

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7年度第1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7年5月20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、関連機関、生活支援コーディネーター 計8名

3. 内容

- ・新任職員の紹介
- ・区役所高齢者福祉課より事業説明
- ・意見交換:「歩いてつながる 浜町エリアマップ」を活用したイベントについて

4. 意見交換

前回協議体にて、「歩いてつながる 浜町エリアマップ」の広報を兼ね、主に一人暮らし高齢者を対象に、はまる一むで「高齢者の食/栄養」をテーマにしたイベントを実施することを決定。前回までの議論を基に、生活支援コーディネーターより、チラシ案(別紙)を提示。

●開催日時:

事前にメンバーの予定を調整し、7/15(火)の午後に決定。

→時間は、昼食後少し休んでから来てもらう形がよいのではないかな。

終了時間が4時半頃だと日が陰るので良いのではないかな。

→令和7年7月15日(火) 午後2時半～4時半で決定

メンバーは午後1時頃から集合。

●イベント内容・タイトル:

- ・スペース・設備の都合のため、講師に作ってもらったものを食べる形とする。
- ・高齢者に必要な栄養について学ぶ。
- ・総菜・保存食等に“ちょい足し”や簡単な調理で、高齢者が必要な栄養がとれれば良い。→栄養講座に重点を置くのか、調理・レシピに重点を置くのかを検討した方が良さそう。
- 簡単にできる調理・アレンジをメインとして、栄養の話を付加してもらえると良い。
- 「食べながら学ぶ」というのが良いのではないかな。
- ・栄養&レシピ講座だと自分で調理するように思える。講師が調理をするため、講座を取った方がよいのではないかな。
- ・対象と高齢者のイラストがあれば、「シニアのための」は必要ないのではないかな。
- ・「食べながら学べる」、「おいしく健康!」、「レシピ」は入れたい。

→タイトル:「おいしく健康! 食べながら学べる簡単レシピ」で決定

●協力者:

- ・生活支援コーディネーターより、高齢者福祉課、介護保険課、日本橋保健センターなどに問い合わせたが、対応困難との回答。
 - ・東京都栄養士会については、依頼は受けられるが高額のため保留(約1.5万円/h)。
 - ・ケアサポート十思を運営する社会福祉法人 長岡社会福祉協会に打診し、管理栄養士の結城氏が無償で協力してもらえることになった。
- 全員賛同。

●当日の流れ

- ① 本協議体およびイベントの概要説明
- ② 本編
- ③ マップの紹介

●予約

- ・会場の広さや食材準備の都合もあり、定員15名としたいため、予約制としたい。
→電話、メールにてささえあい課へ申込み、または協議体メンバーが受付け、情報共有
→名前・連絡先・住んでいるエリア(町名程度)の情報があればいい。
- ・予約締め切りは?
→協力者とも相談だが、1週間前あたりを想定。
- ・定員超過の場合、抽選か先着にするか
→連絡等が煩雑になるため、今回は先着順とする。
チラシ等の広報については、足並みを揃える必要あり。

●広報先:

各自2か所ずつ配れたらいいのではないかな。

- ・浜二町会地区のふれあい福祉委員会のイベントの際にお誘いできる。☆
- ・主任ケアマネの会にはメールで周知できる。☆
- ・町会や商店街の掲示板へ掲示できないか。
→町会・商店街の許可が必要。区の掲示板であれば、区の許可が必要になる。
→町会によっては、誘い合って来てもらおうと、それだけで定員オーバーになりそう。
- ・できれば普段イベントや通いの場に行っていない人が来てもらえるといい。
- ・老老介護の世帯は多いが、一人暮らしの高齢者は少ないように感じる。
できれば配偶者等を介護している方をイベントに誘いたい。
→ハイリスクアプローチの対象者は、まさに対象となるのではないかな
→介護保険課が所管となるため、要相談。ただし、そこまでの抽出ができない可能性もある。
- ・スーパー(ピーコック・OK・成城石井)、八百屋、魚屋、コンビニなども対象者が多い。
- ・浜町センタークリニックなどの医療機関☆
- ・自宅前にチラシを貼るとQRを見つけた家族から伝えてくれる可能性がある。

- ・ラジオ体操、通いの場
- ・HAMANOYU えど遊、十思湯など近場の銭湯
- ・図書館、敬老館、スポーツセンター

→あまり配布しすぎると集まり過ぎてしまうのも心配。スーパー等は無理して置かず、下線の対象及びメンバーが直接配付する方向で決定。

●チラシ内容・対象：

- ・概ね 60 歳以上、普段あまり料理をされない方、関心のある方
- タイトル・内容で関心のある方が来るので、興味のある方はどなたでも、でよいのでは。
- 「概ね 60 歳以上の方」だけで良い。
- ・本協議体が主催していることを分かるようにした方が良いのではないかな
- 主催としてチラシ下部に掲載。協議体の説明はイベント冒頭に行う。
- ・はまる一むに来たことのない人に向けてアクセスマップは掲載必要。
- ・浜町エリアマップについて、チラシで触れなくてよいかな。
- チラシに「おみやげ付」「もれなく粗品プレゼント」など掲載する？
- 渡すのは、レシピとマップ程度。過度な期待を招く可能性があるのでは、掲載しない方がよい。
- イベントの終盤で雑談をしながらマップの紹介ができればいい。
- ・申し込み欄に「アレルギーや食べられない食材」を問う内容を追記。
- ・申込時の個人情報の取り扱いについて言及した方がよい。
- 次回以降のお知らせについて、アンケートを取り、希望する方にはお知らせできるようにしたらいいのではないかな。

●スケジュール

- | | |
|---------|------------|
| ・6月中旬 | 協力者との事前打合せ |
| ・6月20日頃 | チラシ確定 |
| ・6月25日頃 | チラシ配布 |
| ・7月15日 | 本番 |

5. 次回協議体：

令和7年8月5日（火）16:30～18:00 多世代交流スペース「はまる一む」

※イベントの振り返りを行うため例年より早めに開催。