

桜ヶ丘地区社会福祉協議会

社協だより

第81号 令和4年2月28日発行

〔発行者〕

桜ヶ丘地区社会福祉協議会

会長 入江典彦

http://blog.livedoor.jp/sakura_shakyo/

桜ヶ丘地域包括支援センターの活動状況について

桜ヶ丘地域包括支援センター 所長 和 泉 大 祐

桜ヶ丘地域包括支援センターは仙台市の委託事業として平成18年4月1日より業務を開始しております。事務所は「みやぎ生協桜ヶ丘店」の中にありますが、商業施設の中に事務所を構えているのは、仙台市内52か所ある包括支援センターの中で唯一であります。職員は看護師1名、社会福祉士2名、主任介護支援専門員3名の計6名で構成しており、それぞれの専門分野で力を発揮しています。主な業務は、①介護保険に関すること ②権利擁護 ③介護予防 ④地域とのネットワーク作りであります。認知症に関する正しい知識を学ぶ「認知症カフェ」や地域の困りごとを解決に導く「地域ケア会議」等を随時開催しております。昨年度から今年度にかけてはコロナ感染拡大もあり、包括支援センター主催、共催の行事が思うように出来ておりません。事態が収束することを願いつつ、今後は地域の皆様に広く認知されるような企画を準備したいと考えております。

桜ヶ丘学区の高齢化率は33%を超え、相談件数は年々増加しております。相談内容も多岐に亘り、複雑化している状況ですが、センター職員は当事者を中心としたチームアプローチにて日々奮闘しております。

地域包括支援センターの業務は、社会福祉協議会との連携が不可欠です。この地区の社会福祉を発展させる「地域の底力」を育み、元気に過ごせる住み慣れた地域の実現に向けて貢献していきますので宜しくお願い致します。



コロナ禍における老人クラブ活動について

桜ヶ丘地区老人クラブ連合会 会長 氏 家 泰

高齢化社会の進展により地域に於ける高齢者の健康づくり活動、生きがいづくり活動や高齢者に対する生活支援などに取り組む老人クラブ活動の存在意義が一層増してきております。

しかしながら、昨年来の新型コロナウイルス感染拡大によって私たち老人クラブの活動に大きな障害となっております。

今日のコロナ禍の中、新しい生活様式を取り入れながら創意工夫を凝らして、多様なクラブ活動と互助活動を推進していくことが期待されております。

健康寿命の伸長・長寿の秘訣は朝晩のウォーキングや家族や知人との会話を楽しみ、早寝早起きすることだそうです。

現在、各町内会単位老人クラブごとの月例会や、サロン活動中心に3密を避けながら活動をしており、最近では地区老全体でのウォーキング&芋煮会やペタンク講習会など限られた活動を実施しております。

最後に、ここ数年会員の高齢化の進展により役員の高齢化やなり手がいない等、会員の減少や老人クラブそのものが解散される事態も発生しており、地域団体や町内会などと共に会員の増強を図る取り組みに一体となって取り組む必要があると考えます。

〈参考〉

桜ヶ丘地区老人クラブ連合会の規模（令和3年4月1日現在）

町内単位老人クラブ数4団体 総会員数184名（女性112名・男性72名）



クイズですよ 65歳以上のみなさんで

フレイルを防止しましょう

フレイルとは、加齢により心身の活力（筋力・認知機能・社会とのつながり）が低下した状態です。進行すると、介護が必要となってきます。フレイルを防ぐための有効な取り組みが「ふれあいサロン」でした。参加することにより、運動（コミセンまでの往復）、社会参加（多くの方々とコミュニケーションをとる）、脳の活性化（ゲームや作業、歌唱などにより頭を使う）など、バランスのとれたフレイル防止の取り組みができていたのです。しかし、コロナ拡大によりサロンを休止せざるを得ない状況が続いています。

そこで、せめて認知機能の低下を防ぐ一ちがいを探す一注意力を発揮、さらに住所、氏名等を書き込む、福祉委員さん宅のポストに何らかの方法で届けるなど、一連の行動化により、多少なりとも心身の活性化をはかり、フレイル防止の一助にと考えたのがこのクイズでした。

桜ヶ丘全町内のみなさんの参加状況は

	しめきり	参加町内会	不参加町内会	応募総数	正答数
1回目	8月30日	14	1	78	38
2回目	12月25日	15	0	90	37
計		29	1	168	75

うらばなし 取り組んでみてわかった問題点

実はこのクイズ、初心の素人が作製しているものですから、問題点も多々。1回目は太い線を取りこみ、分かりやすくしたつもり。2回目は、鉛筆書きしたままのために、あやふやな線がでてきました。複数者によるチェック機能が重要だったのですが、不十分でした。ために2回目は答えを2つにすることに。予期せぬことが起きたこともありました。

3回目はすっきりした内容の「ちがい探し」にしたいと反省しています。

みなさん、楽しみながらクイズにぜひ参加してみてください。

さらに多数の応募をお待ちしています!!

（文責 塚田）

みなで防犯・防火・見守 夜間巡視

友愛町内会 塚 田 久美子

月例の夜間巡視。8:30スタート。

集まったのは、頼もしい男子6、明るくにぎやかな女子8、計14名。

すごい!!

今年度の夜間巡視はいつも大勢で会長、副会長はじめ都合のつく多くの班長(普段の役割は女子が、夜間巡視はご主人という方も)で取り組んでいる。

Tさん曰く、「参加し、歩くのは自分のため。体に良いので」それが町内のためになるのだから、最も望ましい形だ。

福祉委員としてずっと参加し、高齢者宅の灯を確認。町内の皆で火の用心。防犯、見守りを続けられればありがたい。

皆の願いや思いが、一つの方向に向いているという実感を少しく強くして、今夜も無事終了。

みなさんありがとうございました。



「誰に相談したらいいんだろう」

という時、

仙台市生活自立・仕事相談センター

「わんすてっぷ」(仙台市からの委託事業です)

電 話 022-395-8865

9:00~18:00

(相談無料・秘密厳守)

一緒に考え、解決へのお手伝いをします

◆◆◆編集後記◆◆◆

社協だより第81号をお届けします。

新型コロナウイルスの感染者数は、前週の同じ曜日より少なくなったようですが、それで安心はできません。皆さん油断せずに生活しましょう。

【編集委員】

塚田久美子 大村 雄一 米地 ミチ

浅野 光子 上田 正