



# 第2にしぼっぼ新聞

## つながっていこう！

地域包括  
ケア

地域ケア推進圏域会議

コロナ時代の地域交流とは



十一月二六日（金）新富近隣センターで地域の通いの場関係者の方を集まって頂き、地域ケア推進圏域会議を実施しました。

地域ケア推進圏域会議とは地域の課題を地域の皆様と話し合う会議です。

現在、旭町地域、新富地域ではコロナ禍により集いの場（サロン）の多くが休止して住民間の交流が減った一方で、介護保険の申請や認知症に関する相談が増えていることが課題となっています。

またサロンの関係者の方からも利用者の「活気がなくなった」「体が弱くなった」等の意見が多く聞かれています。

会議では地域住民の交流を継続していくことが心身の健康維持に重要ではないかという仮説を基に「つながっていこう」をテーマに意見交換をおこないました。



工夫で乗り切ろう

サロン関係者からは集まらなくても手紙や電話、訪問を通して「つながり」は維持できることを実践をもって明らかにして下さいました。また会場設営の工夫、飲食の制限、時間の短縮等の万全の感染対策と感染状況を鑑みながら再開に向けての活動もされていきました。実際にコロナ禍にあっても4か所のサロンがすでに再開しています。

その他に「気軽に集まれる近隣の場の利用」「既存の集団にとられない趣味活動等の小さな集まりの促進」「三密を避け屋外での活動等の推進」「地域の防災活動等を通してつながりを再確認」等、今後の活動のヒントになるような意見がたくさん上がっていました。

新しい試み



当センターでも十二月より毎週（金）に新富第一公園でラジオ体操の会を始めました。

また吉野沢町会でもラジオ体操の活動が立ち上がっています。

新たな出会い、つながり方

柏西口第2地域包括支援センター  
所長 小野田 光芳

コロナウィルスの世界的流行は社会を大きく変えました。「不要不急」の外出自粛が叫ばれ、人と会わず家で過ごす時間が増え、ごく親しい人とだけ会話を交わす生活が日常になってしまいました。

しかし、そのような生活に慣れてくると人生の豊かさとは「不要不急」の外にあるように思えてなりません。

趣味や楽しみのために外出したり、すぐく親しい訳ではないけれど顔見知りの方と言葉を交わしたり、様々な方とのつながりが大切であると感じます。

今こそ人との新たな出会い方、つながり方を模索していくことが求められるのかもしれないですね。

さいごに私事で恐縮ですが、四月一日付けで異動することになりました。思い起こせば平成二十年に地域包括支援センターの立ち上げより現在に至るまで、地域の皆様のお力添えをいただき職務を全うすることができました。この場を借りて感謝申し上げます。

# こんにちは! 認知症地域支援推進員便り 「認知症地域支援推進員」です!

今回は地域による認知症の方と介護者への支援についてお知らせします。

今はコロナ禍で地域の方々の交流の場が閉ざされていますが、当センターでは感染予防に配慮した形で「オレンジカフェ」（認知症カフェ）を開いています。ここでは認知症の当事者と介護者、オレンジフレンズ（認知症を理解した地域ボランティア）と地域の方が一同に集まって、皆で垣根なくゲームで遊んだり、介護者同士で情報交換したり、楽しく時を過ごす交流の場です。

定例開催にしたい所ですが、コロナ禍で開催場所が確保しにくい状況です。趣旨に賛同してくれる施設の協力を得て、市内各所で開かれていますので、ご興味ある方は地域包括支援センターにお問い合わせください。

また、たくさんの方にオレンジフレンズとして活動していただくための第一歩となる「認知症サポーター養成講座」も開催しています。5人集まれば当センターの職員が出向いて講習会を開くことができますので、こちらもどうぞご要請ください。

なお、感染症対策の為、お申し込みが必要ですが、柏西口第2包括へお申し込み下さい。

令和2年4月にサービス付き高齢者住宅「そんぼの家S豊四季」にて、オレンジカフェのオープンを予定していた矢先、コロナの流行で休止状態になっていましたが、この度、感染症対策を施した上で再オープンすることになりました。

認知症当事者、介護者の方と一緒に参加が可能です。お飲み物代として一〇〇〜二〇〇円と、お持ちの方はフレイル予防ポイントカードを持参して参加ください。

そんぼの家S豊四季×西2包括  
交流メインの認知症カフェ



※緊急事態宣言等の発出により中止となる場合があります。



コロナ禍で様々な地域活動が制限される中、地域とのつながりを感じられる機会をなんとか維持したいと、「屋外」短時間「少人数」をキーワードに「ラジオ体操deつながる会」が始まりました。昨年12月3日から毎週金曜日10時に新富町第一公園にて開催しています。

初回から多くの方が参加され、毎週通つて下さる方もいらつしやいます。雪の降つた日でも「もしかして」と様子を見に来てくださった方もいて、そこから他の活動へのつながりも生まれたりしています。



祝日、雨の日はお休みですが青空の下、身体を動かすと気分もなんだか上向いてスツキリします!ご自宅でもラジオ体操を実践されている方もいらつしやると思いますが、ちよつと出かけて、ちよつとおしゃべりして、みんなと一緒に体を動かすと一段と爽やかです。

フレイル予防ポイントも20P付きます。お近くの方はぜひ♪

