

「ねぼし」ねたきりぼうし（ボランティア 田中） 茅ヶ崎市歌体操教室再開しました

茅ヶ崎市高齢福祉介護課は高齢者に対して、キョウキョウ（今日用事がある）キョウキョウ（今日行くところがある）の機会を提供し、健康生活を支援するために、歌体操教室「ねぼし」を平成28年6月から、市内20か所で開催中です。

香川自治会館でも開催していましたが、コロナ禍で昨年2月より休講。しかし、高齢者の健康維持のため、今年7月より香川公民館で再開しました。

この教室は研修を終えた介護予防ボランティア（高齢者支援リーダー・歌体操ボランティア・フレイルサポーター）により行われています。

皆でたのしく！



歌体操教室の様子

人数は会員30名、ボランティア8名を各回半分に分けて、歌はうたわず録音された歌を聴きながら行う体操での再開ですが、皆様心待ちにしていました。とても喜んでます。



2021 敬老の日

いつまでもお元気で！

敬老の日はハッピーマンデー法の対象となる祝日により、9月の第3月曜が指定され、2021年は9月20日です。
9月にはいり、敬老のお祝いを各町内会から、80歳以上の節目年齢の方にお届けしました。
香川地区での節目年齢の対象人数はおよそ380名で、昨年より約10%増加しています。

節目の年齢	申請
満80歳(傘寿)	59
満85歳	41
満88歳(米寿)	29
満90歳(卒寿)	15
満95歳	7
満99歳(白寿)	0
満100歳(百賀)以上	3

敬老のお祝いをお届けした方の総人数は154名で、町内会別の人数は次のようになりました。
・第一町内会 35名
・第二町内会 48名
・第三町内会 38名
・第四町内会 33名
各町内会より申請された方々を合算した、年齢構成別申請者数は左記のようになります。
(総務部会長 安江)

ちびっ子、おいでよ！

ここにサークルは、親子が楽しめる居場所として、香川自治会館で毎月第1・3・5金曜の10時～17時（16時）に、フリースペースや各種イベントを開催していましたが、新型コロナウイルスのため昨年の2月より活動を休止しています。

香川夏祭りも2年連続の中止となり、工作教室もできません。そこで夏休みに、ちびっ子におもちゃや、工作グッズを無料配布する「ちびっ子、おいでよ」を企画。香川自治会館前広場で三密を避け、ボランティアも最少人数で対応しました。皆さん久しぶりの顔合わせにと喜んでいました。昨年お会いした時はおなかにいた子どもも、すでに1才となり月



7月23日 自治会館前広場にて

(代表 田中)

防災部会だより・部会長 加藤

今年もコロナ禍により、移動式ホースの訓練、安否確認訓練、救急(AED)講習会などが実施困難な状況にあります。防災部会では防災倉庫の点検、感震ブレーカーの普及事業、防災備品の調達などを進めています。

今年度の防災備品の調達計画

救援がすぐには期待できない広域大震災を想定して、共助に必要な備品を選定しています。

- 各町内会用に4セット
- 発電機の整備や修理
- 炊き出し用羽釜セット
- 大型タープテント
- 多人数用救急セット など

感震ブレーカー関係

80世帯の申請を受けて、補助金を市に申請。配布、取付支援は秋

3面幕付きタープテント 高3 幅6 奥行3 (m)



羽釜セット

感震ブレーカー申請内容

	蓋あり	蓋なし	計	取付希望
第一	4	8	12	9
第二	17	21	38	25
第三	16	3	19	16
第四	5	6	11	7
計	42	38	80	57

転倒予防教室

転倒による骨折を予防

転倒予防教室は、軽い有酸素運動、ストレッチ、筋力トレーニングを行い、転ばない体づくりを目指します。リピーターの方もいるほど、人気の教室です！
基本的には床上や椅子に座つての運動ですが、茅ヶ崎市オリジナルの介護予防体操「みんなで！ちがさき体操」も実施しています。

香川自治会の避難行動要支援者数
同意有り 389人
不同意または未確認 307人
同意のあった人の町内会別内訳
第一町内会 72人
第二町内会 121人
第三町内会 109人
第四町内会 87人

避難行動要支援者の支援制度から・・・

避難行動要支援者とは、どのような人のことでしょうか。

まず挙げられるのは、情報の入手や発信が困難な人です。例えば、視覚に障害のある人、あるいは日本語の分からない外国人などが含まれます。

また、知的障害のある人など、理解や判断が難しく、時間がかかる人もいます。

さらに、移動などに介助の必要の人が挙げられます。寝たきりの人、足が不自由な人、乳幼児なども該当します。

名簿情報を提供することに同意した人については、避難支援を行うに当たっては、避難支援等関係者の安全確保を図り、名簿情報の提供を受けた人に関する守秘義務にも留意する必要があります。

運動量が比較的多い（運動強度が強い）会場で、（株）シンコースポーツが事業者です。
下肢筋力強化やストレッチなどを中心に同社独自の「スロトレ」やバランストレーニングなど、初心者でも楽しく行える教室です。

香川公民館の講義室での教室は、運動量が比較的多い（運動強度が強い）会場で、（株）シンコースポーツが事業者です。
下肢筋力強化やストレッチなどを中心に同社独自の「スロトレ」やバランストレーニングなど、初心者でも楽しく行える教室です。

香川公民館 今年上半期の日程				
月	5	6	7	8
日	28	18	30	27
				24

(金曜日に実施)



セラバンドで筋トレ中