

令和2年 7月号② 上砂川町ケアサポーター レポート

上砂川町ウォーキングパレード開始！

7月15日水曜日、産業活性化センターにてウォーキングパレードの初回が開催されました。

町内ケアサポーター全体を対象とした活動は本当に久しぶりです。好天にも恵まれ、42名の参加(スタッフ除く)を頂きながら無事に開催できたことを、とても嬉しく思います。



実はゴールデンウィークに入る少し前に、虚弱進行を抑えることを目的として、町内各地区の屋外でラジオ体操を行う企画が挙がっていました。

ですが当時は道内の感染拡大が止まらない状況でしたので、実施は厳しかろうということ、企画そのものが御蔵入りになりそうでした…

そんな中で声を挙げて下さったのが、カフェまちなか(認知症カフェ)のケアサポーターの皆様！いつもながら本当に助けられます。

その後、役場福祉課・地域包括支援センター・社会福祉協議会ははじめ、地域おこし協力隊、商工会議所、福祉バス運行など多くの方々の御協力を得ながら、「ウォーキング・パレード」として何とか形になろうとしています。



第1回は、ラジオ体操第一で準備を行った後、ウォーキングポールの体験を行いました。第2回については裏面をご覧ください。

実施にあたっては、保健師が常駐・事前の体温チェック実施・マスク着用・消毒液や使い捨てゴム手袋の完備など、感染予防対策をしっかりと取りますので、今後も皆様安心してご参加下さい。

裏面へつづく

ウォーキングパレード2回目について

ウォーキングパレードの第2回が、7月29日に行われる予定です。

ラジオ体操に代わり「すもう体操」が行われます。椅子に座っての運動となります。

また、身体を動かす事が辛い方に向け、簡単な手作業のプログラムも準備いたします。

福祉バスも第1回と同じ時刻に運行されますので、是非ご参加下さい！

7月下旬～8月のケアサポーター関連イベント

日程	内容	場所	時間
7月29日(水)	ウォーキングパレード！ (第2回)	産業活性化センター (商工会議所)	9:00～9:30 送迎バス有 (第1回と同時刻)
7月30日(木)	いっしょにあそぼ！ (人数制限あり)	認定こども園 ふたば	10:00～ 11:00
8月5日(水)	ウォーキングパレード 鶉本町	鶉本町生活館前	9:00～ 9:30
8月17日(月)	カフェまちなか	中止	
8月19日(水)	ウォーキングパレード 東山	東山高齢者住宅前	9:00～ 9:30
8月21日(金)	よってけ場	中止	
8月21日(金)	ウォーキングパレード 中央	産業活性化センター	9:00～ 9:30
8月26日(水)	ウォーキングパレード 下鶉	下鶉生活館前	9:00～ 9:30
毎週火曜日	ぷちもえ	萌福祉サービス (送迎あり)	9:00～ 13:00
※各地区 およそ週1回	百歳体操	各地区の 生活館や集会所	※各地区で 異なります。

※ 東鶉・鶉・緑が丘・朝駒 各地区のウォーキングパレードは、9月に順次開催されます！