

令和2年 8月号 上砂川町ケアサポーター レポート

すすめ！ウォーキングパレード！

7月末から始まったウォーキングパレード。8月に行われた4つの地区での様子を振り返ります。各地区での今後の方針や皆様からの希望については、後述します。

鶉本町

8月5日、鶉本町生活館で行われました。久しぶりの事業ということで、職員一同は緊張の中でスタートしたのですが、サポーターの皆様の様々な御協力や、他の地区からの御参加を頂きながら、とても暖かい雰囲気の中での実施となりました。

運動が苦手な方へ向けた「うちわ作成」のプログラムも、カフェまちなかスタッフの工夫に満ち溢れたものでした。



東山

8月19日、東山高齢者住宅の前で行われました。「うちにも来てくれたから、恩返しさ！」と鶉本町から参加された方や、たまたま見かけて飛び込み参加された方などで大盛況となりました。

また、管理人さん御夫妻があらかじめ草刈りをして下さったお陰で、芝生の上で心地よく体を動かすことが出来ました。

終了後、外で使った椅子を皆で中へ運んだのですが、後に東山のサポーターの方々に椅子の足をすべて拭いてくれたと聞きました…すみません…そして何より、有難うございます！



各地区のサポーターの皆様に、色々なかたちで、文字通り「サポート」して頂きながら、パレードは進んでいきます！

裏面へつづく

中央

8月21日、産業活性化センター(商工会議所)で行われました。

中央地区は建物が密集していることもあり、集会所付近で屋外のスペースが確保しにくいというハンデがあります。

それでも「こうしたら良いのではないか」と色々考えながら行動されていることがとても印象的でした。

また、カフェまちなかのスタッフが、中央地区でもとても良いムードメーカーになってくれました。本当に心強いです。



下鶉

8月26日、下鶉生活館で行われました。

これまで各地区とも天候に恵まれながらの開催でした。どうやら下鶉には晴れ男・晴れ女がとても多いようで、晴天を乗り越えた『酷暑』の中での開催となりました。

それでも他地区からの参加者も含めての賑やかな開催となり、ポールウォークも外で夏の風を感じながら実施されました。



そして後半戦へ・・・！

以上、8月は鶉本町・東山・中央・下鶉の4地区でウォーキング・パレードが実施されました。

9月は残り4地区、順次開催されます。

地区をまたいでの参加は大歓迎です。普段なかなか足を運ばない地域での活動は新鮮ですよ！

サポーター以外の方ももちろん参加できます。身近な方同士で誘い合っ、ご都合に合わせて無理なく御参加いただくと嬉しいです。

地域おこし協力隊の大場さん、大澤さん、お忙しい中での御協力、有難うございます！後半戦もよろしく願いいたします！

2枚目へつづく

地域の特色を生かして

ウォーキング・パレードは、色々な立場にいる、色々な人たちの思いを形にしようとして始まった行事です。

- ・コロナは流行させちゃいけないから、3密は絶対に避けたい。
- ・このままだと認知症や虚弱が進行してしまう。介護崩壊も起きてしまう。
- ・各地区短時間、外でラジオ体操をすることくらいは出来ないかなあ。
- ・ポールウォークなら見栄えも良く、展開次第で介護予防にもなるのでは？
などなど・・・

ここに、各地区の特徴や価値観が入ると素晴らしい！という考えで、終了後にサポーターさんと話し合いを行っています。以下は前半4地区の話し合いの状況です。少しずつ一緒に地域ならではの形にしていきたいと思います！

行われた日	地区	今後の方針や希望など(概要)
8月5日	鶉本町	<ul style="list-style-type: none">・屋外でのラジオ体操を行いたい。日程等はサポーターで話し合って決め、後日連絡する。・ポールウォークとラジオ体操、ポールウォークと見守り活動など、色々展開が出来そう。・9月11日、地区のサポーターと福祉課・包括・社協各職員とで再度打合せを行う。
8月19日	東山	<ul style="list-style-type: none">・百歳体操は従来通り行いながら、別にラジオ体操を行う日を設けたい。・天気の良い日は外で体操したい。屋外での活動は新鮮でとても良かった。・冬季は高齢者住宅の屋内でポールウォーク出来そう。・ポールのレンタル等協力してほしい。
8月21日	中央	<ul style="list-style-type: none">・ポールウォークは気持ち良かったので9～10月から地区で実施したい。・ポールのレンタル等協力してほしい。・集会所周辺で屋外スペースがほとんどないため、ラジオ体操の機材は役場で管理してほしい。実施は町民センターや活性化センターなど柔軟に設定したい。
8月26日	下鶉	<ul style="list-style-type: none">・生活館が換気等良好な状態なので、百歳体操は従来どおり行いたい。・ラジオ体操は、今後コロナの状況等で百歳体操を行えなくなった時のオプションとして準備したい。・ポールウォークは個々の活動として実施する。

9月のケアサポーター関連イベント

日程	内容	場所	時間
9月2日(水)	ウォーキングパレード 東鶉	ふれあい センター	9:00 ~ 9:30
9月9日(水)	ウォーキングパレード 鶉	鶉若葉生活館	9:00 ~ 9:30
9月11日(金)	ウォーキングパレード 鶉本町作戦会議	鶉本町生活館	10:00 ~ 12:00
9月16日(水)	ウォーキングパレード 緑が丘	緑が丘3階建住宅 前	9:00 ~ 9:30
9月18日(金)	よってけ場	中止	
9月23日(水)	ウォーキングパレード 朝駒	朝駒集会所 (はるにれ荘から変更)	9:00 ~ 9:30
9月24日(木)	いっしょに あそぼ!	認定こども園 ふたば	10:00 ~ 11:00
9月25日(金)	カフェまちなか	中止	
毎週火曜日	ぷちもえ	町民センター (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。

各行事や活動に関するお問い合わせは…

福祉課・保健予防係(小林)	62-2222
地域包括支援センター(内野・佐野)	62-3370
社会福祉協議会(イサハイ)	62-2882

どこにかけてもOKです!

今月の書籍 も 是非ご覧ください