

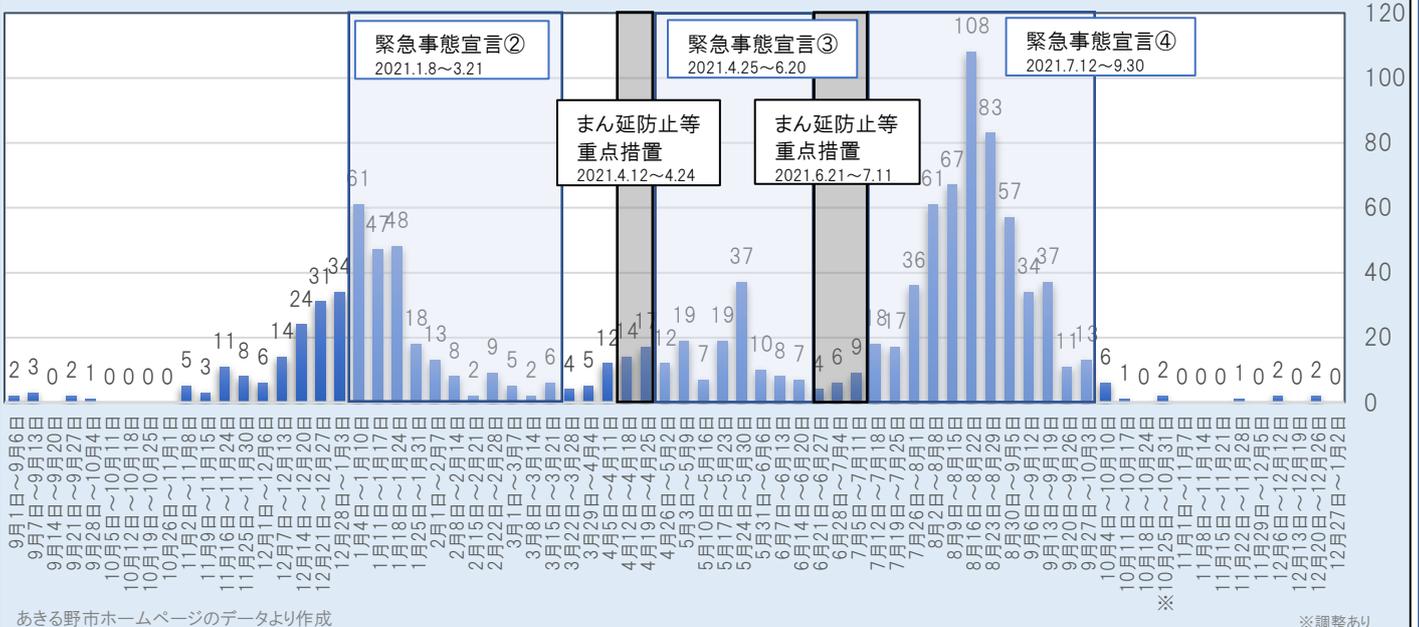
第4号 令和4年1月発行
 あきる野市健康福祉部高齢者支援課
 電話：558-1111 (代)
 あきる野市社会福祉協議会
 生活支援コーディネーター
 電話：595-9033

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

コロナ禍により、高齢者のフレイルが心配となっています！

あきる野市の新型コロナウイルス患者数（令和2年9月～令和3年12月）



令和3年は1月から9月末まで、緊急事態宣言などの制限が続き、必要な用事以外は家に閉じこもる生活が長く続きました。

その様な状況下で、高齢者の体力や気力の低下、人との交流の減少、栄養状態の悪化など「フレイル(虚弱)」と呼ばれる状態の方が増えてきています。「フレイル」の予防には、「栄養」・「運動」・「人とのつながり」・「お口の健康」の4つのポイントが重要です。感染症対策をしながら、身近な仲間と活動を始めたところや、活動を再開したところがあるのでご紹介します。

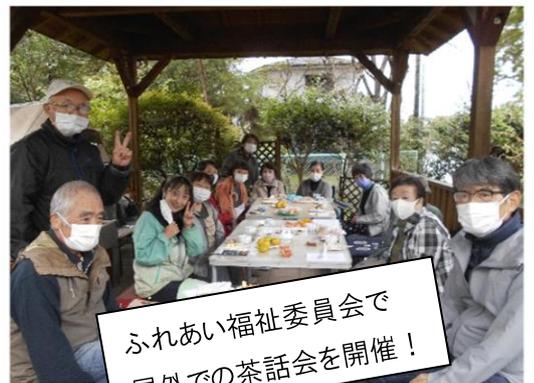
また、あきる野市医療・介護地域連携支援センターのホームページで、フレイル体操の動画を公開しています。そちらもあわせてご覧ください。 <http://all-sc.net/?p=728>



地域の方の呼び掛けで、近所でラジオ体操を始めました。



雨間ほっと♥の茶話会も1年ぶりに再開しました。



ふれあい福祉委員会で屋外での茶話会を開催！

シニアガイドブック(第2版)を発行しました

社会参加の場の情報と、生活支援サービスの情報をまとめたシニアガイドブックの第2版が完成しました。地域での居場所や、人とのつながり、生活の手助け等、皆様が充実した毎日を過ごせるような情報を掲載しています。社協及び市役所高齢者支援係の窓口にありますので、ぜひご利用ください。

なお、令和2年9月に発行し、すでに残りわずかになっております。また、来年度増刷を予定しておりますので、よろしくお願い申し上げます。

シニアガイドブック

シニア元気ガイドブック(社会参加の場の情報)

- 1 役に立ちたい 社会参加(ボランティア(有償・無償))
- 2 体を動かしたい スポーツ(健康、趣味、健康づくり)
- 3 顔を使いたい 町歩き(散歩、観光、趣味)
- 4 交流をしたい 町歩き(散歩、観光、趣味)

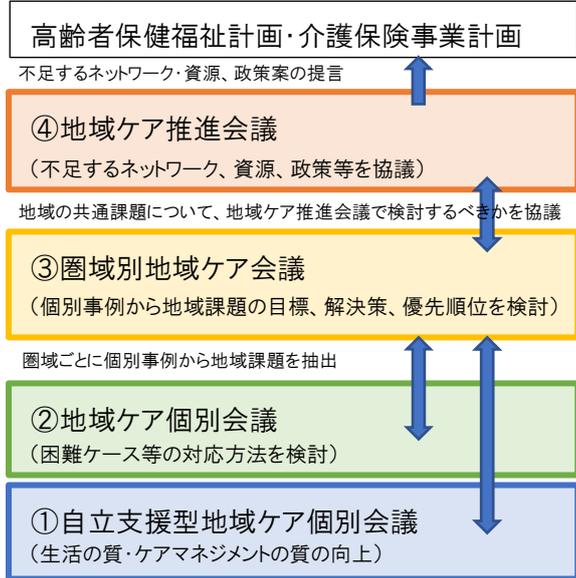
シニア生活ガイドブック(生活支援サービス情報)

- 5 見守り 障害者の見守り、緊急通報、シニア、目標
- 6 家事援助 掃除、洗濯、買い物、車庫、修理
- 7 配達サービス 宅配品配達、食料品配達
- 8 外出支援 外出先案内、送迎サービス

第2版
令和3年8月発行
社会福祉法人
あきる野市社会福祉協議会

自立支援型地域ケア個別会議に参加しています

地域ケア会議のイメージ図



昨年度から地域ケア会議の仕組みが変わり、左図のようになりました。生活支援コーディネーターとして①自立支援型地域ケア個別会議に出席しています。これは、市内に3カ所あるはつらつセンターの主催で、圏域ごとに行われます。

介護保険で要支援などの方が、自宅で自立して生活を続けていくために、どの様に支援をして行ったら良いか、事例を挙げて、理学療法士、保健師、生活支援コーディネーターなどが一緒に検討していきます。

事例を通じて、定期的に集まって運動をする場の必要性を実感しています。

今回は、個々の事例をもとに③圏域別地域ケア会議にて地域の共通課題を検討していきます。

地域ぐるみの支え合い推進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④



<組織体制>(R3)
○登録団体数 114団体
全体会の他、各事業種別の部会もある。
○事務局は、あきる野市社会福祉協議会

あきる野市 介護事業者連絡協議会

介護保険サービスを提供する事業者の連絡協議会。

会員間の連携を図るとともに、介護サービスの安定的な供給体制を作り、情報の共有やサービスの質の向上に取り組んでいます。

具体的には、介護サービスの質の向上に関する連絡会や研修会等の開催、介護サービス啓発のための「介護の日」のイベントなどを実施しています。

あともがき

コロナワクチン接種状況ですが、あきる野市の2回接種率は12歳以上全体で86.6%であり、60歳以上の方は90%を超える接種率です。40～50代で80%台、30代以下でも70%以上の接種率となっています。(R4.1.14 現在) 高齢者の高い接種率には、ご家族や地域の方などが、予約をすることが難しい高齢者に声をかけて下さったことや、予約を手伝って下さったおかげだと思います。地域の助け合いの力はこんな時にも発揮されると実感しました。生活支援コーディネーター本間

