

高齢者特集



©KOMEITO

さあ、元気に街を歩きましょう!

～杉並をウォーカブルシティへ～

コロナ禍で閉じこもりがちの日々――。

運動不足や人とのコミュニケーション不足が続くとフレイルと呼ばれる心と体の働きが弱くなっている状態(虚弱=要介護状態の前段階)になりやすいと言われています。渡辺ふじおは、高齢者の皆さまが元気に外に出て楽しく歩き回れる街づくり(ウォーカブルシティ)をめざしています。



環境にやさしい

「グリーンスローモビリティ」がテスト運行

荻窪の大太田黒公園、近衛文麿の旧宅・荻外荘などをめぐる「グリーンスローモビリティ」のテスト運行が、2022年11月に行われました。「グリーンスローモビリティ」とは、①電気で動いて環境にやさしい②時速20km未満でゆっくり走る乗り物のこと。オープンカースタイル、5人乗りの小さな乗り物で、将来は高齢者の移動支援にも活用していく予定です。



だれもが気軽に快適に移動できる杉並に

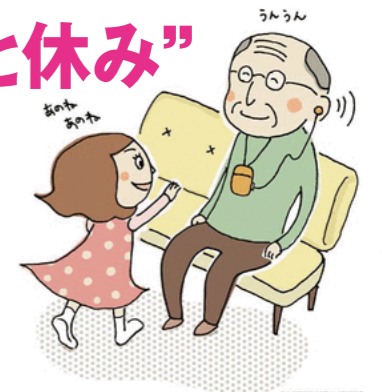
乗りたいときにスマホで予約すれば、今いる場所から行きたいところまで低料金で利用できる――。そんな便利な交通網を、近い将来実現させたいと考えています。そんなことが出来るのかと思われるかもしれませんが、実は全国各地ですでに導入しているところがたくさんあるのです。



AIを活用したオンデマンド型乗合タクシーなど導入へ

「縁台」のある街で”ちょっとひと休み”

歩いていると、ちょっと腰かけて休みたい、そう思うことがありますよね。でも街中にはなかなか座れる場所がありません。最近あまり見かけない「縁台」ですが、これを商店街などに増やして、“ちょっとひと休み”ができる会話のはずむ豊かな街にしていきたいです。



©NEW KOMEITO

スマホを使って街の情報を手軽に

何でも「スマホで」と言われる時代になりましたが、あなたはスマホを使いこなしていますか?高齢者ほど電子機器の扱いに慣れていないため情報弱者になりやすく、災害時や緊急時などに重要な情報から取り残されてしまう可能性もあります。そこで、スマホの相談センターや相談窓口の設置、出前講座の開催などを進めて、皆さまが街の情報などを手軽に入手できるようにしていきます。



©KOMEITO

地域の活動で「長寿応援ポイント」

高齢者が地域のボランティアやグループ活動に参加すると商品券と交換できるシールがもらえる「長寿応援ポイント」。2009年に私の提案で始まってから約13年、制度はすっかり定着し登録団体も約1400となりました。あなたも、お住まいの地域の活動に目を向けてみませんか。詳しくはこちらで▶



<https://www.city.suginami.tokyo.jp/guide/koureisha/ikigai/choju/1012487.html>



渡辺ふじお

いつでも現場主義!

杉並区政報告 Vol.46

YouTube 「渡辺ふじおチャンネル」
ぜひご覧ください! デジタル
商品券、コロナ禍での闘い、
陸上部コーチ……などなど、
熱く語っています。



©KOMEITO

1人暮らしでも、 充実の安心サポート!

杉並区では65歳以上の3人に1人以上が一人暮らしをしており、現在約43,000人。

高齢者だけの夫婦世帯も約21,000世帯あります。一人暮らしには
さまざまな不便や不安がありますが、それらをサポートする
いろいろなサービスがありますので、ぜひご活用ください。



1人のときに何かあったら...

▶地域のたすけあいネットワーク

地域の、あんしん見守り協力員(ボランティア)が見守り・声かけを行います。

▶安心コール

週に1回、定期的に電話で安否確認。
24時間365日、電話相談ができます。

「緊急通報システム」(所得に応じて負担あり)

通報機、ペンダント型の救急ボタン、安心センサー、火災センサーを貸与、設置します。

ぎっくり腰やねんざ、 退院したばかりで動けない...

▶いっときお助けサービス (おおむね1カ月以内、所得に応じて負担あり)

区が委託している事業者から派遣されたヘルパーさんが、調理、洗濯、
掃除、買い物などの家事を援助してくれます。



©KOMEITO

災害時や防災への備えは...

▶地域のたすけあいネットワーク (救急情報キットを配布)

災害時に地域の方の協力で安否確認などを行います。

▶感震ブレーカー設置

震度5以上の地震を感知すると自動的に
ブレーカーを落として電気を止め、電気火
災を防ぐ装置です。

(高齢者のみの世帯等は無料で設置できます)

▶家具転倒防止器具の取付

災害に備えて家具転倒
防止器具を無料で取り
付けます。



住まいが立ち退きになりそう...

▶賃貸住宅の入居・居住支援

「保証人が見つからない」などの理由で賃
貸住宅の契約が困難な高齢者世帯の入
居・居住継続を支援します。

▶アパートのあっせん

入居支援制度に協力している不動産
店の紹介や住宅に関する情報提供を
行います。



認知症が心配だけど...

▶あんしん未来支援事業

判断能力があるうちにいざという時の支援
内容をあらかじめ決めておき、入院時等に
支援を行います。

▶杉並区成年後見センター

認知症などで判断能力が十分でない方
を保護し、支援するための「成年後見制
度」に関する相談を行っています。

問い合わせ先 **03-3312-2111 杉並区 高齢者在宅支援課**

詳しくは「高齢者のしおり」に掲載されています。QRコードをご利用ください▶



杉並区議会議員 渡辺ふじお 杉並区政報告 (FDつうしん) Vol.46

昭和34年5月22日生まれ 63歳 大分県出身/東京農業大学卒業
日産フィナンシャルサービスを経て、平成15年4月区議初当選/現5期
常任、特別委員会委員長等を歴任、現在 第82代区議会副議長
東京都宅地建物取引業協会杉並支部顧問、杉並区陸上競技協会顧問

自宅
事務所

〒166-0015 東京都杉並区成田東 5-3-15
TEL/FAX 03-5397-8799
HP <https://w240.net> E-mail info@w240.net



HP

Twitter

LINE

LINE登録
お願いします!

渡辺ふじお
いつでも
現場主義!