

**令和5年度地域包括ケアの地区展開報告会  
北沢地区**

**地区の持つ力で  
福祉のまちづくり**

☆☆地区資源を活かして☆☆

# 地区の概要 (地区の特徴)

● 面積 0.979 km<sup>2</sup>

28地区で28番目

● 人口 18,471人

28地区で26番目

● 人口密度 18,867人

28地区で9番目

令和5年4月



# 地区の概要（福祉関係の統計）

令和5年1月

	平均世帯数	年少人口率	生産年齢率	高齢化率	高齢者がいる世帯率	高齢単身・高齢者のみ世帯率	介護認定率
区全体	1.86人	11.58%	68.05%	20.37%	27.83%	19.99%	21.30%
北沢地区	1.57人	7.67%	70.48%	20.07%	24.81%	17.62%	22.58%

# 北沢の歴史

## ☆遺産☆

玉川上水と三田用水



- 北沢総合支所**  
**北沢まちづくりセンター**
- 北沢あんしんすこやかセンター
  - 社会福祉協議会北沢地区協議会
  - 北沢区民会館「北沢タウンホール」
  - 区政情報コーナー
  - さらさら労働相談はば

# 北沢の歴史

## ☆遺産☆

玉川上水と三田用水



# 地区の概要

- 福祉関係の活動

北沢地区高齢者見守りネットワーク

# 地区の概要

## • 福祉関係



ネット

北沢地区包括ケア事業

北沢地区高齢者見守りネットワーク

高齢者サロン

第77回

ココロン♡さくら



猛暑の夏が去り日ごとに秋を感じるこの頃です  
皆様お変わりございませんか

皆様と一緒に楽しみましょう!!

日時 令和5年10月27日(金)

午後1時30分～4時

場所 昭和信用金庫本店 5階 世田谷区北沢1-38-14

(エレベーターがあるので車椅子でも参加可能)

参加費 200円(お菓子代)

\*参加は申し込み制です

申し込み先 ココロン♡さくら代表 岡崎克美 3421-0988

または 北沢地区高齢者見守りネットワーク事務局

松本智和・桐木智穂 070-3946-9794

申し込み 令和5年10月16日(月)～10月23日(月)

# 4 者連携の状況

- 令和5年度4月からスタート
- 北沢まちづくりセンター、北沢あんしんすこやかセンター、北沢地区社会福祉協議会事務局、代田児童館（北沢子どもの居場所）

北沢総合支所保健福祉課、健康づくり課

- それぞれの強みを生かして4者の連携を図る

オブザーバー参加 保健福祉課長

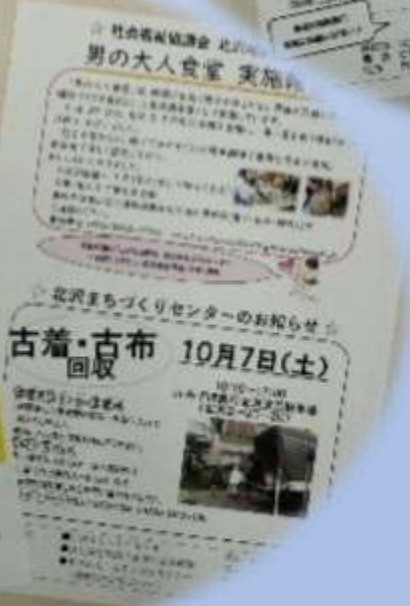
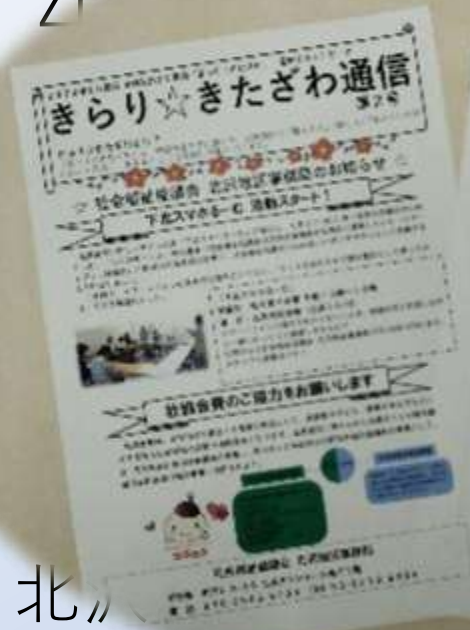


# 4. 状況

ト  
北沢あんし  
代田児童館

北川、味、ケ

・それぞれの強みを  
オブザーバー参加保



# 取り組みの紹介

コミュニケーション

認知症

希望

令和5年度  
北沢地区社会福祉協議会

# ICTを通しての地域づくり

---



高齢者サロン

# 下北スマホるーむ

R5.5月  
サロン登録

“下北スマホるーむ”とは!?

北沢地区で高齢者サロンとして社協に登録しているグループになります。現在は、毎月第4水曜日に北沢地区の方達を中心に実施しています。

当日の内容

地域の方達と  
スマホを通し  
での交流会

写真の撮影  
LINEの使い方  
QRの読み取り

世田谷区社会福祉協議会「ふれあい・いきいきサロン」登録団体

## 下北スマホるーむ

スマートフォンの操作やわからないことを、  
地域の方と交流しながら一緒に練習しませんか？  
定期的に行われた「スマートフォン練習会」で参加者同士の  
交流会を実施してきました。そして「下北スマホるーむ」  
として誕生します。ご参加お待ちしております。



日 時：令和5年5月24日（水）  
時 間：10時～12時  
場 所：北沢地区会館2階（北沢3-3-10）  
参加費：無料  
定 員：若干名

毎月  
第4水曜

内 容

地域の方達とスマートフォンを通しての交流会です。基本的な  
操作(LINEの使い方、QRコードの読み取り方、メール、電  
話、カメラ機能など)交流を通して練習しましょう。

今後も毎月第4水曜日に実施予定です。

申し込み・問い合わせ先

北沢地域社会福祉協議会事務所  
北沢地区担当：松本智和・桐木智穂  
電話番号：070-3946-9794

メール：kitazawa@setagayashakyo.or.jp

Google フォーム



# 目次

---

- 01 何故実施したのか？
- 02 グループ化に向けて
- 03 成果と実績
- 04 今後の課題



何故実施したのか？

01

01

# 何故実施したのか？

## 地域の方達からの声

令和2年度から  
社協職員がスマホ  
操作について個別  
対応を実施。



定期的に決まった  
日程でスマホ講習  
会を実施して欲し  
い。



コロナワクチン接  
種の予約をきっか  
けでスマホ操作に  
不安を覚えた。



01

# 何故実施したのか？

## スマホ練習会として実施

社会福祉協議会北沢地区事務局主催

### スマートフォン練習会

簡単なスマートフォンの操作を一緒に練習いたします！



- ◇ 写真を撮る方法を知りたい！
- ◇ LINE（ライン）の使い方を知りたい！
- ◇ QRコードを読み取る方法を知りたい！
- ◇ 絵文字の使い方を知りたい！
- ◇ スマートフォンの専門用語について知りたい！



事前予約制になりますのでご希望の方は下記お申し込み先までご連絡ください！

※専門的な知識はありませんので、簡単な操作に限らせていただきます。

日にち：7月28日（水）

時間：午前10時00分から12時00分

\*1人30分から60分間になります

場所：北沢タウンホール 4階活動フロア  
（北沢2-8-18）

対象：原則北沢地区にお住まいの方

参加費：無料

人数：若干名



募集期間：7月1日（木）～12日（月）

お申込み先：社会福祉協議会北沢地区事務局

電話番号：070-3946-9794

担当：松本智和・松本実果

※お申込みの際に、お使いのスマートフォンの機種や練習したい内容等をお伺いいたします。





01

# 何故実施したのか？

実施実績 合計 参加者66名/地区サポ41名

- 令和3年 ① 7月28日（参加者5名/地区サポ6名 見学2名）  
② 8月25日（参加者4名/地区サポ3名）  
③ 9月22日（参加者8名/地区サポ4名）  
④ 12月22日（参加者12名/地区サポ6名）
- 令和4年 ⑤ 3月9日（参加者10名/地区サポ2名）  
⑥ 6月22日（参加者5名/地区サポ4名）  
⑦ 9月21日（参加者6名/地区サポ3名）  
⑧ 12月22日（参加者5名/地区サポ3名）
- 令和5年 ⑨ 2月22日（参加者7名/地区サポ6名）  
⑩ 3月29日（参加者4名/地区サポ4名）

# 何故実施したのか？

スマートフォン初心者の方におすすめ！

シニア向け

## 初めてのスマホ体験

～スマホの基本とLINE体験～

いままさに聞けない…

スマホを持っているがよくわからない…

使いこなせるか心配…

実際にスマホを触って体験しましょう！

LINE体験を中心にスマートフォンの基本的な操作の体験ができます！スマートフォンに切り替えようか悩まれている方や、スマートフォンやLINEを使えるようにしたい方におすすめの講座です。

日程：11月10日（水）10時～12時  
 場所：昭和信用金庫 本部（北沢1-38-14）  
 講師：スマートフォンアドバイザー

\*講座中は、参加者全員お貸出機での受講となります。  
 ご自身のスマホはお使いになれません。

対象：北沢地区、代沢地区にお住いのかた  
 定員：20名（先着順）

参加費 無料

申込受付：10月11日（月）から  
 世田谷区社会福祉協議会北沢地域事務所  
 ☎ 03-5787-8537  
 住所：北沢2-11-3 イサミヤビル3階

シニアのための

## スマートフォン情報モラル講座

調べものや家族・友人と連絡が簡単にとることができるスマートフォンですが、ネットのトラブルや詐欺被害にあわないように、正しい使い方や知識をまなび、安全にスマートフォンを使えるようになりましょう！

スマホが便利どころってなに？  
 SNS？Wi-fiって？  
 起こりうるトラブルの事例  
 スマホデビュー検定

日程：3月22日（火）10時～12時  
 対象：北沢地区、代沢地区にお住いのかた  
 定員：25名（先着順）  
 場所：代沢まちづくりセンター活動フロア（代沢5-1-15）

参加費 無料

申込受付：2月28日（月）から  
 世田谷区社会福祉協議会北沢地域事務所  
 ☎ 03-5787-8537  
 住所：北沢2-11-3 イサミヤビル3階

\*感染状況によっては中止変更の可能性がります。  
 \*当日は、マスク着用、検温、手指消毒にご協力お願いします。  
 \*発熱、体調不良の場合は、参加をお控えください。

## 携帯会社協力により

令和3年11月10日

令和4年3月22日

## サロンへ出張

令和3年12月14日

## まちセン講座

地区サポ派遣

01

# 何故実施したのか？

## アンケート

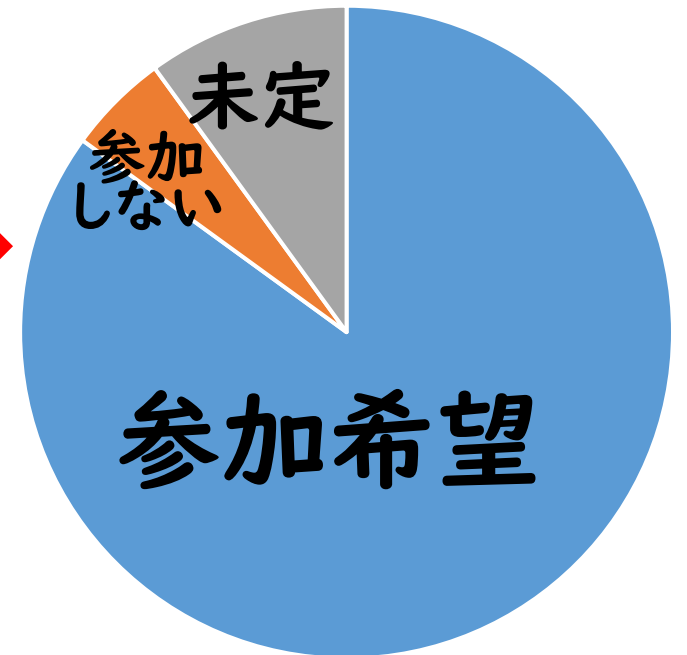
何回も続けて練習  
しないと身につか  
ないと思いました。



何回も聴かないと  
覚えられないので  
また受講します。



次回以降



■ 参加 ■ 参加しない ■ 未定

グループ化に向けて

02

# 02

## グループ化に向けて

### 協力者

#### 地区サポ...女性/50代

- ・のちに代表者
- ・過去に子育てサロン代表者

#### 地区サポ...男性/60代

- ・他のサロン代表者
- ・他の活動も積極的に活動

#### 地区サポ...女性/50代

- ・地域福祉推進員
- ・町会所属

#### 地区サポ...大学生

- ・都内大学在学
- ・ゼミの友人も誘ってくれる

携帯会社のCSR担当者  
からも協力あり!



ミーティングの様子

02

# グループ化に向けて

## STEP 01

準備期

12/13 & 2/1  
打合せMT

- ・開催時期/方法の検討
- ・グループ化に向けて
- ・今後の連絡手段

## STEP 02

実践期

2月 & 3月  
社協主催

社会福祉協議会北沢地区事務局主催  
**スマートフォン練習会**

簡単なスマートフォンの操作を一緒に練習いたします！

- ◇ 写真を取る方法を知りたい！
- ◇ LINE (ライン) の使い方を知りたい！
- ◇ QRコードを読み取る方法を知りたい！
- ◇ 絵文字の使い方を知りたい！
- ◇ スマートフォンの専門用語について知りたい！

事前予約制になりますのでご希望の方は下記お申し込み先までご連絡ください！  
※専門的な知識はありませんので、簡単な操作に限らせていただきます。

日にち：7月28日(水)  
時間：午前10時00分から12時00分  
※1人30分から45分間になります  
場所：北沢タウンホール 4階活動フロア  
(北沢2-8-18)  
対象：原則北沢地区にお住まいの方  
参加費：無料  
人数：若干名

募集期間：7月1日(木)～12日(月)  
お申込み先：社会福祉協議会北沢地区事務局  
電話番号：070-3946-9794  
担当：松本智和・松本実果

※お申込みの際に、お使いのスマートフォンの機種や練習したい内容等をお伺いいたします。

## STEP 03

グループ化

5/24  
自主化

- ・8月に振り返りMT
- ・個別相談
- ・社協から広報協力

# 成果と実績

03

## 成果と実績

- ・ スマホを通しての地域交流が出来た。
- ・ 地域の方の協力で自主団体が出来た。
- ・ 今まで繋がりのなかった方と繋がった。



# 今後の課題

04

# 03

## 今後の課題

- ・ 回の進め方は試行錯誤中。
- ・ 1回悩み事が解決したら終了の方もいる。
- ・ 対応出来る範囲の限界がある。

高齢者サロン

# 下北スマホるーむ

R5.5月  
サロン登録

“下北スマホるーむ”とは!?

北沢地区で高齢者サロンとして社協に登録しているグループになります。現在は、毎月第4水曜日に北沢地区の方達を中心に実施しています。

当日の内容

地域の方達と  
スマホを通し  
での交流会

写真の撮影  
LINEの使い方  
QRの読み取り

世田谷区社会福祉協議会「ふれあい・いきいきサロン」登録団体

## 下北スマホるーむ

スマートフォンの操作やわからないことを、  
地域の方と交流しながら一緒に練習しませんか？  
定期的で開催された「スマートフォン練習会」で参加者同士の  
交流会を実施してきました。そして「下北スマホるーむ」  
として誕生します。ご参加お待ちしております。



日 時：令和5年5月24日（水）  
時 間：10時～12時  
場 所：北沢地区会館2階（北沢3-3-10）  
参加費：無料  
定 員：若干名

内 容

地域の方達とスマートフォンを通しての交流会です。基本的な  
操作(LINEの使い方、QRコードの読み取り方、メール、電  
話、カメラ機能など)交流を通して練習しましょう。

毎月  
第4水曜

今後も毎月第4水曜日に実施予定です。

申し込み・問い合わせ先

北沢地域社会福祉協議会事務所  
北沢地区担当：松本智和・桐木智穂  
電話番号：070-3946-9794

メール：kitazawa@setagayashakyo.or.jp

Google フォーム





ありがとうございました

# 虹からカフェ

～認知症カフェ～

2時から始まる  
ほっと一息の場



虹からカフェ

～認知症になってからも住み慣れた地域で希望を持って自分らしく暮らせる地域づくりを目指して～

虹からカフェ（認知症カフェ）とは、認知症のご本人やご家族、関心のある地域の若、介護や医療の専門職がお客を助めながら、気軽に参加できる地域の交流の場です。地域の悩みを共有したり、情報交換をしたり、ほっとひと息・楽しいひと時を一緒に過ごしませんか。

日程：台風や降雪等の悪天候の際は中止する場合があります。事前にご確認ください。

05月16日(火)	7月22日(土)	9月19日(火)
11月18日(土)	01月16日(火)	3月16日(土)

時間：14時～16時  
場所：北沢タウンホール4階活動フロア（北沢2-8-18）  
申込：要予約（お電話にて申込みをお願いします）

【申し込み・問い合わせ】  
北沢あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）  
電話 03-5476-9101  
【※土 北沢2-17-10、日曜・12月～1月3日休場】

虹からカフェは、認知症になっても住み慣れた地域で希望を持って自分らしく暮らせる地域づくりを目指して開催されています。

# 『しもきた ざわ』

で認知症  
カフェを

---

☺ ふらりと立ち寄れる街の中で

---

☺ 認知症を身近に感じる地域に

---

☺ 認知症のある人もない人も、そして

---

家族も一緒に参加したい

---

☺ 医療介護事業者も共に学び合う場を

---

☺ 地区住民のつながりを大切に



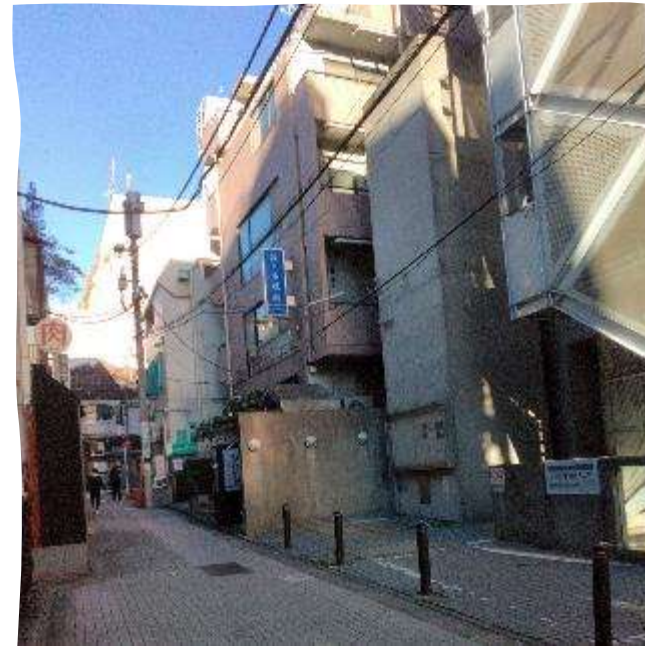
協力店探し、、、  
そしてコロナ、、、

---

§ わかりやすく入りやすい店  
「みんながよく行くスーパーの  
そばは？」

§ **営業中のお店で初回開催!** も、  
「コロナ蔓延、おしゃべりしたい  
けど、でも」

§ 今までの家族会との合体  
「参加者が拡がるといいなあ」



会の定着と地域開催を目指して





男性だけで  
話したいなあ

# 参加者の声から、 男性介護者交流会を立ち上げ

男性ならではの  
悩みもある…

女性のアドバイス  
が必要な時もある  
けれど、  
男同士の共感で  
パワーチャージ！

北沢地区三者連携事業

男の介護を語り合おう

## 男性介護者交流会

介護をされていて、悩んだり、葛藤することはありませんか？  
一人で抱え込まず日頃の思いを話しませんか？  
男性同士だからこそ分ちあえることがあるかもしれません。  
お気軽にご参加下さい。

★日 程：台風や降雪等の悪天候の際は中止する場合があります。事前にご確認ください。  
(Eメール・チラシ・A5、A3、A4、A2、A1の順に配布いたします)

05 4月10日(月)	6月24日(土)	8月15日(火)
10月14日(土)	12月19日(火)	16 2月17日(土)

★時 間：14：00～15：30  
★会 場：北沢タウンホール 4階 活動フロア  
★対 象：区内在住の男性で、現在ご家族を介護している方  
以前介護をしていた方、介護に関心ある方  
★申 込：要予約（お電話にて申込みをお願いいたします）

問い合わせ先：北沢あんしんすこやかセンター  
(地域包括支援センター)

電話 03-5478-9101  
(月～土 8：30から17：00、日祝休み)

ご参加、お待ち  
しています。

※三者連携事業  
(北沢まちづくりセンター・北沢あんしんすこやかセンター・社会福祉協議会北沢地区事務所)



「しもきた散策したい」→  
男のきたざわ散歩実施



虹からカフェ  
ミスター  
ドーナツ開催



# これからの虹からカフェ



希望の木

きたっこ(代田児童館北沢子どもの居場所)の子どもたちが作成協力してくれました!



# 「希望の木」の取り組み

代田児童館北沢子ども居場所（きたっこ）

# 1、北沢子どもの居場所（きたっこ）について

小学生のための、  
児童館のようなところです



北沢小学校が  
下北沢小学校と  
合併した



北沢小学校周辺の  
小学生の放課後の  
居場所がなくなった



「北沢の小学生の  
放課後の居場所」  
として設立

2018年（平成30年）	4月	旧北沢小学校に設立
2020年（令和 2年）	4月	北沢地区会館3階に移転
2023年（令和 5年）	12月	設立から5年8か月と12日

# 子どもたちにメッセージをおくることが私たちの仕事

来てくれて  
嬉しいよ

好きだよ

楽しんで  
もらいたいな～

それはダメだと  
思うよ

強いひとは  
弱いひとを  
助けるんだよ

泣いても  
いいんだよ

ありのままの君で  
いいんだよ

年をとることは  
いいことだよ

約束を  
守るよ

死なないで

一生懸命頑張っていれば  
必ず誰かが  
助けてくれるよ

失敗しても  
いいんだよ

知らない人について行っては  
ダメだよ

ものを大切に  
しよう

間違っても  
いいんだよ

困ったときは  
「助けて」って  
言うんだよ。  
絶対何とかするから



## 2、「希望の木」の活動について

①きたっこ来館者  
(幼児・小学生・中学生・大人)に  
「希望」を書いてもらった



②アクション講座を受けた大人に  
「希望」を書いてもらった



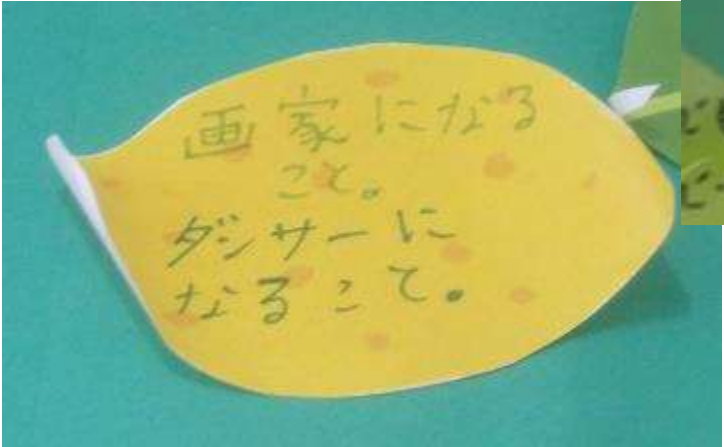
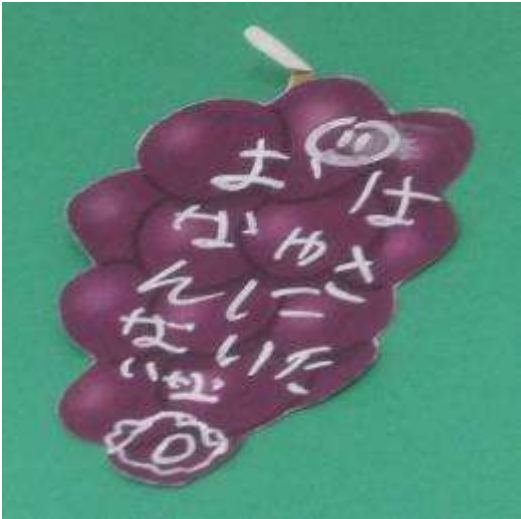
③いろいろな大人が書いた「希望」を  
きたっこ来館者が見た







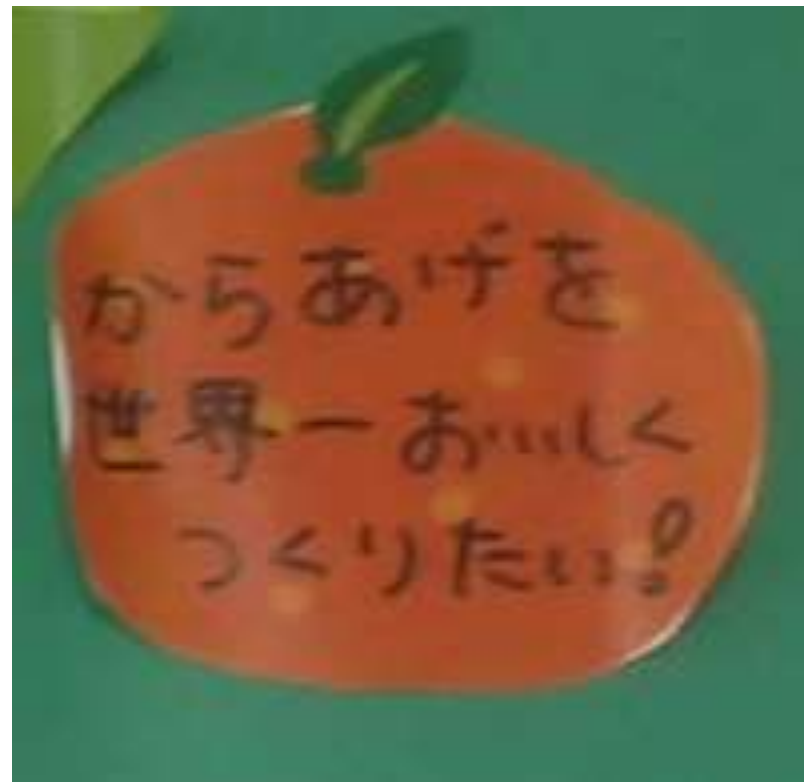
きたっこ小学生



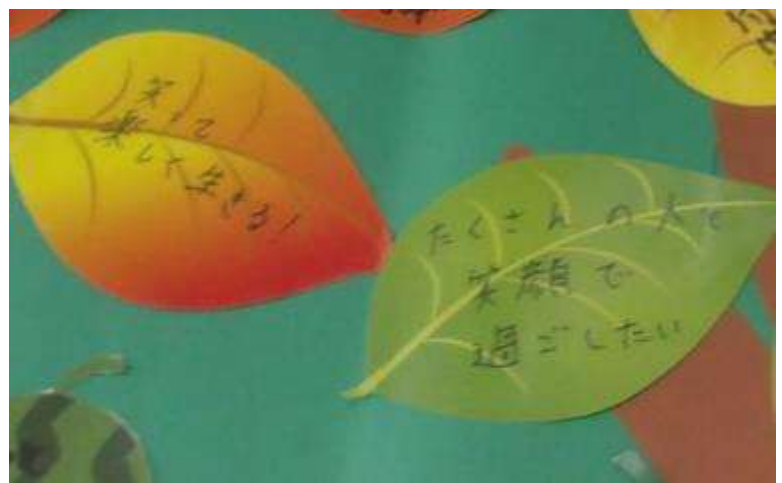
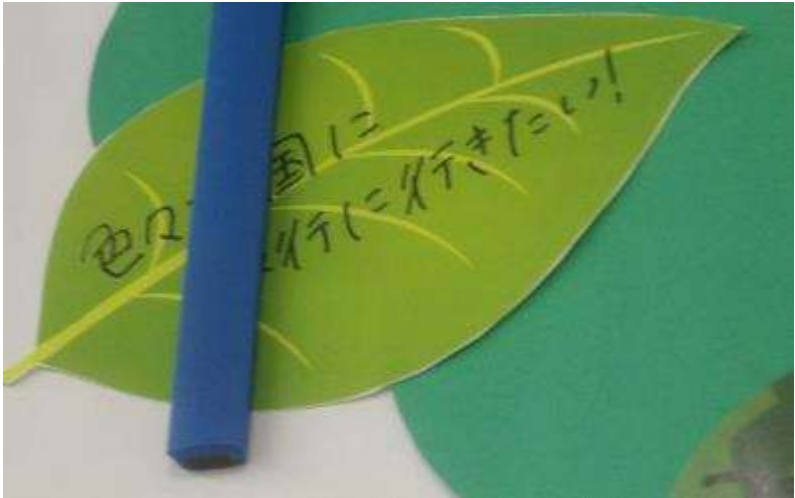
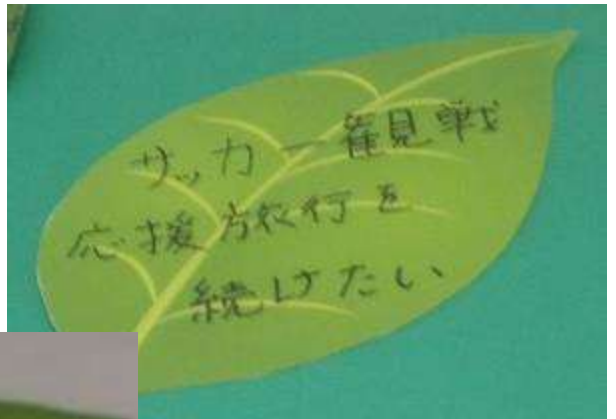
きたっこ中学生



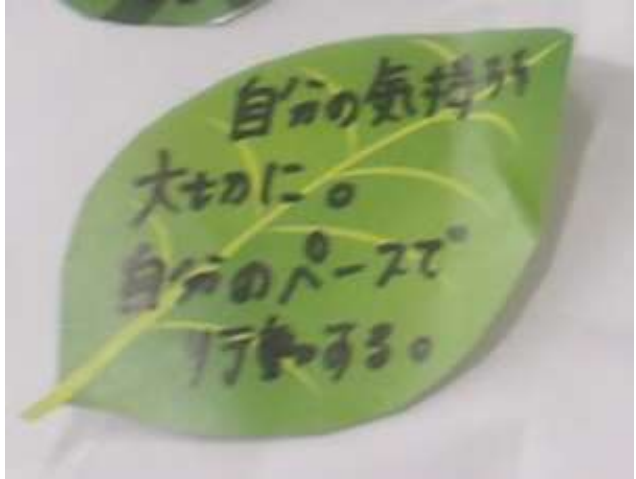
きたっこ保護者の方



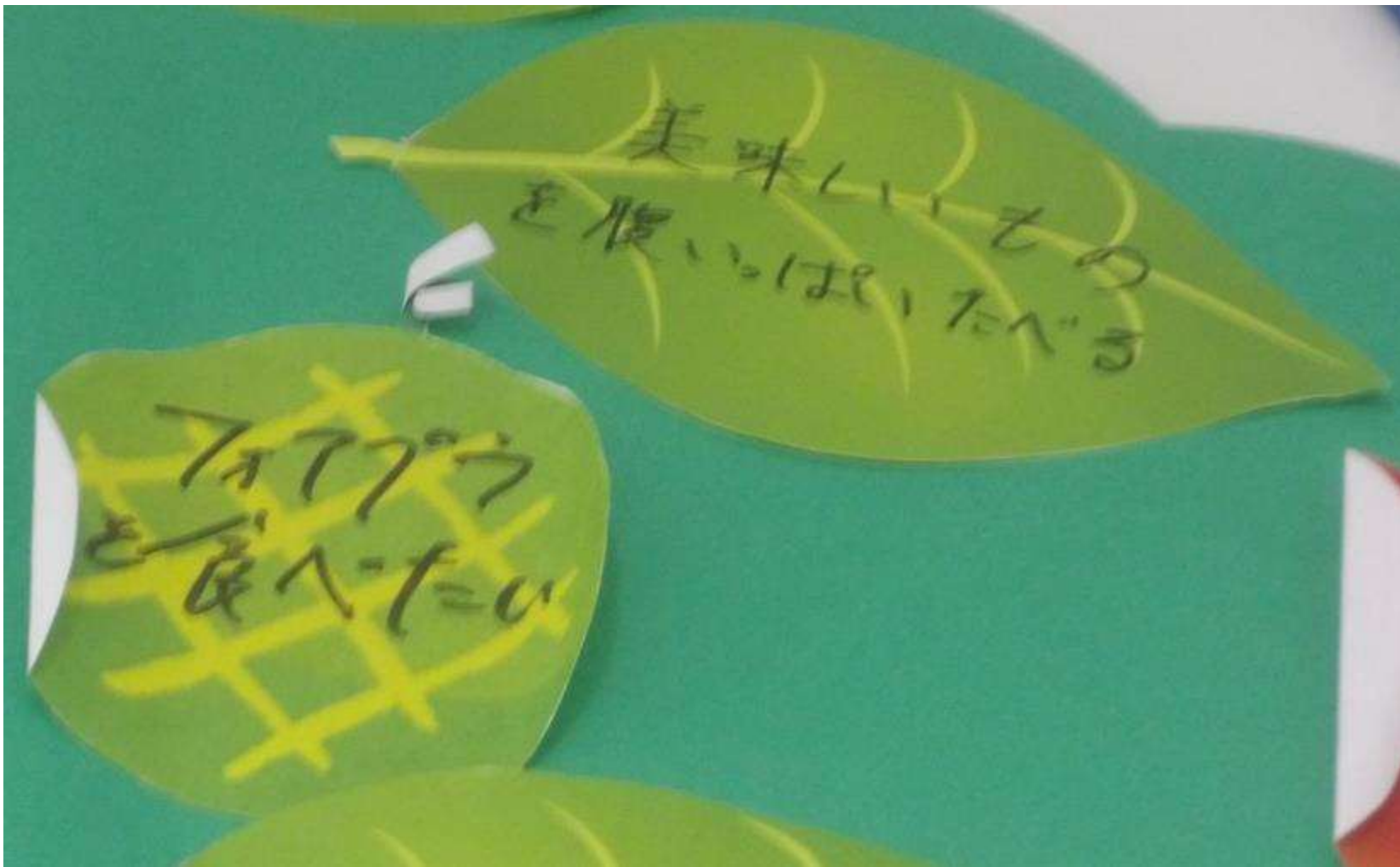
アクション講座を受けた大人の方①



アクション講座を受けた大人の方②



小学生 & 大人の方



### 3、「希望の木」の活動の考察

① 子どもたちが、  
いろいろな大人の「将来の希望」を  
見ることで・・・



「笑う」ばっかじゃん  
(笑)

大人もオタ活  
するんだ～

どのサッカーチームが  
好きなんだろう？  
僕と一緒にかな？

これ、  
誰が書いたの？

大人の人  
意外と普通なんだな～

大人の人  
僕たちと同じようなこと  
思っているんだな～



- ②・知らない大人の人に**関心**が向く
- ・知らない大人の人に**興味**がわく
- ・知らない大人の人を**リアル**に感じる



つまり

③「知らない大人の人もみんなと同じように  
嬉しい時には喜んだり、  
趣味を楽しんだり、  
傷つくことを言われると悲しんだりする、  
ちゃ〜んと夢や希望をもっている一人の人間なんだよ」  
というメッセージになる





ここで、世田谷区認知症とともに生きる希望条例を考えると・・・

4つの視点の③

大人も子どもも、認知症のある人も  
仕事に忙しいお父さん・お母さんも  
生きづらさを抱えた若者も  
毎日スケジュールに縛られている小学生も

③「ひとりひとりが希望を大切にしたい、  
ともに暮らすパートナーとして支えあう」

「知らない大人の人も  
夢や希望を持っている一人の人間なんだから  
ともに暮らすパートナーとして支えあおう！」



④、こういった考えを、みんなが普通に抱いている地域にするための種まきになる。

# 4、まとめ

子どもたちが、未来に希望を持って、今を生きるためには・・・



大人が、ニコニコ  
してしてほしい

大人が、年を重ねることを  
楽しんでほしい




たとえ認知症があっても、  
**希望を持って自分らしく生きていること**自体が、  
子どもたちをはじめ、すべての人にとって  
「年をとっても幸せに過ごせるんだ」  
というメッセージになる。  
**みんなが未来に希望を持って今を生きている、そんな地域にしたいですね。**

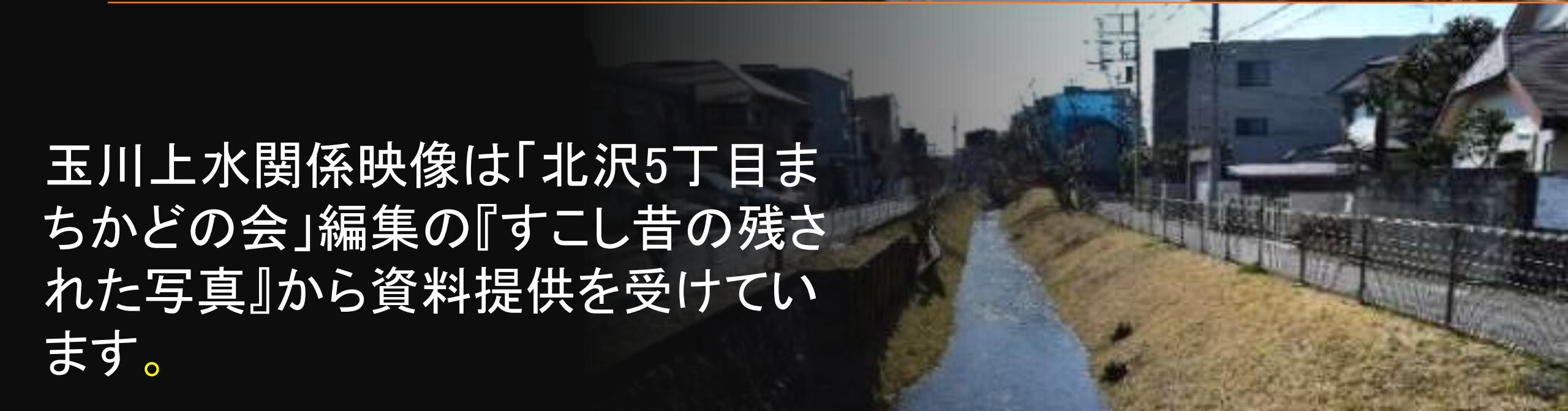


末を  
ご覧あれよ

**地区の持つ力を活かして  
小さな活動を、大きな活動に！  
小さな輪を、大きな輪に！**



ご清聴ありがとうございました。



玉川上水関係映像は「北沢5丁目まちかどの会」編集の『すこし昔の残された写真』から資料提供を受けています。