

### 3. 安全安心なまちづくりを目指して

## とくとく教室の開催

～詐欺を防いで、健康寿命を伸ばそう～

新琴似西連合町内会 会長 伊藤 ちようはちろう 長八郎

平成26年10月16日(木)、双葉福祉会館(新琴似9条14丁目)を会場に、当連合町内会が主催する「とくとく教室」を開催しました。

「とくとく教室」は、～守ろう現金! 守ろう元気!～と、ちょっとドッキリとするテーマで実施。オレオレ詐欺や送り付け商法などの特殊詐欺の防止と、健康を守る

ための秘訣を伝授する講座で、約50名の参加がありました。

当日は冒頭で、札幌北警察署生活安全課の係長様から詐欺被害の現状を含め防犯の話をしていただきました。(幸いなことに、新琴似西地区では、特殊詐欺の被害は出ていないとのことでした。)

準備体操で軽く汗を流した後、詐欺被害と特定



健診などの健康の秘訣に関する○・×式のクイズを行い、参加者は会場を右へ、左へと自分の答に合わせ移動。ちょっと優しかった設問もありましたが、結果に一喜一憂の表情を浮かべていました。その後、家庭でも手軽に出来るラダー運動(足踏み運動)を詐欺防止の替え歌のリズムに合わせて行い、2つのトクを習得しました。



### 【防犯活動等の取り組み】

新琴似西地区は、防犯や交通安全に対する取り組みが熱心な地域です。

交通安全の街頭啓発や指導活動はもちろんのこと、地域安全・安心パトロール隊「みつば隊」を発足させ、地域内の防犯パトロールや年金支給日には、金融機関前での詐欺防止の声かけ運動などを行っています。また、毎年11月には、当連町が主催し、警察署と消防署の協力を得ながら、地域内の関連団体と連携して、地域内を巡回する合同パトロールを実施しています。

また、平成26年2月、3月には、「振り込め詐欺等防止検定」を高齢者を対象に初めて開催しました。この検定は、埼玉県警浦和警察署が考案したものを参考に、新琴似西バージョンとして改良を加えたものでした。

### 【地域の特性と地域保健活動】

一方で、新琴似西地区は北区内でも老年人口比率が約30%とトップであり、地域の保健や福祉のより一層の充実が求められています。幸いなことに、平成26年度から札幌市の地域保健福祉活動の充実に向けた先行地区として指定され、北区役所の保健師さん2名が地区専任となりました。地区の状況をよく知る保健師さんが専任でいる安心感はもちろんのこと、地域で抱えていた課題をピンポイントで解決するなど、着任早々、成果を上げられました。また、保健師さんの地区分析によると、当地区の特性として、元気な高齢者が多い……高齢化は進んでいるが、介護保険の利用者は少ない……、血圧・肝機能の値が心配、安心して育児が出来る環境にあるなどの結果が出ています。

### 【今後も進化させたいとくとく教室】

元気なお年寄りが多い当地区で、健康で健やかに生活を営んでいただきたい、そんな思いから、「振り込め詐欺等防止検定」に家庭でも簡単にできる健康体操も取り入れた、一挙両得（トク）の「とくとく教室」が生まれました。毎日、家庭で気軽に健康体操を行うと、詐欺防止と健康の秘訣に関する〇×クイズを思い出し、～守ろう現金！守ろ



う元気！～の状態を維持していただければと思います。

とくとく教室の開催にあたっては、当地区を管掌する、北警察署、北区及び新琴似西地区社会福祉協議会、新琴似西まちづくりセンター、北区介護予防センター新川・新琴似西、北区第3地域包括センターの皆様のご協力、ご支援をいただきました。加えて、当地区専任の北区役所の2名の保健師さんに多大なご協力をお願いしました。関係したすべての皆様にお礼を申し上げます。

今後もこの「とくとく教室」を進化させ、色々な分野での展開につなげていきたいと考えておりますので、皆様方のご協力、ご支援をよろしく申し上げます。

余談ですが、当新琴似西地区専任となりました、区役所の保健師さんの名前が「松下さん・松岡さん」と言います。慶事のシンボルとして「松・竹・梅」をういませますが、最上級の松の字が入るお二人が、当地区の専任。地域保健活動の充実も「マツ・マツ」コンビで、一安心。これからもよろしく申し上げます。

○お問い合わせ

新琴似西まちづくりセンター  
TEL.011-762-8767