



大岡公園の花

2023年3月20日
大岡地区社会福祉協議会
発行責任者：佐野 達雄

大岡の良さを発揮できる取組を

大岡地区社会福祉協議会 会長 佐野達雄



令和5年度は4期地区別計画
推進具体化の3年目。

コロナは5月より5類へ移行予
定です。コロナ以前の状態を意
識しながらも細心の注意を心掛
け、当面の健康ウォークとクイ
ズラリーを成功させ、「隣近所を大切にし、安心して暮らせるまち」のスローガンを進めて参りたい。

各団体や学校と連携しながら、後半の10月～12月の「大岡地区健康福祉まつり」「大岡地区音楽祭」も地区の皆さまの多くの力を幅広く集めて、大岡の良さを発揮できる取組にしていきたいと思ひます。

🌸 南区地域活動発表会 🌸

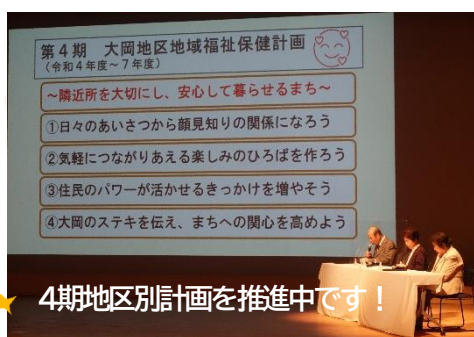
南区社会福祉協議会 主事 高橋絢美



令和5年2月17日(金)に、南公会堂にて南区地域活動発表会が開催されました。

当日は、地区社協の佐野会長、小嶋事務局長、田邊氏から、コロナ禍を経て実施してきた、子育てサロンや異世代交流事業の取組の工夫点について発表しました。**“活動はなるべく止めず、できることは続ける”**思いを持ち続け、これからも大岡地区のスローガン“隣近所を大切にし、安心して暮らせるまち”を目指してまいります。

地域住民の皆さま、今後とも引き続きどうぞよろしくお願いいたします。



地域福祉保健計画 地区別計画振り返り会議

南区社会福祉協議会 事務局次長 内藤陽介

令和3年度からスタートした大岡地区の計画で立てられた、4つの目標に対して『活動の振り返り』『今後に向けて』の話し合いを行いました。

当日は、地域の様々な立場の人が集まってグループに分かれて意見交換が行われました。

●令和4年度にできたこと・課題に感じたこと●

- ☺ラジオ体操を毎日継続したことで、公園に来る参加者が増えました。
- ☺室内での食事提供が出来ない代わりに、**配食に切り替えて**参加者にお弁当配布が行えた。
- ☺音楽祭を発表会として**形式を変えた**ことで、発表の機会が減った子どもたちの活動や、ボイスオブユースの作文等を地域へ伝える場にできた。
- ☹庭木剪定以外のちょこボラサポーターの不足。
- ☹高齢者を対象とした屋内での事業は、**感染予防の工夫**が必要。



☆これから取り組みたいこと☆

- ・地区社協活動が住民に知られていない。自治会役員はじめ、地域へのアピールをして、理解者を増やして巻き込んでいきたい。
- ・参加者も担い手も楽しみながら参加できる、**10年後を見据えた担い手づくり**を進めたい。
- ・活動のお手伝いとして来てくれる近所の方や友達を巻き込んでいきたい。

今回、話し合われた内容をもとに参考にしながら、これからの地区社協活動を進めていきます。



人を大切に素晴らしい町を目指して
大岡地区連合町内会
会長 浅田 稔

日頃より地域自治会町内会活動にご協力をいただきましてありがとうございます。

心から御礼申し上げます。コロナ禍で町内会活動も思うように出来ない状況もありましたが、大岡地区は出来る事を考え、臨機応変に対応して活動実施してまいりました。素晴らしい 15 の自治町内会（連合町内会）、地域の各団体での連絡協議会、社会福祉協議会の協力のおかげです。防犯&環境清掃ウォーク・健康ウォーク（三殿台遺跡・大岡川桜を見ながら野毛山）・連合町内会防犯パトロール（年末）、地区発表会（コロナ禍前・音楽祭）、こどもクラブ・高等学校などを開催。その他、大岡吹矢の会、ふれあいサポート事業、スポーツ大会子育てサロンほっぺ、敬老事業、地区でのボイス発表など。地域の各団体の皆様の力で出来ております。安全・安心では各自治町内会、消防団、家庭防災員の啓発活動など大岡地区は今年度2年間の無火災表彰も受けております。感謝しかありません。学校連絡会を開催して情報共有実施。

こどもクラブで高齢者のためのゲームをこどもたちに考えてもらい高等学校で高齢者とふれあいなども素敵な時間でした。6 月には地区懇談会を行政協力で開催し、「大岡地区をよりよくするために」グループで話し合いも出来ました。夏は、おまつりなど中止が多く、少しでもこどもたちに夏の思い出などが出来ればと、急遽「こどもくらぶまつり」を別所地域ケアプラザでスモールではありますが開催が出来たのも、すべてが素晴らしい心で協力してくれる皆様のおかげです。この場をかりて御礼申し上げます。

また昨年度限定ではありますが、大岡地区の小中高5校に、コロナ禍で卒業生をお祝い出来なかったため、卒業生に記念品（ボールペン）配布なども行いました。防災や防犯も含めて、日頃からの顔を知り合うのが大切だと思います。異世代がふれあいを持ち、この町で良かったと思えるように、



健康ウォーク下見
2023/2/12

和を以て貴しとなす
皆に優しく をモットーに！
大岡地区民生委員児童委員協議会
会長 大谷 信一



初めまして。

昨年12月、民生委員児童委員の一斉改選で大岡地区民児協の会長に就任しました大谷です。

私のモットーは「和を以て貴しとなす」「皆に優しく」です。

このモットーで1期3年を務めてまいりたいと思っています。どうぞよろしくお願い致します。

新体制のもと主任児童委員を含め23名（欠員3名）でスタートすることになりました。

大岡地区民児協は中里、大岡両エリアを担当し南区の民児協の中でも広範囲なエリアを管轄しています。

民生委員児童委員とはそれぞれの地域で、福祉全般に関する相談に応じ、区役所や地域ケアプラザ、関係機関とのつなぎ役として地域の皆さんの暮らしを応援する活動をしています。又、昨年に引き続き大岡地区連合町内会や大岡地区社会福祉協議会等と共同しながら「第4期大岡地区福祉保健計画の推進スローガン」隣近所を大切に、安心して暮らせるまちを実現するため大岡地区民生委員児童委員全員で前進していきたいと考えております。



定例会の様子

みなさんの笑顔が見れるように、これからも人を大切に素晴らしい町を目指していければと思います。

各自治会町内会の皆様、各団体の皆様、社会福祉協議会の皆様、民生・更生保護、協力してくれる町の皆様に感謝しかありません。行政関係・学校教育関係、地区センター・ケアプラザ様など施設関係などの皆様のあたたかい心のおかげです。本当にありがとうございます。担い手不足の時代ですが、一人でも多くの方々が参加して良かったと思えるような活動を、皆様と今後も考えていければと思います。

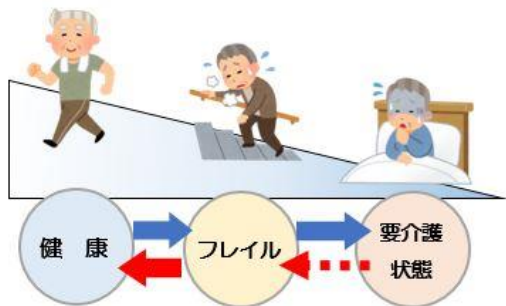
寒暖差が激しい最近ですが、お身体大切にしてください。これからもご協力お願いいたします。

人生100年 元気のカギはフレイル予防！

別所地域ケアプラザ

地域包括支援センター 保健師 穴戸 典子

フレイルとは、健康な状態と要介護状態の中間の段階を示します。年齢を重ねていくと、心身や社会面でダメージを受けた時に回復できる力が低下してきます。進行すれば、生活を送るために支援が必要になります。しかし、フレイルは早い時期に予防や治療を行えば、より健康な状態に戻す事が可能です。



《フレイル予防の基本》

3つの柱と生活習慣病重症化予防



1. 栄養+ 口腔ケア

多様な食品を食べる。
歯科で口腔の管理



2. 社会参加

人と交わる
就労余暇活動
ボランティア活動等



3. 運動

動く
ウォーキング
筋力トレーニング



生活習慣病の重症化予防

《フレイル予防のポイント》

- ◎少量ずつでも多様な食品を食べて、栄養不足にならない様に気をつけましょう。
- ◎しっかり噛むことや、毎食後の歯磨きでお口の健康を保ちましょう。
- ◎座っている時間を減らし、少しでも体を動かしましょう。
- ◎ラジオ体操やスクワット等で筋肉を維持しましょう。
- ◎集いの場や電話、オンラインなどを利用して、家族・友人・知人等と交流をしましょう。

大岡・中里・別所地区 クイズラリー

別所地域ケアプラザ

生活支援コーディネーター

岡本 敦司

地域活動交流コーディネーター

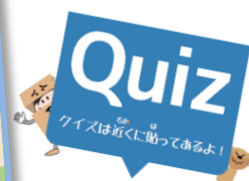
長嶋 礼子

2021 年春に開催し、好評をいただいたクイズラリー第2弾の開催決定！

今回も大岡地区社会福祉協議会と別所地区社会福祉協議会の皆様にご協力頂き、桜の季節の3月20日(月)～4月19日(水)に開催します。

今回のテーマは「防災・歴史・桜」です。

地図を片手に、名所や集いの場などのチェックポイントを巡りながらクイズに挑戦！地元の魅力を再発見しませんか。



期間は1か月あります。ご自身のペースで無理なく巡ってください。

地図と解答用紙は下記の3か所にご用意してあります。地図に書かれたチェックポイントは27か所。クイズを5つ以上解いてゴールの『別所地域ケアプラザ』に解答用紙をお持ちください。引き換えに参加賞をプレゼントいたします！



白朋苑オレンジハウス
前のクリアーBOX



別所コミュニティハウス



別所地域ケアプラザ

参加賞は、南福祉ホームむつみのご協力ですみれショップの手作りクッキーをご用意しています。

皆様是非ご参加下さい。

※クイズの回答5個以上でクッキー、10個以上で+マスコットなどをお渡します。



こどもクラブ・高等学校

「多くの参加を待っています」

大岡地区連絡協議会

●こどもクラブ

スタートは寺子屋事業でスタートした「こどもくらぶ」。こどもクラブでは高齢者とのふれあいを大切に考えて活動しています。

参加したこどもたちには、「高齢者とのふれあいゲーム」を考えてもらい、高等学校で高齢者と一緒にふれあう時間を担当してもらっています。

※こどもたちにはご褒美として、毎年違いますが、打楽器づくり・手作りギター・おまつりなど楽しい行事を考えています。

●高等学校（元気な高齢者の学校）



スタートは、試験開催で藤の木小・南小の2か所で授業スタイルで実施。本来なら広げていく予定もコロナ禍のため、スモール開催に。



ここ2年は年1回の開催をしています。

こどもたちが考えたふれ

あいゲームと一緒に楽しむ開催を実施しました。

★大岡地区こどもクラブまつりを開催

今年はコロナ禍で「夏祭り」が中止が多く、急遽「こどもクラブまつり」を開催。

お母さま世代が「カレーライス」をつくり、地域の方が手作り楽器リサイタル、ヨーヨーすくい、当てくじ、割りばし鉄砲、花火などで楽しむ会を開催しました。

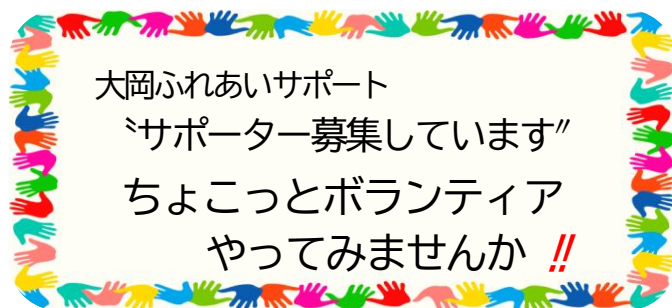


2023年度も「こどもクラブ」メンバーを募集予定です。高等学校も開催予定ですので、(新年度に、自治会町内会から回覧などがあると思いますので、よろしく願います。一人でも多くの参加を心よりお待ちしております。)

令和5年2月17日

南区さくら貯金に8,148円募金しました

大岡公園愛護会 佐野 達雄



大岡ふれあいサポート

「サポーター募集しています」

ちょこっとボランティア

やってみませんか !!

高齢者等の日常生活でのちょっとした困りごとをお手伝いする活動です。

*活動曜日：原則として月～金

*活動時間：原則として9時～17時

*支援サービス項目：草取り・枝払い、外出付き添い、家具移動、買い物、掃除、電球交換、ゴミ・大型ゴミ出し、見守り・話し相手等

*【大岡ふれあいサポート運営委員会】

連絡先電話：070-7532-5466

(サービスご利用の方の申込みもこちらの電話でお受けしています。)

*利用料金：1時間・1回600円

30分・1回300円

(単位時間は一人で作業した場合)



綺麗になりました



編集後記

コロナ禍での行動制限等ある中、計画した地区社協各種事業も多少の規模の縮小、変更等はありませんでしたが感染対策等工夫をしながら実施することが出来たことは大変良かったと思っています。次年度には制限等が解除され地域の皆様と安心してふれあい、交流を深める機会が持てることを願っています。(飯野 忠明 記)



広報委員

飯野 忠明・佐野 達雄・浅田 稔

小嶋 光子

区社協大岡地区担当 内藤 陽介・高橋 絢美