

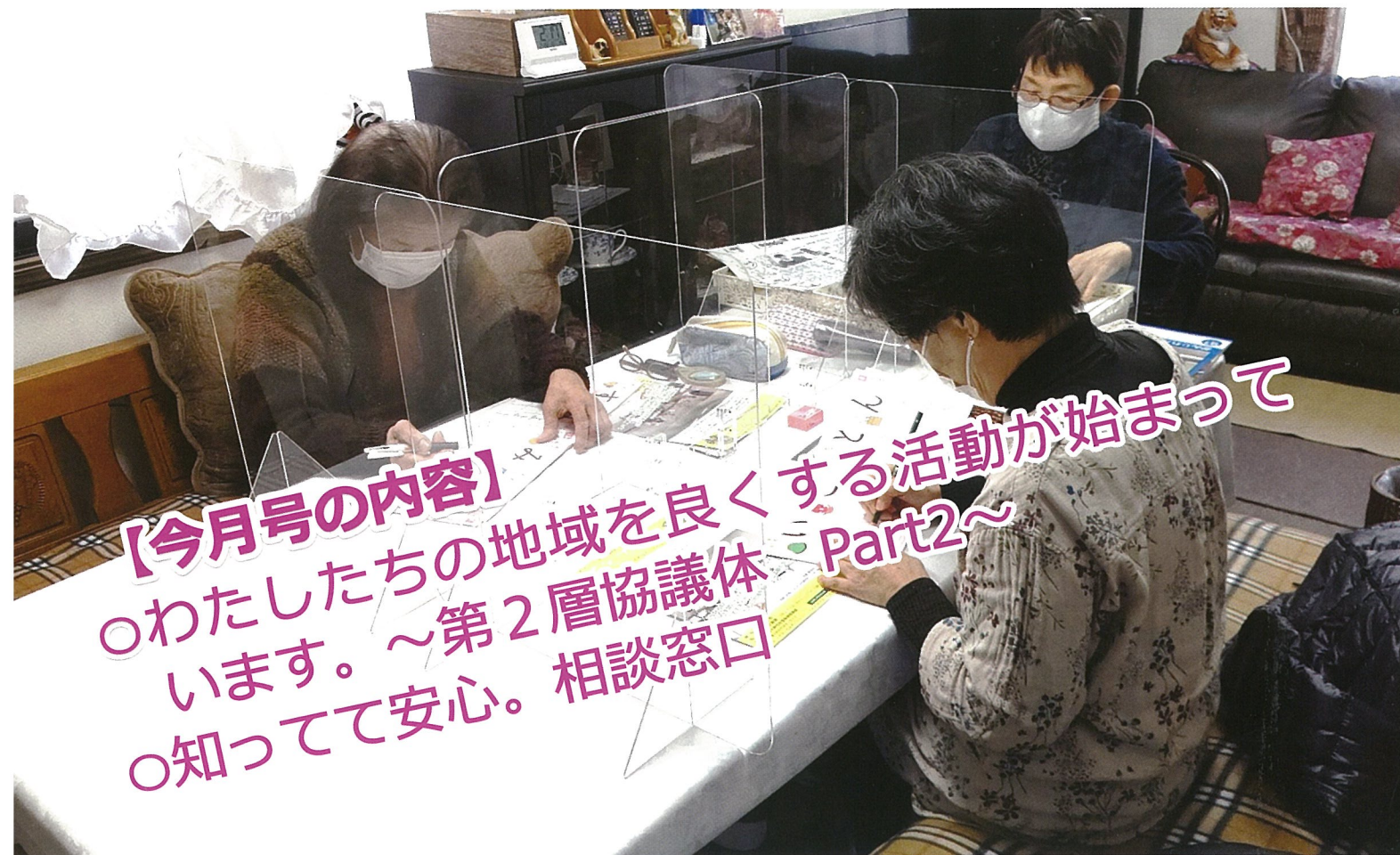
てとてとて



～私がささえる地域でささえる～

この「てとてとて」は東大和市民のみなさんが高齢になっても安心して暮らせるための情報紙として発行します。地域でやりがいをもって活躍できる場を創りだすこと、介護予防につながる活動、そして支え合いの活動など様々な地域の取組や情報などをお伝えしていきます。

市民のみなさん一人ひとりが手を取り支え合うまちづくりを目指して…



【今月号の内容】
○わたしたちの地域を良くする活動が始まって
います。～第2層協議体 Part2～
○知ってて安心。相談窓口

表紙：サロン架け橋

※活動の詳細については内側のページをご覧ください

発行 東大和市

担当 高齢介護課 TEL 042-563-2111（内線1179）

問合せ 東大和市社会福祉協議会

住所 東大和市中心3-912-3

TEL 042-564-0012

FAX 042-564-3680

ひがしやまと社協



コロナ禍でも、わたしたちの地域を 良くするための活動が始まっています。 ～第2層協議体 Part2～

※ 第2層協議体とは・・・地域で様々な活動をされている方がメンバーとなり、地域の課題等について、無理なく今できることをみんなで話し合う仕組みです。

【南街・桜が丘1丁目・中央地区】

南街地域は木造住宅が密集している地域であり、火災が心配です。「防災に強い地域」を強みに火災が発生した際の持ち出し品リストを考案。北多摩西部消防署との勉強会を経て、火災に特化したパンフレットを作成中です。パンフレットは表面は持ち出し品リスト、裏面には日頃から準備しておきたいことを記載する予定で活動しています。



【芋窪・蔵敷地区】

令和元年9月に第1回目の集まりを開始してから毎月集まっていますが、コロナの影響で令和2年3月から3か月間のお休みを経て6月から再開しています。協議体の愛称でもある「みんなが寄り添ういもくぼ・ぞうしき」はそのまま目指す地域像としても使えるのではないかと考えるほどぴったりはまっていて、メンバーも気に入っているようです。

現在の活動としては、あいさつ運動とゴミ拾いを実施しています。あいさつを交わし合うことで、地域の繋がりができ誰もが顔の見える関係になることや防犯にもつながります。さらにはゴミ拾いは地域の美化につながると、メンバーの間でも大きな期待となっています。

【湖畔・高木・奈良橋地区】

令和元年11月から勉強会を始め、令和2年3月に第1回目の集まりを開催する予定でしたが、コロナの影響で延期が続き、令和2年6月に第1回目を開催することができました。

その後、令和2年9月に2度目の集まりができましたが、コロナの影響は大きく、あまり動きが取れない状況です。また、各メンバーも手探り状態のため、今後回数を重ねていく事で、繋がりを作っていくと思われれます。そんな中、集いの場を立ち上げていこうという動きが始めています。



コロナに
負けるな！

あいさつをしながら
清掃活動中です。

～ サロン架け橋 活動紹介 ～

個人宅で小さなサロンを開催しています。サロンの開催にいたったのは、①自宅から徒歩で10分以内に行けること。②健康寿命の延伸は、栄養、運動、社会参加の3本柱が大事であること。③自分のためと、少しでも人のお役に立てればと思い、自宅の空いている部屋で活動を始めました。

小人数だからこそ気楽に仲間作りと情報交換と体力づくりができるのです。「遠い親戚より近くの他人」です。井戸端会議的に自宅で集まれる場所が住んでいる地域に広がっていくよう思いを込めたコミュニティサロンです。



活動日：毎月第4月曜日
時間：14時～16時
場所：沖様宅

知ってて安心。相談窓口

「家族に介護が必要になった。」、「最近家事が思うようにできない。」など生活の中で誰かに相談したい時に参考にしてください。

東大和市高齢者ほっと支援センター

高齢者や家族が安心して暮らしていくための相談受け付けや支援をする機関です。

「介護サービスの使い方がわからない」
「認知症のご家族とどう接していいかわからない」
など、介護の悩みをひとりで抱え込まずに、まずはお電話でご相談ください。

相談窓口（お住いの地域により担当センターが異なります。）

東大和市高齢者ほっと支援センター

いもくぼ 042-563-8777

（多摩湖・芋窪・蔵敷・奈良橋・湖畔・高木・狭山・上北台1, 2丁目）

**きよはら 042-590-1138
042-590-1183**

（清水・仲原・向原・清原・新堀）

なんがい 042-566-8133

（上北台3丁目・桜が丘・立野・中央・南街）

東大和市高齢者見守りぼっくす

高齢者の在宅生活の安心を確保するための、高齢者の見守り支援を専門とした相談窓口です。

専門の資格を持った相談員が地域の高齢者宅を戸別訪問し、地域で安心して生活できるよう支援します。

在宅高齢者の見守り

ひとり暮らしの高齢者等の
見守りネットワーク支援

緊急通報システムの
設置相談

在宅高齢者や家族からの
相談対応

相談窓口（お住いの地域により担当ぼっくすが異なります。）

東大和市高齢者見守りぼっくす

ならはし 042-566-8871

（多摩湖・芋窪・蔵敷・奈良橋・湖畔・高木・狭山・上北台1, 2丁目）

しんぼり 042-516-9916

（清水・仲原・向原・清原・新堀）

なんがい 042-590-1330

（上北台3丁目・桜が丘・立野・中央・南街）

こんな事業もあります！

高齢者の見守り・声かけ活動

社会福祉協議会では、高齢者が安心して暮らせるよう、「見守り・声かけ活動」を行っています。身近な近隣の協力員の方々が、ボランティアとして高齢者のお宅を訪問して、声かけや、さりげなく見守りをを行います。利用をご希望の方はご連絡ください。また、協力員となっただけの方も募集しています。

月に数回の活動です。空いている時間で地域に貢献しませんか？

※新型コロナウイルス感染症の状況により、ご利用をお待ちいただく可能性があります。

問合せ先：東大和市社会福祉協議会
042-564-0012

費用：無料

ファミリー・サポート・センター さわやかサービス

社会福祉協議会では、家事などにお困りの高齢者・障害者の方を対象に有償家事援助「さわやかサービス」を行っています。地域の協力会員がお買い物や掃除などを行います。料金は1時間970円からです。

また、協力会員も募集中です。さわやかサービスでは高齢者の家事支援の他、子育て支援も行っており、産前産後のお宅での家事やお子さんの保育園の送迎など依頼が増えています。1時間900円からの謝礼費をお支払いします。

1回1~2時間の活動です。ぜひ、協力会員に登録しませんか？

問合せ先：東大和市社会福祉協議会
さわやかサービス
042-567-0013

情報交換のページ

このコーナーは、活動したい市民のみなさんと、応援するみなさんの情報交換の場です。今回は、知っておくと便利なお役立ち情報をお伝えします。

市報宅配サービス(無料)

市内にお住まいで新聞を購読していないご家庭へ、市報をご自宅にお届けする「宅配サービス」を無料で行っていきます。

・毎月2回(1日・15日)

また、目の不自由な方のために市報の内容をCDに吹き込んだ「声の広報」の貸し出し・宅配を行っています。

市役所：042-563-2111 秘書広報課

防災行政無線自動音声応答サービス

行方不明者情報や災害情報など防災行政無線を放送した24時間後まで内容を聞くことができます。

電話番号：042-563-2411 (自動音声)

農産物直売所

市内農家が開設している農産物直売所が一覧になった「東大和市農産物直売所マップ」がリニューアル発行されました。地元で採れた新鮮野菜をいかがですか？

ぜひ、お近くの直売所をご利用ください。

市役所：042-563-2111
産業振興課



安全安心情報送信サービス(無料)

【電子メールアドレスが必要です】

市内の安全に関する情報や災害(地震・台風・大雨)情報を、あらかじめ登録していただいた携帯電話やパソコンへ電子メールで送信するサービスです。

携帯電話またはパソコンから手続きをしてください。

市ホームページで利用条件、注意事項を確認の上、QRコードから仮登録後本登録できます。

市役所：042-563-2111
防災安全課



灯油の配達(有料)

灯油(18L)の配達を行っている市内業者のご紹介です。

株)尾崎商店 本店 高木2-170-4
電話：042-561-1671
Yショップしまや 芋窪3-1712
電話：042-561-1265

移動スーパーとくし丸

野菜や果物、お肉や魚、惣菜、ティッシュなどの日用雑貨まで様々な商品を軽トラックに詰め込み、自宅の近くまで何う移動スーパーです。曜日によって販売ルートが異なります。

とくし丸1号車 野本貴之さん
電話：070-1391-1885

このコーナーでは様々な情報をお伝えします。掲載内容の詳細や掲載希望の方は、お気軽にお申し出ください。



お問い合わせは
社会福祉協議会

042-564-0012まで

【編集後記】

今回の「てとてとて」は日頃生活していく中で、知っていたら役立つ情報を集めてみました。今回の掲載以外の情報もこれからお伝えしていきたいと思います。みなさんがお持ちの情報もぜひ、教えてください。また、新型コロナウイルス感染症の影響により、私たちの生活も大きく変化しましたが、離れていても人と人のつながりは大切にしていきたいですね。栄養と睡眠、そして運動。心身の健康を大切にしましょう。