

きたふくし

今号のトピックス

- 「我が事・丸ごと」の地域共生社会の実現にむけて(1面)
- 高齢になっても地域で自立して暮らしてゆくには…(2面)



豊島わくわくランチとサロン縁じょい滝東のみなさま

北社協キャラクター「アイちゃん」

きたふくし139号(1月15日発行)の写真のタイトルが間違っておりました。申し訳ございませんでした。

話がある和になる輪ができる

北区社会福祉協議会は、これからも地域のみなさまとともに歩みます。

編集・発行 社会福祉法人 北区社会福祉協議会(北社協)

「我が事・丸ごと」の地域共生社会の実現にむけて

●誰もが安心して暮らせるまちで暮らしたい

これからの地域福祉の推進に関して、重要なキーワードである『「我が事・丸ごと」の地域共生社会の実現』をご存知でしょうか？

私たちは、だれもが住みなれた地域の中で安心して生活したい、という願いがある一方で、老老介護や一人暮らし高齢者の孤立、経済的な困窮など、将来に漠然とした不安を抱えている方もいらっしゃるのではないかと思います。北区社会福祉協議会に寄せられるご相談のなかにも下記のようなお声をいただくことがあります。

ひとり暮らしして不自由はないが、妻が亡くなってからは近所の人とも話しをしなくなりました



今は元気だけど、子どもがいないので将来が不安



育児と親の介護を同時に行う必要から離職を余儀なくされ、経済的に困ってしまった



また地域では、近所の住民の困りごとに気づき、何か手助けができないかと考える方たちもいらっしゃいます。

子育てで疲れている若いお母さんたちに何か援助ができないか



近所のひとり暮らしのお年寄りの様子が心配



など、このような将来の不安や、人との繋がりが希薄になってきていることに起因する問題は、公的な福祉制度等で解決できる範囲が限られており、地域のつながりやたすけあいの力が必要になっています。

●「地域共生社会」の実現にむけて

このような中で、現在、厚生労働省では「我が事・丸ごと」の地域共生社会の実現という目標を掲げ、地域で起こっている問題を「他人事」にしない社会づくりと、対象・分野別など縦割りになっている社会保障の仕組みを複合的な問題を「丸ごと」受け止めるための改革によって、だれもが役割をもちながら生きがいや健康づくりにもつながるような計画や取り組みをすすめています。

そこで、地域においては、住民同士が日頃からつながりを持ち、発見されにくい問題を早期に発見し、専門職などと連携しながら地域のささえあう力で問題解決をはかるための「地域の問題解決力」が必要になってきています。高齢者や障がい者など地域で暮らす誰もが、あるときは支え手になり、困ったときには支えてもらいながら共に生きる社会にするために、社会のあらゆる層が連携していくことが、「我が事・丸ごと」の地域共生社会の実現につながります。

北区社会福祉協議会でも、これまで地域住民が福祉活動に参加することでたすけあいの輪をひろげるためにさまざまな取り組みを行ってまいりましたが、今後も、この「我が事・丸ごと」の地域共生社会の実現の理念とともに、地域の問題解決力を向上させるための取り組みを行ってまいります。

●改革の方向性

- ・公的支援の「縦割り」から「丸ごと」への転換
対象や分野別でなく個人や世帯の抱える複合的課題を包括的に支援する方向へ
- ・「我が事」・「丸ごと」の地域づくりを育む仕組みへの転換
住民の主体的なささえあいを育み、安心感と生きがいを生み出す

●改革の骨子

1. 地域課題の解決力の強化
住民同士が世代や背景を超えてつながり、役割をもち、社会から孤立せず安心して暮らせる社会を実現させる。
2. 地域丸ごとのつながりの強化
高齢者や障害者、生活困窮者などが、就労や社会参加の機会を得て社会課題の解決に参加できる。
3. 地域を基盤とする包括的支援の強化
地域住民と公的支援が連動し、地域を丸ごと支える包括的な支援体制を構築する。
4. 専門人材の機能強化・最大活用
住民とともに地域をつくり、地域生活の中で本人に寄り添って支援をする専門人材を養成していく。

「地域共生社会」の実現にむけての詳細は厚生労働省ホームページを参照してください
<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000184346.html>

地域共生社会とは

制度・分野ごとの『縦割り』や「支え手」「受け手」という関係を超えて、地域住民や地域の多様な主体が『我が事』として参画し、人と人、人と資源が世代や分野を超えて『丸ごと』つながることで、住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域をともに創っていく社会

Facebookやっています！
北社協の最新情報やお知らせを随時掲載しています。ぜひご覧になってみてください！



ホームページもご覧ください <http://kitashakyo.or.jp/>

お問合せ 北区社会福祉協議会 Tel.03-3906-2352
北区社会福祉協議会の広報紙「きたふくし」は年6回発行です。ホームページでバックナンバーもご覧になれます。



高齢になっても地域で自立して暮らしてゆくには…

東京23区内における一人暮らしで65歳以上の人の自宅での死亡者数は、平成24年～28年まで5年続けて2,000人を超えています。また、誰にも看取られることなく、亡くなった後に発見されるような孤立死(孤独死)を身近な問題だと感じる人の割合は、60歳以上の高齢者全体では2割に満たないが単身世帯では4割を超えているのが現状です。

高齢者が孤立を予防するには、どのようなことを心がけて生活したら良いでしょうか。老い支度講座でおなじみの石川由紀先生から教えていただいている“コツ”をご紹介します。

地域で暮らす高齢者の自立のコツ

(生活アドバイザー・「単身けん」事務局長 石川由紀氏より)

高齢期の自立とは

「若い時代の自立とは、できないことを一つずつできるように学習すること。
老いの時代の自立とは、できなくなっていくことを一つずつ他者に委ねる支度をする。」

【1】高齢期の生き方の基本は

できるだけ多くの人に分担して支援をお願いする。
少しずつ迷惑をかけて生きていくこと。

【2】お金にも家族にも頼らない生き方を目指して— その準備とその手段

① 「生き方上手」は「頼み上手」

自分の人生は自分が主人公・主役——まずは主役の自覚を持って
周囲を見て、黙っていても誰かが助けてくれると思わないこと。

② 頼み上手になるコツ

- 小分けして頼む→1人で引き受けるのに躊躇させるから。
- 得意な人に頼む→不得手なことを頼めば、
応じてもらえない可能性があるから。
- 多くの人にばら撒く→家族であっても1人で引き受けるには
荷が重い時がある。
- コツ→思い切って少しずつ—しくなる。

③ 金持ちになれないときは人持ちになる

- 生活支援ビジネスが都市部は充実していますが、その対価が
支払えない経済状態のときは、無償のサービスに頼りましょう。

- 助っ人の見つけ方・作り方は、同じ境遇の人たちばかりでなく、
自分とは違う年齢・環境・性別・思考の人にも注目して、視野を広
げましょう。

「助けて!」と言える相手を作る
自分でできるSOSの出し方を考える
普段は助け上手になる
助け合いのグループに入る
「迷惑をかけない」「世話にならない」を口癖にしない

④ 情報通になれ——情報の在り処

自助 —— □コミ、チラシ、ネット
共助 —— 公民館等公的貸し館の利用団体
公助 —— 広報紙

●情報の落とし穴に要注意

テレビ等マスコミの情報はビジネス絡みのことが多く、□コミは
個人的な感想が多いので、必ずしも自分に合っていないこともあ
ることを承知して、丸呑みしない。

⑤ 覚悟する

公的支援、共済支援、私的支援の情報を集め、自身の能力と経済
力、現実を確認し、擦り合わせをして、納得のいく暮らしを創ること。

北社協では、だれでも気軽に通うことのできるサロンを運営しています。
くわしくはお問合わせください。

お問合せ

地域福祉係

Tel. 03-3905-6653

みなさんもこうしたコツを
参考にしてみてくださいね。



権利擁護センター「あんしん北」専門相談

高齢者や障がい者、またそのご家族の方などの
日常生活の中で法律にかかわる相談について、
専門員(弁護士などの専門家)が無料で相談に応
じます。

まずはお気軽にご相談ください。

- 成年後見制度について詳しく知りたい
- 成年後見人の業務について知りたい
- 遺言書や相続について詳しく知りたい
- 親族や知人が権利侵害にあっている
- 老後や親亡き後の財産管理が心配

【日時】第1・第3 水曜日

午後1時30分～午後4時30分(1時間程度)

- ※ 予約制です。前の週の金曜日までの受付になります。
- ※ 出張相談も可能ですのでご相談ください。

【会場】岸町ふれあい館 第1集会室(予定)

東京都北区岸町1-6-17
JR王子駅(北口)下車徒歩5分、
地下鉄南北線王子駅(3番出口)下車徒歩5分



お問合せ

権利擁護センター「あんしん北」

Tel. 03-3908-7280

歳末たすけあい・地域福祉募金

歳末たすけあい・地域福祉募金へのご協力ありがとうございました。

みなさまのご協力により平成29年12月1日から12月31日までの間に**24,449,144円**の募金が集まりました。

みなさまからの募金は、高齢者や障がい者、子育て中の方などが地域で孤立しないようにささえあっていくことを目的とした「地域ささえあい活動」の応援など、地域福祉の推進のために役立てていきます。

募金が地域の福祉に役立てられるまで

募金運動終了後、地域の代表の方々により構成される「共同募金会北地区配分推せん委員会」が開催されます。委員会では、歳末募金の助成を申請している団体について、また助成金の使途や金額の妥当性などが審査されます。このように、みなさまからの募金はその使途について厳正な審査を経て助成団体へと配分されています。

<北地区配分推せん委員会の構成>

町会自治会連合会・共同募金会北地区協力会・赤十字奉仕団・民生委員児童委員協議会・北区社会福祉協議会、それぞれの代表者 計14名



歳末たすけあい・地域福祉募金のご報告を、町会自治会経由の回覧板でおまわししています。北社協ホームページからもご覧いただけます。



介護予防拠点施設 ぷらっとほーむ 滝野川東・桐ヶ丘 平成30年4月スタートします！

「ぷらっとほーむ」ってどんな場所？

介護予防拠点施設ぷらっとほーむは、高齢者の皆様が、住み慣れたまちで元気に自立した生活が送れるように、仲間づくり、健康づくり、いきがづくりを応援する施設です。

いきいきとした生活を送るためのヒントとなる講座や教室、情報交流や相談のできるカフェの開催や、歩いて通える身近かなところに通いの場が増えるように、体操などを行うグループ活動の支援なども行います。

また、介護予防や認知症予防のためのプログラムの提供も行います。

地域の方々との交流を深め地域に根差した活動を拡げていきます！



事業のご案内

●地域づくりによる介護予防のための取組み

【対象】高齢者やボランティアを含む地域の方々

【主な内容】介護予防教室(ストレッチや筋トレ、認知症予防教室、音楽療法、園芸、料理教室等)
ボランティアや地域の方々とのふれあいサロン等(喫茶、創作活動、情報提供等)
その他(グループ立上げ支援、出前講座、体力測定会等、相談の受付等)

●通所型サービス

体の虚弱な高齢者のための、週1回施設に通って受ける運動等のプログラムがあります。滝野川東/木曜日、桐ヶ丘/水曜日に実施します。

内覧会を開催します！

「ぷらっとほーむ」について、施設の概要や今後の予定についてご紹介させていただきます。オープニング企画、体操等の体験企画も行います。ぜひ、お越しください！

【日程】

滝野川東 4/2(月)～7(土)

オープニング企画 5日(木) 花柳琴臣さんによる日本舞踊、藤間さくら女さんによる日本舞踊エクササイズ体験(11時～12時)

桐ヶ丘 4/9(月)～14(土)

オープニング企画 11日(水) 骨密度測定会(10時～14時)、グランフィーノによるミニコンサート(11時～12時)

【時間】 午前10時～午後4時まで

※事前申込は不要です。当日、直接会場にお越しください。
詳細は各施設までお問い合わせください。

お問合せ先

介護予防拠点施設
ぷらっとほーむ

滝野川東 北区滝野川1-46-7 滝野川東区民センター 2階

桐ヶ丘 北区桐ヶ丘1-6-2-101

Tel.03-5974-2540

Tel.03-3908-1277

遺贈によるご寄付をいただきました

北区社会福祉協議会（以下、北社協）では、平成29年度に2件（約2100万円）のご遺贈をいただきました。民間の社会福祉団体としてみなさまからの寄付や会費が重要な財源となっている北社協としては、このような高額な寄付をいただくことができ、感謝に堪えません。

この「遺贈」という言葉はあまりなじみのない言葉かもしれませんが、生前に正規の手続きで作成された遺言書により、法定の相続人以外に北社協などを指定して財産の贈与を行うものです。近年は、一人暮らしの高齢者などが増加していることから、相続すべき親族などの無い方も多くいらっしゃいます。

また、自分の遺した財産を自分の意志で社会貢献活動に役立てたいと注目される方も増えているようです。「遺贈」を行うためには生前に十分な検討と準備が必要になります。

なお、正規の手続きにより遺言書を作成するためには弁護士など法律家のアドバイスが必要な場合もありますので、関心のある方は北社協までご相談ください。



北社協などの公益法人等に財産を寄附（贈与又は遺贈等）した場合の譲渡所得等の非課税の特例については、国税庁のホームページをご覧ください。

http://www.nta.go.jp/shiraberu/ippanjoho/pamph/pdf/h29kouekihoujin_02.pdf

ご寄付ありがとうございました

寄付金をお寄せいただいた方々

(株)なとり 高橋純 樋口ミヨ子 長岡岡郎 越野建設(株) 東京北ライオンズクラブ 十条駐屯地 曹友会 篠原五十鈴 桐ヶ丘ブランドの会 富士見幼稚園後援会 西蓮寺 鶴ヶ丘楽生会 飛鳥友の会 第42回浮間バザーともちつき実行委員会 西蓮寺檀信徒一同 滝野川大バザー実行委員会 第41回桐ヶ丘バザー実行委員会 市川美與子 松川由美子 土肥寿子 大野新司 北区おかみさん元気クラブ 高木良一 山中たか世 中村スミイ 紅葉会 中外製薬労働組合 増田和子 平松徳尊

物品のご寄付

青空会(ナイロンたわし、雑巾) 徳田千恵子(未使用切手) 前田寿枝(紙おむつ) 海老澤京子(紙おむつ) フードバンクいたばし(食料品) エンジェル蕨(食料品) 中野八重子(足カバー) 中央図書館(雑誌付録) 滝野川図書館(雑誌付録) 赤羽図書館(雑誌付録) 飛鳥友の会(雑巾) 西六長生会(タオル、雑巾) 京橋千疋屋(フルーツゼリー) 坂内光子(未使用はがき)

使用済切手・その他のご寄付

荒川正代 市川政雄 井上信江 今井孝司 上島弘 宇野恬子 大蔵敏雄 大村弘子 小笠原長治 風間美子 梶野京子 梶原政子 神谷努 亀井敬子 川名はつ子 岸芽梨 木戸栄子 倉繁日出子 小玉雅之 小林昭子 近藤 齊藤孝子 齊藤満 佐々木ナヲ 佐藤征子 篠政繁 首藤清美 杉淵洋子 諏佐あさ 鈴木純子 鈴木藤子 高橋信子 瀧澤和子 田中良子 田結 張原 徳田千恵子 富田 新村明 野口広実 野沢みち子 早川優輝 半田清一郎 星野寿子 牧博 増田夫佐 間所貞夫 丸山理恵子 宮武宣美 山崎宗一 山田絢子 横尾照子

赤羽岩淵ひがし歯科 石亀総合会計事務所 越野建設(株) しろぎや 吉田文夫会計事務所 リョービ株式会社 渡辺歯科医院 (株)王子製作所 (株)宮崎パルプ工業 (税)安心資産税会計 (有)建設エンジニアリング (有)相続110番協議会

赤羽うさぎいきいき教室 赤羽うたごえサロン 赤羽北2丁目都営第2アパート自治会 赤羽にここカフェ 赤羽ふれあい健康サロン 赤羽ララ・ら・かふえ 飛鳥友の会 いなり幼稚園星組 王子五丁目団地自治会 家庭倫理の会北区 神谷ストレッチクラブ 北区おかみさん元気クラブ 喜多生活学校 筋力アップ友の会 紅葉自治会 真言宗豊山派城宮寺 大正大学学生課 滝野川上町親和会女性部 田端駅前通り商店街 中里協和会 中十条二丁目町会 なでしこ会 西六長生会 ねこの手 ののはな

赤羽岩淵中学校 堀船中学校

区役所、区関連施設

危機管理課 国保年金課国保給付係 健康推進課滝野川健康支援センター 北区福祉事務所 高齢福祉課高齢福祉係 障害福祉課障害福祉係 障害福祉課王子障害相談係 介護保険課 建築課 学校支援課保険給付係 保育課 赤羽区民事務所 北ノ台エコー広場館 滝野川西エコー広場館 赤羽高齢者あんしんセンター 飛鳥晴山苑高齢者あんしんセンター 滝野川はくちょう高齢者あんしんセンター

みなさまからの会費やご寄付は、北社協が実施する地域福祉推進事業のための各種事業に使われています。北社協は、社会的孤立を防ぎ、災害時にも有効な地域関係づくりに取り組んでいきます。

平成29年11月17日から平成30年1月16日までに寄付いただいた方は次の通りです。お名前を記して感謝の気持ちを表します(順不同・敬称略)。

会員になってください

福祉のまちづくりのために北区社会福祉協議会の会員になってください。北社協の活動にご賛同いただける方でしたら、どなたでもご加入いただけます。みなさまからの会費は、地域福祉の推進に役立てます。ご協力お願いいたします。

会員になるためには

- (いずれの方法でもかまいません。)
- ・お住まいの地域の民生委員さんを通じて申し込む方法
- ・北区社会福祉協議会の窓口で直接申し込む方法

年会費

個人 — 500円 (できるだけ2口以上で お願いいたします)	団体 — 1,000円 賛助 — 1,000円
------------------------------------------	--------------------------------------

社会福祉法人 北区社会福祉協議会

Tel. 03-3906-2352
Fax. 03-3905-4653

〒114-0021 東京都北区岸町1-6-17
aichan@kitashakyo.or.jp

JR 京浜東北線
王子駅
東京メトロ南北線
王子駅
北口徒歩5分
月～金 /
8:30～17:15
土 / 8:30～12:30
日・祝日 / 休み



まずはご相談下さい!
あなたも対象かも!

「障害年金」てなに?
皆が入っている公的年金「国民年金・厚生年金」の給付の一つです。老齢年金は一般的には65歳になるともらえますが、その前に「病気がやがて働くのが困難になったとき」に助けてくれるのが「障害年金」です。対象は原則20-64歳で、受給額は障害の状態や加入年金に応じて年間約60万円-200万円にも。「私の場合は障害年金の対象になるの?」など、間違っても構いません、まずは「無料相談」へお電話ください。

障害年金無料電話相談
受付時間 月～金 9:00～17:00
☎03-6317-8949
障害年金の請求を代理する民間の事務所です。王子障害年金サポートセンター 北区王子5-2-5-716 社会保険労務士 赤岩 昌一

歌の教室

声楽 ギター ウクレレ 弾き語り

R voiceはボイストレーニング、声楽、ギター弾き語りなど、楽しみながら自分のペースで上達できます。

2018年よりシニアコース開講!
3つの0円キャンペーン実施中! お月謝、月2回¥7,000～
・体験レッスン・入会金・レッスンチケット1枚無料です。
京浜東北線、南北線王子駅より徒歩4分 ☎03-6915-4883