令和５年度　支えあいのまちづくり協議体　情報交換会議事録

「支えあいのまちづくり協議体」は、中央区在住・在勤者ができる支えあいの形について、身近な地域で話し合うことを目的に、令和２年度より京橋・日本橋・月島の３地域ごとに話し合いを重ねています。今回、各地域のこれまでの議論や取り組みを共有することによる今後の取り組みの推進と、顔の見える関係づくりを図るため、３地域合同の情報交換会を実施しました。

1. 実施日時
　令和５年 11 月 29 日（水）10:00～11:30

2. 出席者
　３地域の支えあいのまちづくり協議体（第２層協議体）
　　リーダー・サブリーダー　６名　協議体メンバー　３名
　第１層生活支援コーディネーター　１名
　第２層生活支援コーディネーター　６名
　（陪席）高齢者福祉課高齢者活動支援係　２名

3. 内容
- 出席者紹介
- 各地域でのこれまでの取組報告（各資料参照）
- 質疑応答
- 意見交換（全域で取り組めること、共通点や参考になったことなど）

4. 概要
- 地域にある社会資源を知るきっかけとしては、「友達(知り合い)からの紹介」が多い。
- 社会資源の見える化には対象者や目的を絞り込むことが大切になってくる。
- 協議体主体ではなく、いかにして地域住民を巻き込んでいくかが重要。

5. 意見交換詳細
- 京橋地域では最終目標と小目標を作ったが、集まれる回数も限られていることから、進んだようで進んでいないように感じることもありもどかしく感じることもあった。ただ今回の報告を聞いて着実に進んできたと感じた。
- 日本橋地域の社会資源マップについて大変参考になった。対象者や目的を絞り込むことが大切だということも分かった。
- 月島地域のスマサポまつりの報告を聞いて、京橋地域では直接地域に出て地域の人と関わる機会がつくれていなかったが、予てから考えていたマルシェなども検討していきたい。
- どこに向かってるんだろうと迷路のように感じることもあったが、報告を聞いて進んできたことを感じることができた。京橋と日本橋との境目、日本橋っぽいようで京橋、京橋っぽいようで日本橋のようなグレーな地区もある。京橋地域との協働をしていけたらと思った。
- 月島地域のおでかけマップはどういった作り込みにする予定か？

→まだ検討段階である。まち歩きを通して検討していきたい。新しく建設されている施設も多い。また、高齢者はトイレの位置を気にされる方が多いので、そういった点に着目しながら、どうマップを作成していくのか、まち歩きを通して考えていきたい。

- 月島地域はうまく住民を巻き込みながら取り組んでおり、協議体の役割を具現化しているように感じている。地域に何を仕掛けていくかが大事。どのように地域の方を巻き込んでいるのか知りたい。

→「となりぐみ」広報紙の題字作成者はコーディネーターからの紹介で地域の方に書いてもらった。似顔絵も勝どきデイルームで活動している団体の方に描いてもらった。写真よりも絵の方がインパクトが大きく、初めは自分の絵が出るのが恥ずかしいという方もいたが、完成したら喜んでいたとも聞いた。

- まち歩きをする際は、協議体メンバーだけで行うのはもったいないと感じた。地域の人に参加してもらったり、Youtube で配信しながらやっても面白そう。また、アプリで歩いた軌跡が反映されるものもあり、こういったものを活用してもらって、絵を描いたり、スポットを巡るようなイベントができたら面白いのでは。
- 役割を持てば場に来る方も多い。自分がここにいないと体操ができないみたいな役割があると張り合いになる。広報紙も色々な方が役割をもって参加するようになれば面白いと思う。
- その他、通いの場の運営に関する質疑などもあった。

以上

京橋地域

支えあいのまちづくり協議体情報交換会

２０２３．１１．２９

メンバー（7名）

・民生・児童委員
・はまるーむ・勝どきデイルーム活動団体代表者
・中央区通いの場代表者
・すてっぷ成年後見人
・虹のサービス協力会員
・地域包括支援センター職員
・高齢者在宅サービスセンター職員
・病院相談室の看護師

京橋地域の最終的な目標

「助け合いの仕組みづくり」

小目標

- 「日頃の関係づくり」（挨拶をする）
- 「社会資源の把握」
- 「つながるきっかけづくり」（情報発信）

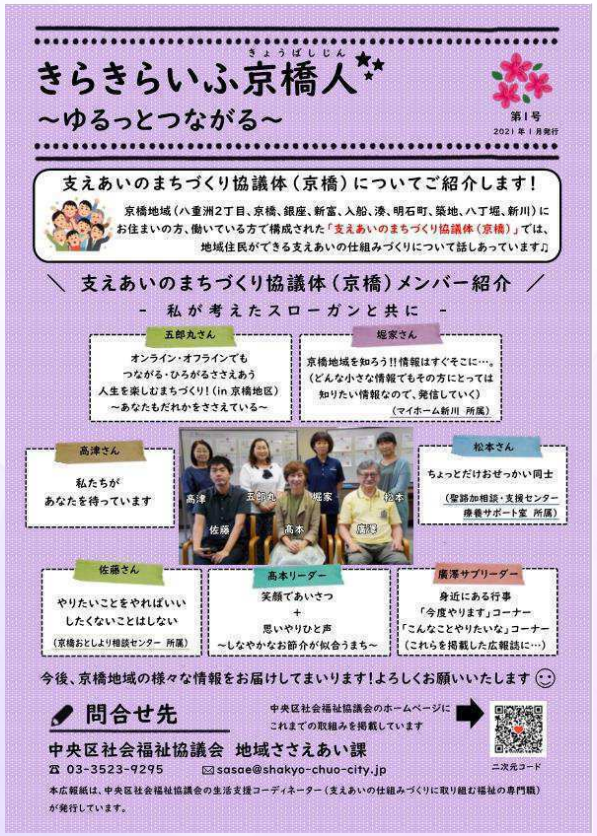
つながるきっかけづくり(情報発信)

京橋地域の広報紙

『きらきらいふ京橋人～ゆるっとつながる～』

第1号発行

令和4年2月



きらきらいふ京橋人（きょうばしじん）

～ゆるっとつながる～

第1号
2021年1月発行

支えあいのまちづくり協議体（京橋）についてご紹介します！

京橋地域（八重洲2丁目、京橋、銀座、新富、入船、湊、明石町、築地、八丁堀、新川）にお住まいの方、働いている方で構成された「支えあいのまちづくり協議体（京橋）」では、地域住民ができる支えあいの仕組みづくりについて話しあっています♪

＼ 支えあいのまちづくり協議体（京橋）メンバー紹介 ／

－ 私が考えたスローガンと共に －

五部丸さん
オンライン・オフラインでも
つながる・ひろがるささえあう
人生を楽しむまちづくり！（in 京橋地区）
～あなたもだれかをささえている～

堀家さん
京橋地域を知ろう!!情報はすぐそこに…。
（どんな小さな情報でもその方にとっては
知りたい情報なので、発信していく）
（マイホーム新川 所属）

高津さん
私たちが
あなたを待っています

松本さん
ちょっとだけおせっかい同士
（聖路加相談・支援センター
療養サポート室 所属）

佐藤さん
やりたいことをやればいい
したくないことはしない
（京橋おとしより相談センター 所属）

高本リーダー
笑顔であいさつ
＋
思いやりひと声
～しなやかなお節介が似合うまち～

廣澤サブリーダー
身近にある行事
「今度やります」コーナー
「こんなことやりたいな」コーナー
（これらを掲載した広報誌に…）

今後、京橋地域の様々な情報をお届けしてまいります！よろしくお願いいたします ☺

問合せ先

中央区社会福祉協議会 地域ささえあい課
☎ 03-3523-9295　✉ sasae@shakyo-chuo-city.jp

中央区社会福祉協議会のホームページに
これまでの取組みを掲載しています

二次元コード

本広報紙は、中央区社会福祉協議会の生活支援コーディネーター（支えあいの仕組みづくりに取り組む福祉の専門職）が発行しています。

第2号
令和4年4月

きらきらいふ京橋人（きょうばしじん）
～ゆるっとつながる～
第2号 2022年4月発行

＼ 中央区高齢者通いの場「湊カフェ」についてご紹介します！ ／

湊カフェは地域の方が運営する高齢者の交流サロンで、おおむね65歳以上の中央区民であれば、どなたでも参加できます。
健康に関するお話や、椅子に座って行う健康体操、参加者同士の歓談など、様々なプログラムを毎回用意されています。
参加者の笑顔いっぱいの湊カフェは、皆さんにとってかけがえのない居場所です。まずは気軽にご参加ください！

「湊カフェ」
場所：湊 1-1-1
女性センタープーケ21 ワークルーム
日時：第2・第4木曜日 13:30～15:30
参加費無料、予約不要です。

代表者コメント
区内のひとり暮らしや閉じこもりがちな高齢者に身近な地域で交流できる通いの場を提供することを目的に創りました。最近のコロナ禍で特に外出する機会をなくしフレイル（虚弱体質）に陥りやすくなった方々に、身体をほぐす体操を中心とし、脳トレや季節の歌、童謡や小学唱歌・歌謡曲、またカーリングの卓上版であるカーレット、身近な情報の提供なども取り入れています。中央区独自の介護予防プログラム「中央粋なまちトレーニング（略称「粋トレ」）」も取り入れ、転倒防止や認知機能回復に役立てています。誰でも気軽に参加できるサロンです。是非あなたもご参加ください。

コーディネーターの一言
地域の皆様とお会いすることでいつも元気をもらっています！いろいろなイベントにお邪魔できればと思いますので耳より情報がありましたら下記までご連絡ください。

問合せ先
中央区社会福祉協議会 地域ささえあい課
☎ 03-3523-9295 ✉ sasae@shakyo-chuo-city.jp
中央区社会福祉協議会のホームページにこれまでの取組みを掲載しています
二次元コード
本広報紙は、中央区社会福祉協議会の生活支援コーディネーター（支えあいの仕組みづくりに取り組む福祉の専門職）が発行しています。

第3号
令和4年8月

きらきらいふ京橋人（きょうばしじん）
～ゆるっとつながる～
第3号 2022年8月発行

中央区高齢者の憩いの場
＼「いきいき桜川（桜川敬老館）」についてご紹介します！ ／

いきいき桜川（桜川敬老館）は、中央区在住の60歳以上の方を対象にした施設です。高齢者の憩いの場としての役割に加え、健康づくり、仲間づくり、生きがいづくりを目的にした様々な講座が用意されております。高齢者のだれもが楽しく過ごすことのできる身近な施設となっております。
※ご利用いただくためには、登録が必要となります。
初めてご利用される方は、本人確認書類（保険証等）をお持ちください。

鉛筆画教室での様子♪
先生が優しくご指導してくださっています。

講座一例♪（まだまだあります！） ※基本的には無料。予約や費用が必要な講座もあります。

ヨガ教室 / 将棋教室 / ウクレレ教室 / 英会話教室

「いきいき桜川（桜川敬老館）」
場所：入船 1-1-13
利用時間：9:00～17:00
電話番号：03-3553-0030

※夏季期間（7/1～9/11）についてはご利用時間9:00～18:00まで延長
猛暑避難シェルターとして実施中！

お風呂も無料！※要予約

協議体メンバーからの一言
一日のご来館が約100名いきいき桜川（桜川敬老館）の講座は月に140講座もあるそうです。きっとお気に入りの講座が見つかるはずです。
ぜひ一度、足を運んでみてください。（リーダー 高本）

リーダー高本さんと館長の松本さん

問合せ先
中央区社会福祉協議会 地域ささえあい課
☎ 03-3523-9295 ✉ sasae@shakyo-chuo-city.jp
関連動画はこちら
二次元コード
本広報紙は、中央区社会福祉協議会の生活支援コーディネーター（支えあいの仕組みづくりに取り組む福祉の専門職）が発行しています。

第4号
令和4年11月

きらきらいふ京橋人（きょうばしじん）
～ゆるっとつながる～
第4号 2022年11月発行

＼「京橋おとしより相談センター」についてご紹介します！ ／

京橋おとしより相談センターってなにするところ？
― 協議体メンバーが職員へインタビューしてみました!! ―

京橋おとしより相談センターについて簡単に教えてください

地域包括支援センターと言って、中央区ではおとしより相談センターの名称となっています。
高齢者の皆さんの相談・支援を行っています。

介護保険に関することはもちろん、配偶者が亡くなってしまって心配、入院して退院するけど、今まで通り自宅での生活ができるかしら…といったご相談から、介護予防のために、どこか運動できるところを教えて欲しいといった色々な相談があります。

主な相談内容を教えてください

利用するのにお金はかかりますか

公的な機関なので相談料は無料です。
訪問、来所、電話など相談方法は問いません。

管理者の吉田さん（右）
「悩んでいる方の心や体が軽くなれば嬉しいです。」

事前の予約などは必要ありますか

予約は必要ありません。
ただし、可能であれば事前に連絡を入れてもらい内容をお伝え頂くと、スムーズに対応することができます。

ご本人からは漠然とした不安、ご家族からは高齢の家族を心配しての相談が多いです。最近では気軽に相談してくれる方が増えました。

本人や家族からの相談はありますか

協議体メンバーからの一言
初めて訪問した京橋おとしより相談センターは、明るくホッとする場所でした。困ってる方たちにもっと知ってもらいたいなと思いました。（高津）

京橋おとしより相談センター
〒104-0044
明石町 1-6 リハポート明石等複合施設 1 階
TEL:03-3545-1107
開所日時：月曜～土曜日、9～18時（日、祝休み）

問合せ先
中央区社会福祉協議会 地域ささえあい課
☎ 03-3523-9295
✉ sasae@shakyo-chuo-city.jp
※本広報紙は、中央区社会福祉協議会の生活支援コーディネーター（支えあいの仕組みづくりに取り組む福祉の専門職）が発行しています。
YouTube / ホームページ

第5号
令和5年5月

きらきらいふ京橋人（きょうばしじん）
～ゆるっとつながる～
第5号 2023年5月発行

＼「川柳（せんりゅう）」を始めてみませんか？ ／

シルバー川柳（中央）倶楽部の浜野さんへ協議体メンバーがインタビュー!!

Q1：川柳と聞くと難しそうですが、基本の作り方を教えてください。

A1：基本は「5・7・5」です。
俳句と異なり、季語はありません。読む人に考えてもらう、チクッとさすのが川柳です。
コツを覚えれば誰でも作ることができますよ♪

Q2：浜野さんが活動されているシルバー川柳（中央）倶楽部について教えてください！

A2：場所はシニアセンター。
月に1回のペースで活動しています。
テーマを決めて作ってきた川柳をお互いに読み合い、よいと思うものに投票をします。
選ばれた川柳は毎・月島新聞に掲載されます。
参加費は月250円です。初めて参加される方は、問合せ先まで事前にご連絡をお願いします。

←シルバー川柳（中央）倶楽部の様子。お互いの川柳のよいところやもっと良くなる表現方法について、伝えあっています♪

「きらきらいふ京橋人～ゆるっとつながる～」を見ている方へ一言お願いします！

川柳は認知症予防や脳トレになります。
みんなと話しながら楽しんで取り組むことができますよ。

浜野さん（左）と協議体メンバーの廣澤さん（右）

浜野さん、最後に一句お願いします!!
「575 人生跳ねる 句は残る」

問合せ先
中央区社会福祉協議会 地域ささえあい課
☎ 03-3523-9295
✉ sasae@shakyo-chuo-city.jp
※本広報紙は、中央区社会福祉協議会の生活支援コーディネーター（支えあいの仕組みづくりに取り組む福祉の専門職）が発行しています。
YouTube / ホームページ

情報発信を通して…

社会資源の把握は欠かせないもの

であることを協議体で認識

↓

アンケート調査

・高齢者の方たちがよく集まるカフェなどがあれば、そこを取材先としても面白いかもしれない！

・「ここ（通いの場）に来るようになったきっかけ」を知ることで、つながるきっかけを知る手がかりになるかも！

・高齢者の方の日常を知りたい！

アンケート調査を通して分かったこと

・「友達（知り合い）からの紹介」がきっかけとして多い

・普段出かけるところに“散歩”が意外と多い

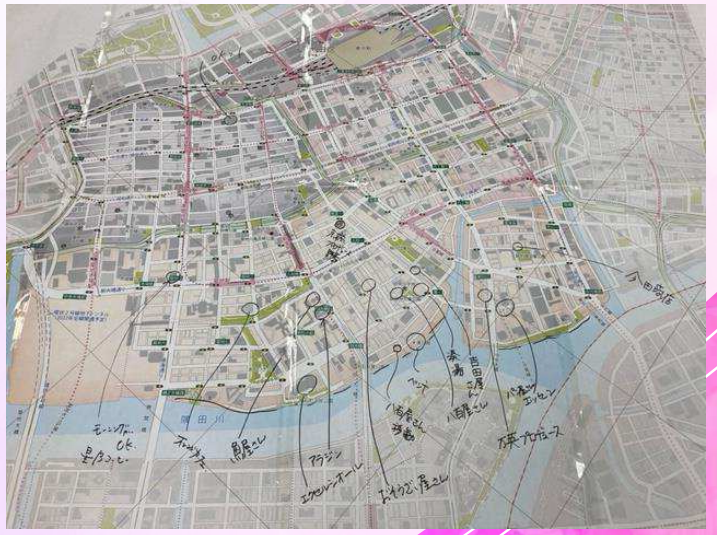
・出かける理由には「家から近い」「友達や知り合いに会える」が多い

今後の京橋地域での取り組み

よく見かける“集まる場所”を地図に落とし込んでみよう！

・情報発信することでつながるきっかけづくりに！

・足りないところは助け合いの仕組みづくりを創出！



第2層協議体
日本橋地域

～ひとり暮らし高齢者のつながりづくり～

2023.11.29

支えあいのまちづくり協議体情報交換会

メンバー紹介（8名）

主任ケアマネジャー　　リーダー

高齢者通いの場代表他　サブリーダー

民生・児童委員

ボランティア団体代表

虹のサービス協力会員

人形町おとしより相談センター

郵便局長

作業療法士（訪問看護ステーション勤務）

これまでの議論 ①

PHASE 1

R2.7～R3.3

コロナ禍での高齢者の状況等の意見交換
交流の機会を求める高齢者にどんな機会を提供できるか

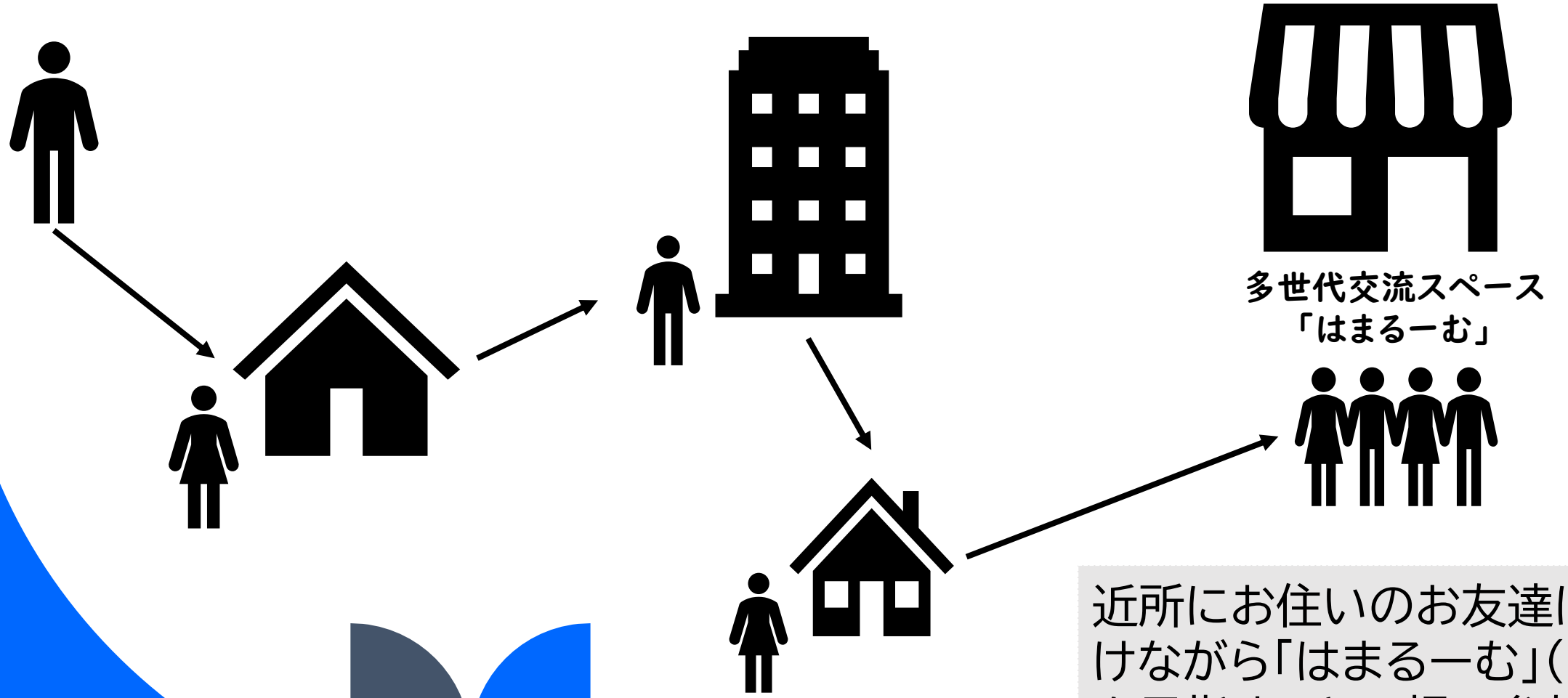
PHASE 2

R3.6～R4.3

はまるーむを拠点としたコミュニティづくり
場を活かした高齢者同士のつながりづくりの仕組み

▶▶▶ 場に集うハードルの高さを下げるには・・・・？

仲間と一緒に出掛ける仕組み



近所にお住いのお友達に声を掛けながら「はまるーむ」(目的地)を目指すことで場へ参加するハードルが下がる!?

これまでの議論 ②

PHASE 3

R4.6～R4.12

対象者と“つながり”の再定義から、
社会資源の見える化へ

対象者

・きっかけがあればつながりを持てる方
・きっかけがあればつながりたい方
・ひとりが好きな方

対象外
・積極的に他者との関わりを持たれる方
・積極的孤立を選択される方

つながり

・地域で会った際に顔が分かり、挨拶ができる
・おおよその居住エリアが分かる

浜町付近の社会資源

フォーマルな資源

1. 総合スポーツセンター
2. 浜町メモリアル
3. 浜町敬老館
4. 多世代交流スペース「はまるーむ」

インフォーマルな資源

1. ラジオ体操@浜町公園
2. 浜町カフェ(通りの場)
3. [illegible]
4. ラジオ体操@有馬小学校

日本橋地域の中でも地域差がある！
把握しきれていない！

浜町付近をモデルに広報物制作

資源の把握が十分でないエリア調査

ナチュラルな資源

1. **浜町公園ベンチ**
   ラジオ体操の後の休憩＆交流の場
2. **浜町公園喫煙所**
   早朝やお昼など、愛煙家が集まる場
   最近来てない人を心配する声も。
3. **昔ながらの喫茶店**
   趣のある落ち着いた雰囲気の喫茶店
4. **公園近くのカフェ**
   ラジオ体操後のモーニングに集まる人も
   奥の椅子は座りやすいと評判★

[illegible]んこ屋さん
[illegible]の方が集まって井戸端会議

[illegible]通り沿いのおしゃれカフェ
[illegible]ゃべりに花を咲かせる人も多いお店

7. **読書ができるカフェ**
   お店セレクトの本も読めるカフェ。ジャンルを超えた様々なイベントも随時開催。
8. **T-CAT(東京シティエアターミナル)**
   食事や交流・買い物に。雨の日も安心して散歩に使う方も。

10. **ファミリーレストラン**
    1階なので入りやすい。7:30オープンなので、ラジオ体操後のモーニングで集まるグループも。

これまでの議論 ③

PHASE 4

R5.3～現在

モデル地区（浜町公園エリア）の高齢者向け地図制作準備

仕様

・ポケットサイズ
　冊子版もできたらいい
・文字は大きく

掲載情報

・費用や登録要否など、参加条件など
・分かりづらい事業内容を分かりやすく
・地図は具体的な場所が分かるように
・外出時に利用するトイレやベンチ、バス停

配架先

・公的機関
・デイサービス
・病院・クリニック
・店舗
・商店街

制作者

・ボランティアを探そう！

現在・・・

担当エリアを決め、各自で調査。
気がついた点を共有

看板やのぼりで道幅が狭くなって歩きづらい場所もありましたよ。

この辺りは日中でも人気が少なくて近寄りたくない印象でした

クリーニング屋さんも増えていて、利用している高齢者も多いですね。休憩もできますね。

隅田川テラスはいい場所なのに、入口が分かりづらいですね。

マンションが本当に増えててびっくり。

花屋や喫茶店、整骨院やクリニックも高齢者が集まる場所！

支えあいのまちづくり協議体
情報交換会

月島地域の歩み

2023.11.29

協議体メンバーの属性

民生委員

高齢者通いの場
活動者

虹のサービス
協力会員

居宅介護支援事業所
ケアマネジャー

病院のソーシャル
ワーカー

葬儀店の店長

おとしより相談センター
職員

これまでの協議内容

1

令和4年9月9日

「集まれ！スマサポまつり」の今後の実施について
→場所の選定

広報物の作成について
→タイトルについて協議

2

令和4年12月19日

「集まれ！スマサポまつり」の勝どき敬老館での実施について
→小地域での実施
→広報紙に公募記事を掲載

広報紙『となりぐみ』について
→具体的な掲載内容を協議

3

令和5年2月10日

「集まれ！スマサポまつり」の実施について
→自治会へ開催の打診

広報紙『となりぐみ』について
→内容について詳細に検討

4

令和5年5月11日

第2回「集まれ！スマサポまつり」
実施地区の選定
→勝どき１丁目アパート１号棟自治会での開催と併せて、他の地区での開催も検討
広報紙「となりぐみ」の最終確認
今後の取り組みについて

5

令和5年8月29日

「集まれ！スマサポまつり」について
→勝どき1丁目アパート1号棟自治会でのアンケート内容について検討

晴海地区のまち歩き実施について
→実施時期やエリアについて検討

協議体での取り組み

その１
高齢者のICT活用

地域の高齢者によりスマホに親しみをもってもらうため、「集まれ！スマサポまつり」を行いました。

その２
広報紙

月島地域協議体の取り組みをもっと多くの人に知ってもらいたい、地域に向けて発信したいという声があがり、広報紙を作成することになりました。

その３
新たな取り組み

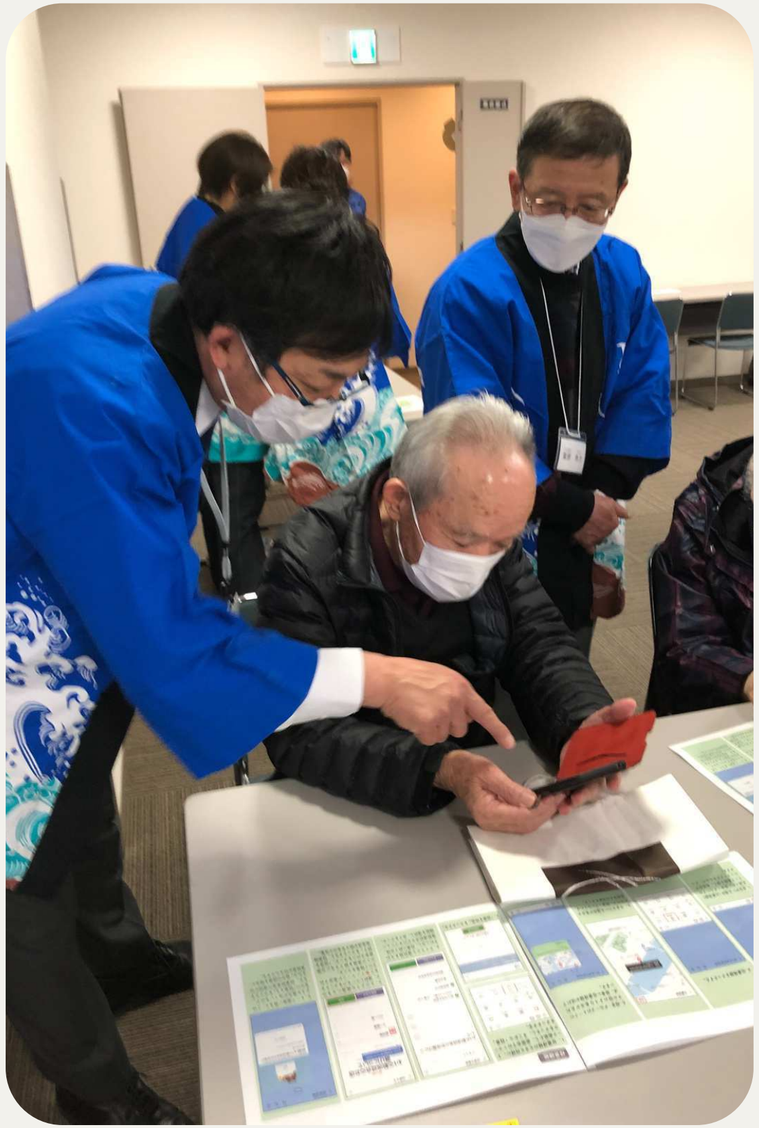
月島地域の魅力をさらに発見したいとの意見があり、晴海地区でのまち歩きを実施することになりました。

その1 高齢者のICT活用

「集まれ！スマサポまつり」の実施

昨年度（令和4年度）に晴海ビュータワーにて
「集まれ！スマサポまつり」を実施しました。

今年度も実施地区を選定し、勝どき一丁目
アパート1号棟にてアンケートを行い、
2回目となるスマサポまつりを実施予定です。



月島地域支えあいのまちづくり協議体広報紙

となりぐみ

令和 5 年 6 月発行

創刊号

題字（江戸文字）作成 ： 江口勇

リーダー・成田

副リーダー・原島

森山

浦井

私たちが
支えあいのまちづくり協議体の
メンバーです！

聖カタリナ病院
柏倉

勝どきおとしより相談センター
岡

晴海苑
野村

グローバルケア
古田

似顔絵作成 ： 絵画を楽しむ会

支えあいのまちづくり協議体とは…

「支えあいのまちづくり協議体」は、日頃から高齢者と関わる機会の多い地域住民や福祉関係機関、生活支援コーディネーター（社会福祉協議会の職員）が参加し、地域で支えあえるまちづくりについて、それぞれの立場で感じている課題や「気づき」等を共有しています。中央区では京橋・日本橋・月島の 3 地域に設置されています。

月島地域の支えあいまちづくり協議体は…

令和 2 年度に発足いたしました。民生委員、地域活動の主宰、ケアマネジャー、病院の相談員、葬儀店の店長、おとしより相談センター職員など高齢者に関わる多種多様なメンバーで構成されており、多角的な視点から月島地域の高齢者は「どんなお困りごとを抱えているのか？」といった課題を考え、解決するためには「どんなことができるのか」についてメンバー皆で話し合っています。

話し合いを重ねた結果、月島地域では『デジタルデバイド』（インターネットやパソコン等の情報通信技術を利用できる者と利用できない者との間に生じる格差）について是正するための取り組みを考えていくこととなりました。

裏面では、私たちが『デジタルデバイド』の是正に向けてどんな活動を行ってきたかご紹介します

その2 広報紙

「となりぐみ」の作成

月島地域支えあいのまちづくり協議体の活動を知ってもらうべく、6月に広報紙「となりぐみ」を発行しました。
題字やメンバーの似顔絵を地域に住む高齢者に描いてもらうなど、個性あふれる広報紙になりました。

12月には第2号の発行を予定しています。

その3 新たな取り組み

晴海地区でのまち歩き

東京都都市整備局より引用

月島地域での新たな取り組みとして、
再開発が進んでいる晴海地区での
まち歩きを予定しています。

健脚な高齢者向けに晴海地区の魅力を
知っていただけるように
「おでかけマップ」の作成を考えています。

展望

今後の取り組みとして
引き続きコロナ禍で散見されたスマホ等のICTについての課題に取り組むほか、開発が著しい晴海地区でのまち歩きを実施し地域の高齢者に向けた散歩コースを提案できるようなマップの作成を考えています。