

豊平地区社協だより

豊かの輪

第 61 号
令和6年12月19日
豊平地区社会福祉協議会
事務局(TEL) 71-1604

とよひらまつりへブースで参加



11月3日(日)とよひらまつりが開催され、地区社協と地区健康連絡員会のブース・地区防災連絡会のブースにて参加協力させていただきました。

まず、地区社協のブースでは、地区社協広報紙「豊かの輪」の掲示・あいサポート運動及びヘルプマークの啓発・豊平地区生活支援運営協議会の紹介・健康測定機器の設置(俊敏性測定「クイックアーム」と脳年齢計「ATMT」)。ヘルプマークは、外見では判断が難しい障害を持っていることを周囲に知らせる方法です。今回来場者の方から問い合わせがあり、ヘルプマークを使っていたことにしました。地区健康連絡員会では、東部保健福祉サービスセンターの協力で、健康に関するパネルの掲示と血圧測定を行いました。地区防災連絡会のブースでは、防災クイズ・小学生に向けた防災アンケート・防災食・非常持出品・段ボールベット・車椅子用ジリキの展示をしました。防災クイズは、少し難しいクイズでしたが、多くの来場者に挑戦していただき少しでも防災意識の高揚になれば幸いです。

防災アンケートは、小学生20名に回答していただきました。その中で気になったのが防犯ブザーは持っているが鳴るかは確認していない・鳴るか確認しているが鳴らない・防犯ブザーはあるが持って行かないとの回答が僅かでしたがありました。防犯上、有意義な防犯ブザーですので、保護者の皆様には早速確認し対応していただきたいと思いますし、定期的な点検も合わせてお願いします。(地区社協・地区防災連絡会会長)



「あいさつ運動」



8月22日(木)地区全体での「あいさつ運動」が実施されました。豊平小学校・豊平保育園・各行政区は実情で実施され、皆さん元気にあいさつができました。

「フリーマーケット」



9月7日(土)茅野市ボランティア協議会が主催する「チャリティフリーマーケット」が開催され、豊平地区ボランティアの会が参加しました。

販売した主なものは、野菜・米・雑貨ですが、これらは主に地区ボランティアの皆さんから提供していただきました。会場のゆいわく茅野は、多くの来場者で賑わい豊平のブースは大変な人気で一番最初に完売となり、売上金の一部を能登半島義援金として寄託しました。

参加された他の団体ともコミュニケーションが取れ、大変有意義なイベントへの参加でした。

健康連絡員会「講演会」



11月22日(金)地区健康連絡員会の講演会が開催されました。

今回のテーマはメインとして「季節の食材を使ったバランスの取れた食事」サブとして「子供から高齢者まで年齢に応じた食事」・「冬の時期の食中毒対策」ということでお話を聴きました。講師として、茅野市健康づくり推進課、増田管理栄養士さんをお迎えしました。

今回このテーマで講演をお願いした背景は、私たちの健康は当然ですが日々の食事が深く結びついています、同時に季節を問わず食中毒の対策は非常に大事であると考えているからです。

講演の中では、冬におすすめの食材として、ほうれんそう・しゅんぎく・かぼちゃ・みつば。食事のポイントとして児童から思春期は特にカルシウムを多くとる。青壮年期は野菜をたっぷりとり、油・アルコールは控えめにし、夜遅い食事は分食を活用。熟年期はしっかり食べて低栄養予防を。全世代で適塩生活をとのことでした。冬の食中毒としてノロウイルスの話があり、11月から2月が多く発生しており予防のポイントとして調理する人の健康管理・作業前の手洗い・調理器具の消毒とのことでした。今回改めて日々の食生活や食の安全のヒントになりました。

「豊かの輪」 今後の発行予定 未定

豊平地区コミュニティセンター

お気づきがありましたら連絡ください。

TEL 71-1604

最近の区・自治会の動きを紹介します

～今回は「福澤区」・「上古田区」です～



福澤区

「非常用浄水器のデモ」

福澤区では9月1日に防災避難訓練および非常用浄水器デモを計画していましたが台風10号接近に伴い中止となりました。

11月に実施した地区出払い作業実施後に防災訓練時に予定していた非常用浄水器のデモを実施しました。

福澤区では災害で断水した際に避難場所ですぐに安全な飲料水・生活水を確保するために非常用浄水器としてミヤサカ工業製の非常用浄水器「コックン 飲むるソウ」を2017年に導入しています。新モデルへ交換を昨年度実施し、避難訓練時における利用のデモを区民の皆様に見ていただき使用方法について学習をおこないました。また災害時の給水車両の展示も合わせて実施しました。

また、冬期における大雪降雪時には、区役員を中心に、お一人暮らしの高齢者、高齢者世帯のお宅を巡回し、雪かきのお手伝いを行いました。

福澤区では、災害時における訓練、降雪時における高齢者のかたへの見守りなどを通じて、地域での自助、共助に取り組んでいます。（福祉推進委員）



上古田区

「区総合防災訓練」

上古田区では9月8日に区独自の総合防災訓練を実施しました。

第1避難場所での安否確認、その後全員が公民館駐車場に移動して3班に分かれての訓練、班毎のミニ集会、反省会という流れになっており、前年度実施した訓練の反省を生かし当年度実施することに力を入れています。

総合防災訓練の実施前に関係者を集めた2

回の防災会議を開催し、その中で昨年度の反省点から今年実施する内容を決めていきます。例えば昨年度のミニ集会で出された車椅子の使い方を知りたいという要望に対して、今年は会場に段差やスロープを設置して多くの方に実際に体験してもらいました。また、区内各所に設置してあるブルーシートとパイプ2本を使った簡易担架については、簡易でないものを準備した方がいいとの意見があったため、今年新しいものを購入し実際に使ってもらいました。

また、防災訓練は未入区の家も参加対象になっていますが、毎年訓練で実施している【みんな確認しておきたいこと】では区内防災の各種決まり事を確認しています。一例を挙げると「支えあいマップの内容」・「生き残るための3つのこない」・「各ネットワークの安否確認方法」・「全戸配布用安否確認記入用紙の管理」・「非常持出品の内容・量・個別に準備」などです。

今年の総合防災訓練においてもいくつかの反省点が出ていますので、その意見を踏まえて来年の訓練を考えていければと思っています。（災害対策本部長）



「介助講習会」

8月6日（火）介助講習会を実施しました。毎年実施しており今回も豊福の会での地区区長会との合同会議に合わせて、地区防災連絡会も共催で実施しました。

今回は、車椅子の操作方法・ガイドヘルプ・止血法を班分けし時間で移動しながら行いました。車椅子とガイドヘルプは社協が担当、止血法は地区防災連絡会長が担当しました。

主な内容は、車椅子は、スロープでの操作方法・ガイドヘルプは、視覚障害者の移動や階段での介助・止血法は各種止血法と湿潤療法（傷口を乾かさない・かさぶたを作らない・消毒液を使わない）の体験や学習をしました。

今回学習した止血法を行政区の防災訓練の中で活用していただいたことをお聞きしました。この介助講習会は、防災の一環として非常に大事にしている講習会ですので、今後も工夫しながら実施していきたいと思っています。



「防災訓練」

8月25日（日）地区防災連絡会で防災訓練を実施しました。

今回は、近隣の福祉施設職員、北中生徒の親子、市防災課からも参加していただき近隣の福祉施設からの車椅子避難者受入と地区コミュニティセンター開設訓練を実施しました。

福祉施設から地区コミュニティセンターまでは割合急な上り坂となっているため、市社協からジンリキ（けん引する部分を車椅子の前に取り付けることができる補助装置）を借りました。参加者の中で一番体重の重い方も一人で楽に移動できることが確認できました。地区や行政区には非配備しておきたい備品です。

また、地区コミュニティセンター開設訓練では、感染リスクの高い人には今まで以上にシビアな対応が必要ではないかという検討課題が出ました。

今回も参加者全員が「地区防災を自分達で何とかするんだ！」という意気込みを実感しました。

「地区ボランティアの会」から 宅配弁当 の報告です



◆下記のように宅配弁当を行いました◆

- お届日 令和6年12月15日（日）
- お届時間 対象者には「おしらせ」を配布
- 対象者 75歳以上のおひとり暮らしの方