

ふれ・愛いきいき

桜井地区社会福祉協議会

(安城市桜井町新田20番地 桜井福祉センター内)

電話 99-7365 FAX 99-7366

桜井

待合室を活用した
介護予防の取組

新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や人と会うことを控える状況が続くことで、心身の活動が減り、フレイル（筋力や心身の活力が低下した状態）が進行することが危惧されています。

そのような状況を踏まえて、桜井地区では、令和2年度の地域リハビリテーション活動支援事業を通して、リハビリ専門職に介護予防のためのDVDを作成してもらい、各町内福祉委員会に配付しました。

また、昨年度開催した生活支援ネットワーク会議への出席をきっかけに、桜井町にある「横山医院」の待合室でも流していただいています。



▲転倒予防体操のDVDの上映
(横山医院の待合室にて)

横山医院を受診された際に、DVDをご覧になった方の「今、体操したよ」などの声に対して、平野院長は、「腰痛などによって長く歩くことができず、運動がしづらい方でも、DVDのような体操は効果がありますよ」と伝えてくれています。

現在、桜井西町福祉委員会などが開催するサロン会場においても、このDVDを流し、介護予防の視点を取り入れた活動が行われるなど、桜井地区全体で介護予防に対する意識が高まっています。

桜井地区社会福祉協議会主催 福祉講演会 開催報告

～認知症とともに生きる～



▲近藤葉子氏



▲伊藤篤史氏

5月21日（土）に桜井福祉センターにて、「認知症とともに生きる」を演題に福祉講演会を開催し、82名の参加がありました。講師は、愛知県認知症希望大使の近藤葉子さんと活動パートナーで、認知症対応型通所介護「とんと」OHANA 管理者の伊藤篤史さんをお招きしました。

近藤さんからは、「認知症と診断される前に仕事をする上で困ったり悩んだりしたこと」「認知症と診断された後の心の変化」「どのように前を向けるようになったのか」「周りの人ができることのひとつとして、オレンジリングを身に着けた人を町で見かけるだけでも心強いので、身に着けてほしい」などのお話しをいただきました。

伊藤さんからは、作業療法士の資格を取得後、介護老人保健施設にて認知症の方のリハビリを行う中で「できないことをできるようにするだけではなく、できることを通じて、認知症の方が社会参加することの重要性に気付かされた」との話がありました。

参加された方からの感想

当事者の話を直接聞くことができ、基礎的な知識だけでは得られない知識を得ることができ、認知症への理解を深めることができました、**正しい理解を広めていきたい**と思います。

近藤さんの若年性認知症家族の会に参加した時のお話しの方で「自分の居場所だと思った」「仲間がいると思った」「安心した」「私の話を聞いてくれる、話していいんだ」というのを聞き、**ご本人の不安を伝えたり、安心できる場が必要なんだ**と感じた。**誰もが暮らしやすい町が作ってほしい**と思った。

認知症は65歳以上5人に1人、誰でも発症する。社会参加は生きる希望になると思うので、いろいろ機会があるといいし、普通に一緒に社会活動できる地域でありたい。

勤務先で以前講習を受け、**オレンジリング**をいただきました。**しまったままではいけない**なと思いました。

藤野福祉委員会のご紹介

～見守り活動～

藤野福祉委員会では、見守り活動の一環として、年に2回支援者懇談会を行っています。委員の他に支援者も参加し、グループごとに見守り対象者の最近の様子や気づいたことを情報交換しています。情報交換後は、グループで情報交換した内容を他のグループに伝え、全体での情報共有につなげています。



▼支援者懇談会の様子

～サロン活動～

毎月第4金曜日の13時半から15時半まで、藤野公民館でお茶会を開催しています。おしゃべりの他にビンゴゲームや歌など、みんなで楽しめる企画を実施しています。約30名の方が集まっています。また、年3回移動サロンといって、村高農民センターなどに場所を変えてサロン活動を計画して、家から歩いて参加ができるように配慮しています。※7月、8月、9月は行事の都合上、日程変更があります。事前に確認の上、ご参加ください。



▲お茶会の様子

堀内町福祉委員会のご紹介

～見守り活動～

堀内町福祉委員会では、見守りが必要な方を選定して、年4回、定期的に福祉委員のみなさんがグループに分かれて家庭訪問しています。訪問時には、ご本人にお会いし、お変わりがないかの声かけをしています。家庭訪問後は、訪問者全員で見守り対象者の情報を共有し、その後の見守り活動に役立てています。不在の場合でも、別の日に福祉委員長さんが訪問し、必ずフォローしています。



▲家庭訪問の後情報交換をしている様子

～サロン活動～

毎月第3木曜日の10時から12時まで、堀内新公民館で堀内木曜サロンを実施しています。健康づくりリーダーを講師に招き、健康体操を取り入れる月があるなど、介護予防にも取り組んでいます。※日程変更の場合があります。事前に確認の上、ご参加ください。



▲健康体操の様子

「自分で自分の命を守るために！」

～地域の一員として中学生にできること～

6月1日（水）に桜井中学校にて、中学生防災隊防災教室を開催し、同校の生徒（1年生）や地域の自主防災組織のみなさんが参加しました。

桜井地区社協の都築会長からは、「自主防災組織の活動紹介」「桜井地区の災害」などについての話がありました。

NPO 法人コミュニティサポーターほっぷの加藤さんからの「地域特性と災害リスク対応課題について」の話を聞いたうえで、生徒4人グループで、ハザードマップを使って、避難場所や避難所への避難ルートを確認しました。

また、同法人の山下さんからは、「災害時の被災者支援のボランティア」についての説明があり、ボランティアの必要性や中学生の防災ボランティアの活動事例を学びました。



▲加藤賀唯氏

中学生の感想

- ハザードマップを家族や身近な人ともう一度確認し、いつ大きな災害などがきても対応できるようにしたいと思った。
- 私はもし、自分の住んでいる地域で災害が起こったら、ボランティア活動をしていきたいと思った。
- 食べ物や懐中電灯など災害時にあると便利なものなどをしっかり家族で準備して、いつ災害が起こっても落ち着いて対処できる状態をつくっておきたい。

自主防災組織の皆さんの感想

- 誰も震度6強から7を実際に体験したことがないので、いざ起きた時に、「私は、町民は、どう動く、どう動けるだろうか？」シュミレーションして動けるようにしていきたい。
- 災害発生時に時系列でやること、して欲しいことがそれぞれある。そして変化もしていく中で、ボランティアに手をあげることも大切である。
- 分かりやすい資料が多く、町内会での話で利用できそうだ。

中学生のみなさんは、各地域で頼もしい「助っ人」として期待されています。すでに地域の防災訓練で活躍している中学生もいます。いざというときのために、地域の一員としてぜひ町内での防災訓練にも参加していきましょう。