

地域のささえあい通信

北区第2地域包括支援センターエリア
(麻生・太平百合が原・篠路茨戸・拓北・あいの里)

2020.6
第11号



新しい生活様式下での介護予防について

新型コロナウイルスの感染拡大の影響で、これまでの生活スタイルの変化が余儀なくされていますが、「密」を避け、工夫をしながら介護予防活動・社会参加を続けていきましょう。

さんみつさけて

ひとりである時間が長くなると、生活活動が低下し、体力・精神共に軟弱になっていきます。3つの「密」を避けつつ、徐々に参加していきましょう。

さんかしよう



マスクで飛沫を防ぎ、手洗いは丁寧に。検温も促しましょう。

えちけっと忘れず

お一人おひとりが、エチケットとして、症状がなくてもマスクを着用、手洗い、アルコール消毒の準備など、新しい生活様式を取り入れましょう。

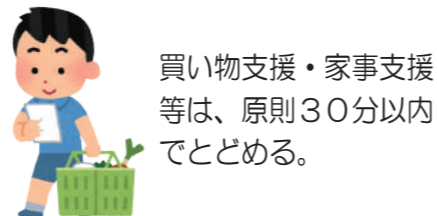
あいさつし合える関係

これまで以上に隣の人を自然に気に掛け合えるつながりを作り、健康寿命を維持・延伸しましょう。

いじしよう



お話相手、相談は電話やインターホンごしに対応を。



買い物支援・家事支援等は、原則30分以内でとどめる。

町内会、サロン、老人クラブの活動の様子を紹介させていただきます

生活支援コーディネーターは、地域の皆さんの「あったらいいな」を形にするお手伝いをさせていただくことに加え、皆さんの元気の素を知り、心も体も健康で過ごすことができるような良い取り組みを広めていく役割も担っています。ぜひ皆さまの地域での活動の様子を紹介させていただきます。もちろん、日ごろ不安に思われていたり、こんなことをしたいと考えているのだけれど、どうしたらいいのか、などもお気軽にご相談ください。一緒に考えていきましょう♪



うちは取材OK!!というところがありましたら、今後紙面でご紹介させていただきます☆彡



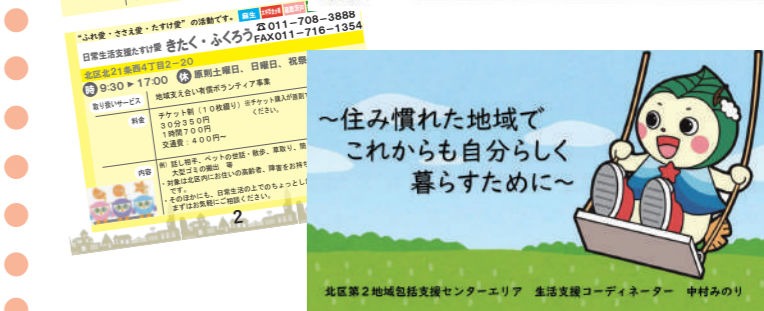
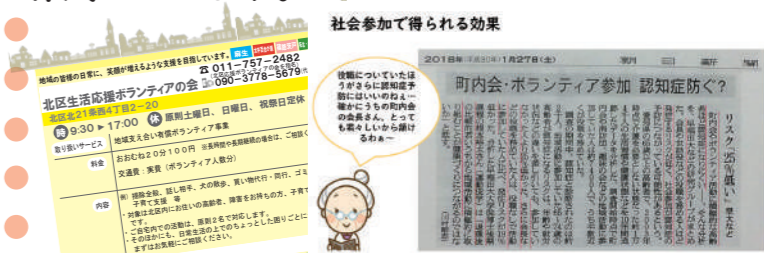
コーディネーターの活動報告

①ボランティア組織サポートたいゆりの事務局を訪問しました

②資料、情報紙を作成中です!

太平百合が原地区社会福祉協議会のボランティア組織「サポートたいゆり」の相談室を訪問させていただきました。毎週1回当番制で会員の方が集まり、相談室の開放をしていましたが、コロナウイルスの感染拡大の防止のため、今月まで活動を自粛されていらっしゃいます。単町での支え合い活動だけでなく、こうして地区組織としての生活支援に取り組んでいらっしゃるサポートたいゆり。これからも、地域の心強い社会資源の活動を、サポートさせていただきたいと思っております。

訪問ができるようになった際に、皆様にお渡しできるよう、説明資料や社会資源の情報紙を作成しています。



編集後記・・・

目を通してくださり、ありがとうございます。手に取って読んでみようかなと思っただけのような見やすく分かりやすくを心掛け、生活支援体制整備事業について、今年度もご紹介させていただきたいと思っております。今年に入り、世界中で新型コロナウイルスが大流行し、いつもの日常が失われてしまいましたが、ここで改めて、地域でどんな支え合いの形が必要とされるのかを整理し、あったらいいなを形にできるよう、皆様と一緒に考えていきたいと思っております。(北区第2地域包括支援センターエリア担当・中村)

お問い合わせ 札幌市北区社会福祉協議会 〒001-0024 札幌市北区北24条西6丁目北区役所1階 011-757-2482