

# みんなで 支え合い

## 地域包括ケアシステム



松ヶ浦区の地域サロンでは屋外で開催。秋空の下、気持ちよく体を動かしました

新型コロナウイルスによって、外出の自粛、人との接触を減らすなど、以前と同じように寄り合うことが難しくなりました。

今回は、このような中、3密を防ぎつつ、さまざまな工夫を凝らして「つながり」を途切れさせないよう尽力している地域の取り組みを紹介します。

### 3密を防いで「つながり」を再開

各地域の自治公民館などで行われていた地域サロンでも新型コロナウイルスの影響は大きく、ほとんどの地域で中止・休止を余儀なくされました。しかし、「ウィズコロナ」に対応した活動として、開催時間の短縮、消毒、換気、マスクの着用、健康チェックの徹底、人と人の距離を保つなど「感染予防」に取り組み、「つながり」を再開したサロンもあります。



「変わりはないですか」声掛けをしながら非常用持ち出し袋を配布した次田区

### 敬老の日に 声かけ・見守り

各自治会では毎年敬老の日に合わせて敬老会を開催し、高齢者を祝っています。今年度は中止に。しかし「こんな時だからこそ」と、お祝いの品や子どもたちからのメッセージカードの配布などと併せて、「体調はどうですか」「困りごとはないですか」などの声掛けに取り組みました。

### 感染を予防しながら 孤立や虚弱を防ぐ

高齢者が集い、地域を基盤に健康づくりなどの活動を行

うシニアクラブでは、現在、大人数のイベントなどの開催は中止しています。しかし、閉じこもりがちな生活による「孤立」や「フレイル（虚弱）」を防ぐために、各地域のクラブ会員などで構成する「新型コロナウイルス対策委員会」を新たに発足しました。感染犠牲者ゼロを念頭に、各クラブ会員が感染予防の知識や手法を習得するなどして、安全に、そして安心して活動再開することを目指す取り組みが始まっています。

### 情報発信していきます

多くの地域団体が、迷いや不安を抱えながら手探りで活

動再開に向けて検討を進めています。

市では、具体的な感染予防策の他、自宅でもできるフレイル予防についてホームページなどで発信し、相談などに応じて紹介しています。「ウィズコロナ」に対応した「新しい地域活動」に向けて共に取り組んでいきましょう！

### 新型コロナウイルス 感染症関連情報

ホームページに感染症対策、フレイル予防、各種相談窓口などを掲載しています。



このように、既存の活動やつながりを大切にしつつ、地域に関わるさまざまな人や団体ができる範囲で支え合つ、まちづくりが広がっていく姿は、まさに地域包括ケアシステムであり、市でもこのような取り組みが広がるよう努めています。

● 問い合わせ先 高齢者支援課