

## 令和6年度 松沢地区

松沢地区の発表タイトルは、「子どもから高齢者まで、みんなが明るく暮らせる町 それが松沢!! ~多世代で取り組もう~」です。

それでは、地区の概要から、ご説明します。松沢地区は、赤堤と桜上水で構成されています。鉄道は北側に京王線、東側に東急世田谷線、南側に小田急線が走っており、道路は区外北側の甲州街道や首都高4号線、区内には赤堤通り、赤松通り、西福寺通り、荒玉水道道路があり、交通の便は比較的良好な地区と言えます。

- 面積 2,123km<sup>2</sup> これは28地区で12番目の広さで、
- 人口 34,140人 は28地区で10番目の多さ、
- 人口密度 1km<sup>2</sup>あたり 16,081人 は 28地区で16番目となっています。
- 高齢化率 21.41% これは高く、28地区で7番目です。
- ついでに、町会・自治会の数は13で、これは28地区で2番目の多さです。

松沢地区は日本大学文理学部もあり若者も目立ちますが、元気な高齢者も多いまちなんです！

さて、松沢地区といえば前回おしゃべりカフェをご紹介しました。

まちづくりセンターの建物の1階に入っている喫茶YOU遊を会場にして毎週水曜日に行っていた事業で、お住まいや年齢にかかわらず飲食をしながらおしゃべりをし、居場所としても親しまれていることなどを報告させていただきました。その後、第二拠点もでき、かわいいのぼり旗も作りましたが、コロナ禍で喫茶YOU遊は一時休業。毎週のように集っていた人たちは 散り散りに…

でもご安心ください！今は月1回ですが、主に地区社協の皆さまのご協力のもと、復活しています！ですので、今年は別の課題に目を向け、解決策への模索に挑戦しました！その記録をぜひご覧ください！

日頃、私たちに寄せられる相談は多岐にわたります。空き家、8050、防犯防災、騒音・振動、生活困窮、ごみの出し方、生きづらさ、居場所づくり、子育て、近隣トラブル などなど。

このうち、特に松沢地区の課題だと私たちが思っていることで、私たちも役に立てるかもしれないと思えるものをまちづくりセンター、あんしんすこやかセンター、社協地区事務局、松沢児童館に、ぽーときたざわや北沢総合支所の保健福祉課や健康づくり課などを加えた“四者連携会議”で話し合い、次の二つを“地区の課題”とさせていただきます。

その1

町会役員の高齢化・後継者不足が深刻化している一方、防災や各種困りごとなどに対する町会への期待は高まっていること。…この頃、地震も多くて心配…。

その2

認知症になっても安心して暮らし続けることができる地域づくりをしたいけれど、「世田谷区認知症とともに生きる希望条例」が浸透しておらず、認知症に対する理解が進んでいないこと。…やっぱり高齢化率が高い地区としては外せないよね…。

で、まず、その1 についての 取組みをご説明させていただきます。

その1 の、『町会役員の高齢化・後継者不足が深刻化している一方、防災や各種困りごとなどに対する町会への期待は高まっている』について四者連携会議で検討したところ…

- 福祉の相談窓口の認知度を上げて、困ったときに頼ってもらえれば、町会役員の負担を軽減できるのでは！？

●災害時、避難所の開設や運営は町会にお願いしているのに、成り手不足よね。

●町会加入率が落ちている。何とかできないかしら。

と言った意見が出まして、多世代、不特定多数の人が集まる場で私たちがPR や勧誘をしてみてもどうだろう。とまとまりました。結果、避難所の訓練の場を活用しようとなったのですが、なぜ避難所としたのか、ここでちょっと、松沢地区の避難所活動における三者の関わりについて補足させていただきます。

松沢地区では、まちづくりセンターだけでなく、あんしんすこやかセンターと社協地区事務局も、日ごろから避難所に関わりがあるんです。まず、避難所運営委員会の活動がとっても活発で、珍しいことに、まちづくりセンター所長も避難所運営委員会の事務局を担っているんです。そして、あんしんすこやかセンターが一部の避難所の会議や訓練にレギュラー参加している。社協も毎年、複数避難所の訓練に協力・従事している。こういったことは、ほかの地区ではあまりないことではないでしょうか。こうした状況から、

◎避難所訓練の場が多世代かつ不特定多数の人が集まる場であることを

三者が共通認識できていて、

◎避難所運営委員の皆様へ受け入れていただく下地もできています。

そして

●児童館職員も都合が付く限り参加することになりました！

その後、町会長会議や避難所の運営委員会などで思いや計画をお伝えし、避難所訓練時に福祉の相談窓口のPRコーナーを設置させていただけることになりました。

福祉の相談窓口のPRコーナーでは、四者にぼーときたぎわを加えた“五者”のPR シールを貼ったトイレトペーパーを配布することにさせていただきました！トイレトペーパーは市販品ですが、避難所訓練なら地震防災、児童館イベントなら子どもの防犯、という具合に、事業の主旨に合った物としました。この画面では赤い枠で囲んである部分をご覧くださいなのですが、丸い、二次元コード付きのシールを包み紙の上の部分に貼りました。二次元コードは区のホームページにつながり、ホームページでは、5者の得意分野を説明して、お困りの際に利用してください、と、連絡先なども掲載しています。トイレトペーパーのほかにも、紙媒体のちらしを配ったり・・・町会加入を勧めるちらしや、避難所運営委員になりませんか？という勧誘ちらしも配りました。避難所訓練だけでなく、町会自治会独自のイベント等にも呼んでいただき、10月から12月の3か月間で、全部で7か所、合計1,400個のトイレトペーパーをお配りすることができました。こちらが実際のPR コーナーの様子です。この右下の男性は保坂区長ですね。区長を始め、大勢の方に立ち寄っていただき、色々お話をさせていただくことができました。トイレトペーパー本体にも、テーマ別に役立つ漫画が書いてあるのですが、外側の包み紙が けっこう目を引いたようで、寄ってきてくださる方々との会話の糸口になりました。画面には映っていませんが、会場によっては、大勢の中学生や大学生が、配る手伝いをしてくれた避難所もありました。意外と“10歳若返る”が中学生にも人気で、家の人と見るよ、と言ってくれたりしました。

こちらもPR コーナーの様子ですが、児童館や町会・自治会のイベントにもお邪魔しました。

成果についてですが・・・福祉の相談窓口PRだけでなく、町会加入率や避難所運営委員の人数を増やす勧誘ちらしもそれなりの数を配りましたが、どれもすぐに答えが出るものではありません。今後、じわじわと成果が出てくることを期待しています。それでも、避難所訓練の際、PR コーナーで、避難所の委員になってもいいですよ、と申し出てくださった方が！

ほかにも、この機会に町会加入を考えます、と言ってくださる、子育て世代の方も結構いて、災害時には特に共助が必要ですので、ぜひ、いい方向に行ってくれることを期待しています。

こうした地道な働きかけが、わずかでも実を結ぶことを願って、これからも続けていこうと思いま

す！

そして、もう一つの課題“その2”についての取り組みをご説明させていただきます。右側の“その2”の方をご覧ください。認知症になっても安心して暮らし続けることができる地域づくりをしたいけれど、「世田谷区認知症とともに生きる希望条例」が浸透しておらず、認知症に対する理解が進んでいないこと。

…やっぱり高齢化率が高い松沢地区としては外せないよね… というこでの取り組みです。この取り組みは令和4年度に始めたのですが、令和4年度はまず、私たちが認知症についての理解を深めよう！ ということで、四者連携会議の中で勉強会を実施することにしました。講師は毎回あんしんすこやかセンター職員が務め、認知症の症状を、実例を交えて学んだりしました。令和5年度は、認知症の専門医をお呼びして、地域の方も聴講できる講演会を開こう！ということになりました。

関東中央病院のご協力により専門医の先生に講師をお引き受けいただき、10月に、四者連携会議主催の“認知症講演会”を実施しました。定員40名に対し36名の申込みがあり、大好評で、講演会としては成功を収めることができました。先生のお話の前後にすこしお時間をいただいて、ぽーときたざわを含めた五者が勢揃いして、各自の職務内容を説明するなどのPRもしました。この講義では、認知症について知るとともに、予防には、健康な生活、食事、【運動】、【積極的な社会活動】が大切だと学びました。【運動】と【積極的な社会活動】に赤いアンダーラインが引いてありますが、後の話につながるので強調しています。

こうして、認知症講演会は無事終了したわけですが、その後、壁にあたりました。これを地区で、四者で、どのように展開していこうか…講演会に参加された方は、認知症が心配な方やご家族、福祉学科の学生さんが中心。あんしんすこやかセンターが実施している「アクション講座」と、受講者も内容も重複していて、四者で連携する事業とするにはなじまないのではないかと。何か、ほかの機会を利用して認知症について理解を深めていくほうがいいのでは…？

そんなとき…世田谷区が令和5年10月から試行実施する事業「せたがやデジタルポイントラリー」のモデル地区に松沢地区が選ばれました！

せたがやデジタルポイントラリーって？当時の条件は、今と少し違いますが、申し込みした65歳以上の方がスマホか IC タグを持ってラリースポットを訪問するとポイントが付き、貯まったポイントは、せたがや Pay のコインまたは区内共通商品券に交換できるというルールでした。適度な運動・外出による健康増進や、介護より手前の状態である“フレイル”を予防しよう、とのねらいがあるようですが…その頃、この事業に参加申し込みされた方から、こんな声が寄せられていました。

- 一人でラリースポットを回るのは心細い
- どこがラリースポットか、わかりにくい
- アプリの入れ方やスマホ操作に自信がない

そこで、ラリースポットをみんなで巡る“歩こう会”を企画しました。

- ◎ 地区周辺なので気軽に参加できるし、無理なく歩くことで適度な【運動】になる、
- ◎ 参加者同士でおしゃべりすることが、【積極的な社会活動】につながる、

つまり、認知症予防にもなるではありませんか！会話の中に認知症の話を持ち込むこともできるし、よろず相談事を伺うこともできるし、ついでにスマホ操作が身につく、といいことづくめ！ということで、即、四者で実施することに決まりました。保健福祉課も都合がつくときに参加しました。9か所から10か所のラリースポット約4.5キロを、2時間半くらいで回るコースを毎回考えてあんしんすこやかセンターが募集しました。令和6年度のデジタルポイントラリーは全地区で実施となったので、羽根木公園や松沢病院など、地区をまたがるコースも組めるようになりました！既に4回実施しま

して、こちらはその時の様子ですが、羽根木公園で散策したり、休憩場所ではお菓子を交換したり、と楽しい時間を共有することができました。こちらの画像も歩こう会の様子です。桜上水から松沢病院まで足を延ばし、将軍池のガチョウを見たり、途中のパン屋さんでお買い物もしました。今年度は冒頭でご紹介した「おしゃべり★カフェ」の“お出かけ編”と位置づけ、喫茶 YOU 遊に集まる第2水曜日と重ならない日に実施しています。喫茶では、近くに座った方とのおしゃべりが中心となりますが、“歩こう会”ではいろいろな人と交流できるので、違った良さがあります。職員等ともすっかり顔なじみの関係に。すでに常連となってくださった方からは、次はいつ？と言っていたいています！デジタルポイントラリーは10月から3月までの事業ですが、少し暖かくなったら再開したいと考えています。「おしゃべり★カフェ」がきっかけで交流が始まった方が大勢いらっしゃるように、この「せたがやデジタルポイントラリー歩こう会」も浸透してゆけば、交流機会を創出する活動としても機能するのではないかと考えています。

最後に、まとめです。今回の発表のタイトルは「子どもから高齢者まで、みんなが明るく暮らせる町 それが松沢！～多世代で取り組もう～」とさせていただきますが、松沢をそんなまちにしたいと、願う私たちの取り組みはまだ模索中です。とりわけ、多世代に広がる事業は、引き続き具体化に向けた検討が必要な状況です。今はただ、小さいことでもコツコツと積み上げ、私たちの存在や思い、活動を知ってくださる方を一人でも多く増やしたいと考えています。そして、今後の取り組みが理想のまちづくりの一助となることを願ってやみません。

以上で、松沢地区の発表を終わらせていただきます。本日はご清聴いただき、ありがとうございました。