

若葉台地区社協だより

令和2年4月25日 No.128
発行/若葉台地区社会福祉協議会
会長 熊谷 善友
旭区若葉台3-2 連合自治会館内

第3期地域福祉保健計画取組み

(地区社協 熊谷善友)

～若葉台地区で挑む“つながり”づくり～

第3期地域福祉保健計画地区別計画の歩み

若葉台地区社協では、きらっとあさひプラン(第3期旭区地域福祉保健計画)(*1)に基づいて、若葉台の地区別計画として、「向こう三軒両隣につながるコミュニケーション → 地域での孤立化を防止する」為の活動に取り組んできました。そして、「困った時に声をあげられる雰囲気のある街づくり」を推進するために、あいさつ運動と移動サロンの両輪で推進しています。

挨拶運動 ～ 自然な声掛けの取組み

挨拶のできる関係

世間話のできる関係

移動サロン
(声をあげられる場の提供)

相談のできる関係



*1: 第3期旭区地域福祉保健計画(きらっとあさひプラン)(計画期間:平成28年度～令和2年度)

2025年問題を念頭に10年後の旭区の地域福祉の姿を見据え、そこにいたる前半の5か年の計画として策定され、旭区で生活・活動している「すべての人」が健康でしあわせな生活を送れることをめざし、行政はもとより区民をはじめ、地域の中で住みよいまちづくりに取り組まれている自治会町内会・社会福祉協議会・地域ケアプラザ・福祉施設・各種団体等が協働し、共に力を合わせて取り組んでいます。

基本理念: 地域で支え合い 健康でしあわせな生活を送れるまち 旭区をつくろう

基本目標: 参加しよう! つながろう! 元気になろう!

*: 地域福祉保健計画

地域福祉保健計画は社会福祉法107条に基づき

全国の市区町村が策定する「地域福祉計画」です。

§ あいさつ運動



2018年10月以降毎月地域福祉保健部会を開催して、困った時に声をあげられる雰囲気のある街づくりの施策が「あいさつ運動」です。若葉台のあちらこちらにのぼり旗を立て、挨拶のできる雰囲気を作っていきます。「挨拶のできる関係」から「世間話のできる関係」を経て「相談のできる関係」を目指しています。

§ 移動サロン

あいさつ運動と並行して、世間話のできる場を提供することを目的に「移動サロン」活動も推進していきます。誰でも・気軽に・近くで参加できる、世代を超えた交流の場を提供することにより、多くの人とつながっていることを実感できて、困った時に声をあげられる雰囲気のある社会的孤立の無い街づくりを目指して「移動サロン」活動を推進して参ります。移動サロンの名称も「ほっこり」に決まり、のぼり旗も作成する予定です。



2020年4月からは毎月第1火曜日の13時～15時に「わかばの広場」にて、若葉台地域ケアプラザをはじめ多くのボランティアの皆さまの支援を得て開催します。多くの皆さまのお越しをお待ちしております。

賛助金報告

(会計 入江ゆきよ)

地区社協の活動にご理解とご支援を賜りありがとうございます。皆様からお預かりしました賛助金は令和2年3月末で約95万円になりました。

ありがとうございます。この賛助金は、今年度の様々な行事の費用、若葉台にある福祉団体の活動の助成、現在あるいはこれから若葉台が抱える福祉課題の発見・解決に向けての活動に大切に使用させていただきます。そのためにも賛助金募集の際頂く皆様からのご意見はみんなが暮らしやすい街を目指す地区社協にとって大変貴重です。寄せられた意見・要望は、関係団体へ働きかけ、解決に向けて推進してまいります。

これからもご支援をよろしくお願いいたします。ご協力頂きました皆様、ありがとうございました。

また、令和元年度は以下の法人・団体の皆様にも総額103,000円のご協力を頂きました。この場を借りまして改めて御礼申し上げます。ありがとうございます。（敬称略、順不同）

若葉台管理組合協議会、若葉台診療所、若葉台まちづくりセンター、星槎中学高等学校、222

内科クリニック、ゆみ歯科クリニック、横浜若葉台地域ケアプラザ、ヴィンテージヴィラ横浜、トレクオーレ横浜若葉台、横浜調剤薬局、霧が丘整形外科皮膚科、赤枝病院、横浜きりがおかマタニティクリニック、横浜創英大学、横浜翠陵中学・高等学校、井原造園、旭住宅機器。

3月31日現在

| 自治会名 | 賛助金額 |
|---------|----------|
| 第一自治会 | 138,300円 |
| 東自治会 | 96,301円 |
| 二丁目南自治会 | 183,455円 |
| 北自治会 | 133,510円 |
| 中央自治会 | 83,600円 |
| とちのき自治会 | 89,000円 |
| ゆりのき自治会 | 67,940円 |
| 西自治会 | 56,500円 |
| もみじ自治会 | 62,400円 |
| あかね自治会 | 42,000円 |

《医療・健康講座》

在宅医療の現状(と課題)

(わかば内科クリニック院長 大野力)

前回は在宅医療とはどういうものかについて大まかに説明させて頂きました。今回は、その在宅医療について、要介護認定など介護保険制度や若葉台団地の現状を踏まえてご説明します。

お一人での外出が高齢になり困難な方、脳梗塞後の麻痺でお困りの方など定期通院が難しい方が近年増加傾向になって参りました。そのような患者さんにとって、訪問診療をはじめとした医療、介護サービスを在宅にて受ける機会が増えています。他にも、家に手すりをつけたい、デイサービスの利用や施設入居を考えたい、こういった時に利用するのが介護保険制度です。このような介護給付を受けるためには市区町村へ申請し、まずは要介護認定を受ける必要があります。実際、訪問診療を行っている患者さんのほとんどがこの要介護認定を受けられています。私ども医療者が行う訪問診療と、様々な訪問介護サービスとが連携してご自宅で快適に過ごせるようサポートさせて頂く、これが介護保険制度の礎です。日本では高齢化により年々この介護保険の利用が増えています。

ここで若葉台団地について述べさせて頂きたいと思えます。2019年9月末の時点のデータですが、若葉台団地における高齢化率（65歳以上の方が占める割合）は50.2%で全国平均（28.4%）を大幅に上回っております。通常、高齢化が進むとその分要介護認定も増加するとされていますが、若葉台団地は高齢化率の割に要介護率が低いことが特徴です。要介護率の全国平均が18.5%である一方で、若葉台団地は12%と要介護認定率が低い統計が出ています。つまり65歳以上でもお元気で介護の必要がない生活をされている方が多い地域、それが若葉台団地です。実際、外来診療を行っている私の印象でも65歳以上の患者さんが多く来院され、皆さまお元気にお越し頂いており、そのように実感しつつ日々の診療を行っています。若葉台団地の皆様においては行事やサークル活動も盛んであり、皆様の健康をサポートできるよう、その一端を担えることができると考えております。

わかば内科クリニックは、午前が外来診療、午後を訪問診療と分け診療体制を組んでおります。定期の通院が難しくなった方におかれましては、訪問診療について随時ご説明させていただきますのでお気軽にお尋ねください。（4頁参照）

若葉台地区は2019年9月に高齢化率が50%を超えました。年々、認知症や物忘れについての相談が増えています。それに伴い、自分に必要な福祉サービスをはじめとする様々な契約について判断したり、金銭管理や財産管理に不安を持つ方も増えているように感じます。

今回はこうした方が、住み慣れた地域で安心して暮らしていくために利用できる仕組みについて紹介します。

～ 成年後見制度について ～

- 「認知症（判断能力が不十分）になったら誰が代わりに色々決めてくれるのだろうか？」
- 「私のお金（財産）は誰が管理してくれるのだろうか？」
- 「もし必要のないリフォームで預金をだまし取られたら？」
- 「一人暮らしで相談できる人が身近にいない」
- など、心配になったことはありませんか。



このような方を法律面や生活面で保護し支援するのが『成年後見制度』です。

具体的には、介護保険利用の契約や施設の入退所手続き・財産管理を代行する、一人暮らしの高齢者が高額な商品を買わされたなどの悪徳商法被害から守ってくれます。

この制度には、認知症になってから対象となる『法定後見制度』と判断能力のあるうちに準備をしておく『任意後見制度』の二つの方法があります。

成年後見制度以外にも判断能力はあるが「身体が不自由で金融機関に行けない」「金銭管理に不安がある」という方は旭区社会福祉協議会の“あんしんセンター”の支援が受けられます。

詳しくは、若葉台地域ケアプラザ地域包括支援センターまでお問い合わせください。

～ 消費者トラブルに巻き込まれないために ～

高齢になると、悪質商法などの被害に巻き込まれやすい、被害にあったという認識が薄いという傾向があります。「私は大丈夫」と思わず、普段から家族や地域で話題にして対処しましょう。

電話でお金に係る話が出た時は「詐欺」を疑いましょう。

他人にお金を渡さないでください。

公的・金融機関を名乗る者が来たら、身分証等で確認しましょう。

「あさひ安心・安全かわら版 2020.03.30 より抜粋」



若葉台地域ケアプラザでは、悪質商法による消費者被害や契約トラブルについての普及啓発を図るため、かがやきクラブをはじめとする地域活動に訪問し出前講座を行います。お気軽にお問い合わせください。

《行政委嘱紹介》

保健活動推進員とは

(保健活動推進員 齋藤由紀子)



市民の健康づくりの指針である「健康横浜21」の基、健康寿命延伸を基本目標に掲げ「生活習慣の改善」と「生活習慣病の重症化予防」に重点を置き、2018年特定健診の無料化、2019年大腸がん検診も無料化となり、健(検)診普及啓発と共に、認知症予防にも繋がる歯科口腔保健が新たに加わり、更なる地域の乳幼児から高齢者迄の「心と身体の健康づくり」の推進役として、行政の事業に協力すると共に、地域の実情に応じた幅広い健康づくり活動を行っています。

令和元年、2年度の重点活動は、

- ① 特定健診、がん検診への受診啓発、
- ② 禁煙、受動喫煙防止啓発、
- ③ ウォーキングポイント事業、健康スタンプラリー事業の主体的参加と推進への協力、
- ④ ロコモ対策の推進、
- ⑤ 認知症の理解と予防、
- ⑥ 歯科口腔保健の推進、歯周病予防への啓発

これらの活動を推進するために必要な知識を身につけるため、研修を重ねると同時に、様々な健康・福祉課題について講演会を開催しています。また、旭区の課題である、若い世代の健康意識向上に向けたウォーキングフレンズ事業を行政・ケアプラザと一緒にしています。

事業としては、「赤ちゃん教室」、「子育てサロン」、「献血(二俣川)」への協力や行政事業への協力、若葉台街ぐるみ健康づくり教室の運営、禁煙キャンペーンや感染症予防、熱中症予防、エイズ・梅毒の啓発、体力測定、ふれあい広場で毎年行っている「健康チェック」や乳幼児の救急法を

含めた「子育てママのヘルスアップ教室」等は20年近く催しています。

講演会では、「地域包括ケアシステム」、「地域包括支援センターについて」、「介護保険」、「様々な福祉施設の違い」、「認知症」、「ひきこもり、8050問題」、「健診表の見方」、「生活習慣病や口腔ケア」、目の病気や腰痛、膝痛等と身近な病気について開催、衛生・健康情報を行政や横浜旭中央総合病院と連携しながら、地域が心と身体が元気でいる為に多様な活動をしています。

《振り込め詐欺にご注意を！》

サギ撲滅の2本柱

1 こんな言葉を電話で聞いたらサギだ!

「急にお金が必要!用意して!」
 「キャッシュカードを預かります。」
 「ATMで医療費を還付します。」

2 留守番電話設定のお願い!

「犯人は留守番電話を嫌います。」
 「常に留守番電話設定を!」
 「留守番電話が作動する前に取らないで!」
 「迷惑電話防止機能付き機器の購入検討を!」

神奈川県警察

(2020年4月9日現在の被害総額、暫定値)

旭区 14件、約1900万円

※若葉台で2件発生しました。

※電話機は留守電モードに!



《今後の予定》

- 移動サロン「ほっこり」 (毎月第1火曜日)
- わかばの広場 (雨天中止)

わかば内科クリニック

診療科目 内科一般・消化器・循環器内科・在宅医療

診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝

9:00~13:00 ● ● ● ● - ● -

15:00~18:00 ■ ■ ■ ■ - ■ -

※横浜市健康診査、大腸・前立腺がん検診を行っていますのでお気軽にご相談ください。

●は外来診療 ■は在宅医療 休診日:金・日・祝
 若葉台4-12-105 ☎045-465-4897

【編集後記】

皆さまからいただいた大事な活動資金と共に寄せられた貴重なご意見を活動の糧とし住み良い若葉台を築けたらと思います。新型コロナウイルスが猛威を奮っていますが細心の注意を怠らず不要不急の外出を控えて下さい。(おく)

《編集委員》阿部昭子、入江ゆきよ、太田正廣、奥村利夫、熊谷善友、東海林知子、峰松雅子 (五十音順)

※社協だよりへの掲載記事を募集しています。ご希望の方はお近くの地区社協役員または下記メールアドレスまでお願いします。

Mail: wakabadai.chikushakyou@gmail.com