

支えあいのまちづくり協議体（日本橋地域）実施報告

中央区に住む方・働く方ができる支えあいの形について、身近な地域で話し合う「支えあいのまちづくり協議体（第2層協議体）」の令和6年度第2回目を、日本橋地域(はまる一む)で開催しました。

1 実施日

令和6年9月3日(火) 16:30~18:00

2 出席者

日頃高齢者と関わる機会の多い地域住民、関係機関、生活支援コーディネーター 計11名

3 内容

- ・令和6年度第1回地域支えあいづくり協議体の報告
- ・意見交換
 - ① 「歩いてつながる浜町エリアマップ」について
 - ② マップを活用したイベントについて

4 意見交換

① 「歩いてつながる浜町エリアマップ」について

●マップの内容について

前回協議体の議論をもとに下記内容を修正したもの(別紙1)を確認。

- 今年度始まった高齢者通いの場「かけはしサロン」もマップの範囲内であるため、追加。
- 畳み方を考慮し、レイアウト変更

→全員合意。校了とし、印刷へ移行することとなった。

●ホームページへの掲載について

- ・「支えあいのまちづくり協議体」の目的や3地域の協議体での取り組みについての説明ページを本会ホームページ内に制作。

<https://www.shakyo-chuo-city.jp/archives/15347>

- ・「歩いてつながる浜町エリアマップ」の地図面の二次元コードからは、地図のPDFページへ、活動紹介面の二次元コードからは、協議体の説明ページへリンクする予定。

→全員合意。今後、追記修正すべき内容があれば、適宜共有しながら改善していくこととなった。

② マップを活用したイベントについて

マップ制作の目的及び対象者を振り返り、前回議論にあがったマップを活用したイベントについて意見交換。

【内容】

- ・ゲーム感覚で楽しめる仕組みがあるかよいのではないか。
- ・外出先で被災したことを想定すると不安になることがある。このマップを使って災害時に使える場所などを巡ってみるのがよいのではないか。

・「防災」は共通の話題であり、コミュニケーションが取りやすいのではないかと。防災の知識を養う企画をしてみてもどうか。

→本マップは、災害時に限らず気にかけるような人が増える、つながりのきっかけを作るためのマップだと思われ、防災に役立つものではないことは念頭に入れておきたい。

・浜町はイベントがたくさんある。浜町マルシェなどに一緒に行こう!となるのではないかと。

・既に活動している団体(高齢者通いの場など)とコラボしてみるのはいかがでしょうか。

・まずはこのマップを見てどのような評価・反応があるか、初めて見た人に何が伝わるのかが知りたい。そのために高齢者通いの場を回ってみるのは良いのではないかと。

・マップに掲載しているような場所に行ってくれたら世界が広がると思うが、一人で行くことに抵抗がある人が多いと思われる。マップがいききっかけになるといい。

→活動している方に来てもらって、直接話を聞いてみることで、行ってみようと思えるかもしれない。

・デイサービスにしっかり通う方と、拒否する方がいる。拒否する方は、悪くなってから支援が入る。今は狭間の人を拾う仕組みがない。中身を紹介すると入りやすいのではないかと。動画などで「新しい人来てください」という一言があるだけでも違うのではないかと。

・客寄せではないが、お菓子や楽しみなど、うまみがあれば来てくれるかもしれない。多くの人が興味のあることを題材にした方がよいのではないかと。

・少しずつ認知されてきた「はまる一む」のおとなりカフェ・ちょこっと相談会に出向き、マップや活動を紹介していき、大きなイベントはその後にやってみてもよいのではないかと。

→カフェに来る方は常連が多く、マップにあるような情報も得られる場になっている。

・他地域では、短期集中の訪問リハ等のサービス(訪問型サービス C)があり、孤立しがちな方を対象にしているが、中央区では通所型しかない。興味深いイベントを企画し、いかに掘り起こし、広げていくかが肝ではないかと。

→ご紹介キャンペーンなど、友達を連れて来るなどの仕掛けができればいいと思う。

・「ココからココまで何歩」と書いたら目標になるのではないかと。お店を書き込む人もいそう。

・浜町公園で開催される「花と苗木の販売会」は、一人暮らしの高齢者や男性も参加が見られた。

→グリーン関係の企画がよいのではないかと。

→小笠原のハカラメという植物なら提供できるかもしれない。植物の成長を報告しに来てくれ、継続的なつながりづくりになる可能性がある。

・作業系も人気がある。ひとりのできるため、関わりたくない人も参加しやすい。

・メンバーの専門性を活かし、フレイルの講座+体操、薬相談、介護保険相談などもできそう。

【周知方法】

・広報は、口コミが一番強い。

・ラジオ体操を1日休んだだけでも心配して電話する方もいる。そういう方に渡して配ってもらえたらいいかもしれない。

・浜町マルシェや地域のイベントで配布するのがよいのではないかと。配布の際、来てもらうようなイベントを計画し、一緒に告知するのはどうか。

・町会の回覧板や掲示板で配布してみてもどうか。

・郵便局に置いてあるイベントチラシはすぐになくなる。郵便局に置いてもらうのは良いかもしれない。

・ケアマネジャーに対象となりうる人に渡して配ってもらうのも良いのかもしれない。

・虹のサービスの利用者に渡してはどうか。

【時期】

・時間が空くと忘れられてしまうため、今年度内に何かしら実施できたらいいのでは？

・土日やはまる一む閉所日でも可。

→12月～1月のおとなりカフェ・ちょこっと相談会の時間帯にやってみてはどうか。

次回協議体の後、12月12(木)・15日(日)の午後辺りが現実的か？

今後、SNS やメール・電話等で継続的にメンバー間でやり取りをし、方向性を固めていくこととなった。

次回協議体：12月3日(火) 16:30～18:00 多世代交流スペース「はまる一む」

歩いてつながる 浜町エリアマップ

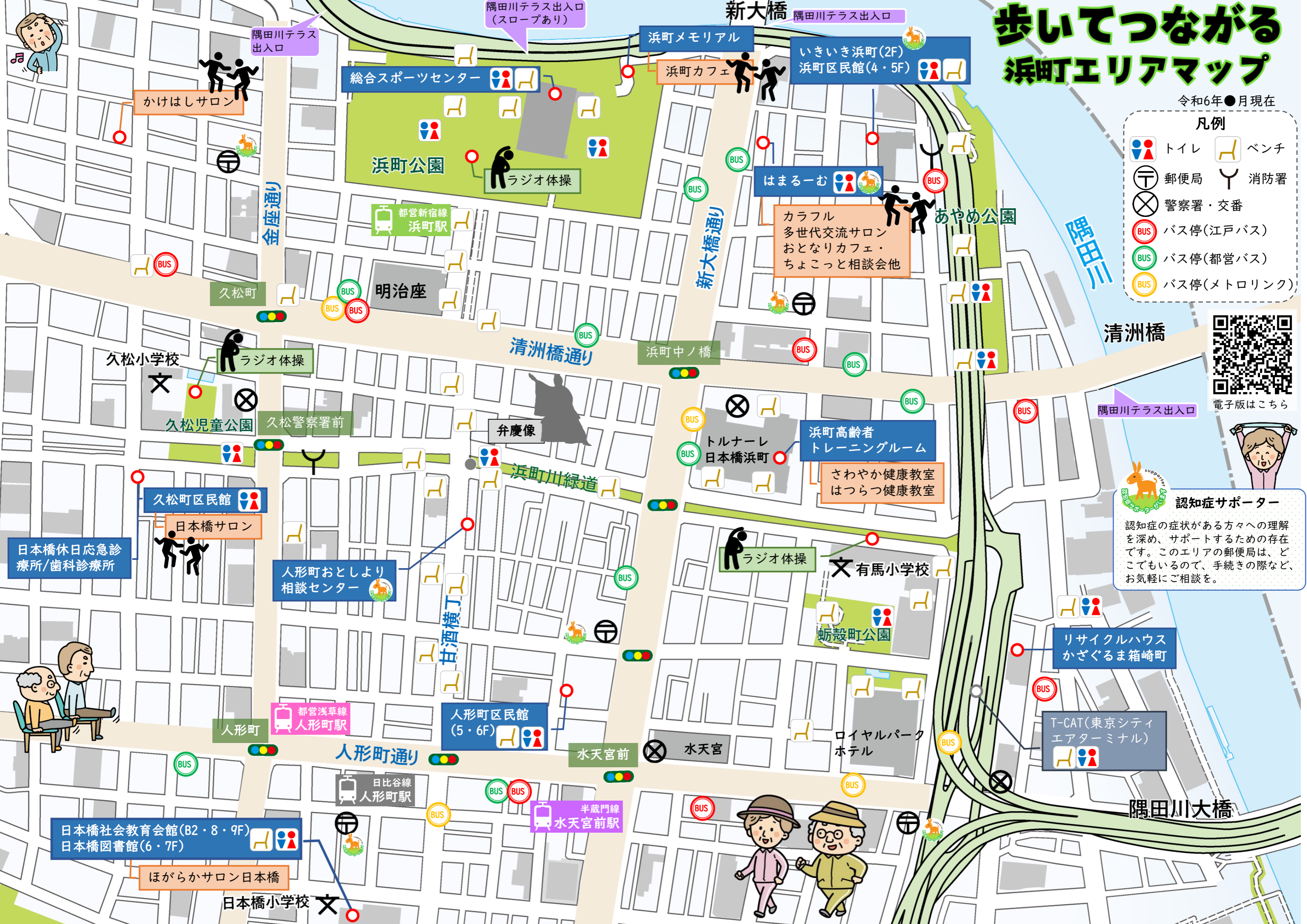
令和6年●月現在

- 凡例
- トイレ
 - ベンチ
 - 郵便局
 - 消防署
 - 警察署・交番
 - バス停(江戸バス)
 - バス停(都営バス)
 - バス停(メトロリンク)



認知症サポーター

認知症の症状がある方々への理解を深め、サポートするための存在です。このエリアの郵便局は、どこでもいるので、手続きの際など、お気軽にご相談を。



かけはしサロン

隅田川テラス
出入口

総合スポーツセンター

浜町公園

ラジオ体操

浜町メモリアル

浜町カフェ

いきいき浜町(2F)
浜町区民館(4・5F)

はまるーむ

カラフル
多世代交流サロン
おとなりカフェ・
ちょこっと相談会他

あやめ公園

久松町

明治座

久松小学校

ラジオ体操

久松児童公園

久松警察署前

清洲橋通り

浜町中ノ橋

弁慶像

浜町高齢者
トレーニングルーム

さわやか健康教室
はつらつ健康教室

久松町区民館

日本橋サロン

日本橋休日応急
診療所/歯科診療所

人形町おとしより
相談センター

浜町川緑道

トルナーレ
日本橋浜町

ラジオ体操

有馬小学校

人形町

都営浅草線
人形町駅

人形町区民館
(5・6F)

水天宮前

水天宮

ロイヤルパーク
ホテル

人形町通り

日比谷線
人形町駅

半蔵門線
水天宮前駅

日本橋社会教育会館(B2・8・9F)
日本橋図書館(6・7F)

ほがらかサロン日本橋

日本橋小学校

清洲橋

隅田川テラス出入口

リサイクルハウス
かざぐるま箱崎町

T-CAT(東京シティ
エアターミナル)

隅田川大橋

歩いてつながる 浜町エリアマップ

浜町公園エリアは、緑豊かで体を動かすスポットもたくさん!このマップを持って、街に出てみませんか!?

歩いてつながる浜町エリアマップ入手先

- はまる一む (浜町3-40-3 1階)
- いきいき浜町 (浜町3-37-1 2階)
- 人形町おとしより相談センター (人形町2-34-4)

<発行>

支えあいのまちづくり協議体(日本橋)

誰もが自分らしく地域で生活できるよう、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っている場です。
詳しくはこちら>>>



<マップ・協議体についてのお問合せ>
中央区社会福祉協議会 地域ささえあい課
03-3523-9295

Memo

人形町おとしより相談センター

高齢者の総合的な相談窓口。利用可能なサービスや介護方法の情報提供・各種講座
介護者同士の交流の場“ピアサロン”も開催
開所日時:平日 9:00~18:00
対象:どなたでも
☎ 03-5847-5580

見守りキーホルダーも配布しています。



いきいき浜町 (浜町敬老館)

健康増進・教養向上のための各種講座/イベント満載!
お風呂もあり
開館日時:毎日9:00~17:00(年末年始除く)
対象:区内在住の60歳以上の方。要登録
講座・入浴 要予約
☎ 03-3669-3385



総合スポーツセンター

プール・トレーニングルームの他、各種教室を開催
開館日時:7:00~21:30 ※第3月曜休館
対象:どなたでも。要登録
講座・教室により、要予約
料金:65歳以上の区民は一部無料
☎ 03-3666-1501



リサイクルハウス かざぐるま箱崎町

不用になった衣類・雑貨・食器等を有償/無償譲渡。
資源の回収、園芸用土の配布
開館時間:9:00~17:00
休館日:毎週月曜、祝日、年末年始、その他館内整理日
☎ 03-3668-5037

ラジオ体操

毎日開催のラジオ体操。終了後に独自の体操やスクワットをしたり、おしゃべり&モーニングに行くグループも。
開所日時:毎日6:20~6:45頃
対象:どなたでも

【地図に掲載している会場】

- ・浜町公園
- ・有馬小学校前
- ・久松小学校



多世代交流スペースはまる一む

散歩の休憩・日ごろのちょっとしたお悩み相談・各種イベント・地域活動の場
開所日時:月・木・金、第2・4土、第1・3日曜
10:00~18:00



対象:どなたでも※
※活動によって、対象が限られることがあります。
☎ 080-4609-1420
(中央区社会福祉協議会 地域ささえあい課)

【地図に掲載しているサロン等】

- ・多世代交流サロン
…第3月曜 15:30~16:30
- ・おとなりカフェ・ちょこっと相談会
…木曜、第1・3日曜 13:00~17:00
100円・おかわり自由
- ・スマホちょこっと相談会
…第2・4月曜 14:00~15:00



お散歩おすすめスポット

隅田川テラス・浜町公園

隅田川沿いは、ウォーキングやランニング、犬の散歩に最適♪浜町公園のグラウンド外周も歩きやすい散歩コースです。

トルナーレ日本橋浜町エリア

スーパーやカフェはもちろん、3か月に一度「浜町マルシェ」やイベントが開催されています。木陰にベンチもあるので、休憩におすすめ。

T-CAT(東京シティエターミナル)

天気を気にせずお買い物&散歩ができます。トイレもベンチもあって安心♪

人形町通り・甘酒横丁エリア

老舗・話題のお店がたくさん! お買い物やお食事・お茶におすすめです。

その他

おしゃれなカフェ・昔ながらの喫茶店があるエリアや、野菜やパンの移動販売が来るスポットなどもあります。ぜひあなたの“お気に入り”を見つけてみてください♪

区民館

区内の団体や企業、区民によるサークル活動、講習会など
開所日時: 9:00~21:00
対象:活動による



- 浜町区民館 ☎ 03-3668-2354
- 久松町区民館 ☎ 03-5640-5606
- 人形町区民館 ☎ 03-3668-5537

浜町高齢者トレーニングルーム

さわやか健康教室

マシントレーニング、自宅でできる体操や栄養・口腔機能改善のためのミニ講習会等
開催日時:お問合せください
対象:生活機能が低下していない60歳以上の健康な区民の方 要申込み
☎ 03-3546-5716(高齢者福祉課)



はつらつ健康教室

転倒予防や膝痛・腰痛予防に効果のある体操や栄養・口腔についての講座など
開催日時:お問合せください
対象:生活機能が低下している65歳以上の区民の方(要介護1から5の方を除く) 要申込み
☎ 03-5847-5580
(人形町おとしより相談センター)

高齢者通いの場

地域の方が運営する高齢者の交流サロン。体操・脳トレ・工作など、活動ごとに異なる内容を実施
予約・登録不要
対象:おおむね65歳以上の区民
☎ 03-6264-7084(介護保険課)
【地図に掲載している通いの場】



浜町カフェ▶
第2・4木曜 13:30~16:00



日本橋サロン▶
第1・3金曜 13:30~15:30



カラフル▶
第2・3水曜 14:00~16:30

かけはしサロン▶
第2・4木曜 10:30~12:00

ほがらかサロン日本橋

アットホームな雰囲気でおいしい食事と懇談・レクリエーション
開催日時:第2木曜 11:30~14:00
対象:70歳以上。要登録
参加費:697円(昼食代として)
☎ 03-3206-0603(中央区社会福祉協議会・在宅福祉サービス部)

