

しばさき NEWS

調布市地域包括支援センター 至誠しばさき 機関誌

□発行：至誠ホーム 旭 博之 □編集：調布市地域包括支援センター至誠しばさき
□調布市柴崎1-6-8鴨志田荘2-1F □Tel 042-488-1300 □令和6年2月発行

地域ケア会議の報告 テーマ：「在宅避難」について考えよう

～在宅避難を考えるきっかけに～

災害が起きたら「みんな避難所にいかなければならない」と思っていませんか。避難所での過ごし方や状況を考えたことはありますか。避難所に行っても人がいっぱい入れないかもしれません。大きな地震など自然災害が起きています。「在宅避難」のことも考慮し、備えることによって、もしもの時にも安全に、安心して過ごせるきっかけづくりをと思い、企画しました。

～講義とグループワークを通して～

R5年11月28日に第2回地域ケア会議を開催しました。調布市総合防災安全課 大橋係長による「みんなで進める災害対策」、包括の芳村センター長による「在宅避難の判断ポイント等」の講義に続いて、災害時の避難において住民が抱える個別課題や地域課題についてグループワークを通じて意見交換を行いました。

～在宅避難で困ってしまうことは？～

- ・情報が入らない。水やトイレなどのライフラインが心配。
- ・独居の方が孤立してしまうと認知症が進み生活困難に陥るのでは。
- ・在宅＝孤立でもある。社協や包括など皆が手分けをして訪問し支援をすることが欠かせない。
- ・水害時は調布市の車が巡回して情報提供や現状案内をしてくれるが地震の時はそれが無いので状況判断がすぐに来ない。
- ・災害の規模、大きさによってサポートの度合いも違う。その仕組みを前もって決めておくことは必要不可欠ではないか。 などなど

「地域ケア会議」とは？

地域資源同士のつながりを構築することや、地域の高齢者が抱える課題の把握・共有・地域づくり・資源開発を目的として、調布市では包括支援センターで年3回開催しています。

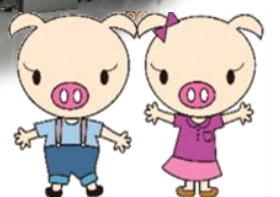
～避難所で困ってしまうことは？～

- ・在宅か避難所かの見極めが難しい。
- ・日頃からの関係性が大切だが、自治会に入る人は減っている。
- ・民生・児童委員は一人暮らしの高齢者を把握しているが、一人では対応しきれない。
- ・高齢者施設に入居している方たちを避難所まで誘導するのは難しい。無事に避難所に着いても、そこで困った人たちになってしまう。
- ・コロナ禍で集会などの集まる習慣が無くなり、防災訓練もしていないのが心配。
- ・高齢者のほとんどは「家を守る」意識が高く、避難所に避難しても自宅に帰りたいがる人もいる。 などなど



～まとめ～

講師の被災地での支援体験談を聞くことにより、災害をより身近に感じ、改めて危機感を抱いたという意見が多数ありました。また、参加者からの質問も多く、それだけ皆さんが普段から真剣に考えている課題であることが伺えました。災害に関することは、毎年行って欲しいという意見もあり、今後も開催できるよう努めていきたいと思っております。



みまもっくん

10の筋力トレーニング
自主グループ「10筋上ノ原」
追加募集!



日時：第2・第4木曜日

14:00~15:30くらいまで

場所：上ノ原ふれあいの家（柴崎2丁目27-25）

参加費：1回100円

連絡先：地域包括支援センター至誠しばさき
042-488-1300

*調布市が推奨する10の筋力トレーニングに取り組み、10年後も元気！を目指しています。体操後、歌をうたったり、クイズをしたりしています。見学だけでもどうぞ。新しい方歓迎します！



特殊詐欺に注意!

賢い対応で、犯人を困らせましょう~!

警察や市役所職員、銀行員を名乗る電話に注意しましょう

・調布市では「キャッシュカードすり替え詐欺」や「還付金詐欺」など、現金や通帳・キャッシュカードを騙し取る詐欺が多発しています。
・犯人は電話で警察や市職員、銀行員、店舗スタッフなどを名乗り様々な手口で騙そうとします。「自分は大丈夫」と油断せず日頃から対策をしておくことが大切です。

- ▲留守番電話を設定し必要な人に折り返しましょう！被害にあわないために最も効果的な対策は、犯人と話さないことです。
- ▲電話でお金に関する話が出たら一旦、電話を切り周囲の人や警察に相談しましょう！親族を名乗っていても注意！
- ▲警察や金融機関が暗証番号を聞いたり、通帳やキャッシュカードを預かることは絶対にありません！他人に渡さないようにしましょう！
- ▲怪しい電話・訪問があったら警察、家族に相談しましょう！

※犯人からの詐欺電話は9割以上が自宅の固定電話にかかってきます!

★特殊詐欺撃退「自動通話録音機」無料貸出あり★

地域包括支援センター 至誠しばさき



地域の高齢者やご家族が安心して暮らせるよう様々な相談に対応して参ります。
お困り事がございましたらお気軽にご相談ください!

担当エリア

- 西つつじヶ丘 1丁目 6~21, 40~58
2丁目 4, 28~30
- 深大寺東町 2丁目 7~9, 21~24, 3~4丁目
- 深大寺元町 2丁目 4
- 深大寺南町 1丁目 1~12, 14, 18~20, 21-1~7, 21-21~, 23, 24
2丁目 1~14, 3丁目 7~17, 5丁目 41~43
- 柴崎 全域
- 佐須町 1丁目 1~14, 2丁目, 3丁目 25~41, 4~5丁目
- 調布ヶ丘 3丁目 23~25, 28~40, 45~74
- 菊野台 1丁目 36-1~3, 37, 38-1, 39 (国税寮 1~2号棟), 40, 41, 45~56

電話 042-488-1300