

地域支え合い活動トピックス

2021-02⑤
流山市社会福祉課
健康福祉政策室
☎7150-6079

地域支え合い活動はスタートから6年目に入りました。これまで市と協定を締結している自治会は120自治会（令和3年2月現在）に増加し、地域ごとに様々な活動が広がってきました。

今年度はコロナ禍にあって、これまでのような交流・見守り等の活動が思うようにできない中でも、工夫しながら継続・再開されている様々な活動を一部ご紹介します。

コロナに負けないコミュニティづくり

宮園自治会（H30～）【東部地区】



- ・コロナ禍で活動を休止していましたが、10月に屋外での健康体操や近隣への散歩、グラウンドゴルフなど、屋外でできる活動から再開し、参加者の健康づくりや交流の場になっています。
- ・見守り対象者への戸別訪問の代わりに、散歩に合わせて緩やかな見守りを行っているほか、防犯パトロールや登下校時の学童の見守りの活動も継続して取り組んでいます。
- ・活動中はマスク着用や事前の検温、距離を取って三密を避け、屋内で行う「ながいき100歳体操」では、参加人数を制限し、換気や消毒を徹底するなど、注意しながら実施しています。

その他の自治会等で工夫して実施された活動の事例

- ・定期的に訪問してお話をする方を希望する方には、インターフォン越しにお話している。
- ・お手紙のポスティングや電話などで声掛けをしている。
- ・希望者宅を訪問して、近況や体調などをさりげなく聞き取りをした。
- ・訪問時に使い捨てカイロやマスクを配布して喜ばれた。
- ・ランチ付きサロンを開催する代わりに、今年はパンフレット「紙面でサロン」を作成・配布した。
- ・住民から寄せられた新型コロナウイルス感染症への不安や心配・疑問などについて、保健センターに相談しながら活動広報紙 臨時版を作成し周知した。



コロナに気をつけながら、ココロもカラダも健康に！

- ・コロナ禍で、楽しみにしていた地域の交流の場がお休みになるなど、外出の機会が減ったり、友人や離れて暮らす家族と気軽に会えなくなったりと、以前とは違う日常が続いています。
- ・特に高齢者の方は、家で過ごす時間が長くなると、筋力が落ちたり、気持ちが落ち込んで閉じこもってしまうことなどが心配されています。
- ・孤独を防ぎ、心身の健康を保つためには、人との交流や支え合いが必要です。新型コロナウイルス感染症に気をつけつつ、高齢者の方の健康を維持するために参考になる情報をご紹介します。

○見守りの取り組み例（出典：厚生労働省通知）



- 通いの場の運営者等が、テレビ電話を活用して、自宅にいる高齢者に声かけ・体操等を実施
- 生活機能の低下等が懸念される高齢者等がいたら、自治体や地域包括支援センター等につなぐ
- 普段から交流のある住民同士の声かけにより、不安感なく取り組むことができる



厚生労働省では、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止を図りつつ、高齢者が自宅で健康を維持するため、そして安心して通いの場の活動を再開するために、必要な情報を発信する特設サイトが公開されています。

ほっと一息

～離れて暮らす家族の見守り～



それならオンライン帰省を試してみるのはいかがでしょうか？
LINE や Skype なら、スマホや PC があればいつでもテレビ電話で様子が確認できるよ！
隣近所の方と連絡を取っておくことも大切だね。



トピックスに掲載する事例を募集しています。（自薦・他薦は問いません）

紙面に限りがあるため、紹介事例は地域でのたくさんの取組みのうち、ごく一部です。ご理解のほどよろしくお願いいたします。