

地域ぐるみの支え合い通信

誰もが、住み慣れた地域で、いつまでもいきいきと、心豊かに暮らせる社会に向けて

第3号 令和3年3月発行
あきる野市健康福祉部高齢者支援課
電話：558-1111 (代)
あきる野市社会福祉協議会
生活支援コーディネーター
電話：595-9033

新型コロナウイルス感染症により私達の生活が一変しました！

昨年1月から広がった新型コロナウイルス感染症。未知のウイルスへの恐怖の中、感染防止対策が手探りで進められ、マスク着用、手洗い、3密を避けるなどを含む「新しい生活様式」を実践することになりました。現在でも、不安やストレスを感じながらの生活が続いています。

顔を合わせ、交流すること、趣味の活動や運動をすることで、元気になる居場所(拠点)を地域に増やそうと動いている本事業も、大きな影響を受けました。しかし、制限を受けながらも、前向きに、出来る事を実践していこうと活動している方も多くいらっしゃいます。大勢で集まることが出来ないからこそ、身近な地域での挨拶や声かけ、小さな集まりがストレスを緩和させ、元気の源になるのではないのでしょうか。

雨間ほっと♡茶話会・軽レク班、アグリ班、グラウンド・ゴルフ班、カラオケ班、多世代交流班



お茶は各自持参での屋外茶話会！
お散歩とラジオ体操も行いました。
久しぶりに会えて話が弾みました。



アグリ(野菜作り)やグラウンド・
ゴルフの屋外での活動は、距離を
保ちながら活動を続けています！



茶話会・軽レク班は12月～3月休み
グラウンド・ゴルフ班は1～3月休み
カラオケ班は現在休止中

ふれあい福祉委員会 (地域で見守り・声かけを中心に行っている各地のふれあい福祉委員)

マスク不足の中、委員で協力し
手作りの布マスクを作成し
地域の高齢者へ配布しました。

川沿いをウォーキング！
わきあいあいと気分転換
できました。



クリスマス会などの集まりが
出来なかったので、プレゼント
を用意して配布しました。

地域の情報をまとめて、ホームページで公開しました！

社会福祉協議会のホームページに、地域の人口や施設などの社会資源の情報を、東秋留、西秋留、多西、増戸、五日市、戸倉・小宮の6地区別にまとめて公開しました。

ぜひ、ご活用下さい。

<http://www.akiruno-shakyo.or.jp>

(1) 基本情報		2020/1/1
項目	内容	
人口	26,774人	
年少人口(0歳～14歳)	3,373人	
年少人口割合	12.6%	
生産年齢人口(15歳～64歳)	15,764人	
生産年齢人口割合	58.9%	
老年人口(65歳以上)	7,637人	
老年人口割合	28.5%	
75歳以上人口	4,038人	
75歳以上人口割合	15.1%	
世帯数	11,792世帯	

参考イメージ

社協HP



介護予防リーダーによる介護予防教室がスタートしています！

あきる野市では、平成29年度から、地域で高齢者が集まる場所を作り、介護予防につながる体操を広めるボランティアとして介護予防リーダーを育成しています。講座を修了すると、介護予防リーダーとして地域での活動立ち上げを進めていきます。これまで1か所だった活動が、令和2年度に1か所立ち上がり、今後も増えていく予定です。ぜひ、ご参加下さい。※感染症等の影響で休止することがあります。

楽しいストレッチの会(令和3年1月～2月休み)

平成29年から活動開始

日時：毎週火曜日14:00～15:30

場所：秋川ふれあいセンター2階 会議室



みんなで楽しくプラスワン(令和3年1月～2月休み)

令和2年11月から活動開始

日時：毎週月曜日13:30～15:00

場所：油平クラブハウス



ちょこっとサロン

令和3年度から活動開始予定

日時：毎週水曜日

13:30～15:00

場所：草花公園クラブハウス

対象：市内在住の方

内容：介護予防のストレッチ、体操、レクリエーションなど
持ち物：飲み物、タオル、動きやすい服装

*感染症予防のため体調不良の方は参加をご遠慮ください

申込み：高齢者支援課高齢者支援係 ☎558-1953

こちらでは、協議体に参加している団体の紹介をしていきます。

協議体団体紹介③



民生・児童委員とは

○厚生労働大臣から委嘱されている、特別職の地方公務員(非常勤)です。

○あきる野市には70人の委員がいます。

○任期は3年です。

あきる野市 民生児童委員協議会

住民と関係機関とのつなぎ役として、それぞれの担当地域で活動しています。高齢者、障がいをお持ちの方、子育て世代などの身近な相談相手として地域生活を支援するほか、行政や町内会・自治会、市立小中学校などと協力体制を築いています。

地域での継続した活動が評価され、今年度厚生労働大臣表彰を受賞しました。(事務局：あきる野市健康福祉部福祉総務課)

あどがき

コロナ禍で、いろいろな仕組みが変わろうとしています。私が個人的に良かったと思うことは、①病院の待ち時間がなくなったこと。予約時間ですぐに診てもらえて助かります。②オンライン研修となり都心への移動時間がなくなったことです。300人以上が参加する研修でも、瞬時に5～6人のグループに分かれ、グループ毎に話し合うことができ、技術の進歩に驚かされます。とは言え、直接会って情報交換をすることも大切ですので、新しいことを取り入れながらも、従来の良さを活かしていきたいと思います。生活支援コーディネーター本間