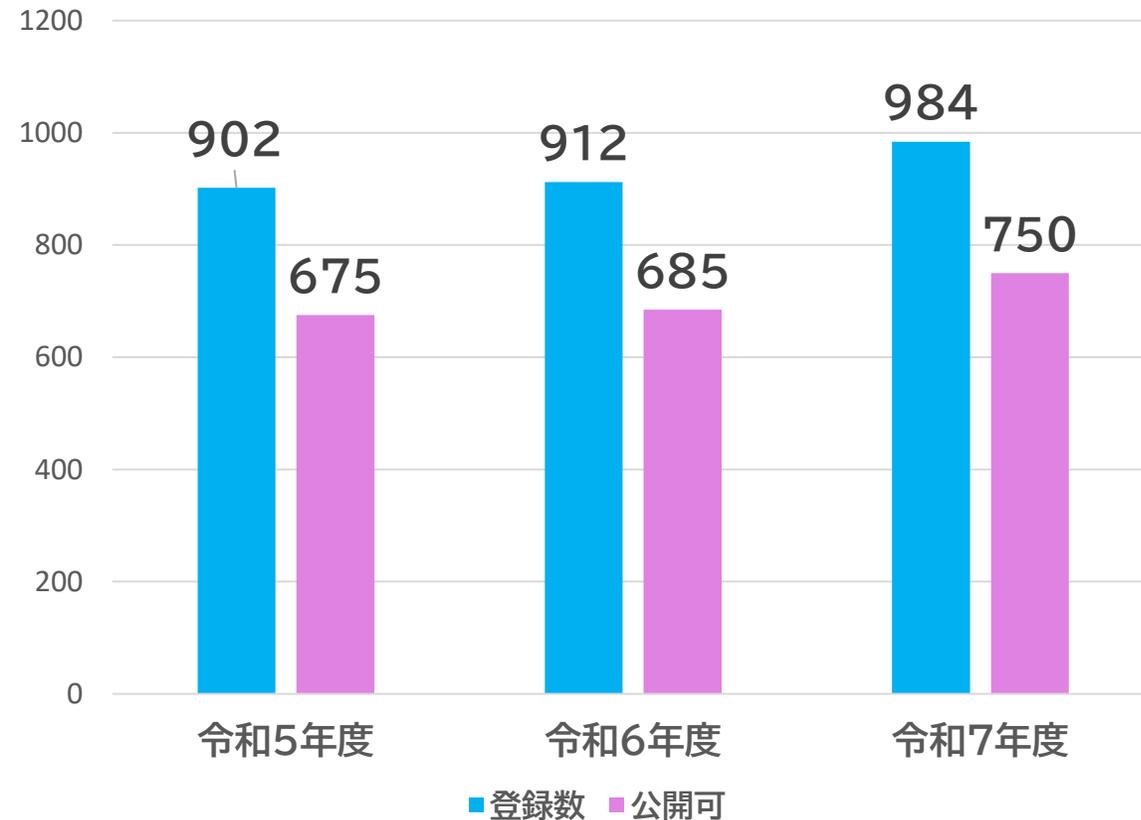
地域活動団体の情報や、高齢者の日常生活に有益となる生活支援サービス等の情報を入力
年2回PTメンバーと情報の管理や活用方法について共有し、運用を行っている

[PTメンバー]

- ・高齢者の生活支援推進員
- ・高齢者総合相談センター
- ・CSW

[活動・サービス情報 登録数]

984件の社会資源・活動を登録
(令和7年2月10日現在)



活動を通して見えてきた課題

- ◆活動に使える施設や活動場所の不足
- ◆地域活動団体の人員不足、後継者(活動継続)の課題
- ◆高齢者の地域生活課題、ニーズに対する生活支援サービスの不足
(主に、住民主体による活動)

来年度の目標や取り組み

◆前期

課題解決に向けた情報発信

地域活動団体の紹介、住民の福祉意識の醸成、高齢者の生活支援推進員の認知度向上を目的とした、情報誌の定期発行を行う

◆後期

住民主体による生活支援活動を推進する仕組みづくり

- ・高齢者の地域生活課題をともに考え、解決に向けて取り組む、住民主体による生活支援活動について検討。
- ・モデル実施を経て、活動を推進するための仕組み(補助金など)づくりを推進する。

菊かおる園圏域の地域特性や地域課題

西巢鴨1～4丁目・巢鴨3～5丁目
北大塚1・2丁目

#豊島区北東部 #JR大塚駅
#巢鴨地藏通り商店街
#おばあちゃん原宿
#繁華街と住宅地が混在
#一人暮らし高齢者多数
#マンション #狭小戸建て

Data

圏域総人口 36,567人 65歳以上人口 7,285人
 ・高齢化率・・・19.9%
 (区の高齢化率 18.9%より少々高め 圏域別 第3位)
 ・65歳以上高齢者のうち単身世帯率・・・42.2%
 (区平均41.8%より少し高め)
 ・75歳以上高齢者のうち単身世帯率・・・46.5%
 (後期高齢者のおおむね2人に1人がひとり暮らし)

令和8年1月1日現在

強み

便利な暮らし、多彩な地域活動

・豊富な地域資源

高齢者クラブ、つながるサロン、区民ひろば
町内会、商店街、サークル、買い物、公共交通、他

・活発な地域活動

つながるサロン「いきいきクラブINとしま」
個人のサークル、ボランティア、ジム、他

課題

生活便利で地域資源豊富
だからこそその孤立、つながりの薄さ

- ・もっとつながれば、もっと活発に
地域資源が豊富だからこそ、各々が独立
地域以外の出身者が多く、横のつながりが薄い。
- ・光あるところに影
便利な街、イキイキした高齢者たちの陰に
つながることなく閉じこもる独居高齢者

今年度の活動成果・活動内容 ①

この活動が一押し！

第2回シニアおしゃれセミナー&ショー

巣鴨地域文化創造館で開催された「中山道待夢まつり」において、10月4日・5日の2日間にわたり、昨年好評を博した「シニアおしゃれセミナー&ショー」の第2回を実施しました。

今回のテーマは「着る・作る・見る」。地域から参加した総勢26名のシニアモデルがステージに登壇。着物をリサイクルした服や、手作りのバッグなどを身に着け、いきいきとランウェイを歩き、会場は、温かな拍手と笑顔に包まれました。2日目には介護予防リーダーの大石さん、飛鷹さんを講師に「おしゃれと香りのミニセミナー」を開催。おしゃれや香りがシニアの暮らしに与える前向きな効果について紹介しました。2日間を通して、シニア世代を中心に延べ約100名が来場。活気ある催しとなりました。

モデルは、昨年同様「つながるサロンアゼリア」「駒込つながるサロンストライプ」、および区民ひろばで積極的に介護予防活動に参加されている皆さんに加え、今年は新たに、区内全域で手作り活動を行うシニアグループにお声掛けし、「つながるサロンどんぐり」と、巣鴨地域文化創造館を拠点に活動する「待夢クラフトバンド」の皆さんも参加。手作りアイテムを身に着け、誇らしげに輝く笑顔を見せてくれました。

また、ステージ運営やモデルの案内には、大正大学人間学部社会福祉学科の学生がボランティアとして参加。世代を超えた交流の場ともなりました。

昨年度の活動報告において、令和7年度の取り組み目標として掲げていた「巣鴨いきいきシニアまつりのパワーアップ開催！」を、無事実施することができました。しかし、これにとどまることなく、来年度はさらに内容を充実させ、より一層パワーアップした第3回シニアが輝くステージを作り上げていきたいと考えています。



今年度の活動成果・活動内容 ②

地域シニアの
元気・安心・楽しいのために

地域活動支援

都営西巣鴨2丁目アパート応援隊
町会・CSW・包括協議体
高齢者クラブ支援
ホッと菊食堂

地域活躍支援

シニアおしゃれセミナー&ショー
介護予防大作戦
65歳からのとしま区ナビ
グランダ目白ちよきぬいタイム×
保育園ミニ雑巾プロジェクト

地域活動新規立ち上げ

巣鴨アップサイクル友だち100人
プロジェクト
菊かおる園包括・ケアハウス協働
つながるサロン菊かおる園ガーデン

地域活動運営支援

介護者カフェうえる・かむ

つなぐ

見つける

生みだす

発信する

地域課題発掘

菊かおる園圏域地域アセスメント報告書
菊かおる園圏域地域アセスメント会議

CSW・包括協働
まちづくり検討会参加

地域活動者発見

地域デビュー応援プロジェクト
介護予防リーダー養成講座への受講者紹介

情報発信

ささえあい通信 第7号・第8号発行
ささえあいLINE通信(公式LINE)

講座開催

認知症サポーター養成講座(6月・12月)
巣鴨信用金庫・東部包括・東部2SC・菊かおる園包括協働
及び 菊かおる園包括・居宅介護支援事業所協働
「転ばぬ先の杖講座」
社協・CSW・包括見守り支援との協働
栄和町会出前講座 包括見守り支援との協働
総務省デジタル活用促進事業スマホ講習会



活動を通して見えてきた課題

活動者の 超高齢化

「つながるサロン」や「高齢者クラブ」で活動する運営者の平均年齢が80歳を超えてきた。皆とても元気そうに見えるが、口を揃えて「活動運営は負担が大きい」と話す。従来通りの活動を続けることは難しい。変革の時ではないか

コミュニ ティ構築 の難しさ

「都営西巢鴨2丁目アパート応援隊」協議体の活動より、ゼロからコミュニティを立ち上げる難しさを痛感。人々の地域活動に対する心理的な壁を取り払い、住民主体の活動につなげるためには 慎重かつ丁寧に取り組む姿勢が重要。

地域に 埋もれた 資源

菊かおる園圏域の65歳以上高齢者人口は7,285人。まだ出会えていない方々は地域に埋まるダイヤの原石。この方々と新たに出会い、地域活動デビューにつなげていくため、これまで以上に手を伸ばし、より多くの方に、元気・安心・楽しいを届けたい。

来年度の目標や取り組み

4月～
菊かおる園圏域地域資源ハンドブック作成

令和5・6年度に作成した「つながるサロンマップ」の内容をアップグレードし、サロンだけでなく区民ひろばやその他高齢者の介護予防や日々安心安全に暮らすための施設などのハンドブックを作成。

地域デビュー応援PT. 推進

新たな活動者候補となるプレシニアに出会うため広報や仕掛けをPower Pushして行く！（令和6年～の継続PT.）

「都営西巢鴨2丁目アパート応援隊」推進

町会・CSW・包括との協議体を推進し、住民コミュニティの醸成を目指す！（令和7年～継続案件）

6月～
地域資源ハンドブックセミナー開催

作成したハンドブックを基にケアマネージャーなどに地域資源を知ってもらうセミナーを開催したい。

7月～
令和8年度版地域アセスメント報告書作成10月
第3回「シニアおしゃれセミナー＆ショー」開催

令和6年度、7年度につづき3回目のシニアおしゃれセミナー＆ショーの開催を目指す！
地域高齢者が輝ける場所。元気な高齢者のアピールの場として、定番のイベントにしていきたい。

令和7年度のテーマ「育てる・種をまく」から

令和8年度「さらにつながる・もっと咲かせる」

地域を知り、また地域に知られながら、つながりを築き続け、活動を推進するための土壌づくりは整ってきた。現任体制での活動3年目の来年度はさらにつながりを広げ、もっと多様な活動の花を咲かせたい。

後期

前期

東部圏域の地域特性や地域課題

【地域の強み】

- 駅前などの商店街などの商業地域が隣接している
- 地域連携を積極的に行っている医療機関がある

【地域特有の課題】

- 生活圏域と公共施設や居場所の所在に距離がある
- 急な坂による物理的分断の地域がある
- 圏域の中に複数の異なる地域特性がある

考えられる展開と対策案

- 民間事業者との連携模索
- 病院内での居場所づくり
- 福祉施設内での場づくり
- 地域モビリティや経路検討
- 町会や地元企業との連携

今年度の活動成果・活動内容

「医療機関との地域連携による志向性のある居場所づくり」

【ポイント】

- おいかわ歯科医院のカフェスタイルの待合室が地域資源
- 医師が始めた認知症カフェを地域住民の交流カフェに
- 商業利用可能なキッチンを活用

巣鴨駅前周辺には福祉対応施設はなく商業喫茶を利用する高齢者が多く出費もかさんでいる。地域に開かれた住民のカフェとして交流の場へと定着し誰でも食堂の場の展開に至る



今年度の活動成果・活動内容

【駒込エリア】

- <みんなにこやかさくら会> 北区包括、染井銀座商店街、幸和クリニックとの越境連携による居場所づくり
(内容) 滝野川警察署詐欺防止講座。大学生によるスマホ相談会。薬剤師による健康講座を開催
- <喫茶レトロフィッシュカフェ> 民間の地域資源の開拓
不定期で単発の地域高齢者の居場所を来季開催で合意
(内容) 映画の上映会、多世代と高齢者の茶話会



レトロフィッシュ
カフェ店内



幸和クリニックの
研修室活用

【大塚エリア】

- <なないろ食堂> 中央圏域による誰でも食堂との越境連携
(内容) 南大塚(東部圏域)の民間パン屋のななキッチンさんによる誰でも食堂。モビリティとしての都電利用による大塚駅周辺の高齢者の利用やサポーターとしての居場所を想定している。
- <認知症サポーター養成講座> 大正大学公共政策学科でチームオレンジによる講座を開催。大学生が認知症カフェへ参加。



なないろ食堂



大正大学の講義内での
認知症サポーター
養成講座

活動を通して見えてきた課題

- ① 東部圏域はJRの駅前の繁華街が中心となる地域で民間の商業的居場所が地域資源となり、高齢者住民が生活的・福祉的な居場所での新しい交流が生まれる機会が生まれづらい。特に巣鴨1丁目と駒込染井地域に交流場所と担い手が少ない。
- ② 駅前地域が多い東部圏域は住民ばかりでなく、在勤者や交流人口の往来で流動的な人が多い圏域で、豊島区の東端により隣接する他自治体から往来する住民が多いことや、他自治体の公共施設が隣接していることがあり、場所でも人材でも自治体越境による取り組みも重要な場所柄である。多様性のある地域連携が必要。

来年度の目標や取り組み

- ◆前期
 - 東部圏域の駒込染井地域において住民交流の居場所の場所と人材が少ないため、医療機関と民間喫茶などの場所と地域の担い手などをマッチングすることと開催企画など支援を行い、民間連携の居場所の立ち上げ支援を行う。
 - 巣鴨地域に誰でも食堂がないため、医療機関のカフェで開催する支援を行う。
- ◆後期
 - 全区的な課題の高齢者の孤立予防のために、特に男性高齢者を対象とした居場所づくりの支援を行う。地域施設に拘らない回遊性・志向性・目的別として取り組む。区民ひろば仰高、民間カフェ、医療機関キッチンの活用。
 - 大塚地域の公共施設とコミュニティ・スクールとの学校連携を開拓する。

中央圏域の地域特性や地域課題

副都心と住宅地域

東池袋地域:戸建て住宅地と高層マンションが立ち並ぶエリア、商業施設や大学があり駅も近い
 こともあり、子育て世代や外国人の住人も多い

上池袋地域:戸建て住宅地が多い地域、緩やかな坂道も多い

北大塚:坂道に住宅地が立て並ぶ

強み

東池袋地域(2丁目・3丁目)

「東池袋フレイル対策センター」「区民ひろば
 朋有」があることで高齢者の皆さんがイキイ
 キと活動できる場となっている

特に「東池袋フレイル対策センター」では、参
 加する側と、サポーターとして活躍できる場
 面が多くある事。また、毎日行われていると
 しまる体操を日課としフレイル対策としてい
 る方が多くいる

課題

高層マンションが多く立ち並ぶ地域、新しい住民には
 「地域活動」が見えにくく(町会等のつながりが無い)
 繋がりが少ない。

各地域には高齢者が歩き、活動に出かけることに壁
 となる坂道が多くある。

活動の場の中心が「区民ひろば」となっていて、
 自宅から距離があると参加が厳しい

**住民主体の地域活動の場を
 増やしていきたい**

今年度の活動成果・活動内容

☆イケ・サンパークで「としまる体操」



暑い夏、寒い冬は
冷暖房が完備され
ている「イケサンハ
ウス」で開催

令和7年6月より週1回(木曜日)
9時～スタート
介護予防サポーターが中心となり、イケサンクラ
ブ(ボランティア)メンバーと準備等行い開催中
参加者は申し込み不要
新たな活動の場として、近隣住民の方々が参加



冬のちょっと
ポカポカな日は屋外で



公園ならではの四季を感じながら

東池袋4丁目・5丁目エリアは「東池袋フレイル対策センター」には程遠く、近隣には高層マンションや文京区との境の地域等があり、地域の高齢者が気軽に足を運べる公園「イケ・サンパーク」で高齢者の活動拠点ができたら良いなと管理会社の(株)日比谷アメニスの若松さんと連携し実現へ

「公園で外で体操が気持ちいい」「散歩のコースで参加」「地域のサロンが終了してしまい参加」「近いから行きやすい」等
たくさんのうれしいお声を頂いております

今年度の活動成果・活動内容

新しい居場所作りを目指す

あみものひろば

開催時間 13時30分～15時30分

3/17 (火)

あみものdeつながる

初心者から経験者の方まで、世代を超えて編み物を楽しむ居場所です

<講師紹介>
有馬晶子 (Frog Studio 手しごと部)

参加費
65歳以上・学生 500円
一般 1,000円
65歳以上・学生 1,000円
一般 3,000円

会場/HIRAKU OI IKBEBUKURO
住所/豊島区上池袋2丁目2-15
お問合わせ先/080-5022-1810(有馬)

いっしょに見て話そう！「おしゃべりな美術鑑賞」

～対話型美術鑑賞を気軽に一緒に～

こんな方におすすめ

- 美術鑑賞に行きたいなあ、興味はあるけど、なかなか、芸術に触れてみたいなど
- 現役美術館ガイドがおしゃべりながら「美術鑑賞」ナビゲート
- アートカードゲーム作品図版を使った対話型鑑賞

開催日
①1月19日(月)
②2月16日(月)
③3月16日(月)
全3回講座 (1回から参加可)

定員 各回先着6名
参加費 500円(1回)
開催時間 13時半～15時
開催場所 スキマデザインラボ umooo.

講師のご紹介 **安斉紀子さん**

お申込み 高齢者の生活支援推進員 080-4722-6813
中央圏域 山崎

ミニコンサート

One Voice One Heart
～うたでつながるこころ～

声には不思議な力があります
うれしとき
さびしとき
歌を歌うと 自然とエネルギーがあひてきます
ひとりの歌声が 誰かの心に届くと
そこから 他の誰かの心へ響いていく
歌声の不思議な魅力
一緒に見つけてみませんか？

開催日時 3/13 (金) 13:30～14:30
会場 地域交流スペース「つどい」
豊島区東池袋5丁目39-18
社会福祉法人東国福祉会 地域内
の施設より集

平松英子 ソプラノ

お申し込み・お問合わせ 豊島区高齢者生活支援推進員中央圏域 山崎
080-4722-6813
協力 中央高齢者総合相談センター

なないろ食堂

開催日のご案内

☆10月から毎月第1水曜日開催☆
10月1日、11月5日、12月3日、1月7日、2月4日、3月4日
お食事時間は以下の時間帯となります

事前予約制
①11時半～12時 15名
②12時～12時半 15名

参加費65歳以上：お1人さま400円
※65歳未満の参加者は助成金対象外のため、実費負担となります。お1人さま700円

会場：地域交流スペース「つどい」
「まちの人と集い、お食事を楽しむ」
高齢者のための居場所でも良質な、地域の高齢者が集まって交流の場を創りだすことを目的としています。ぜひ、ご近所のみならずお気軽にお申込みください。

お申込み先：関根 ゆきこ (ななキッチン)
☎050-3592-7711
店頭でも予約できます。豊島区南大塚3-30-12-1F

協力：社会福祉法人東の東国福祉会
中央高齢者総合相談センター
豊島区高齢者の生活支援推進員

一緒にポストカードを作りませんか

新聞ちぎり絵
ワークショップ

11.13 (木) 時間：13:00-15:00
＜募集人数：8名＞

初めての方は参加費(材料費として)：500円 手ぶらで
☆台紙・のり・ペラ・ピンセットを
お持ち帰り頂けます
※2回目以降の参加者方は「ポストカード」代金のみOK

会場：東池袋フレイル対策センター

新聞紙でアート
初めての方も
すぐに始め
られます

下絵は
カードの中から
お好きな
デザインから
自由に作成

講師：太田八重子先生
主催：高齢者の生活支援推進員 山崎
受付：東池袋フレイル対策センター ☎03-5924-6212

上池袋2丁目
SOCIAL DESIGN LIBRARY
HIRAKU
毎月第3木曜日
世代を超えて
あみものでつながる
居場所の開催

東池袋2丁目
UMOOO.
新たな地域資源の
居場所。
今年はUMOOO.にて
美術好きの
「対話型鑑賞の開催」

東池袋5丁目
地域交流スペース「つどい」
地域のパン屋さんが朝焼いたパンで
「なないろ食堂」を10月よりスタート
中央包括からの連携。ソプラノ歌手の平松さん。
病を乗り越え、地域貢献との想いで開催するミニ
コンサート(3月開催)

他、大学生主催の「シールネイルサロン」
「スマホ相談会」等開催

講師は地域の元民生委員。自身の趣味である「新聞ちぎり絵」を活かした活動をして行きたいとの声を頂き開催

活動を通して見えてきた課題

「歩いて通える住民主体の居場所づくり」

北大塚3丁目地域・・・圏域境、山手線の線路へ向けての坂道等、圏域として孤立地域となってしまうている。
坂道があるため、東池袋方面には上ってきづらい事がある。また、マンションも多い。

上池袋4丁目地域・・・町会会館等はあるものの、町会としての建物の為個人使用は厳しい。
また、区民ひろばまで坂道があり、なかなか区民ひろばへいく事がない地域。

この地域内に区民ひろば豊成と上池袋があるが、通所卒業生のような参加者には、ご自宅からの距離があると行きづらさがある。
地域の方が、住民主体のサロン活動を展開してくれるよう、担い手の発掘。
また運営支援をしていきたい。

来年度の目標や取り組み

◆前期

☆活動場所を増やすための調査☆

北大塚3丁目地域、上池袋4丁目の担い手の発掘。
民生委員さんや、町会役員の方などにお会いし、再度地域の実情を再確認する。

既存のサロン運営支援も引き続き行う。

◆後期

☆新たな居場所を増やす☆

上記2地域内に、小さなコミュニティを増やしていく。
新規サロンの運営支援をする。
また、「高齢者のための誰でも食堂」の設置も目指す。

既存のサロン運営支援も引き続き行う。

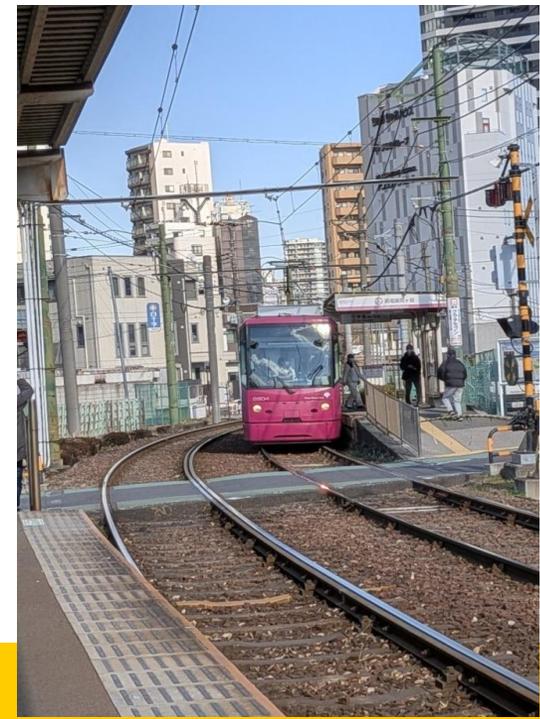
ふくろうの杜圏域の地域特性や地域課題

- (強み) 地域にもよるが雑司が谷, 南池袋3.4丁目あたりは代々この地に居住する人々が多くつながりができている.
- 高齢者話題が多い. つながるサロンが多い.
- 戸建てが中心なので町会会員も多く寺社との連携もとれている.
- カフェ山吹が自由に使える, 高田介護予防センターの存在も大きい.

- (課題) 高齢者率は高く, 古い住宅多いため, 地震や火災に弱い.
- 災害においては全町会と防災情報を共有し, 必要となれば圏域防災地図を作成することを念頭に活動.
- 道が狭いため, 緊急車両が入れない.
- 高齢者の一人暮らしも多い, 世話人が必要
- 2段階の坂なので, 上中下の交流が少ない. 交流が戻るサロンを作っていく.

今年度の活動成果・活動内容

- 高齢者クラブとの共同つながるサロンを実現したこと
「チャチャチャ」ー>ふくろうの杜全域から参加 (18人)
(ふくろうの杜圏域ー南池袋・高田・雑司ヶ谷・目白)
- 「チャチャチャこみっと」を立ち上げ, つながるサロン過疎地域の解消に貢献することになったー> (10人) 男性1名も参加



今年度の活動成果・活動内容

- 今までの「つながるサロン過疎地域」での新たな出会いを求めて
 - 後半期に「2つのつながるサロン」を立ち上げ
 - 移動が難しい地域の方々の居場所作り
 - 雑司が谷1丁目 <—> 南池袋4丁目 霊園周辺地域
- つながるサロンへの男性メンバー参加の実現
- ふくろうの杜圏域全域からの参加が実現
- 三角公園のベンチの塗り替えを実施した <—> 今年度中の予定
(NPO法人 いきがい安心ジョイフル結の会としての実施)

活動を通して見えてきた課題

- 緊急車両が入れない —— 救急車・消防車の入れない道を普段から知っておく
- 高齢者のゴミ出し —— 誰に頼むか？ 児童・生徒, 近所・町会, 友人・知り合い
- 災害時の避難所 —— 行けない場所はどうするか？
- 逃げ道のない住宅地の火災 —— その道の存在を周知させる取り組み

来年度の目標や取り組み

◆前期

- 災害に強い町づくり:
 - 一人暮らしの高齢者を助けられるか？(誰が実行するか)
 - 特に古い家屋に住む高齢者を把握—日常的に見守りを行う<つながるサロン>
 - 避難経路を捉えておく. 各町会長と情報を共有する

◆後期

- 災害に強い町づくり:
 - 前期だけではやりきれない. 後期に詳細化する

◆通期

- 圏域での孤食の解消
(挑戦)—食欲不振, 認知症予防, 結弁当@アバンセ

豊島区医師会圏域の地域特性や地域課題

◇強み◇

- ・包括やCSWが積極的に活動している。
- ・駅と駅に囲まれており外への移動が容易。
- ・商業施設が多い。
- ・多職種・多機関の緊密な連携体制が整っており、医療と介護の連携が非常にスムーズ。
- ・ケアマネジャーやリハビリ職員、保健師、社会福祉士、CSWらが一体となり、元気はつらつ報告会等を通じて、個別事例への迅速な対応と専門的な助言が行われている。

◇課題◇

- ・地域住民が活動をするための施設が少ない。
- ・食事提供できる場も少ない。
- ・主として意欲的に活動をしようとする方は少ない印象(ただし、活動には興味あり)。
- ・駅周辺の繁華街など、夜間の騒音や混雑といった住環境の課題が、高齢者の外出を阻害する要因。

今年度の活動成果・活動内容

OPG(演劇の会)の立上げ

- ・演劇の会を立ち上げたいという上野(三遊亭(健竹)玄馬)さんからの問い合わせで、立ち上げ支援開始。
- ・仲間を集めてから、みんなが集まりやすい場所を検討という考えからスタート。
- ・話し合いを重ねて開催場所や時間を先に検討できるようになった。
- ・チラシ作成も自ら作成するよう話をした。
- ・運営のために、介護予防リーダー養成講座も受講するまでになった。
- ・長崎活動室で開催決定。
- ・毎月第2・4週の木曜日13:00～15:00開催予定。
- ・初回:2月26日(木)
- ・まだまだ仲間を募集中。



今年度の活動成果・活動内容

○結アロマにてピラティスとのマッチング○

- ・結アロマに参加している利用者よりピラティスをやりたいとの声あり。
- ・羽吹さんより檜室先生をご紹介いただき、飛鷹先生と檜室先生との顔合わせを行った。
- ・10月20日(月)13:30～第一回目を開催。
- ・今後は来年度より結アロマの1イベントとして行う。



○ニチイホーム目白のよりみち企画○

- ・ニチイホーム目白のホーム長さんより地域に開けた施設にしたいと1層に依頼がある。
- ・1層、2層、CSW、包括見守りと訪問。ホーム長等と打合せ。
- ・話し合いの結果、包括見守りとCSWの相談会(ふらっとよれる場)シリーズで定期的にニチイホームのイベントをする会とした。
- ・第2水曜日13:30～14:30(15:00)。
- ・初回は11月12日(水)13:30～15:00。ニチイホームさんで行われている体操イベント。



○ふらっと×ブックカフェ×ベンチプロジェクト○

- ・みらい館大明で行っている西池袋CSWのふらっとにて何か作業をしながらのお話はできないかとのご意見があった。
- ・ブックカフェは、みらい館大明の図書室を利用している若者たちが自分たちで手作りで運営しているもの。
- その若者たちと何かコラボができたらとのみらい館大明からのお話。
- ・ベンチプロジェクトと絡めて、ベンチを木材から作ることにした。
- ・高齢者と若者たちの交流も含め、行っていく。
- ・ベンチの設計から行う。



活動を通して見えてきた課題

- ・活動場所がない。
 - 活動を行える場所がない。
 - 集会室が身近にない。あっても大きな音が出せない。
 - 区民ひろばが圏域に1か所。
- ・主になる担い手が少ない。
 - 活動には興味を示しても、会を運営とまではならない。
- ・社会資源はあるが、規模が極端。
 - 池袋駅西口から山手通りの間ということもあり、大型施設はあるが大きすぎる。
 - お宅や店舗は敷地が狭い。
- ・ちょうどよさそうな施設があっても少し高めの利用料がかかる。
 - レンタルスペースは何か所かあるが料金が安い。
 - 銭湯なども時間で地域に貸しているが、使用料金が安い。
- ・サロンが少ない。
- ・通所Cも圏域外がほとんど



活動場所の問題が、民生委員さんはじめ地域の皆さんの悩みの種。

来年度の目標や取り組み

◆前期

- ・地域の活動の場所(施設)がないことから、屋外でもできるポールdeウォークの会を立ち上げます。
- ・近隣に体操(としまる体操や元気体操)を定期的に行っている場所が少ないため、銭湯などに出向き場所を提供してくれるところを探します。そして体操のサロンを立ち上げます。
- ・地域との繋がりを深めるため、地域での活躍の担い手を探すため、三圏域(豊島区医師会、アトリエ村、西部)合同まちづくり講座を開催します。



◆後期

- ・孤食や孤立という課題を解決するために、誰でも食堂を立ち上げます。
- ・活動場所や企画内容を増やすために、企業との交流をおこない、社会資源を広げます。



いけよんの郷圏域の地域特性や地域課題

調査結果から見える、担当(いけよんの郷)圏域の特徴と課題 ~8圏域の比較~

- ・豊島区が行った「令和6年度介護予防・日常生活圏域ニーズ調査(65歳以上で要介護認定を受けていない人の8圏域の比較調査)」で、担当(いけよんの郷)圏域は**口コモリスク、運動器リスク、閉じこもりリスク、口腔機能リスク、認知機能リスクは1番低く、転倒リスク、IADLリスクは2番目に低い**と好成績。
- ・高齢化率は5番目、65歳以上の一人暮らし割合は3番目に高いが、65歳以上の**要介護認定者の割合は7番目と低い**。

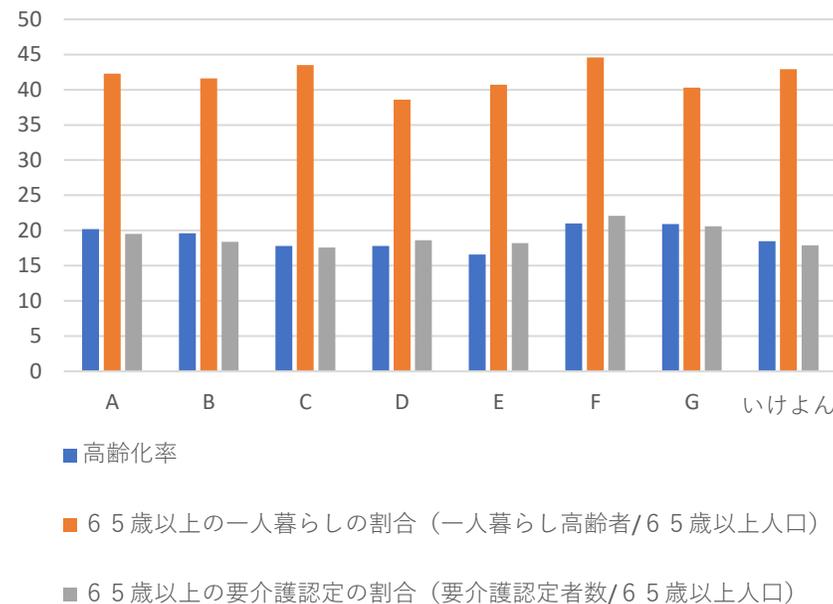
担当(いけよんの郷)圏域は、問題ない圏域？

たしかに、サロンや誰でも食堂に来て楽しんでいる高齢者をみるとそう思える。昔から住んでいる人も多く、地域のつながりが強いように感じる。

しかし

- 地域構造の課題** ・池袋に近い地域と遠い地域の異なる特性 ・つながりを作ってきた商店街が減少
- 住民の変化** ・新しい住民、外国籍の方が増加 ・転居してきた高齢者は地域に溶け込んでいるのか不明
- 社会参加の偏り、見えにくさ** ・池袋に近い地域の高齢者の実態が不明
 - ・サロンや誰でも食堂では女性ばかりが目立ち、男性は少数
 - ・社会参加している人しか見えていないのではないかと、同居＝孤独ではないといえるのかという疑問 など

8圏域の65歳以上の比較



今年度の活動成果・活動内容

昔からの日本の集いの場、銭湯で地域のつながりをつくる

●きっかけ

2025. 9月、H湯Hさんにささえあい協議会で声をかけていただいた。
「銭湯を営業時間外に地域や高齢者のために使ってかまいませんよ」

次の日、早速メール。「お話ししたいです」
そして包括支援センター、CSW、第1層生活支援コーディネーターに声をかける

●最初の話し合いでHさんの思いをうかがった

- ◆銭湯は地域住民を見守ってきた。
- ◆一人暮らしのお客様は多い。H湯に来て、今日初めて話をしたというお客様もいる。家で一人で風呂に入るのが不安で銭湯に来るお客様もいる。だから話ができる場所を求めている人は多いと思う。
- ◆銭湯を知らない人に銭湯がどんなところか知ってもらいたい。

●活動の視点

- ◆Hさんの思いをいかせる企画
- ◆銭湯という特性、意外性をいかせる企画
- ◆参加者同志が話したり、交流できる企画
- ◆H湯、2層、包括支援センター、CSW、1層の5者の連携プロジェクト
- ◆いずれはH湯と地域の方々に運営主体となってもらえるよう伴走する。

風呂端会議 in H湯 2025.10.29

災害コーディネーターに能登半島地震の話をしてもらい、その後参加者同士で懇談会(風呂端会議)を行った。
多世代の方に参加していただいたが、東日本大震災という共通の話題があったため、一人一人の体験や思いを共感を持って聞くことができた。
日頃からのつながりが大切だという声も多く、内容の濃い時間となった。



銭湯でボウリング大会 2026.1.31

銭湯でボウリング！？という意外性をついた企画。ゲーム機を使って、本当にボウリングしているような臨場感が味わえる。若い頃にボウリングをしたことがある方が多く、すぐに慣れ、ゲームはととても盛り上がった。お孫さんと参加して下さった方もいた。



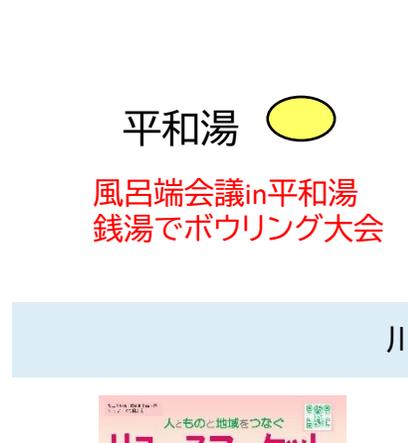
H湯周辺の集いの場づくりの第1歩になった。
H湯周辺の方にもっと参加してもらいたい。

今年度の活動成果・活動内容

2SC便り発行
1年間の事業報告



公式ライン開始



池袋本町
シニア活動室

ほんちょう きずな食堂
主に高齢者対象の食事会、月1回開催。パタカラ、絵本の読み聞かせ、三線などのレクリエーションを参加者が自らおこなってくれる



ぶどうの木
リユースマーケット
使わないけれど捨てられないものをそれが必要な人にバトンタッチしていくもののリレー。もののリレーだけでなく、訪れた高齢者と色々な話ができた

劇場通り
川越街道

区民ひろば池袋
だれでも食堂 しいの樹
主に高齢者対象の食事会、月1回開催。12月からボランティアによる絵本の読み聞かせが始まった



レンタルスペース
ロールス
ココ楽サロン
商店街のレンタルスペースで開催。公共施設以外の人の往来がある場所で、気軽に集える機会を作りたかった。パンとドリンクで喫茶店風にし、音楽のワークショップもおこなった。

わがまち講座

主に男性の関心度が高い歴史をテーマにした「①池袋の歴史を知ろう」と、池袋周辺の昔の写真を見ながら過去、現在、未来について語り合う「②池袋 思い出トーク会」を開催



茜の里

ピコポッコ
障がい者施設に併設の喫茶で、月1回開催している音楽のワークショップ。素敵な音楽を聴いて、音楽に合わせて体を動かして、一緒に歌って、楽しい時間を過ごしている



区民ひろば池袋本町

スマートフォン相談室
高齢者のためのスマホの基本操作の個別相談、隔月で実施。定期開催していること、地域住民がサポーターとなって教えてくれることが特徴



活動を通して見えてきた課題



なんらかの不安を感じている高齢者がいる

- ◆歩けなくなることが心配
- ◆認知症になりたくない
- ◆一人暮らし高齢者は、「何か」あったときのことを心配している
電球の交換など、ちょっとしたことが頼めるところないかしら
具合が悪い時に病院に付き添ってくれる人はいないかしら
- ◆平和湯Hさんのお話し「家で一人で風呂に入るのが不安で銭湯に来る人もいる。」

だからこそ、「話をすることが大切」、「話す場所が必要」という言葉を高齢者からよく聞く

- ◆H湯Hさんのお話し。「一人暮らしのお客様も多い。H湯に来て、今日初めて話をしたというお客様もいる。だから話ができる場所を求めている人も多いと思う。」
- ◆誰でも食堂の参加者で、来た時は声も小さく暗い顔だけど、しばらくすると元気になり、お手伝いをしてくれる人がいる。

運動や脳トレする場所、話す場所は多くはない
フレイル予防や認知症予防のサロン、茶話会、誰でも食堂などがある
社会福祉協議会、NPOなど、日常の困りごとをサポートするサービスはある

情報発信してはいる
チラシを作成し配っている。公式ラインでも発信している
包括支援センターも協力してくれている

課題

しかしまだまだ情報を知らない人がいる

参加したくても遠くて行けない人もいる

情報を知っていても利用しない、参加しない人もいる。特に男性にその傾向がある。

課題解決に必要なこと

- 情報発信の方法を工夫
➡チラシを見て参加する人、1000枚配布して1~3人というデータあり
- 高齢者のスマホのレベルアップ

- 誰でも食堂、サロン、スマホ相談等がない地域に立ち上げる
- 公的な場所以外に集いの場をつくる

- 社会参加していない人に関心もってもらえる企画
- 社会参加したくない人も見守れる体制づくり

来年度の目標や取り組み

課題解決に向けて一歩でも前進するために

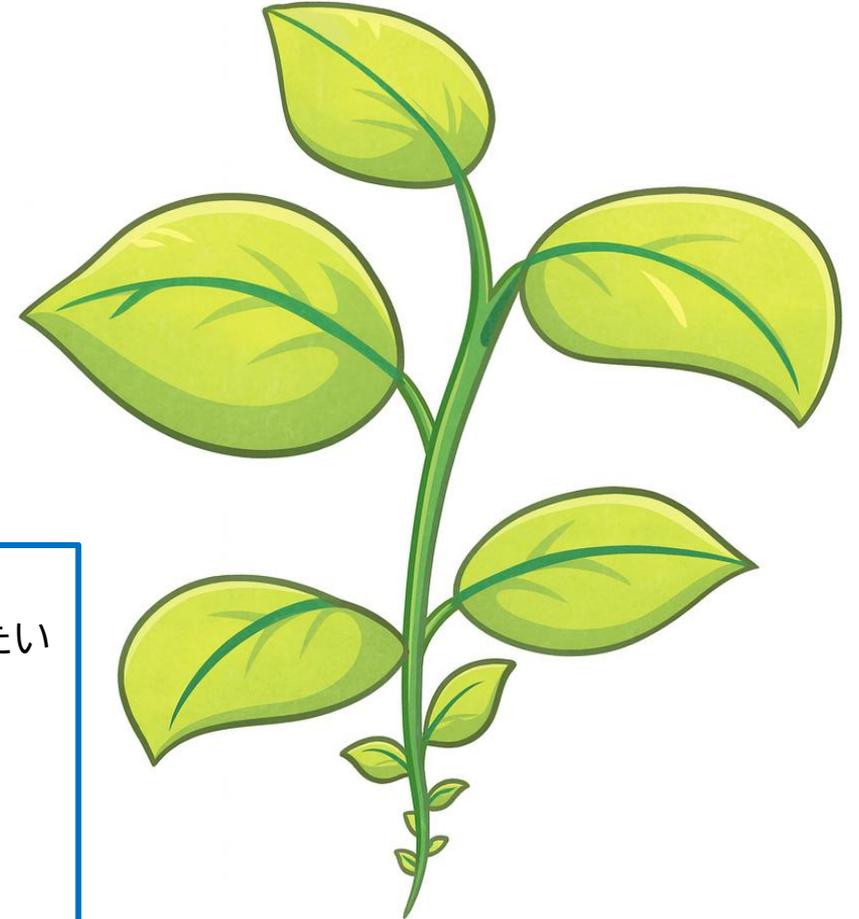
- 情報発信の仕方を工夫
- 高齢者のスマホのレベルアップ

- 誰でも食堂、サロン、スマホ相談等がない地域に立ち上げる
- 公的な場所以外に集いの場をつくる

- 社会参加していない人に関心もってもらえる企画
- 社会参加したくない人も見守れる体制

今まで種まきをしたものを成長させたい

- ◆前期:H湯PJ : 定例化
H湯近隣の方に参加してもらい、協力もしてもらえるようにしたい
- わがまち講座 : 自主化 男性が地域活動するきっかけにしたい
- ここ楽サロン : 定期化 助成金を利用して運営を安定させたい
- スマホ相談室 : 開催頻度を増やしたい
- ◆後期:だれでも食堂を新たに
特に誰でも食堂のない池袋1、2丁目に設立できるよう検討したい
- 茜の里をもっと地域活動に利用できる場所にしたい



アトリエ村圏域の地域特性や地域課題

地域の強み

1. 「池袋モンパルナス」の歴史と文化資源

約100年ほど前からこの周辺にはアトリエ付きの借家群(アトリエ村)が点在し若き芸術家たちの拠点になっていました。現在もその歴史を継承するアート活動が盛んで、地域住民によるオープンアトリエ企画などが開催。

2. 住環境の特徴

池袋という巨大ターミナルに隣接しながらも、一步入ると閑静な住宅街

◎**ヒューマンスケールな街並み**: 狭い路地や古民家が残し、歩いて楽しい生活圏が形成されている。

◎**クリエイティブな住民層**: 歴史的背景から、現在もクリエイターや表現者が多く住み、独特のコミュニティが維持されている。

◎**公園や教育施設の充実**

千早フラワー公園や、トキワ荘マンガミュージアム(南長崎エリア)などの文化・交流拠点が近接しており、子育て世代や高齢者にとっても豊かな環境。

地域の課題

・防災・避難の困難さ(木密地域リスク)このエリアは木造住宅密集地域

・孤立と「緩やかな見守り」の限界

認知症への対応: 「豊島長崎オレンジサークル」などの支援団体も活動していますが、早期発見や受診に繋がらない「隠れた認知症」の方を地域でどう支えるか

ごみ出し・買い物困難: 住宅街の中にはスーパーが遠い場所もあり、日常生活のちょっとした「困りごと」を気軽に頼める相手がいないケース

今年度の活動成果・活動内容

認知症の方と家族介護者の方向けプログラム
東京都地域連携型 認知症疾患医療センター
医療法人社団健翔会 豊島長崎クリニック

豊島長崎オレンジサークル

認知症の人と家族の一体的支援プログラムのサポート

軽度認知症の患者様と家族介護者の方が地域に取り残されずに、地域と繋がっていただけるようにサポートしている。

今年度の活動成果・活動内容

★認知症一体型支援プログラムの開催

アトリエ村圏域・西部圏域の包括支援担当者や認知症カフェの関係者と連携し、区民ひろば椎名町で手芸・茶話会・椎名町小学校農園で収穫体験のプログラムを開催。地域住民の方へのサポートも行う。

★ポールウォーキングの実施

西部圏域見守り担当者と連携し、月2回実施。介護予防センター長崎活動室で「としまる体操」や地域の歴史的背景を確認し懐かしみながら健康づくりを促進

★民生委員「みみずくサロン」の支援

イベント紹介や活動参加を通じて、参加者の話に耳を傾ける傾聴支援を実施。安心して話せる場づくりに貢献し、地域のつながりを深める支援を行った。

★高齢者ダンスサロンの立ち上げ

BTSファンの高齢者の要望を受け、地域のプロダンサー協力のもと、若者向けダンスを取り入れた高齢者向けダンスサロンを新設した。

活動を通して見えてきた課題

- ★アトリエ村地域包括センターの職員の方々との連携を強化する。
二層の役割に対して、まだご理解を得ていない方がいた為、情報共有という点で難しく感じた。
- ★住民の方々が二層の立場や役割を知らない方が多く、二層とどのように関われば良いのか知らない方が多い。
- ★地域活動や区主催イベントに関する情報が、外出頻度の少ない高齢者やデジタル機器の利用が難しい方に十分届いていない。情報取得の手段に偏りがあり、参加機会の格差が生じている。

来年度の目標や取り組み

◆前期

- ・アトリエ村圏域・西部圏域・医師会圏域の三圏域のポールdeウォークの会のコースを充実させていく。
- ・ゴスペルサークルの立ち上げの準備
- ・地域高齢者の方が自主的にサロンを作れるサポートをする。※通年
- ・地域との繋がりを深めるため、地域での活躍の担い手を探すため、三圏域合「まちづくり講座」を開催します。※通年

◆後期

- ・活動場所や企画内容を増やすために、企業との交流をおこない、社会資源を広げます
- ・アトリエ村圏域の住民性を活かせるように、地域住民の方との交流を深めていきます。



西部圏域の地域特性や地域課題



この地域の 強み(魅力)

✓ ① 生活に便利でアクセスが良い

・千川駅・要町駅は 池袋駅まで1～2駅 と、とても近く通勤・通学に便利。都心への交通利便性が高い。

✓ ② 閑静で住宅地としての落ち着きがある

・この地域は 住宅地の割合が高く、静かで落ち着いた雰囲気 があるとされ、豊島区の中でも住宅地として「住みやすい」エリア。
・道路が碁盤の目状に整備された場所もあり、歩きやすく分かりやすい街並み。

✓ ③ 子育て・コミュニティ環境がしっかり

・区民広場・交流スペースがあり、子育てひろばや世代間交流の場 があるほか、地域での活動が盛んな場所もある。

✓ ④ 比較的手頃な地価・住宅コスト

・豊島区内でも千早・千川・要町は 地価が比較的抑えめで、住宅購入や賃貸で選びやすい と言われるエリア。

✓ ⑤ 昭和の下町文化や地域の歴史も感じられる

・昔ながらの商店、小さな店、地域の歴史が感じられる雰囲気が残っており、懐かしいまちの景観 が好きな人には魅力的。

この地域の 課題

⚠ ① 駅周辺の賑わい・商業の規模が控えめ

・池袋のような大きな商業施設や飲食・娯楽施設はなく、駅前のにぎやかな繁華性には欠ける。

⚠ ② 古い住宅・建物が残るエリアも

・一部の町域では 老朽化した建物、高齢化と空き家問題 が指摘されている調査対象地域として挙げられている(千川・千早など)。

⚠ ③ 昼夜で人の流れに差がある

・商業施設やオフィスが多いエリアと比べると、昼間人口が少なく夜間は静かすぎる印象 になることも。

⚠ ④ 町ごとの特色や利便性差

・要町・千川・千早は近いとはいえ、駅近か否かや商店の充実度で エリアごとに生活の便利さが少しずつ違う。特に千早は要町駅から少し距離があり、住宅街でコンビニなどもあまりなく買い物に不便。

⚠ ⑤ 道路で分断される

・道路による物理的分断が地域コミュニティの一体感を弱め、自治会活動や見守り体制の構築にも影響を及ぼしている。



今年度の活動成果・活動内容

地域交流・居場所づくりの取り組み

1. 合唱サロンの立ち上げ

通所C卒業生や社会参加が困難な方の居場所づくりを目的に、地域合唱指導講師緑川先生の協力のもと、11月より長崎活動室にて合唱サロンを立ち上げた。

毎月、包括支援センター見守り担当者と連携しながら開催しており、今後も包括利用者の見守りの場として機能させるとともに、地域住民が安心して集える居場所として継続していく。

2. ボッチャイベントの開催

区民ひろば職員および高齢者クラブと協力し、ボッチャイベントを開催した。初めて参加する方が多く、「定期的に参加したい」との声が多数聞かれたことから、年4回の開催を行った。

3. ポールウォーキング(月2回)

歩行支援ツールを活用した健康づくりの一環として、月2回ポールウォーキングを実施した。

アトリエ村圏域と合同で開催し、参加者の運動機会の確保および地域交流の促進につなげた。



これらの取り組みを通して、社会参加が難しい方や孤立しがちな高齢者が、無理なく地域とつながるきっかけを継続的に創出することができた。

今年度の活動成果・活動内容



★ 食による地域のつながり

・高松三丁目第4アパート「高齢者のための誰でも食堂」支援

孤食予防と交流促進を目的に、住民の声を反映しながら開催支援を行った。

・まめのき食堂「高齢者のための誰でも食堂」開催

・西部包括職員と協力しながら、利用者の居場所づくりとして「caféまめの樹」に誰でも食堂を立ち上げ居場所づくりを行った。

・まめカフェ・わくわく高松食堂継続支援

助け合いと交流の場として定着しており、継続的に運営支援を行っている。

♪ 健康・文化活動の推進

・サロン見学・連携

CSWおよび見守り係が実施するサロン活動を見学し、地域における支援内容や役割分担を把握した。

関係機関との情報共有を行い、今後の支援体制充実に向けた連携強化を図った。

・音楽・ダンス活動支援

ギター合奏、バレエストレッチ、ダンス等の活動を支援し、身体機能の維持・向上を目的としたフレイル予防に取り組んだ。

あわせて、楽しみながら継続的に参加できる場の提供を行った。

・健雀会つながるサロン支援

通所C参加者への健雀会サロンの紹介、参加に関する手続き支援、会場準備等を行い、サロン活動が円滑に実施されるよう支援した。

・高齢者スポーツ見学(豊島体育館)

豊島体育館にて実施された高齢者スポーツの見学を行い、参加者同士の交流を促進した。あわせて、区主催イベントや各種支援制度に関する情報提供を行った。

・区民ひろば高松 ガーデン活動

区民ひろば高松の庭園を活用したガーデン活動を支援した。地域住民と共に庭園づくりを行うことで、交流の機会創出と居場所づくりの促進につなげている。

・その他の地域活動

高齢者クラブの活動支援や町会イベントへの参加などを通じ、地域との継続的な関係づくりを行った。

音楽やスポーツ、ガーデン活動、食を通じた交流は、参加者同士の自然な関係づくりにつながり、「また参加したい」といった前向きな声が多く聞かれている。今後は、包括支援センター、区民ひろば、高齢者クラブ等との連携をさらに強化し、見守りの視点を持ちながら、地域住民が主体的に関われる居場所づくりを進めていく。

また、参加者の役割づくりや継続参加につながる仕組みを検討し、誰もが安心して集い、支え合える地域づくりに貢献していきたい。

活動を通して見えてきた課題



【今年度の活動を通して見えてきた地域課題】

今年度の活動を通じ、以下のような地域課題が明らかとなった。

1. 社会参加が困難な高齢者の居場所不足

通所C修了後や外出機会が減少した高齢者にとって、継続的に参加できる身近な居場所が限られている。特に、初めの一步を踏み出すきっかけがなく、孤立しやすい状況が見受けられた。

2. 活動の担い手・運営人材の不足

サロンや食堂等の活動は地域に定着しつつある一方で、運営を担う人材の高齢化や固定化が進んでおり、継続的な運営に不安を抱える団体も多い。新たな担い手の発掘や役割分担の工夫が課題となっている。

3. 活動情報が届きにくい層の存在

地域活動や区主催イベントに関する情報が、外出頻度の少ない高齢者やデジタル機器の利用が難しい方に十分届いていない。情報取得の手段に偏りがあり、参加機会の格差が生じている。

4. 地域で高齢者を見守っていく必要性

昔から住んでいる一人暮らしの高齢者が多い地域であり、場所によっては買い物する場所も遠く、一人で継続して暮らしていくことが難しくなっている。



来年度の目標や取り組み

【重点課題①】

社会参加が困難な高齢者の居場所不足

誰もが気軽に立ち寄れる居場所づくりを進め、社会参加のきっかけをつくる。

★来年度の取組(前期・後期)

・**前期**:通所c修了者や包括利用者に対し、個別状況に応じた居場所紹介のツールを作成する。

・**後期**:社会資源が少ない地域を中心に、身近な場所で気軽に集まれるサロンを立ち上げる。

なぜこの取組を行うか

社会参加のきっかけがないまま、孤立につながるケースが多く見られるため、早期から地域との接点を持てる環境づくりが重要である。

【重点課題②】

活動の担い手・運営人材の不足

地域活動の担い手を増やし、運営の負担軽減を図る。

★来年度の取組(前期・後期)

・**前期**:医師会、アトリエ村、西部の3圏域合同で、地域住民を対象としたまちづくり講座を開催する。

・**後期**:まちづくり講座参加者が担い手として活躍できる場所をマッチングしていく。

なぜこの取組を行うか

運営負担の軽減と活動の継続性を確保するには、地域住民が活動を支える仕組みづくりが必要であるため。

【重点課題③】

活動情報が届きにくい層の存在

必要な人に必要な情報が届くよう、情報発信の工夫と多様化を図る。

★来年度の取組(前期・後期)

・**前期**:町会、民生委員、包括支援センター、CSW等と連携し、掲示物や回覧板口コミによる情報提供を行う。

・**後期**:スマホ講座を各地域で開催し、デジタル機器を活用した情報取得の支援を行う。

なぜこの取組を行うか

情報取得手段の偏りにより、参加機会に格差が生じており、複数の手段を用いた情報提供が必要であるため。

【重点課題④】

地域で高齢者を見守っていく必要性

日常的に人と関われる場や、さりげなく気にかけてもらえる関係性をつくることで、孤立や不安の軽減、早期の気づきにつながる。

★来年度の取組(前期・後期)

・**前期**:包括支援センター、CSW、区民ひろばと協力し、年を重ねても参加しやすい居場所づくりを進める。

・**後期**:いつまでも住み慣れた街で安心して暮らしていけるよう、地域の商店街の方と協力しながら、見守っていける仕組みづくりを行う。

なぜこの取組を行うか

支援が必要になる前の段階から地域とのつながりを持ち見守られていると感じられる環境を整えることで、安心して暮らし続けられる地域づくりにつなげるため。