

1年が経過して・・・

日常生活でのちょっとした困りごとを地域住民が主体となって助け合う有償ボランティア【ちょっぴりボランティア】がスタートして1年が経ちました。

今までの活動内容や、利用者の声をお知らせします。

ちょっぴりボランティア

○登録状況 (H31.3.31 現在)

	男性	女性	計
協力会員数	14名	30名	44名
利用会員数	10名	23名	33名



協力会員は定期的に情報交換を行っています。

○活動内容 (H31.3.31 現在)

高齢者の話し相手	117件
庭の草取り・草刈り、庭木の剪定	26件
買い物支援	17件
掃除（お墓の掃除含む）	6件
ごみの分別・ごみ出し	5件
軽微な修理など	2件
延べ活動件数	173件



**協力会員・利用会員
随時募集中です!!**

利用会員：90代 女性（庭木の剪定を依頼）

数年前までは自分でやっていたが、2年前に大病をし、脚立に昇るのがこわくなり困っていたところ、ちょっぴりボランティアを紹介されました。

娘たちは県外に住んでいるのでとても助かっています。おかげさまで家で安心して暮らすことができます。



利用会員：80代 女性（話し相手を依頼）

息子たちは県外に住んでいて、ひとり暮らしです。買い物は、週2回の訪問販売を利用しています。訪問販売が来ない日に話し相手に来てもらっています。私の体調をいつも気遣ってくれる親切な協力会員さんに感謝しています。いろいろな方とお話できるのも、とても楽しみです。

南部町では、平成28年6月から高齢者の多様なニーズに対し、保健・医療・福祉のサービスを継続的に提供するため、地域における社会資源を有効利用できるシステムづくりとして地域ケア会議を立ち上げました。『住み慣れた南部町で最期まで暮らすことができる町づくり』をすすめていく会議です。

この会議では、「ちょっぴりボランティア」のシステムも誕生しました。この会議に、住民の立場で参加していただける方を募集いたします。興味のある方は、5月10日(金)までに下記へお申し込み・お問い合わせください。

**地域ケア会議
委員募集!**

お問合せ 南部町福祉保健課 地域包括支援センター ☎ 0556-64-4836(直)

平成31年度 認知症予防のための運動教室

(午前9時30分～午前10時30分)

内容は今までの筋力若返り運動と同様で、椅子座位や立位での筋トレ・バランス運動に加え、脳の活性化を目指した誰でも参加できる教室です。

☆会場は都合のつく場所にお越しください。(地域は問わず自由に参加できます。)

【両教室とも健康管理のために家に血圧計がある方は血圧を測ってお越しください。】

改善センター (月曜日)	月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
	日	8	13	17	29	26	9	28	25	9	20	3	2
万沢ふれあいセンター (月曜日)	月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
	日	15	20	10	8	19	2	7	18	2	27	17	16
総合会館 (金曜日)	月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
	日	12	17	7	5	2	6	4	8	6	10	7	6
		26	31	21	19	23	27	18	29	13	24	21	27

【平成30年度実績】(平成31年3月18日現在)年48回開催、年間参加実人数171人、年間総参加人数1,629人

平成31年度 認知症予防のための出前運動教室

☆他地区からの参加もお待ちしています

(水曜日 午後1時30分～午後4時)

日 時	4月10日	4月24日	5月15日	5月22日	6月12日	6月26日
午後1時30分から 午後2時30分まで	矢島上地域集会施設 (天王区)	十島分館 (十島区)	楮根区公民館 (楮根区)	徳間多目的研修センター (徳間区)	中沢公民館 (陵草区全域) 14:00～15:00	御堂公民館 (御堂区)
午後3時00分から 午後4時00分まで	坂下多目的集会センター (文京区)	下組分館 (内船全域)	大塩分館 (大塩区)	竹の沢多目的集会センター (皐月区)		向田多目的集会センター (向田区)
日 時	7月10日	7月24日	7月31日	8月28日	9月11日	9月25日
午後1時30分から 午後2時30分まで	御屋敷地域集会施設 (富士見区)	沢上地域集会施設 (新宿区)	井出分館 (井出区)	本郷分館 (本郷区)	中野分館 (中野区)	中央区地域集会施設 (中央区)
午後3時00分から 午後4時00分まで	西行地域集会施設 (朝日区)	平山公民館 (元宿区)	南部分館 (南部区)	成島分館 (成島区)	柳島ふるさと会館 (柳島区)	矢島上地域集会施設 (天王区)
日 時	10月16日	10月30日	11月13日	11月27日	12月4日	12月11日
午後1時30分から 午後2時30分まで	塩沢集会場 (大塩区)	上組分館 (内船全域)	東根熊多目的集会センター (皐月区)	梅島多目的集会センター (陵草区全域) 14:00～15:00	向田多目的集会センター (向田区)	越渡公民館 (朝日区)
午後3時00分から 午後4時00分まで	楮根区公民館 (楮根区)	十島分館 (十島区)	徳間多目的研修センター (徳間区)		御堂公民館 (御堂区)	御屋敷地域集会施設 (富士見区)
日 時	1月15日	1月29日	2月12日	2月26日	3月11日	3月25日
午後1時30分から 午後2時30分まで	下宿地域集会施設 (元宿区)	中組分館 (内船全域)	成島分館 (成島区)	柳島ふるさと会館 (柳島区)	平多目的集会センター (文京区)	南部分館 (南部区)
午後3時00分から 午後4時00分まで	沢上地域集会施設 (新宿区)	井出分館 (井出区)	本郷分館 (本郷区)	中野分館 (中野区)	中央区地域集会施設 (中央区)	上組分館 (内船全域)

【平成30年度実績】(平成31年3月27日現在)年48回31会場にて開催、年間参加実人数394人、年間総参加人数555人

☆佐野区については日程調整の上、別途開催を計画します。

【両教室ともタオル、健康手帳、飲み物をご持参ください。】

お問合せ：南部町地域包括支援センター
(役場分庁舎福祉保健課内)

☎ 64-4836(直通)

担当：理学療法士 金森 永次