

越ヶ谷地区 地域支え合い会議

2020年12月号

～Withコロナ～

地域支え合い会議が 開催されました。

越ヶ谷地区の地域支え合い会議は、2019年1月に立ち上がり、まもなく3年の月日が経過します。会議を重ねる中で高齢者の居場所づくりを目指し、2020年1月に啓発イベント「筋活のススメ」を開催しました。当日のアンケート集計結果から介護予防体操や脳トレへの関心が高いことを受け、居場所づくりに向けた具体的な話し合いを進めました。新型コロナウイルスの影響を受け、地域支え合い会議も一時は休止しましたが、7月に再開し、Withコロナを胸に話し合いを進めました。コロナ禍でも活動している地区内のラジオ体操の情報収集に加え、“居場所”の会場探しに取り組みました。地域の薬局や商業スペース等をはじめ、自治会館の活用が可能か否か聞き取りを行い、前向きな回答を得ることができました。今後は、いただいた回答をカタチにできるよう、話し合いを進めてまいります。



コスモ薬局さんから ちょこっと豆知識！

地域支え合い会議に出席している
コスモ薬局さんに『お薬の〇〇』
について教えてもらいました！

お薬には色々な性格があります。

高温、多湿、直射日光を避けた場所に保管し、
飲んでいて気になったことはお薬手帳に書いて
おきましょう。



「お薬を飲まれていて困っていることはありませんか？」
薬局は皆様の健康相談の場でもあります。
お困りの際は、いつでも気軽
にご相談ください。

コスモ薬局
(越谷市赤山本町14-7)
野田さん😊

越ヶ谷地区地域支え合い会議

奇数月の第3月曜日
午後に行っています。

※変更の場合もありますので
社会福祉協議会までお問い合わせ
ください。

(☎048-966-3411)



越ヶ谷地区地域支え合い推進員 『笑顔』を大切に♡

私たちと越ヶ谷地区の地域福祉を考えてみませんか？

左から
森田さん😊
川島さん😊
會田さん😊



川柳地区地域支え合い会議



2021.02 Vol.2

新型コロナウイルス感染症拡大前の『居場所づくり』の足跡



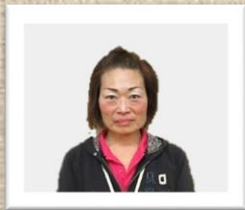
伊原本田自治会館で開催された「出張おためしサロン」

川柳地区地域支え合い会議は、2019年1月「誰でも集える居場所」をテーマに立ち上がりました。当初は、どんな居場所にするか、拠点をどこにするかなどの情報を収集し意見交換を行いました。そうした中、2019年7月に老人福祉センターひのき荘で開催された「ひのき健康サロン」に伺い、この機会にセラバンドを使った健康運動「出張ふれあいサロン」を実施しました。このことをきっかけに、“川柳地区の自治会館にサロンを立ち上げよう”という

目標が定まりました。そして、2020年1月伊原本田自治会館で、サロン立ち上げに向けた「出張おためしサロン」が開催されました。しかし、サロンが立ち上がる直前、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い三密を避けるため、サロン活動は休止となり、7月以降は会議も延期となってしまいました。

今後、厳しい状況は続きますが、新しい生活様式を取り入れながらできる活動を模索していきたいと思えます。

川柳地区の強い味方



地域包括支援センター川柳 保健師 介護支援専門員 鈴木 七奈さん

地域に住む方だから気づける、身近な情報(ご近所の方の違和感や気になる)を地域包括支援センターとつなげて、皆さんを支えていきたいです。コロナ禍で、フレイルの方が増えている今だからこそ、地域包括支援センターを知って、もっと活用して欲しいです。

社会とのつながりを大切に!!

高齢者や基礎疾患がある人は感染症が重症化しやすい一方で、感染を恐れるあまり外出を控えすぎる「生活不活発(うごかないこと)」による健康への影響が危惧されています。ずっと家に閉じこもり、1日中テレビを見て過したり、人との会話が少ない日が続くと生活不活発になり、身体や頭の動きが低下し、歩くことや生活動作が行いにくくなります。この状態をフレイルといい、身体の回復力や抵抗力が低下し、疲れやすさが改善しにくくなります。動かない時間を減らし、自宅でもできるちょっとした運動で抵抗力を下げないような生活を心がけましょう。

もしかしてフレイル?

フレイルをご存じですか? 年をとって体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態を指します。そのまま放置すると、要介護状態になる可能性があります。大事なことは、早めに気づいて、適切な取組を行うこと。そうすれば、フレイルの進行を防ぎ、健康に戻ることができます。

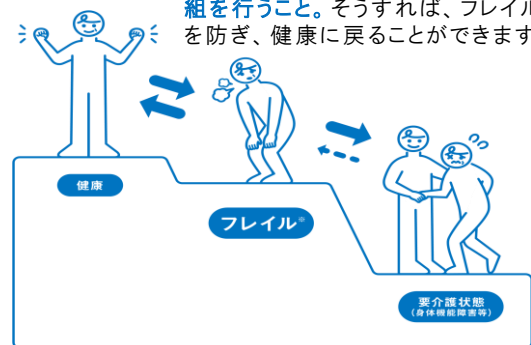


図: 厚生労働省「食べて元気にフレイル予防」

川柳地区地域支え合い推進員

いつも笑顔でがんばってます!



“元気はつらつ” 宇佐田さん



“まとめ上手” 久保田さん



“キラキラ笑顔” 佐々木さん

推進員3人が主催するサロン

レインボークラブ



ストレッチからラジオ体操 合唱体操、脳トレなどを楽しんでいます。



川柳地区地域支え合い会議

次回 3月25日(木) 10時~

※変更の場合もありますので社会福祉協議会までお問合せください ☎048-966-3411

桜井地区地域支え合い会議 ニュースレター



🌸 みんなでできる支え合い活動って？

桜井地区では、ちょっとした困りごとを地域の皆さんで助け合う、**支え合い活動**のスタートに向けて話し合いを進めてきました。新型コロナウイルスの感染拡大により、会議の開催を見送らざるを得ないこともありました。皆さんの活動開始に向けた思いは変わらず、第3回、第4回と会議を重ねるたびに活動内容や料金、活動拠点等、いろいろなご意見が出てきました！

前年度に実施したアンケートの結果も踏まえ、まずはゴミ出しや電球交換、買い物代行等、**できるところから**始め、皆さんのニーズに合わせて徐々に内容を見直していく、という方針に決まりました。活動内容に応じた料金設定も考えていき、住民皆さんのペースで会議を進めていきます。



コロナ対策にも気を付けて話し合いを進めています。



🌸 周知のためのチラシ作りに取り組みました



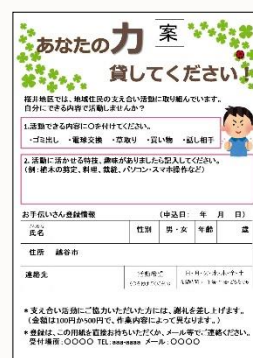
会議の中で出た様々な意見をまとめながらチラシ作りを進めています。桜井地区の皆さんに知っていただけるように『**誰が見てもわかりやすく**』を目指して作成にあたっています。

また新型コロナウイルスの状況が落ち着いてきましたら、多くの方に活動を知っていただくために、楽しいイベントを開催出来たら、と思っておりますのでよろしくをお願いします。



地域支え合い会議 開催予定
 令和3年 1月20日(水) 午後
 4月21日(水) 午後
 7月21日(水) 午後
 10月20日(水) 午後
 ※変更の場合もあります。社会福祉協議会までお問い合わせください。

(048-966-3411)



↑作成途中のチラシ
 (左：利用者向け、右：担い手向け)

新方地区地域支え合い会議 ニュースレター

Vol.02
2021年2月

生活に欠かせない買い物について考えています

買い物の不便さを解決するためには？

勉強会の中で、**新方地区は新方川を境に買い物の利便性に大きな差があり、困っている人も多いのではないか**？とご意見があり、地域支え合い会議で考えていくテーマとなりました。

解決策を話し合う中で、

- ①買い物を頼める仕組み(他者への依頼)
- ②買い物に連れて行ってくれる仕組み
- ③買い物ができる仕組み(移動販売等)
- ④買い物をしやすい仕組み(宅配等)

以上、4つの方法が挙げられました。この4つの解決策の中で、どれから取り組んでいくかを皆さんで話し合い、その結果、**④買い物をしやすい仕組みづくり**から取り組んでいくこととなりました！

買い物問題の解決に向けて、 コロナ禍でもできること

ネットスーパー等の宅配サービスをどのように広めていくかを話し合う中で、当初は、皆さんで宅配サービスについて理解できるようなイベントの企画を予定していましたが、新型コロナウイルスの感染拡大を受け、状況が落ち着くまでは難しいのでは...という結論に至りました。

そこで、コロナ禍でも取り組める内容を話し合い、新方地区の皆さんの買い物の不便さを知るため、**買い物環境アンケート**を実施することとなりました！アンケートを通して、買い物をする際に皆さんがどのような点で苦労しているのか、不便を感じているのかを把握を目指します。現在は、どのような質問が分かりやすいか、回答しやすいかを会議で話し合っています。今後は、アンケートの配布、回収方法についても意見交換を進めていき、新方地区の実状の把握に繋がっていきます。



どの取り組みから始めるか、皆さんで意見を発表しています。



地域支え合い推進員から一言！

アンケートの回答を十分に考慮して、皆さんが不便を感じる事無く、買い物が出来る方法を考えて行きます。
—小平さん

新方地区で生活用品など買い物がどこでも出来るシステムを考えます。
—園部さん

歳をとっても自分で買い物が出来る住みやすい地域になればいいなあと思っています。
—瀬戸崎さん

新方地区地域支え合い会議 開催予定

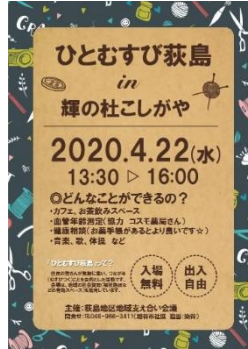
令和3年
3月18日(木)午後 6月17日(木)午後
9月16日(木)午後 12月16日(木)午後

※変更の場合もありますので、社会福祉協議会までお問い合わせください
(048-966-3411)

NEWS LETTER

**新型コロナウイルス感染症が拡大
通いの場づくりの活動がストップ
会議は「移動販売」の検討へ**

1月に開催された第1回萩島地区地域支え合い会議で計画し、4月に実施を予定していた「輝の杜こしがや」での「通いの場づくり」のイベントが、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、延期となりました。



「幻」となったイベントのチラシ

その後、緊急事態宣言が発令されるなど、同施設内は感染症拡大防止のため、地域への開放はもとより、ご家族の入館ができなくなるなど、利用者の皆さんの生活に大きな影響を与える状況となっています。

「コロナ禍の今、 でキネハマ」に取り組み

萩島地区地域支え合い会議では感染症拡大のリスクが拭えない状況での「通いの場づくり」の展開を延期し、方向転換を図り「移動販売」の検討へと舵を切りました。
7月に行なわれた第2回目

の会議では、移動販売についての情報共有のほか、買い物環境に関するアンケートを作成。移動販売だけでなく、買い物支援にどのような仕組みが必要なのか調査を行う準備に取り組みました。

移動販売成功のポイント は企業と住民の協働

10月の会議にはイオンリテール株式会社の皆さんに参加いただき、埼玉県狭山市で実施する移動販売の取り組みやイオンせんげん台店の買い物バスのお話を伺いました。



動画を交え、移動販売の状況を説明するイオンリテールの皆さん
たくさんの質問にお答えいただきました

こうした社会貢献型のサービスには企業の努力だけではない

【買い物環境アンケートを実施】

9月15日から10月末までの期間で「買い物環境アンケート」を行いました。5か所のふれあいサロンさん1か所のグラウンドゴルフの会の皆さん、地域包括支援センターの職員の皆さんの協力で合計121人の方に回答をいただきました。現在、結果の集計作業を行っています。



アンケートに答えるサロンの皆さん（ふれあいサロン野合）

新たなキーワード 「社会資源の維持」

く、停車時間の周知や利用の促進、駐車場の協力など、地域住民や自治会等の協力が不可欠という点を会議の中で共有することができました。

「9月末で近所の個人商店が閉店。我が家の冷蔵庫のように使っていたお店がなくなりとても不便に感じている」

地区内にスーパーマーケットやドラッグストアなどがない萩島地区にとって、地域の

＜topic!!＞ 『新たなサロンが開設』

ビニールシートで 感染防止対策



10月、中組自治会内に新たなふれあいサロン「憩い処よつ葉」が誕生しました。昨年から不定期で取り組んでいた集いの場を今回、ふれあいサロン活動として新たに開設、越谷市社協への登録となりました。コロナ禍で行われた第1回目の開催では、代表の小島さんがお仕事で使われているビニールシートを設置し、感染防止対策を講じて、実施されていました。



シート越しでもお話が弾みます

個人商店は住民の皆さんの生活を支える貴重な社会資源となっています。こうした「社会資源を維持していく」という視点も今後の重要なキーワードとなっています。

【編集後記】立ち上げから間もなく1年を迎える萩島地区地域支え合い会議。コロナ禍ではありますが、少しずつ実現可能な取り組みが見えるようになってきたのではないのでしょうか。「興味がある」「一緒に考えたい」と思われた方は、是非、会議にご参加ください。

今後のスケジュール

●次回の地域支え合い会議
2021年1月26日(水)13時30分～
会場・萩島地区センター
☎ 966-3411 (社協 染谷)

NEWS LETTER

移動スーパー 荻島地区で運行開始 ベルク×とくし丸

2月25日、移動スーパー「とくし丸」が荻島地区で運行を開始しました。
週に2回、買い物にお困りの方を中心に約120件を訪問。自宅の玄関前で実物を見ながら、便利にお買い物を楽しめることができるようになりました。



地区内を走る「とくし丸」の車両

「とくし丸」は、提携スーパーでの店頭価格に燃料費等の費用として1品10円を上乗せする仕組みで、運行は個人事業主が担います。

これまで市内には運行を担当の方がおらず、今回が市内で初めての営業となります。

1台で回ることができるとお宅は、最大120件ほど。特定の地区限定のサービスとなります。

地域ニーズと企業の 取り組みがフィット

昨年12月。スーパー「ベルク」さんから、移動スーパー

「とくし丸」と提携し、越谷市内で営業をスタートすることから「運行エリアについて意見を聞かせて欲しい」と地区担当へ相談がありました。
そこで、荻島地区で「移動販売の展開」を目標に会議を行っていることを伝えたところ、是非、荻島地区を中心に営業を開始したいとお返事がありました。

予想以上の反響に

翌1月には、ベルクさんが訪問先の開拓を開始。通常120件を開拓するために15日間ほどかかるころ、わずか8日間、訪問エリアも国道4号線の西側だけで目標数に達するなど、予想以上の反響に驚いたとお話がありました。



お客さんとお話する
ドライバーの石川さん(右)

【編集後記】

会議で検討していた「移動販売」が実現しました。皆さんの「声」が今回の結果に結びついたのだと思います。これからもこの地域支え合い会議が荻島地区の「あったらいいな」を皆さんと一緒に、深く考える場になればと思います。
「興味がある」「一緒に考えたい」と思われた方は、是非、会議にご参加ください。
☎ 966-3411 (社協 染谷)

買い物環境アンケート集計結果

実施期間: 2020年9月15日～10月31日
回答者数: 121人

○まとめ(抜粋)

- 年配の方ほど自動車を運転しない方が多く、一人暮らしの方はよりその割合が高い。
- 年齢を重ねるほど買い物に不便を感じている。(85歳以上の85.7%)
- 約7割の方が移動販売を「利用したい」と回答している。

【買い物にお困りの声(自由記述から抜粋)】

- 徒歩でスーパーまで買い物に出かけるが、麻痺があるためとても時間がかかる。
- 友人が付き添ってくれ、買い物をしている。
- (買い物は)近所に住む親戚が、週2回はヘルパーさんを利用する。
- 認知症の夫が手伝ってくれる。
- 隣の方が車に乗せてくれるが、謝礼が大変です。

集計結果の詳細はこちらの二次元コードからご覧ください

