

# 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ています。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】**  
○東大和市認知症高齢者等みまもりシール交付事業  
「ただいまオレンジ」をご存じですか？  
○2層協議体の活動報告～地域との交流をすすめています。

表紙：花水木体操Ⅱ

※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 地域包括ケア推進課

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

TEL 042-563-2111（内線1179）

ひがしやまと社協



FAX 042-564-3680



はじめました！

東大和市認知症高齢者等みまもりシール交付事業

# 「ただいまオレンジ」

皆さまのあたたかい見守りをご協力をお願いします。



認知症の方の中には、外出した先で道に迷うなどして、帰宅困難となる方がいます。そこで、市では、東大和市認知症高齢者等みまもりシール交付事業「ただいまオレンジ」を始めました。

※『ただいまオレンジ』は、「ただいま」と安心して外出先から帰れるように、「オレンジ」は認知症サポーターのリングカラー、オレンジからとっています。



※QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

## ▽対象者

市内在住の概ね65歳以上の方で、認知症等により行方不明となる恐れのある方  
※シールを貼るご本人の情報は、ニックネームなどで登録します。QRコードの読み取り時や、ご家族と発見者で伝言板を利用する際、双方のお名前やメールアドレスなどの個人情報開示されません。

▽受付人数 30人(先着順) ※受付時に、聞き取り確認をさせていただきます。

▽費用 無料(ただし、伝言板アクセス時の通信料や、追加のシールは自己負担)

▽問合せ 東大和市地域包括ケア推進課・042-563-2111内線1179まで。



## 第2層協議体の活動報告～地域との交流をすすめています。

### 第2層協議体「NSCぼつぼつ隊」とは

地域の「ささえ合い活動」を進めることを目指している協議体（ボランティア活動団体）です。担当地域の南街・桜が丘一丁目・中央の頭文字のN・S・Cをとり、少しずつでも地域の支え合いを進めていこうとの思いを込めてこの名称としました。

メンバーは自治会長やサロン代表者を含む市民の他、金融機関や薬局など地域に関心のある事業所の担当者など総勢10名で構成されています。生活支援コーディネーター（ほっと支援センターなんがい）が活動をサポートをしています。



お互いに教え合いながら体験しました。

6月1日に「南街サロン福寿草」との交流会を開催しました。

15名の参加者と一緒に「災害用伝言ダイヤル」の体験会を実施しました。

「災害用伝言ダイヤル」の操作は難しい様子でしたが、写真のように参加者同士が教え合う姿を多く見かけました。

地域で「困った時の助け合える関係づくり」を構築していくため、今後は住民同士が気軽に「交流ができる場」を増やす方向で活動していきます。

### 第2層協議体「ゆずり葉T・S・K」とは

「この地域を支え合いができる地域にしていきたい。」この思いを実現する為のボランティア活動団体です。名称「ゆずり葉」は「後の世の代まで福を譲る」という意味もあり願いを込めました。さらに、担当地域、立野・桜が丘2～4丁目・上北台の頭文字のT・S・Kをとりました。

メンバーは民生委員やサロン代表者を含む市民の他、介護事業所や薬局など地域に関心のある事業所など総勢8名で構成されています。生活支援コーディネーター（ほっと支援センターなんがい）が活動をサポートをしています。

活動団体の横の繋がりの希薄さを地域課題と感じ、6月25日に地域で活動している団体へ声をかけ、顔合わせ・交流会を開催しました。当日は、ボランティアグループ、サロン活動、青少対、おやじの会等様々な活動団体から参加があり、活動紹介を中心にフリートークを実施しました。今後は参加団体の意見などを踏まえて今後の方向性を協議していきます。



多くの方と知り会えた交流会となりました。

## 花水木体操Ⅱ

「要介護状態になりたくない。」「いつまでも自分の事は自分でできるようにしていきたい。」

そんな方達が、楽しく体操を継続できるよう、椅子に座ったままで行える、ゆっくりとした軽い体操と筋トレを実施しています。

活動日：毎週土曜日  
(祝日・第5週は休み)  
時間：10:00～11:30  
場所：清原老人福祉館  
(清原市民センター内)  
会費：500円/月





# 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を応援する情報交換の場です。  
気になる活動があれば、ぜひ、ご参加ください。

## 参加者募集

### 【狭山】ふれんど体操

会 場：狭山公民館 101号室  
曜日等：毎週水曜日(月4回)  
14:30~16:00  
費 用：参加費 月2,500円

竹ふみ体操やストレッチで普段使っていない筋肉を動かしたりしながら転倒予防をしていきます。



身体の源泉となる足の裏の涌泉というツボは、身体のエネルギーが散散されて目覚めます！

## 使えます

### 【芋窪】児童養護施設れんげ学園 地域交流スペース「ロータスホール」

目 的：地域福祉・教育等に関する活動  
会 場：多目的ホール  
曜日等：平日、休日、祝日 10時-18時  
(年末年始を除く)  
費 用：無料

予約はれんげ学園ホームページ又は、こちらのQRコードからできます→



## 参加者募集

### 【立野】東大和元気ゆうゆう体操 立野地区

会 場：ファーマーズセンター前  
曜日等：毎週金曜日9:00~9:30  
(祝日、第5金曜日休み)  
費 用：無料

令和4年4月から、ファーマーズセンター前の公園で東大和元気ゆうゆう体操を始めました。地域の人たちの交流の場に繋がっていくことを目指します。



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

※コロナ禍により活動日時等を変更する場合がありますことを、ご了承ください。

042-564-0012まで

## こんにちは！生活支援コーディネーターです。



皆さまが元気と笑顔あふれる地域を目指していきましょう。

ほっと支援センター いもくぼ長谷川です！



皆さまと一緒に住んで良かったと思える地域を目指したいと思います。

ほっと支援センター きよはら吉川です！

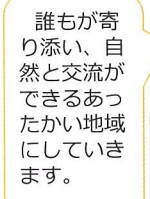
### 【生活支援コーディネーターとは…】

生活支援コーディネーターは住民同士が支え合い・助け合いができる地域づくりのお手伝いをする専門職です。「サロンに参加してみたい」「地域で何か活動をした」などありましたら、是非、地域のほっと支援センターや社会福祉協議会の生活支援コーディネーターにご連絡ください！

### 【編集後記】

コロナ禍に加え、猛暑や豪雨など自然の驚異に翻弄された夏でした。これから秋に向けて台風も多く発生する季節です。皆さんは災害時の準備はされていますか？非常食の他、暖を取る道具、灯となるものなど備えておくと安心です。また、自身の安否確認を誰に、どう伝えるかを日頃からご家族やお友達などと話し合っておくとよいですね。

第1層生活支援コーディネーター 山中 陽子



誰もが寄り添い、自然と交流ができるあったかい地域にしていきたいです。

ほっと支援センター なんがい岡部です！



子どもから高齢者まで安心して暮らせるまちづくりを目指します！

社会福祉協議会 山中です！