

1 充実した生活を支える事業

社会福祉協議会が提供するサービスをご紹介します。昨年度の実績と今後の展開と併せてご覧ください。

「小地域ネットワーク事業」～自治会活動の活性化を支援します～

「無縁社会」を生みださないように、隣近所でお互いに関わり合う関係を作る為の自治会活動に補助金を出します。イベントを通して人の輪を作り、お互いに気をかけ、助け合う『お互いさま』の関係づくりを支援します。

＜活動内容の例＞

○支え合い活動

～独居高齢者や障がい者宅への声掛けや見守り、除雪支援など

○交流活動

～閉じこもりを防ぐための定期的なお茶会や子どもたちとの多世代交流会

○研修活動

～介護予防を進めるための健康教室や認知症予防に関する学習会の実施など

【見守り活動】 隣近所でお互いに訪問したり声かけしながら、安否確認や健康状態などの変化を見守り、変化があれば民生委員や社協、役場に連絡してください。また、訪問しなくても、例えば

- ・夜間、電気が点いているか
- ・カーテンが開閉されているか
- ・新聞や郵便物が溜まっていないか

などを確認することで、異常を発見する見守りの効果があります

【交流活動】 高齢者を元気で過ごすには「健康」「仲間」「生きがい」の3つが重要です。そのために、人と会う機会を作りましょう。

【奉仕活動】 冬は地域の高齢者宅の除雪活動。夏は花壇に花を植えて環境を整備したり、子どもから高齢者まで一緒に作業することで、世代を超えた交流の輪を広げてはいかがでしょうか。

【令和6年度活動された自治会】 7自治会（順不同）

壮瞥温泉団地、仲洞爺、宮前、建部、建部改良団地、久保内3、南久保内

モルックサークル・初心者向けスマホ相談室

昨年からはまった事業の紹介です。モルックは、フィンランド伝統のゲームを基にしている、気軽にプレイできる軽スポーツです。晴天時は外ですが、雨天時は山美湖ホールで行います。

スマホ相談室は、基本的なスマホの操作について知りたい方向けに、個別に質疑応答します。本会職員が対応しますので、初歩的内容に限ります。



たすけあい有償ボランティア「おたがいさま」

在宅で生活していると、様々な問題が発生します。ダンボールや古新聞などの資源ごみをまとめて、ストックヤードに運んだり、庭の草刈りや枯草の掃除、更に窓ふきなどは、介護保険サービスでは対応できません。

そこで、自分ではできない作業を有償ボランティアにしてもらい、作業時間に応じて、予め購入した「ボランティアチケット」で支払う仕組みを作りました。チケット1枚は320円で、30分ごとに1枚ずつ支払います。協力したボランティアは、社協でチケットを現金に交換します。利用者とボランティアは対等の立場で「お互いさま」の気持ちであることを基本とします。利用には予め登録が必要ですので、お気軽にご相談下さい。また、ボランティアも募集していますので、登録方よろしくお願いいたします。



雪かき有償ボランティア

高齢者の在宅生活において、冬の除雪作業は身体への負担も大きく、悩みの種のひとつになると思います。町では母屋の屋根の雪下ろしを支援していますが、家の周りの除雪は支援できません。

そこで、有償ボランティアが家の周りの除雪作業をお手伝いします。30分以内は1,000円、30分超60分以内は1,500円となります。大雪が降って、どうしても手伝って欲しいときは、ご相談下さい。



●●●●●●●● みんなで集おう！ あっぷるひろば ●●●●●●●●

気軽に集まり、おしゃべりやゲーム、入浴など好きなことをしながら、みんなで楽しい時間を過ごすことで、閉じこもりを予防し、健康維持を促しています。

昨年度は滝之町、仲洞爺・蟠溪で定期的を開催しています。

健康麻雀サロン

ひとつの卓を4人で囲み、おしゃべりしながら指先を使い、配牌を読む麻雀は、認知症予防に効果があると言われています。久しぶりの方も、初めての方も一緒にどうですか？ただし、感染しやすい環境なので、感染予防にマスク着用願います。

