



介護予防推進活動 “元気な諏訪町・老いも若きも介護予防”

【介護予防大作戦中央大会にて諏訪町の取り組み報告】

3月3日（土）に「介護予防大作戦中央大会」が中央公民館で開催されました。当日は多数の参加があり、地域包括ケアや認知症についての講演や様々なアクション等、大盛り上がりでした。そして毎年恒例となった、地域開催報告では「諏訪町の介護予防」について、中央大会の実行委員でもある小松さん（写真参照）から丁寧なご報告がありました。



諏訪町では「日々の介護予防を大切に！」をモットーに、町内各種団体と連携して日常的な介護予防活動とイベント的な介護予防活動をしていること、そしてその具体的な詳細内容、とりわけ「諏訪町ふれあいカーニバル～介護予防大作戦～」の紹介がなされました。まとめとして、①介護予防活動環境の整備増強（新たな活動団体・人材の発掘）、②介護予防活動の住民への周知といった課題があげられました。諏訪町のスローガンである、“元気な諏訪町 老いも若きも介護予防”を実現するために皆で力を合わせて取り組んでいきたいものです。

【広報部会 鈴木】

※当日のプログラムです。

2F会議室

～午前の部 10:00より～

- ★バンド演奏（みどりの森）
- ★「あなたの歯 大丈夫？」～自分の歯で しっかり食べよう～
（歯科医師会 長島 浩二先生/歯科衛生士 内村 恵利子氏）
- ★ハンドベル演奏（このゆびと～まれ）

～午後の部 13:00より～

- ★大正琴演奏（琴伝流 花がだみ）
- ★合唱（東村山第二中学校）
- ★「あなたのウォーキング 間違っていないか？」
～転ばない歩き方を 身につけよう～
（東京ばんなん白光園 作業療法士 川島 洋平氏）
- ★サウンド・オブ・ミュージック（講師：高橋 悦子氏）

1F

★模擬店（みどりの森）

- ・酒粕チーズケーキ（豊島屋酒造の芳醇な酒粕入り）
- ・野菜マフィン、焼きだんご など

その他にもいろいろあるよ！



「あなたのウォーキング間違っていないか？」
～転ばない歩き方を身につけよう～



東京ばんなん白光園 作業療法士 川島 洋平氏



【ゆっとNOW】

4月14日（土）社会福祉センターにおいて1区及び2区合同の地区交流会が開催されました。当日は、担当の小松さんを含めて3名と、参加された方は少数でしたが、北部地域包括支援センターからは、本年4月より実施された介護保険制度改正の内容、高齢者の運転に関する講話、両地区の“ゆっと会員”の皆様の様子確認など、会話が弾みました。

まさに、ゆっとの名前の由来である「ゆるやかにつながりともにくらす」を体感したような会となりました。

地道な取り組みですが、こうした活動を通して互いを気遣う“諏訪町”が出来たら、そんな温かい気持ちになりました。他地区でも交流会が活発に開催されると良いですね！



【ゆっと交流会案内】 毎年恒例となった「ゆっと交流会」が下記の通り6月23日に開催されます。今回は、急増している“特殊詐欺”についてのお話（東村山警察生活安全課 課長 中島利通さん）、楽しく歌って介護予防！（諏訪静子さん）等、盛り沢山の企画となっていますので、皆様ふるってご参加ください。

平成30年6月23日（土）午後1時30分～3時30分 社会福祉センター

【投稿】また、よろしくお祈いします。

5年振りに「諏訪町ゆっと」の事務局を担当させていただくことになり、多くの成果や進歩、様々な課題に気付くことができました。行政や住民の皆さま同様、社協もその役割を果たせるよう頑張りたいと思います。よろしくお祈いします。

介護保険制度が始まってから10年後の平成22年、「諏訪町ゆっと」が発足しました。“地域に専門職が入ると、ご近所付き合いが疎遠になる”という声をよく耳にするようになった頃です。介護保険等の公的サービスは継続性・安定性が高く、個別支援として重要ですが、普及すると『〇〇さんのお宅、ヘルパーさんが来てくれて良かったわねー、安心ね』と、ご近所への気遣いが軽減される反面、関心もだんだんと薄くなり、その結果、地域で世帯の孤立がすすむこともあります。これは公的サービスの限界のひとつと言えます。地域の住民同士がつながり世帯の孤立を防ぐためには、住民自らの取り組みが何よりの原動力となります。

「諏訪町ゆっと」はもうすぐ発足10年を迎えます。

目に見える見守りの成果も大切ですが、これからも絶やすことなく、“住民同士がゆるやかにつながる”大切さを、諏訪町の方々に発信し続けていただきたいと思います。

（東村山市社会福祉協議会 高橋）



【社会福祉センターについて】

すでに市報等でご存知の方も多いと思いますが、東村山市立社会福祉センターについて、昨年度、これからの事業内容について提言がまとめられ、今年度実施設計が行われます。改修工事等は来年度ですが、ある一定期間使用ができなくなる見込みです。住民活動の拠点となっているセンターが使用できなくなることは各団体等の活動に大きな影響を及ぼします。

今のうちから、地域懇談会等に対応策について検討できると良いですね！



【編集後記】

一面に介護予防大作戦の様子を載せましたが、超少子化高齢化が進む中、医療、介護費用の節減が急務とされています。

近くのサロンやイベントに参加し、笑って、しゃべって楽しみながら、健康長寿を目指して、今年の暑い夏を乗り切りたいものです。（広報部会 片山）

ご意見・ご要望がありましたら、下記事務局までご連絡ください。

【事務局】東村山市社会福祉協議会 まちづくり支援係（TEL 042-394-6333）