

ひろしまえとこ通信



題字は東区「うぐいす共同作業所」の山中 剛範 やまなか たけのり さんに書いていただきました！

安佐南区 昆沙門台学区社会福祉協議会

住民の力・アイデアを発信！つながる「きっかけ」に！

昆沙門台学区社協では、住民グループ「びしゃもん台絆くらぶ」と協力し、新型コロナウイルスの感染防止対策により気持ちが落ちこみがちになっている地域を元気づけるため、地域住民の力とアイデアを集めて、発信しています。体操 DVD の作成・配布やアイデアグッズを広めること等を話や関わりのきっかけにすることで、外出を控えがちな高齢の方たちの健康や地域に暮らし働く人々の安心を支える活動につながっています。

「きっかけ」その1 自宅で簡単！「多根直子の体操教室」DVD の作成・配布

1つの体操が約5分程度で気軽に行える体操です！

この体操をすべて行うと体にある約400カ所の筋肉ほぼ全部を動かすことができます！

【④おまけ体操】は口腔ケアや脳トレも意識したオリジナルです！

地域の方(右)多根先生(中) 多根先生の長男(左)



市社協へ500枚寄贈していただきました！！



昆沙門台学区在住の大人気体操講師 多根先生の DVD

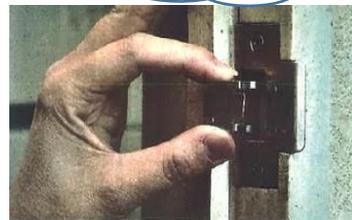
7/4付 中国新聞朝刊に掲載されました

「きっかけ」その2 ドアノブを回さず開け閉め！「ドア楽」の開発・販売

簡単に取り付けることができて、家庭や事務所などのドアを手で触れる機会を減らし新型コロナウイルスの感染防止につなげることができます。

両手がふさがっていても少しの力で開閉ができるため、お子様や高齢の方も安心してご利用できます。

地域住民が開発



受け口に「ドア楽」を取り付けるだけ♪ 1個 350円

「新型コロナウイルス感染が怖い」「自粛中の運動不足を解消したい」「気分が落ち込み憂鬱」「フレイルや認知症になるのではと心配・・・」という地域の皆さんの声に応えたいと考え、製作しました。多根先生を始め、たくさんの方にご協力いただき本当に感謝です。

「体操 DVD」と「ドア楽」が感染防止と地域のつながりづくりの『きっかけ』になってほしいです。「体操 DVD」は多くの人にご活用してもらえればと思い、市社協を通じて各地区へお渡します。その他、関心のある方は500円でお譲りしますので、下記までご連絡ください。

また、昆沙門台学区社協の活動に関して、ご質問・ご関心のある方はお気軽にご連絡ください。

昆沙門台学区社会福祉協議会

協同労働「びしゃもん台 絆くらぶ」

(月～土 9時～17時) Tel:082-870-9060



昆沙門台学区社会福祉協議会 事務局 横平さん

防災について、考えてみませんか？

平成30年7月豪雨から2年が経ちます。今年も7月初めに九州地方で甚大な被害がありました。災害は、いつ、どこで、起きるかわかりません。

あの日の記憶や経験を風化させないために、家族や通いの場（サロンや体操など）で、改めて防災について考える機会を作ってみませんか？

「自分の命は自分で守る」ことが基本ですが、隣近所のつながりが生きてきます。何かあったときに声をかけあえる関係性を日頃から築くことが大切です。



防災グッズの準備！

東区 いきいき百歳体操@鈴が丘集会所
防災グッズについて話し合いました！

住んでいるまちの危険箇所をチェック！



避難場所の確認！



東区 中山地区社会福祉協議会
わが町防災マップ

<参考サイト>

- * 広島県「みんなで減災」はじめての一步
<https://www.gensai.pref.hiroshima.jp/>
- * 広島市防災情報サイト
<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/saigaiinfo/>

広島市からの お知らせ

新型コロナウイルス感染症の影響に対する 地域福祉活動緊急支援事業

新型コロナウイルス感染症の影響により生活上の困難に直面している地域住民の方々を共助の精神に立って支援する**地域福祉活動**について、その活動に必要な経費の一部を補助します。

対象となる活動

新型コロナウイルス感染症の影響により生活上の困難に直面している地域住民に対する支援のために実施する地域福祉活動
(令和2年4月1日から令和3年3月31日までの全部又は一部の期間に実施する活動)

各区生活支援コーディネーターにもご相談ください！

この補助金をうまく活用して、「体操DVDの作成」や「サロン等の活動支援のために貸与する体温計等の感染症対策グッズの購入」等をされ、地域福祉活動（サロン等）につなげることを検討している団体もあります。



問い合わせ先（申請先）

広島市健康福祉局地域共生社会推進室
所在地：〒730-8586 広島市中区国泰寺町一丁目6番34号
電話：082-504-2603 Eメール：chiikikyousei@city.hiroshima.lg.jp

対象となる団体

広島市内で地域福祉活動に取り組む団体

補助率・補助限度額

- 補助率：補助対象経費の10分の9以内
- 補助限度額：100万円/1団体

申請受付期間

令和2年6月15日（月）
～ 令和2年8月17日（月）

※予算に限りがあるため、補助金の交付ができない場合があります。

※状況に応じて期間を延長する場合があります。

<各地で実践されている『ええとこ』をお寄せください！>

「ひろしまええとこ通信」は地域の好事例（ええとこ）を今後、広くご紹介していきます。「うちの地域でこんな活動しとるよ！」「気になる人と工夫してつながるようにしとるよ！」そういった地域活動に関する耳寄りな情報を教えていただき、定期的に発信していくことで、「ひろしまのええとこ」をみんなで共有できる情報紙を目指します。

耳寄り情報は、市・区社協にいる生活支援コーディネーターへご連絡ください！

