

戸塚第二地区社会福祉協議会
会長 西村邦夫

とつかハートプラン他地区の取組について

去る2月17日戸塚区役所内で区役所、戸塚区社協主催による「とつかハートプラン17地区情報共有連絡会」が、関係者等100名程の参加者で開催されました。

誰もが安心して心豊かに暮らすことのできる地域社会の実現を図る「第3期とつかハートプラン」は、平成28年度から5か年計画でスタートし、計画に基づき17地区においていろいろな活動と取組が行われています。このため当連絡会は各地区の取組を他の地区と共有して地域活動の活性化を図るほか、地区との連帯を図るために設けられたものです。

当日は「東戸塚地区」と「踊場地区」の取組事例が発表されました。

東戸塚地区では町内会加入率が低いことや都市開発が進み活気のある街として発展していますが、地区として連携が取りにくい状況のようです。このため顔見知りを増やすことや仲間を多く作るために、ハートプランのパンフレットやボランティアによる「こころの Mascot」を作成し配布している事等が報告されました。

踊場地区では、高齢者が安心して暮らせるために見守りやふれあいのプロジェクトがつけられていること。地域活動を知ってもらうために「活動ガイドブック」を作成し全戸配布したこと等が報告されました。その後参加者がグループに分かれ当該地区での問題や悩み等が話し合われました。大変良い刺激になるとともに参考になりました。

戸塚第二地区社会福祉協議会 梶ヶ谷 勝

今、サロンが熱い！ ー市川氏の講演を聴いてー

鈴木祐司

去る3月7日 戸塚区社協全体研修で、20年前に「ふれあい・いきいきサロン」を提唱され、全国的に普及活動をしておられるルーテル学院大学学事顧問・教授市川一宏氏の講演を聴きました。今後必ず来る高齢者の人口増により起こる、自分の居場所がない孤立化や閉じこもりを予防すると共に、地域住民の絆を育てるのが目的です。

その方策として「ふれあい・いきいきサロン」作りを支援しておられ、これまでにスタートしたたくさんの例を紹介されました。今や全国にサロンは7~8万ヶ所あるそうです。

- ・ご近所同士の助け合いを目標にするので、狭い範囲の地域でのスタートがよい
- ・場所は5~6人が集まれる所ならどこでも始められる
- ・おしゃべりから始め、皆さんが持っている趣味や体操、歌、食事会など何でもOK
- ・ボランティアも自分の意思で、自分の為にとしても参加OK、

等としています。私たちの戸塚第二地区でも、幸い『ふれあいサロン』『骨・骨クラブ』『ふれあい太極拳』『とつ2ウォーキング』『老人会』など、幾つもの活動があります。それらに参加されることは勿論ですが、少人数でよいから近くの仲間同士で、楽しい“〇〇サロン”が出来たら良いなと思いました。



鎌倉の観梅散策！

早春、まだ冷え込みも厳しい中、2月15日に「春を探して鎌倉の観梅」に出かけました。新装なった段葛を通過して八幡宮へ。八幡宮は時間も早く人出はまばらながら、社の由来、舞殿、大銀杏のひこばえ、源平池の解説を聞きながら参拝しました。

白幡神社前ではリスの歓迎を受け、頼朝の墓、大蔵幕府跡を経て荏柄天神社へ。荏柄天神社は梅の木は沢山あるのに、見ごろは様々、すでに盛りを過ぎた木も多い中本殿脇の古代青軸梅のほころびが印象的でした。

次いで、鎌倉宮へは15分程、大塔の宮とも言われ、創建は新しい割に祭神やその歴史性で人気の高いお宮では、紅梅や蠟梅等季節の花が迎えてくれました。

参拝後20分先の瑞泉寺に到着、入口近くの梅は日陰のためか蕾のままでしたが、本堂前の庭園は満開の白梅の林です。その幹や枝には白い苔が陽光を浴びて一体化し、まぶしい雪景色のような光景に感動し、梅香る鎌倉を満喫することができました。

今回はフットワーク抜群の福島さんや「鎌倉何でもOK」の石井さんの誘導で楽しく、有意義な散策でした。 とつ2 ウオーキングの会 丹羽 紘

＜防災技術を学びましょう (4) 寝室の地震対策を＞

地震はいつ起こるかわかりません。無防備な睡眠中でも発生します。寝ている周りにも危険はいっぱいですので、その時に如何するかをあらかじめ考えておきましょう。

- ① 寝ている周りに倒れ易いものは置かれていませんか？ 寝室に置く家具は、軽く、背の低いものにしましょう。また、家具には転倒防止をしましょう。
- ② 棚や家具の上に落下しやすいものが置かれていませんか？ 棚から離れた所に寝ましょう。頭の近くに棚があると落下してけがをします。
- ③ 寝室の窓や家具のガラスも危険です。万一壊れて飛散すると逃げる際にけがをします。飛散しないように、飛散防止フィルムを張りましょう。
- ④ 大地震が発生すると、まず、停電も起こります。真っ暗闇では、逃げる際にけがをします。枕元や手の届く範囲に懐中電灯を置きましょう。

今後の活動予定 (5月～)

NO	活動内容	日程	場所	備考
1	ふれあいサロン	5月9日(火) 6月13日(火)	矢沢町内会館	毎月、第2火曜日、11時～14時(70歳以上の方) 参加費 200円(食事代込)
2	にこにこキッズ	6月6日(火)	矢沢町内会館	月1回、第1火曜日、10:00～11:30
3	ふれあい太極拳	毎日曜日	矢沢公園	1、8月及び第5日曜日は休み、 雨天中止、9:00～、参加費1か月300円
4	骨・骨クラブ	5月11、25日 (木)	矢沢町内会館	毎月第2、4木曜日、10時～12時 参加費500円/月、タオル、飲み物持参
5	とつ2 ウオーキング	5月13日(土)	倉田方面	戸塚駅西口バスセンター上広場、 AM8:30集合

お問い合わせ 事務局：実方 TEL 871-5990