

# てとてとて



～私がささえる地域でささえる～

この「てとてとて」は東大和市民のみなさんが高齢になっても安心して暮らせるための情報紙として発行しています。地域でやりがいをもって活躍できる場を創りだすこと、介護予防につながる活動、そして支え合いの活動など様々な地域の取組や情報などをお伝えしていきます。

市民のみなさん一人ひとりが手を取り支え合うまちづくりを目指して…



## 【今月号の内容】

- ◎地域の身近な相談役「民生委員・児童委員」をご存知ですか？
- ◎活躍しています！あなたのまちの介護予防リーダー
- ◎第2層協議体交流会を開催しました。

表紙：東大和元気ゆうゆう体操狭山神社境内  
※活動の詳細については3ページをご覧ください。

発行 東大和市  
担当 地域包括ケア推進課 TEL 042-563-2111 (内線1179)  
問合せ 東大和市社会福祉協議会 [ひがしやまと社協](#)   
住所 東大和市中心3-912-3  
TEL 042-564-0012 FAX 042-564-3680

## 東大和市介護予防リーダーをご存知ですか？

東大和市介護予防リーダー会は、東大和市介護予防リーダー養成講座を受け、認定されたボランティアによって構成されています。メンバーが協力し、行政と連携して、高齢者の健康維持・増進のための介護予防を目的としたさまざまな活動を続けています。

### 東大和市介護予防リーダー養成講座

※令和5年6月14日（水）に養成講座の説明会を行います。  
興味のある方は、市役所地域包括ケア推進課にご連絡ください。

介護予防に関する知識と技術を習得し、地域に根差した活動を行える人材を育成します。  
2年に1度開講しています。



前回の介護予防リーダー養成講座の様子

何かを始めてみたい方、地域のお手伝いをしてみたい方、いつまでも元気でいたい方におすすめです。



## 第2層協議体交流会を開催しました

令和5年1月21日（土）、支え合える地域作りに向けて日々活動している7つの第2層協議体から32名のご参加をいただきました。講師には、公益財団法人さわやか福祉財団の岡野貴代氏にご登壇いただきました。

前半は基調講演「支え合いの地域づくりに向けて」をご講義いただき、「支え合いの地域づくりの重要性」についてわかりやすくお話しいただきました。

後半のグループワークに移ると、各テーブルに分かれて「自身の第2層協議体の紹介と課題について」「課題解決について」というテーマで、参加者同士これまでの活動について話し合っていました。それぞれ、とても熱心に情報交換をされていました。

参加者の皆様の熱意と岡野先生の進行に支えられ、最後まで盛り上がり終ることができました。



さわやか福祉財団  
岡野貴代氏



グループワークの様子  
積極的な情報、意見交換がなされました。



## 東大和元気ゆうゆう体操 狭山神社境内

さやま・しみず楽しみたい（地域のことを話し合うボランティアグループ）から立ち上がった体操会場です。今年1月から始まりました。コロナ禍でも地域の皆さんがつながれる機会を作りたい、外出できる場所を作りたい、そういった隊員の想いがつまっています。ぜひ、お誘いあわせの上、気軽にご参加ください。

活動日：毎週木曜日  
時間：10:00～10:30  
場所：狭山神社境内  
内容：東大和元気ゆうゆう体操



さやま・しみず楽しみたいのメンバーです！

## 地域の身近な相談役「民生委員・児童委員」をご存知ですか？

民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱をされた非常勤の地方公務員であり、地域福祉の推進のために活動を行っています。

東大和市には52名の民生委員・児童委員と5名の主任児童委員がいます。皆さんのプライバシーを守り、常に住民の立場に立って相談に応じ援助を行い、必要に応じて関係機関と連携を図り支援を行います。どうぞ、お気軽にご相談ください。

ご相談を希望される方は、お手数ですが、市役所福祉推進課福祉推進係までお問い合わせください。

### 社会福祉のアンテナとして

生活上のいろいろな問題を抱えていたり悩みや要望などがありましたら、ご相談ください。

### 地域福祉の代弁者として

活動を通じて得た問題点や改善点について、必要に応じて関係機関等に意見を届けるよう努めます。

### 高齢者の皆さんには

ひとり暮らしや寝たきりの高齢者の方を見守り、相談を受け、支援します。

### 子どものこと

安心して子育てができるようにお手伝いします。子育ての不安や、ひとり親家庭等の方の福祉に関する相談や援助をします。

### パイプ役として

市民のニーズに対応した福祉サービスの提供などについて、行政や関係機関と連携・相談を行うパイプ役となります。

### 告知板として

福祉サービスの情報をお知らせし、多くの方がより良い制度を利用できるように努めます。

### 生活にお困りの方

生活費・医療費・教育費など、お困りの方の相談をお受けします。

## 現在、活動されている民生委員の方にお聞きしました。

東大和市民生委員・児童委員協議会の会長、副会長をされているお二人からお話をお聞きしました。

東大和市民生委員・児童委員協議会会長  
樋口健次氏



－民生委員になったきっかけは？－

10年前に転入し、地域を知るために何かできないかと思っていたところ、社協での見守り・声かけ活動を知り、8年前から見守り・声かけ活動の協力員として始めました。

協力員には民生委員の方が多く活動しており、民生委員の活動を知るきっかけになりました。皆、生き生きと活動していたのを覚えています。そんな時、退任される委員に声をかけられお引き受けしました。

－民生委員の活動のやりがいを感じる時は？－

民生委員となって見守り・声かけ活動を続けることで地域のことがよくわかるようになりました。始めた頃は不安で一杯でしたが、研修や社協、ほっと支援センターなど関係機関とつながることで多くの事を学び、相談がきても返答できるようになり、喜ばれることで自分自身の自信や成長にもつながっています。

東大和市民生委員・児童委員協議会副会長  
藤澤春恵氏



－民生委員になったきっかけは？－

知人からの推薦で、「地域のためにやってくれない？」と声をかけられました。当時の私は特に地域のために活動することは考えていませんでしたが、タイミング的に仕事を退職し、これから何をしようかと考えていた時だったので民生委員の活動を良く知らずに軽い気持ちで引き受けました。(笑)

－民生委員の活動のやりがいを感じる時は？－

それまで仕事をしていてご近所のことよく知りませんでした。民生委員の活動を始めると、見守り・声かけ活動のリーダーやサロンの代表にもなり、活動を続けていくうちに多くの地域の方と知り合うことができました。今は地域のつながりを感じています。民生委員になり、生活は忙しくなりましたが日々、楽しく活動しています。

## 東大和警察署からの連絡



東大和警察署 042-566-0110 防犯係

### 1 特殊詐欺被害に気を付けましょう

【令和4年の特殊詐欺被害状況】（ ）内は前年比

	件数	被害額
警視庁管内	3218件(-101件)	約67億8000万円
東大和署管内	28件(±0件)	約1億2480万円
○東大和市	7件(-10件)	約2,656万円
○武蔵村山市	21件(+10件)	約9,824万円

犯人は、言葉巧みに誘導します。また、男性ばかりでもありません。少しでも「おかしい？」と思ったら周囲の人に相談しましょう。



※警視庁のホームページから犯人と被害者のやりとりの音声を聞くことができます。

### 特殊詐欺の手口

#### その1 キャッシュカード詐欺

銀行員を名乗って、「あなたのキャッシュカードが不正利用されています。銀行員（警察官）が家に行きますので渡してください。」と指示する。

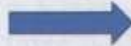


#### 被害防止ポイント

銀行員（警察官）がキャッシュカードを受け取りに行くことは絶対にありません。

#### その2 オレオレ詐欺

身内（子ども、孫など）を装って、「カバンを失くした、事故を起こした。すぐにお金を用意しないと会社をクビになる。」と訴える。



一度電話を切って家族に連絡して確認しましょう。

※多額のタンス預金はしない。

#### その3 架空料金請求詐欺

パソコンや携帯電話に、「ウイルスが感染した。〇〇の料金が未払いである。サポートセンターまで連絡して。〇〇〇-〇〇〇〇-〇〇〇」とメールや通知がくる。

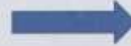


不審なメールは開かない、表示された番号に電話しない。

※要求された電子マネーは買わない。

#### その4 還付金詐欺

市役所を名乗り、「通知は確認しましたか？お金が戻ります。今ならATMで手続きすれば間に合います。」と促す。



ATMで医療費やコロナ感染症の給付金は受け取ることはできません。

こんにちは！生活支援コーディネーターです。

新しい第1層生活支援コーディネーターです。



東大和市社会福祉協議会  
高野 絵理佳です。

安心して暮らせる東大和を、地域の皆さまと一緒に考えていきたいと思っています。よろしくお祈りします！



ほっと支援センター きよはら吉川です！

皆さまと一緒に住んでいて良かったと思える地域を目指したいと思っています。



ほっと支援センター なんがい岡部です！

誰もが寄り添い、自然と交流できるあったかい地域にしていきたいです。



ほっと支援センター いちくぼ長谷川です！

皆さまが元気で笑顔あふれる地域を目指していきましょう。



ほっと支援センター しみず岡部です！

できる「やりたいうが活かせる地域を皆さまと一緒に作っていききたいです！

お問い合わせは  
社会福祉協議会 042-564-0012まで

【編集後記】5月から担当業務変更のため、最後の編集後記となりました。平成28年度から第1層生活支援コーディネーターとして、多くの市民の方とお会いし、活動に参加させていただき、お話をさせていただきました。この7年間は私にとっての宝物です。大変お世話になりました。

第1層生活支援コーディネーター 山中 陽子