



## 青葉区災害時要援護者避難支援システム 「あおば災害ネット」

令和3年3月に改訂版が発行されました。

システム内容がわかりやすくなりました。  
「災害時のお役立ち情報」が最終面に載っています。

災害発生時、おひとりでは避難が困難なご高齢の方や障害のある方等の安否確認や避難誘導が近隣の助け合いのもと円滑に進むよう、地域であらかじめ該当世帯を把握するものです。

青葉区災害時要援護者避難支援システム  
**あおば災害ネット**

「あおば災害ネット」は、災害発生時、要援護者（お一人では避難が困難なご高齢の方や障害のある方等）の安否確認や避難誘導が近隣の助け合いのもと円滑に進むよう、地域であらかじめ該当世帯を把握するものです。

大規模な災害が発生した時、救出救助をはじめ、行政からの支援は皆さんのもとへすぐは届かない場合があります。特に災害発生直後の避難支援には地域の協力が欠かせません。

登録を希望する方へは、民生委員がご自宅を訪問し、一緒に「支えあいカード」を作成します。このカードにより、支援が必要な要援護者の情報を地域が共有し、災害に備えることを目的としています。

**平時**

1 申請希望・訪問  
2 支えあいカードの作成・提出  
3 情報共有

要援護者 民生委員 青葉区役所 自治会・町内会 地域防災拠点

作成した「支えあいカード」は、自治会・町内会、民生委員、地域防災拠点及び区役所で厳重に管理し、地域で発生時に備えて活用されます。

**災害発生時**

要援護者 自治会・町内会 地域防災拠点 青葉区役所

「支えあいカード」は発生時に、自治会・町内会、地域防災拠点が、安否確認や避難支援に利用します。

あおば災害ネットのお問い合わせは

### 青葉区役所

- 民生委員に関することは  
福祉保健課 運営企画係  
TEL 045-978-2433
- 地域防災拠点や防災に関することは  
総務課 庶務係 TEL 045-978-2213
- 福祉・介護サービス等に関することは  
高齢・障害支援課 高齢・障害事務係  
TEL 045-978-2444

### もしも手帳



この手帳は“もしも”に備えて、元気なうちに、治療やケアについて、思っていることを残しておくものです。あなたのご家族や大切な人と一緒に話し合ってみてください。

この他に「もしも手帳わかりやすい版」もあります。

### ヘルプマーク

援助や配慮を必要としていることが外見からはわからない方々\*が、周囲の方から援助や配慮を得やすくなるよう考案されたマークで、鞆などに付けることができます。



\*義足や人工関節を使用している方  
内部障がいや難病の方  
妊娠初期の方 など

もしも手帳・ヘルプマークのお問い合わせは  
青葉区役所 高齢・障害支援課 高齢者支援担当 TEL 045-978-2449

# 横浜市版 「オレンジガイド 認知症ケアパスガイド」

が新しくなりました。



## オレンジガイドとは？

認知症かなと感じた時や認知症と診断を受けた時に、どこに相談すればよいか、どのような制度が使えるかなど役立つヒントをまとめたものです。

どの時期にどのような支援が必要になるのか、おおまかな目安として、一覧でみられるようになっています。

認知症になっても住み慣れたまち「横浜」でいつまでも暮らし続けたいと思えるように予防・医療・介護・各種制度の窓口・相談の情報が掲載されています。

### オレンジガイドのお問い合わせは

- 青葉区役所  
高年齢・障害支援課 高齢者支援担当  
TEL 045-978-2449
- お住まいの地域の地域ケアプラザ  
(地域包括支援センター)

## 民生委員・児童委員が決まるまで

令和4年12月1日 民生委員・児童委員の一斉改選が行われます



任期は、  
1期3年です



## 主任児童委員だより

こどもの心と体を守ろう 第22回講演会 2021.7.2  
小児科医のぼくが伝えたい最高の子育て

高橋 孝雄氏

慶應義塾大学医学部小児科医師・教授  
日本小児科学会前会長、小児神経学会理事長



小児科医として、病気の子ども、健康な子ども、多くの子ども、お母さんたちと接してきた高橋孝雄氏に

- 小児科学とは
- 遺伝と環境の相互関係
- 小児科医は子どもの代弁者

の3つのお話をもとに「親が心がけたい、子育てに一番大切なこと」を教えてくださいました。

私はこの中でも「代弁は最高の子育て」のお話が心に響きました。

日本小児科学会のホームページに『小児科たるもの子どもの代弁者であれ』と書かれているそうです。

病気の診断や治療方針を決める時、子どもやお母さんの話に耳を傾け（傾聴）、うまく伝えられない思いを感度よく受け止め、わかりやすい言葉で翻訳し、その言葉を本人に返すのが「代弁者」です。子どもは自分の思いを受け止めてくれた人＝「代弁者」である医師を信頼し、信頼した人の言葉に耳を傾け、納得し安心して自分の治療方針を決めることができるということです（説得）。

更に、自分の思いを受け入れてもらった体験の積み重ねで子どもの「共感力」が育まれるというお話でした。

子育てにおいても、大人が子どもに寄り添い、しっかり見て共感し話に耳を傾ける（傾聴）、子どもの思いや気持ちを「代弁」し、わかりやすい言葉で話をする（説得）。子どもが「自分はこれで良いのだ」と納得させてあげることが大切＝「代弁は最高の子育て」とお話されました。

高橋氏は実際に、会場のお母さんからの質問や意見にも一生懸命耳を傾け、丁寧に心に寄り添いお話をされていて心が温かくなりました。

私も子育て真っ最中の母親の一人ですが、忙しい中、ついつい子どもの話を聞き流してしまうことが多くなっている自分に気づき、ハッとさせられました。先生のお話を聞き、これからはもっと子どもの声に耳を傾け、そこから子どもが自分自身のことを決めていけるように導いていけたらと強く思いました。

（谷本地区 金子 朋子）



## コラム

## あおばのかぜ

## ～コロナ禍で変化した暮らし～

長引くコロナ問題は、多くの人々の暮らしを変えてしまった。高齢者にとってもそうである。

近くに住む独り住まいのSさん。元気に毎日を暮らしておられたが、都内に住む息子さんが、コロナの心配と高齢の父親を案じ、自分の家に呼び寄せることになった。

引っ越しが近づいたある日、近所に挨拶回りをされるこの男性を見かけた。手渡す品物の大きな紙袋をさげた姿。自分で設計された家に長年住み、高齢になってその家を離れることはどんな思いだろう、とその光景に胸が詰まった。

同じように、お子さんと同居のためにあつという間に引っ越された高齢の女性Aさんもある。歌が上手で、長年コーラスを続けておられ、大きなコンサートにも年に数回出演されていた。

コロナ禍で、お二人とも思いもしなかった生活の変化だろう。長年慣れ親しんだ土地を離れ、新しい場所での暮らしは勇気と体力、精神力もいる。特に高齢者にとって一大決心であったに違いない。

Sさん、趣味のカメラを楽しんでいますか？

Aさん、好きな歌を続けていますか？

新しい土地で新しい暮らし。慣れるまでには少し時間がかかるかもしれないが、しっかりと自分の居場所を築き、楽しく歩んでほしいと願っている。（恩田地区 村上 希史子）

## ●●●●●●●●●● 編集後記 ●●●●●●●●●●

今回の自治会・町内会回覧号では、民生委員の仕事内容や皆さまへの情報などを紹介いたしました。

「あおばの風」は今後も新しい情報を地域の皆さまにお届けいたします。民生委員・児童委員は支援を必要としている方々の地域の身近な相談相手です。いつでもお声かけください。（白井）

広報部代表 村上 希史子

第85号担当 角田 仁子 久米田 智子

小出 まり 白井 千鶴

西村 正裕 前原 由美

山内 サカエ