

# 歩 く な ら な ら 安 心 と 一 緒 に

岡崎の鈴川の土手道を歩く  
やまざき  
山崎文夫さん。30年以上続け  
ている日課のウォーキング、  
ポケットの中に見守り機器が  
あるから安心して続けること  
ができます。市が普及を進め  
ている見守り機器を利用しま  
せんか。



目次

1~3面…**特集**見守りがつくる安心…高齢者の生活を見守るための市の取り組みを紹介  
します。  
4~7面…募集・お知らせ・健康と福祉・スポーツ  
8面…ヒラツカルチャー「MOTTO図書館」



平塚市の人口と世帯数  
<平成30年4月1日現在( )内は前月比>  
人 口 257,962人…(-71)  
世帯数 110,410世帯…(+346)



# 見守りがつくる安心

「住み慣れた地域で安心して暮らしたい」多くの人が持つ願いです。それは年を重ねても変わりません。高齢者が住みやすいまちの実現には、地域での見守りが必要です。

問 高齢福祉課 ☎21-9622

## 安心と健康増進を実現

### お話し見守り歩数計 ● ひらつかミルク

市では、高齢者の見守りに関する取り組みを進めています。その一つがお話し見守り歩数計ミルクです。一人暮らしや日中独居の高齢者、高齢者のみの世帯で暮らす人の生活を見守る機能が付いた歩数計です。

### 自分で試して効果を実感

ミルクを利用して3年になる、岡崎在住の山崎文夫さん。ミルクを知ったのは、今年で任期8年目になる民生委員児童委員として出席した会議の場でした。

自信をもって勧められると思っただけです。すぐに高齢者よる相談センターで申し込みました。

### つながるから安心

「一人暮らしの高齢者が対象と知り、自分が条件にぴったりなので、使ってみようと思いましたが」と当時を振り返ります。「自分の健康と安心のため、そして使ってみて良い機器だったら、周囲の人にも

使い始めた頃は戸惑うこともありましたが、「緊急通報用のひもを誤って引く張ってしまったことが数回ありました。通報を受信した見守りセンターの方の声が聞こえてきて驚きましたが、何かありま

したか。救急車を呼びますか」という問い掛けに、もしものときも安心だ、と思った記憶があります。国内旅行が趣味の山崎さん。旅行にも充電器を含めて機器一式を持って行きます。旅行先でも自宅と同じ状態で使うことが重要だと思っただけです」と笑顔を見せます。

### 毎日の保険として活用

山崎さんは、毎日早朝からウォーキングに出掛けます。「見守り機器として持っているんですが、頼っている、という意識はないんです。あくまで

保険、安心のためです。暗い道などで転んでけがをしたときでも、ミルクで通報できると思うと安心して出掛けられると笑顔を見せます。そして、一番頼もしく感じているのがGPS(衛星利用測位システム)機能です。ウォーキングでは近くに目印がない農道などをよく歩きます。もし急な事故やけがで救急車を呼びたいと思っても、うまく場所の説明ができないかもしれない不安になることもありました。でもミルクが居場所を教えてくださいました」とほほ笑みます。

### 健康づくりも助ける

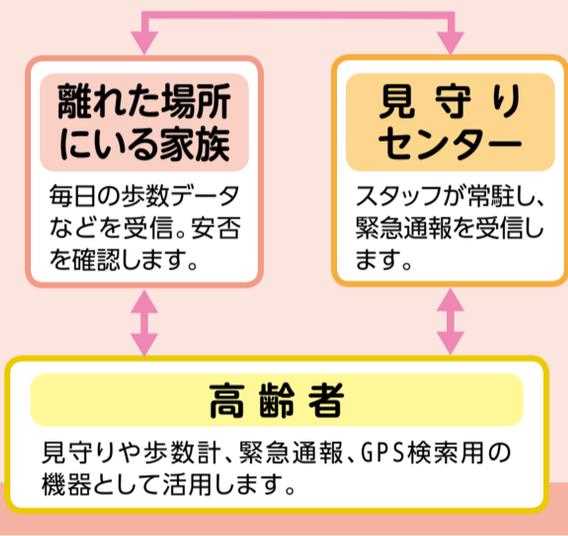
ミルクは、外出を促すきっかけにもなります。「家にもってしまおうのは良くないですね。高齢者はなおさらです。ミルクをもつと広く知ってもらって、見守りと健康づくりの機能を多くの人に利用してもらいたいんです」と呼び掛けます。



趣味の農作業中もミルクを持っている山崎さん。「畑の真ん中でもし何か起こっても、ミルクがあれば心強いです」と話します。

## ミルクの安心システム

自宅や外出先で高齢者の動きを見守ることで、本人や離れて暮らす家族の安心を支えます。



## 状況に合わせて見守る

利用者の健康状態などに合わせて取り組んでいます。

### はいかいSOS平塚

市では認知症により徘徊の恐れがある高齢者の氏名や連絡先、体の特徴などの情報を事前に登録し、行方が分からなくなったときには、タクシー会社や郵便局、FMラジオ局などの協力機関に情報を共有し、いち早い保護を目指しています。

協力機関である神田交通では、市からの通報があると市内で運行している40人のタクシー乗務員に情報を伝え、注意を呼び掛けます。同社の河原貴治さんは「市からの通報を受信するだけでなく、深夜に一人で歩いている高齢者を見かけたときなどは、声を掛けて話を聞く場合もあります。待っているだけではなく、現場でできることを確実にいきます」と力強く話します。



機動力を生かした協力体制をとっています。



### 在宅時緊急通報システム

持病による発作など、緊急の対応を必要とする可能性があり、日頃から注意が必要な方に、緊急通報用の機器(上写真)を貸し出しています。緊急と相談の2種類のボタンを押すだけで、看護師や相談員と話せます。

65歳以上の単身世帯、高齢者のみの世帯で、発作などにより日常的に注意を必要とする持病のある方。月額400円。

# 日中独居の方へ ミルックを拡大

平成25年からサービスが始まった、ミルック。現在は約220人が利用しています。利用対象者は、これまでは65歳以上の一人暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯でしたが、4月から利用対象者を拡大しました。

## 日中家で一人きりになる不安を解消する

「『昼間は私が仕事に行くので、家で一人になる家族が心配。ミルックを使えないでしようか』という相談をご家族から受けることがありました」と話す高齡福祉課の渡邊真理子主査。ケアマネジャーからも同様の相談が寄せられていました。

ミルックの取り組みは市の高齡者福祉計画にも位置付けられています。孤独死などを防いだり、利用者本人の生活の安心確保につなげたりする役割も持ちます。「日中独居の方も対象として、安心・安全への取り組みを進めました」。さらに「共働き世帯の増加や、施設から在宅へと変化する介護の現場にも対応してい



「ミルックを活用した見守り体制の強化に期待しています」と話す渡邊主査。手にしているのは、4月以降に貸与する新型ミルック

ミルックは、65歳以上の単身世帯、高齢者のみの世帯、そして日中独居の高齡者が対象です。月額400円。市民税非課税世帯の方は200円。生活保護を受けている方は無料です。

ます」と強調する渡邊主査。高齡の家族を家で一人にするのを心配した方の離職防止にも役立つように期待します。

## 地域の見守り力強化にもミルックを活用

ミルックは利用開始時に、市内に住む見守り協力を登録します。協力員は緊急通報を受信した見守りセンターから連絡が入ると、様子を見に行く役割を担います。「近所の方に協力員になっていただきたいですね」と話す渡邊主査。住み慣れた地域で見守り体制を築くことが理想です。

「機械なので全てをカバーすることはできません。ですが、本人や家族の不安や負担を軽減することができ、多くの人が利用してほしいです」と呼び掛けます。

## ミルック利用の相談は、高齡者よろず相談センターへ

市内の高齡者のさまざまな相談を受ける高齡者よろず相談センター(地域包括支援センター)。ミルックの利用を希望する方の申し込みの窓口にもなっています。城島・岡崎地区を受け持つ、高齡者よろず相談センターおおすみの看護師、三橋真由美さんは「地域の民生委員児童委員の方に勧められて相談にいらっしゃる場合が多いです」と話します。一人暮らしの方や一人での時間が長い方には積極的に勧めるようにしています。

### 生活スタイルに合わせて利用

活用方法は人それぞれ。生活に不安を抱えて自分で申請する方もいますが、家族が申請する場合があります。「県外に住む家族が申請した80歳代の女性は、ミルックの通知機能で、直接のやり取りがなくても家族とつながっている実感があると話しています」と説明する三橋さん。さらに、「経済的な事情で固定電話や携帯電話を持っていない高齡者がいました。その方は、緊急時の連絡手段としてミルックを活用しています。見守り機能、歩数計だけでなく、人によりいろいろな活用方法があるのがミルックの良さですね」とほほ笑みます。

### 元気なときこそ、始め時

「高齡者にとって、新しい機器を生活に取り入れることは、困難な場合が多いです」と

三橋さんは課題も口にします。操作方法が覚えられないなど、機器を使いこなせない場合には、三橋さんら職員が自宅まで説明に行くこともあります。「寝室には持って行かない方も多いようです。外出時にはもちろんですが、就寝中に体調が悪くなった場合などに備えて、自宅でも常に身近に置いておく習慣をつけてほしいですね」と強調します。

「元気なうちから操作に慣れておくことで、いざというときに役立ちます」と話す三橋さん。「ミルックを使い始めることで、緊急時の自分の行動を考えるきっかけになったという方もいました。生活や健康に不安を感じてから使い始めるよりも、もしものときに備えて、まだ早いかと思う時期から使い始めることが重要です」と余裕を持った利用開始の必要性を訴えます。



「自分に合った使い方で安心して生活してほしいです」と話す三橋さん

## 市内13カ所の窓口

窓口はお住まいの地区によって異なります。対象地区をご確認ください。

名称	所在地/電話番号	対象地区
とよだ	南豊田85-1 ☎36-2501	豊田・金田
サンレジデンス湘南	田村2-11-5 ☎54-7009	田村・大神横内
倉田会	東真土4-4-31 ☎53-1930	真土・四之宮八幡
ゆりのき	立野町31-20 ☎33-2334	松原・崇善
富士白苑	唐ヶ原1 ☎61-5050	花水なでしこ
ごてん	御殿2-17-42 ☎31-6957	南原・中原
ひらつかにし	金目窓口 北金目2-36-14 ☎59-5544	金目土沢
	土沢窓口 土屋2198-7 ☎73-5848	
あさひみなみ	高村203-13-104 ☎31-4932	旭南
あさひきた	根坂間218-7 ☎30-3611	旭北
みなと	夕陽ヶ丘55-14 ☎73-5422	港
おおすみ	岡崎6130 ☎51-6433	城島・岡崎
まつがおか	東中原2-2-59 ☎35-4465	松が丘
ふじみ	中里11-17 ☎30-5010	富士見

# 日常生活の異変を察知

## 見守り協定事業所



周囲の状況に目を配りながら業務にあたっています

日々私たちの身の回りで活動する事業者が、市と協定を結び、地域の見守り活動に協力しています。4月末現在、10件11社と締結しています。

### ● 新聞と一緒に目も配る

「日頃から現場を知っているからこそ、異変に気付くことができます」と話す、読売センター平塚北部の山本直代表。平塚地区新聞販売組合の一員として、協定に参加しています。

「今年の1月末、集金業務に向いた際に、社員が異変に気付きました」と山本代表は社員が経験した事例を話します。訪問先は、日頃から顔なじみの移動が困難な方の自宅でした。玄関を開けて呼び掛けても返事がなく、その日は帰社。翌日、再度訪問してもやはり返事はありません。しかし、玄関には靴

がありました。不審に思い耳を澄ませると、部屋の奥から物音がし、男性がベッドと壁の間で動けなくなっているのを発見。すぐに救助し男性は無事でした。「もし気付かなかつたら、最悪の事態になっていたかもしれません。自宅のポストや玄関先まで伺うことが日常業務だからこそ異変に気付きました」。

### ● 一歩踏み込んだ見守り活動

同センターでは見守り活動を強化しています。おかしと感じた際に、本人と連絡が取れなかった場合は、あらかじめ登録している電話番号へ連絡する取り組みを始めました。「市内に住んでいる家族と連絡が取れないから様子を見に行つてほしいと頼まれることもあります。対象者が普段と違う状況にあるのかどうか、慎重に見極めます」。

# で振り込め詐欺を撃退しよう

詐欺。市内でも多数発生しています。市では防犯キャンペーンや  
回は、被害を防ぐため日々防犯に取り組んでいる人を紹介します。

問 危機管理課☎21-9863・平塚警察署☎31-0110

## 平塚警察署

### 未然の防止が肝心

皆さんはこんな電話がかかってきたらどうしますか？

「○○デパートの者です。あなたのクレジットカードを使って買い物をした方がいるのですが、心当たりはありますか？」

無いと答えても、相手はこう続けます。

「念のため銀行協会に連絡をしてください」

そして教えられた番号に電話をかけると、「悪用される可能性があります。銀行のキャッシュカードをつくり直す必要があるので暗証番号を教えてください。古いカードは取りに行きます」

などと言われます。どうですか。「自分は絶対に信用しない」と思った方がほとんどだ

と思います。しかし、このような手口の詐欺事件が実際に起こっています。この場合、カードと暗証番号が犯人の手に渡ってしまうと、すぐに現金が引き出され、被害に気付くまで何度も繰り返し引き出されてしまいます。

### 年1億円以上の被害額

平成29年に市内で発生した振り込め詐欺の被害は認知件数が57件、被害額は約1億600万円に上りました。前年に比べ23件、約700万円の増加です。今年に入ってから3月までの間に、すでに14件、約820万円の被害が出ています。

「これは、あくまで警察が認知した数です。潜在的にはさらに多くの被害が発生しているかもしれません」と危機感を強める平塚警察署生活安



警察署には毎日のように詐欺が疑われる案件の相談が寄せられます。「連絡を受けると金融機関などの現場に急行します」と陶山警部補



毎月10日には平塚駅で市防犯協会や市危機管理課とキャンペーンを実施。警戒を訴えます

全課の陶山警部補。「振り込め詐欺は被害額が大きく、しかも増加傾向にあります」

そこで、同署は3月1日に特殊詐欺対策プロジェクトを結成。署内のさまざまな部署から署員が集まり、一丸となって詐欺の防止に取り組んでいます。

### 次は自分だと意識して

陶山警部補は「私は大丈夫」という意識は捨て、自分にも詐欺の手が迫ると考えてほしいです」と力を込めます。

多くの人は犯人からの電話を受けると、本当に家族だと思いつまみ、だまされている感覚がなくなってしまうと話します。「それは詐欺ですと説得しても、『家族に何かあったら警察が責任を取れるのか』と詰問されることもありま

す」と状況を語る陶山警部補。「一人で抱えてしまうと冷静さを失いがちです。とにかく家族や友人、知人など必ず誰かに相談してください」と強調します。

## 募集

応募方法は5面

### 市営住宅の入居者

入居予定日は9月1日(土)。  
抽選。次の条件を全て満たす方①20歳以上または既婚②夫婦や親子主体の家族③市内に1年以上在住④収入が基準以内⑤住宅困窮理由が市の条件に合う⑥市税などの滞納がない⑦家や土地を所有していない⑧申込者または同居しようとする親族が暴力団員でない。単身者は②を除きます。  
期限付き子育て世帯専用住宅  
子育て世帯向けにリフォームした住宅です。5月19日(土)・20日(日)に内覧会を開きます。①⑧を満たし、扶養している未就学児と同居している方が対象です。詳しくは市ウェブをご覧ください。  
☎ 5月11日(金)～25日(金)に本館1階案内窓口や公民館などで配る申込書を、郵送で、25日までに、〒254-0042明石町7-10東急コミュニケーション平塚市営住宅サービスセンター☎74-4005へ。

### 初心者のお稽古入門教室

5月18日～8月3日の金曜日、全12回、午後1時30分～3時30分。リフレッシュプラザ

### 父の日 薫製教室

ゆで卵・はんぺん・アジなどの薫製を作ります。  
6月17日(日)午後1時～3時30分。中央公民館。市内在住の小学生と男性の保護者12組(抽選・保護者1人につき子ども2人まで)。1組1500円。  
☎ 必要事項・子どもの氏名と学年を、電話・メールまたは直接、5月31日(木)までに、中央公民館☎34-2111☒kananji@h. 各地区公民館でも応募できます。

### 谷戸田で田植え体験

6月2日(土)午前10時～午後1時。荒天の場合、3日(日)に延期。里山体験フィールド(土屋1076付近)。市内在住・在勤・在学の方60人(抽選)。雨具・帽子・軍手・タオル・飲み物・着替え・おしぼりなど。作業のできる服装・靴でお越しください。  
☎ 参加者全員の必要事項と生年月日を、電話・はがき・ファ

### 布ぞうりを作いませんか

5月21日(月)午前9時～正午。リサイクルプラザ(四之宮7-3-5)。16人(抽選)。布・はさみ・物差し・ピンセットなど。  
☎ 電話で、5月10日(木)までに、リサイクルプラザ☎51-5301へ。

### みどりのカーテンコンテスト

市内の①個人住宅②幼稚園・保育所・小学校など高校以下の教育機関の建物③事業所・公民館・自治会館などの建物にある、ツル性植物のみどりのカーテンの写真。全体の写真を含む1判以下3枚まで。収穫の様子などが写っている写真も応募できます。  
☎ 本館5階の環境政策課☎21-9762☒kanryo-seve@h.や公民館、市ウェブなどにある申込書に、裏面に氏名と住所を記載した写真を添えて、郵送・メールまたは直接、9月7日(金)までに、同課へ。

### ガイドと巡る文化財

豊田地区の社寺を巡ります。  
5月27日(日)午前9時30分～午後0時30分。約4・2km。荒天中止。神奈中「豊田本郷駅」バス停に集合・慈眼寺・豊田打間木49解散。300円。中学生以下は無料です。  
☎ コース名・全員の必要事項を、はがき・ファクス・

### 住宅耐震の相談会

建築士が耐震化の疑問などに答えます。  
5月18日(金)午後1時30分～5時。市民活動センター。15組(先着順)。  
☎ 電話または直接、本館6階の建築指導課☎21-9732へ。



「そのお取引きに間違いはありませんか」。振り込め詐欺チェックシートを手に窓口を訪れた人に呼び掛ける市川さん

# 冷静な判断で

被害者の中で高齢者の割合が高い振り込め詐欺  
防災行政用無線による注意喚起をしています。今

## 平塚信用金庫

### 窓口で食い止める

平塚信用金庫本店営業部に勤務する市川知代さんには、忘れられない経験があります。昨年の夏、窓口で一人の高齢男性が訪れました。手にしているのは、定期預金の証書。「とても大切そうにしていたのを覚えていますが」と当時を振り返ります。「孫が急病だと息子から連絡があった。治療に今すぐお金が必要だから家まで現金を取りに来ると言っている。定期預金を解約した

いと、その男性は急いだ様子で話しました。

#### 詐欺事件から救った

息子からの電話・急に現金が必要になった・家に取りに来ると言っている、男性の話から、市川さんは振り込め詐欺の可能性があると直感しました。「よく話を伺うと『本当は解約したくないが、孫を救うためには仕方ない』と話してくださりました。そこで、ご家族と連絡を取ってもらおうように促し、平塚警察署にも通報しました」。冷静さを取り戻した男性が改めて家族に連絡すると、やはりその電話は詐欺であることが分かりました。窓口で対応した市川さんの判断で詐欺を未然に防ぐことができたのです。

審査点が多いと市川さんは話します。窓口の職員が冷静に状況を判断すれば、詐欺を察知できる可能性があります。警察との連携を強化

現在、同金庫では平塚警察署からの要請で、おおむね60歳以上の方が100万円以上の現金を引き出す場合には、事情を聞いた上で警察へ報告しています。「警察官が来ると話す」と皆さん驚かれますが、お客さまを守るためにお話を聞かせてください、とお願ひします」と話す市川さん。警察を交えて話を聞いた結果、詐欺ではなかったこともありすが、「それは良い結果という事です。何も無いことが一番。被害を防ぎ、お客さまを守りたいという思いが強いです」。解決には誤解を生まずに話を聞き出すコミュニケーションと信頼関係が欠かせません。「時には、怒る方もいますが、お客さまの資産を守る責任が私たちにあります。一番最初に接する窓口で、被害を食い止めたいたいですね」と市川さんは力を込めます。

### ちょっとまって!! その電話 大丈夫?

もしものときは突然やって来ます。怪しいと思ったら、下のチェック項目で確認してください。

- 息子や孫が「今日中にお金が必要」と言っている
- 会社の人や知り合いが「お金を取りに行く」と言っている
- 銀行や百貨店の人が「キャッシュカードを預かります」と言っている

ひとつでも その電話は **詐欺** です  
当てはまれば、  
お金やキャッシュカードを渡す前に、必ず警察署や知り合いなど、周囲の人に相談してください。

問 平塚警察署 ☎31-0110



相談員らと意見交換します。パソコン講座(左写真)などもします。

5月12日(土)午前10時〜午後5時。青少年会館。未成年の不登校・引きこもりの方

#### 不登校や引きこもりからの自立を支援します

事業計画を作成するために個人指導します。7月28日。

公民館などにある申込書を、郵送・ファクスまたは直接、〒254-0812松風町2-10平塚商工会議所 ☎22-251124-0079へ。

#### 創業塾とブラッシュアップセミナー

ブラッシュアップセミナーのみの参加はできません。土曜日。午前9時30分〜午後4時30分。平塚商工会議所。

創業塾 創業に必要なノウハウを学びます。6月2日〜23日、全4回。創業を考えている方ら40人(先着順)。4000円。

ブラッシュアップセミナー 事業計画を作成するために個人指導します。7月28日。

メールで、5月20日(日)までに、社会教育課 ☎35-8124 ☎34-5522 k-stad@city.hiratsuka.jp

#### 絵手紙教室

5月15日〜8月7日の火曜日、全8回、午前10時〜11時30分。リフレッシュプラザ平塚(大神3344-4)。10人(先着順)。5500円。

電話で、リフレッシュプラザ平塚 ☎51-1280へ。

#### 子ども環境教室 海岸編

海の植物の観察をしたり講義を受けたりします。

6月2日(土)午前9時30分〜正午。南部福祉会館(袖ヶ浜20-1)・平塚海岸。市内在住、在学の小・中学生と保護者36人(抽選・保護者の同伴が必要です)。

教室名・必要事項・年齢・保護者の氏名を、はがき・ファクス・メールで、5月21日(月)までに、環境政策課 ☎21-9762 ☎21-9603 kkan-kyosevent@city.hiratsuka.jp

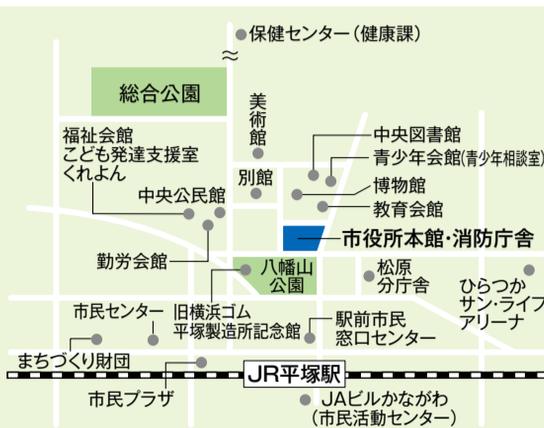
#### 市民大学講座

「お札に描かれた偉人」がテーマの講座です。

5月24日〜6月14日と、21日または28日の木曜日、全5回、午前10時〜11時30分(21日・28日は午後1時30分〜3時)。中央公民館など。18歳以上の方40人(抽選、市内在住)。

## 応募方法

- ☎=応募方法 (応募が必要です)
- ㊟=問い合わせ
- =必要事項とある場合、郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号をご記入ください。
- 市役所への郵便物は、〒254-8686平塚市役所〇〇課で届きます。
- 募集開始日の記載がない場合、5月7日(月)午前8時30分から受け付けます。
- メールの応募の場合㊟以下にcity.hiratsuka.kanagawa.jpを付けてください。



#### 記入例

往復はがき	郵便番号	住所	氏名	返信
イベント名	郵便番号	住所	全員の氏名	電話番号
その他の事項	電話番号	その他の事項		



広報紙をより良いものとするために市ウェブでアンケートを実施しています。ご意見をお寄せください。左のQRコードからアンケートページにアクセスできます。