



高齢者向けのサロン「ぶらんこ」は、バス旅行など、四季の行事を重ねて15年になります。昨年度は、コロナ禍で長い間お休みを余儀なくされましたが、花の便りに心弾ませる昨年4月、ようやく開催することができました。皆さんマスクをしながらでしたが、長堀自治会館でにぎやかな三味線で「花笠音頭」をはじめ数々の曲を楽しみ、クイズ等も行い、久しぶりに会員の皆様と楽しい時間を過ごすことができました。その後は再びお休みを余儀なくされましたが、11月に再開した時は、緊急事態宣言中おうちで過ごした時間についてみんなて話し合いました。自動車免許返納で生活が不便になった事、運動不足になりがちのため体操やウォーキングをした事、孫との楽しかった事など、色々話し合いました。コロナ禍で人との触れ合いが難しくなった中、みんな

で話ができることの大切さ、ありがたさを改めて感じる事ができました。12月のクリスマス会もビンゴゲームや、紙芝居等で盛り上がりました。スタッフのみんなもワンチームで、これからも会員の皆さんと一緒に感染対策をしっかりして、気をつけながら楽しいサロンが出来たらと思っています。



年末たすけあい街頭募金

12月4日(土) 13時から14時30分まで、つきみ野駅前前で募金活動を行いました。お子さん連れのご家族や、わざわざ立寄って募金してくださる方もいらっしゃいました。募金額は13,203円になりました。ありがとうございました。



社協会費の納入報告

今年度の社協会費は次のとおり納入され、地区社協へ892,208円の配分金がありました。皆様のご協力に厚くお礼申し上げます。

自治会名	納入金額(円)	自治会名	納入金額(円)
公所	250,200	山王原上	99,900
つきみ野	915,000	山王原	196,700
市営つきみ野住宅	0	長堀	177,420
つきみ野スカイハイツ	30,000	大和原	73,300
山谷	70,100	モアステージ大和	54,900
コトーつきみ野	36,000	ダイヤパレス鶴間	45,000
宿	83,300	オハナ鶴間ガーデンア	64,200
さつき	35,500		
坂上	82,000	地区合計	2,213,520

編集後記

新型コロナウイルス感染症の流行はついに3年目に入ってしまいました。最近では「ワクチン3回目は打った？」が時代の挨拶になってしまいました。そんな中でも、皆さん工夫して地域活動を進めています。今まで「これがふつう」と思ってやってきた活動を見直して、よりよい活動を作り上げていくチャンスととらえて、前向きに取り組みたいです。

草木は芽吹き花は咲き、季節は巡ってきます。季節の移ろいを感じながら、コロナに負けずに元気に過ごしたいものです。

インフォメーション

やまとボランティアセンター

「ボランティア活動パネル展」を開催します！

ボランティアセンターで活躍しているボランティアの様子をパネルにし、展示します。

ぜひ、お越しいただき、活動の様子をご覧ください!!



日時: 令和4年3月15日(火)
10:00~15:00
場所: イオンモール大和
1階 ライトコート

社協のマークです



福祉の心を育てよう

下鶴間つきみ野地区社協だより

おりづる

発行兼編集

大和市下鶴間つきみ野地区
社会福祉協議会
会長 濱田 和博

事務所

大和市下鶴間2516-2
大和市コミュニティセンター
下鶴間会館内
電話 (046)276-3407

2021年度を終えて

下鶴間つきみ野地区社会福祉協議会
会長 濱田 和博

皆様、日頃より地域福祉活動にご理解、ご協力を賜り御礼申し上げます。

2021年度も、前年度に引き続き、コロナ禍の1年ではありましたが、コロナワクチン接種、治療薬の普及が始まり、経済との両立ができ始めたところです。

そのような中、当地区社協では5月に役員改選があり、新たなメンバーが選任され運営にあたってきましたが、恒例のお花見会や福祉バザー、敬老の集い等の行事は、参加者の感染防止を考慮すると、残念ながら中止せざるを得ず、誠に申し訳ない気持ちでいっぱいです。

しかし地区社協の大きな事業でありますミニサロン・ふれあい訪問・個別支援に関しましては、ボランティアの方々のみならず、感染対策の

工夫により再開でき始め、多くの高齢の方にも喜ばれました。ミニサロンでは体温測定、手指消毒、従来の対面式ではなく教室形式でマスクをつけての開催などの工夫がされました。ふれあい訪問でも全員マスク着用、10分以内の訪問など、制限がある中でも人とのつながりを絶やさない努力が行われました。このような中で、工夫して活動されている全てのボランティアの皆様へ厚く感謝申し上げます。非日常の中で、日々の地域福祉活動の必要性を改めて強く思い、お互いの人の交流の大切さを感じた1年でした。

コロナ禍の出口がまだまだ見えないところではありますが、2022年度に向け、地区社協一同、これからも地域の皆様から喜ばれる福祉活動を進めて参りたいと思っています。



ミニサロンの様子(若葉会)



ふれあい訪問の様子

地区社協ってなあに？

大和市社協と地区社協



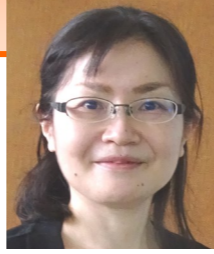
私たちの住む大和市には、大和市社会福祉協議会(市社協)と各地区に11の地区社会福祉協議会(地区社協)があります。どちらも「福祉のまちづくり」を進める活動をしています。

市社協は、社会福祉法に位置づけられた社会福祉法人であり、市域全体を対象として、地域活動の支援や相談支援などを行っています。一方、地区社協は、地域の方々が「自分たちの地域は自分たちで良くしていこう」という気持ちで組織された任意の団体です。

市社協と地区社協は、上・下の関係性ではなく、「福祉のまちづくり」を目的としたパートナーとして、互いに連携を図っています。例えば、市社協には、地区担当職員が配置されており、各地区の会議や事業などに参加し、顔の見える関係づくりを行っています。また、地区の状況や課題の把握を行い、地区社協の皆さんと課題を共有しながら情報提供や事業の立上げ支援を行うなど、地区の状況に応じた地域づくりを一緒に進めています。

男女共同参画の視点からの防災 ～避難生活で命・健康・尊厳を守るために～ 浅野 幸子 先生

減災と男女共同参画 研修推進センター 共同代表
早稲田大学地域社会と危機管理研究所 招聘研究員



ボランティアの集いに浅野幸子先生を招き、「男女共同参画の視点からの防災」と題する講演をしていただきました(ボランティアの集いについては、3面を参照)。どちらかというと男性の視点で語られがちな防災。女性の視点も入れて見直してみませんか。

自宅の対策① 室内の安全対策をする

室内安全化を徹底しましょう。居間と寝室には、大きな家具を置かない、もしくはがっちりと固定する。ガラス飛散防止フィルムを貼りましょう(夏の暑さ緩和も兼ねて)。枕元に、靴底がしっかした履物を用意しておきましょう(固定しておく)。

自宅の対策② 備蓄を備えましょう

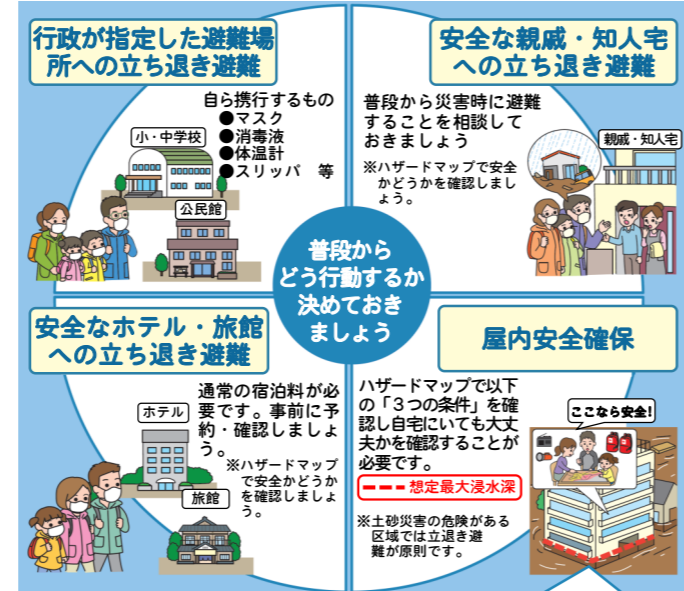
備蓄はできるだけ1週間分を用意しましょう。食料に関しては、3日分は非常食で、残りは普段使いの缶詰やレトルト食品で。水は一人・1日 3リットルを目安に。家族の顔を思い浮かべてください。備蓄を考えると、特に配慮の必要性があるとなれば、どんなことですか?(例:赤ちゃんがいる、介護が必要な高齢者がいる、アレルギーがある)

自宅の対策③ 地域の災害リスクを知ろう

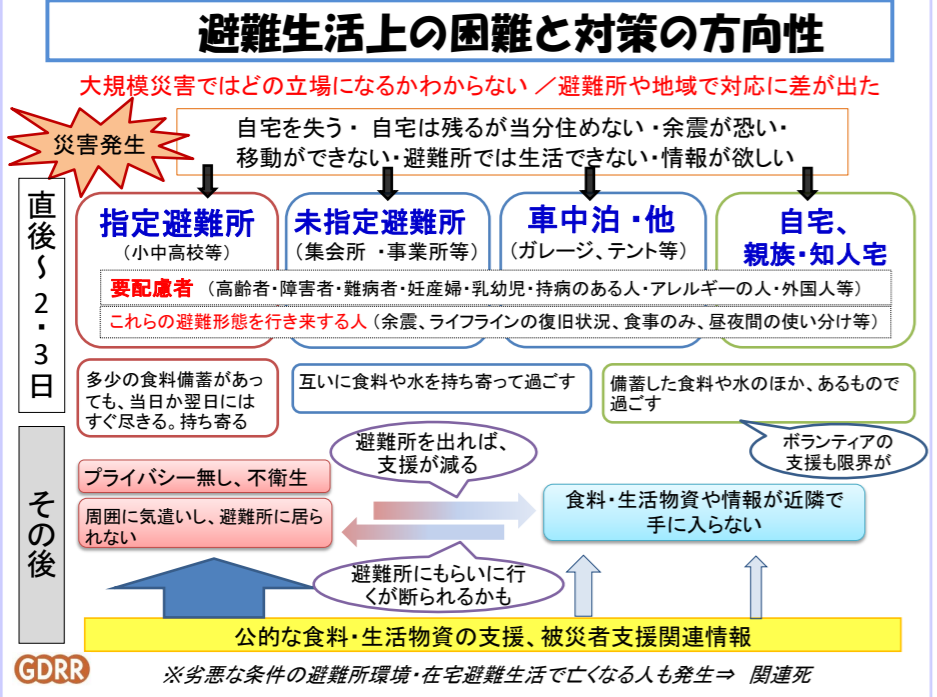
震度6弱の地震が起きたとき、あなたの家のある地域は、どのような被害状況だと思いますか?大雨に見舞われ、地域によっては川の氾濫や内水氾濫が起きたとき、どのような被害状況だと思いますか?あなたの地域の防災マップ、洪水ハザードマップで確認しましょう。

自宅の対策④ 避難場所を具体的に検討する

リスクが高い人はもちろん、そうでない人も、万一自宅にとどまることができない場合を考え、避難場所と避難手段について具体的に考えましょう。その際、混雑を避け、できるだけ自分や家族が安全な空間を確保できる場所を考えましょう。もちろん避難先との具体的な調整も必要です。



- ① 家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていない
- ② 浸水深は居室より低い
- ③ 水・食料・トイレなどの備えが十分



避難行動における男女差

平日、午後2時、あなたとあなたの家族はどこにいますか?誰といえますか?
日中に大地震が起こった場合、地域にいる人は夜間とは異なります。
避難訓練の企画・運営の中枢に、女性(各世代)や子どもも入れて検討することが望めます。

地区社協からの話題・でんごん板

ボランティアの集いが開催されました

10月7日(木)午後1:30~3:30、下鶴間コミセンで講師に浅野幸子先生を迎え「ボランティアの集い」が開催されました(講演の内容は2ページをご参照ください)。今年はコロナ禍で一時は開催が危ぶまれましたが、参加人数を少なくして開催しました。参加人数は31名でした。実践的で素晴らしい内容でした。



ふれあい訪問担当者会議が開催されました

12月14日(火)、下鶴間コミセンで、ふれあい訪問担当者会議が開催され、講師に野村歯科衛生士をお迎えし、オーラルフレイル予防について学びました。また健口推進員による口腔ケア体操「パタカラ体操」なども、マスク着用で実施しました。

私とボランティア

川や田んぼや畑のある自然豊かな下鶴間。ここでの子育てはご近所さんに助けられての日々でした。つわりがひどい時病院に送ってくれ、夕飯までご馳走になった事。鍵を預け、息子の昼寝時間に自転車の練習をした事。鍵っ子の子ども達がペットのハムスターを不意の事故で亡くした時、適切にアドバイスしてくれたお隣さん。仕事のある私にとって、ご近所さんは大切な存在でした。感謝しかありません。子供会、児童ホーム、部活の親の会。子どもの成長と共に携わりました。どの会の仲間も20年以上、いまだにランチを楽しんでいます。体育振興会では地域のつながりが大切なのだと勉

ボランティアを通じて 人とのふれあいを大切に

強になりました。急に訪れた父の介護。シャローム、ロゼホーム、社協、高齢福祉課。それぞれが車いすでも楽しく生活できる工夫を沢山教えていただきました。おかげで父は卓球を楽しんだり、コミセン等でハモニカ演奏したり、目標があれば人は頑張れます。介護は大変でしたが家族共々両親に協力できた事、感謝です。コミセンの子供部会は恩返し気持でした。そして今地域サロン笑みの会のスタッフとして参加しています。ボランティアを通じて人とのふれあいを大切にしていきたいと思っています。

さわだ ようこ
公所 沢田 容子さん



私の健康法

家事全般、太極拳、海釣り、畑づくりで 体を使ってハリのある生活

おまたに たけお
つきみ野 重谷 越夫さん



私は、岡山県玉野市で大正15年に生まれ、今年で95歳になります。昭和20年に上京し、警視庁に奉職して刑事畑を歩んできました。退職後はディズニー関連商品の偽物を発見する著作権侵害の調査に15年間70歳まで携わり、米国ディズニー本社から表彰されました。
昭和39年東京オリンピックの年、東林間に居住。昭和52年に今のつきみ野に転居してきました。退職後は、海釣りに行ったり、近くに畑を借りて野菜づくりをしたりして趣味と健康づくりを兼ねています。
68歳の時、前立腺の手術をし、予後が良くなかったため、漢方薬などを試しましたが思わしくなく、家

内から勧められて太極拳を始めました。太極拳を始めてから背筋が伸びて筋肉もつき、とても調子が良くなりました。現在でも週1回の練習に通い、自宅でも毎日練習しています。
10年前には家内が脳梗塞を発症し不自由になったので、買い物、食事の準備、掃除、洗濯など家事全般を、この10年間続けています。今年はコロナのため自重しましたが、海釣りも昨年まで月1~2回行っていました。釣り船上でバランスを取りながら、太刀魚やワラサなど体力がいる魚を釣りあげるのも健康づくりに役立っていると思います。家事全般、太極拳、海釣り、畑づくりでさつまいも、大根、きゅうり、ピーマンなどの収穫。体を使って毎日ハリのある生活をしているのが健康の秘訣だと思います。

GDRR ※劣悪な条件の避難所環境・在宅避難生活で亡くなる人も発生⇒ 関連死