

# さかえ 第9号 つながる 通信

<編集・発行年月日>  
平成 25年11月20日  
栄区役所福祉保健課  
栄区社会福祉協議会

## 高齢者・障害者等支援

～ 誰もが住み慣れた地域で  
安心して暮らせるまちをめざして ～

### 災害時に備えた地域の支えあい

～ 地域の支えあいの大切さ ～

栄区では、自治会・町内会を中心に、災害時要援護者避難支援の取組を進めています。要援護者とは、高齢者や障害者、乳幼児、妊産婦、外国人など、災害時に避難する際に支援を要する方のことです。過去の大きな災害では、生き埋めや建物などに閉じ込められた人の大半が、自助・共助により助けられました\*。災害時要援護者避難支援は、現時点で想定される要援護者の方を把握するところから始まりますが、災害時には誰が被災者になるかわかりません。日頃からの見守り活動や避難方法の検討、防災訓練の実施など、地域全体で“いざ”という時に備えて取り組んでいくことが大切です。

#### ※阪神・淡路大震災で人命救助した人の内訳

自力で	34.9%	通行人に	2.6%
家族に	31.9%	救助隊に	1.7%

友人・隣人に 28.1%

(出典: (社)日本火災学会)

兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書)



9月8日、庄戸中学校地域防災拠点訓練の様子。野七里地域ケアプラザ、クロスハート野七里の協力により、車椅子やトイレ介助の訓練、認知症の方への接し方の講義なども行われました。

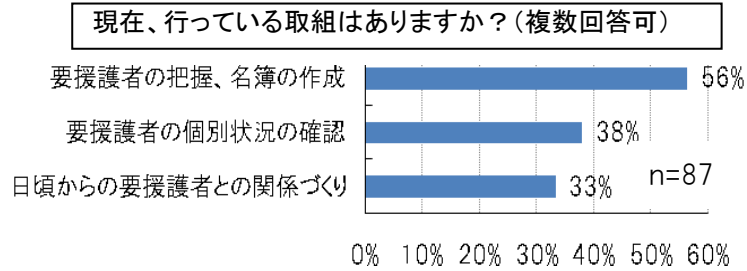
## 災害時に備えた地域の支えあい

のつづき…

### ～ 栄区の現状 ～

全自治会・町内会を対象に、栄区役所で実施した「災害時要援護者避難支援の取組状況に関するアンケート」（平成 25 年 8 月）によって、多くの自治会町内会で要援護者の把握、日頃からの関係づくりなどの取組が進められていることがわかりました。

栄区役所では、全ての自治会町内会で災害時に備えた地域の支えあいが広がるように積極的に支援しています。



## 元気づくりステーション・本郷台

本郷台地区では、平成 24 年 10 月に元気づくりステーションを立ち上げました。もともと本郷台地区は健康づくりの取組が活発でしたが、区役所で開催していた介護予防の事業に参加していた方が、“ぜひ地区でも展開したい”と自治会役員の方に相談。会場の確保や活動時の保険の問題等を調整し、毎週火曜日に自治会館を利用して開催することになりました。立ち上げ当初から参加希望者が多く、今年 10 月には 2 つ目のグループが水曜日に始まりました。



取材に行った日、会場には約 30 名の方が集まっていました。席に着くと、脳トレのワークをする方、隣の方とお話を楽しむ方…みんなが集まったところで、口腔機能を鍛えるため発声練習。滑舌よく発声してお口の体操。そして、筋トレへ…緩やかに始まった筋トレも徐々にハードに。参加者のみなさんは一言も音を上げず集中して取り組んでいました。



【初参加の方の声】  
みんなと一緒に無理なく続けられそうです。

### “元気づくりステーション”とは…？

元気づくりステーションは、高齢者が身近な地域で主体的・継続的に介護予防に取り組むグループです。栄区では、現在 7 か所（25 年 10 月末現在）で、65 歳以上の方を中心に週 1 回活動を行っています。

### ～ 地域のつながりのきっかけとして ～

本郷台自治会では、退職直後の男性を地域の活動に巻き込むきっかけをつくりたいと、色々な催しを企画されています。地域活動の入り口を広くし、災害時の対策などいろいろな活動への協力を依頼されているとのこと。

じっくりと取り組む筋トレが男性にも向いているようで、参加者の 3 分の 1 は男性。この元気づくりステーションをきっかけに自治会の活動に参加し始めた人もいました。また、会場に着くなり参加者同士近況を確認しあったり、役員さんが欠席者の様子を伺ったり。

介護予防・健康づくりという本来の目的だけでなく地域のつながりのきっかけとしての役割も垣間見られました。

## 地域の一員として…

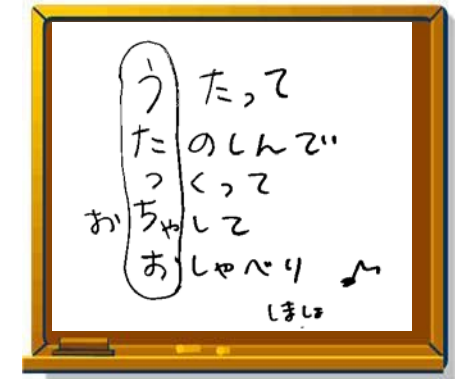
### サロン うたっちゃお

10 月秋晴れの気持ちのよい日、小菅ヶ谷地域ケアプラザのデイサービスを訪れると、いつもに増して活気にあふれていました。よく見てみると、参加者の中には高齢者のデイサービスに通うにはまだお若い方が何名か…。“サロンうたっちゃお”のメンバーです。

この日はちょうどハロウィンパーティーの日。ハーモニカの演奏に合わせデイサービスの利用者さんと一緒に歌った後、別室でハロウィンパーティー。みんなで仮装をし、持ち寄ったお菓子を食べながら、“サロンうたっちゃお”について教えてくれました。

### ～ “サロンうたっちゃお”って何？～

“サロンうたっちゃお”は、障害のある方が集まり、毎月第 1・3 木曜日に小菅ヶ谷地域ケアプラザで活動しています。デイサービスで利用者さんと一緒に歌を歌ったり、お茶したりご飯を食べたり、時には外出したり。デイサービスでのボランティア活動を中心に、メンバーみんなでどんなことをしたいか話し合って決めています。



みんなで考えたという  
“うたっちゃお”名前の由来

### ～人の役に立ちたいという思いから～

サロン立ち上げのきっかけとなったのは、メンバーの小野さん。病に倒れ、障害を負い、リハビリなどを経た後、「地域の中で人の役に立つことがしたい！」という思いをサポートセンターの相談室に相談しました。相談を受けた担当者は、小菅ヶ谷地域ケアプラザの担当者に相談。3 者で話すうちに、小野さんの得意な歌を活かして、デイサービスで利用者さんと一緒に歌うボランティア活動が始まりました。そのうちどんどん仲間が増えてきました。男性にも入って欲しいと言う小野さん。人の役に立つことがしたい、という小野さんの思いから、仲間を広げ、少しずつ活動の輪が広がっています。



手作りのハロウィングッズを  
デイサービスの利用者さんにプレゼント



みんなでハロウィンパーティー

## セーフコミュニティ認証取得

10 月 5 日（土）、栄区は WHO（世界保健機関）協働センターが定める安全・安心まちづくりの世界基準「セーフコミュニティ」の認証を取得しました。

栄区は“高齢者の安全”をセーフコミュニティのテーマの 1 つとし、高齢者の元気づくりや介護予防プログラム、高齢者を支える地域のネットワークづくりなどに取り組んでいます。



今回は「高齢者・障害者等支援」というテーマだったけど、高齢の方・障害の方も、支援されるだけじゃなくて、いきいきと活動する場面がたくさんあるんだね！



# 12月9日は何の日？

12月9日は何の日かみなさんご存知でしょうか？



1975（昭和50）年12月9日の国連総会で「障害者の権利に関する決議」が採択されたことを受け、わが国では1980（昭和55）年よりこの日を『障害者の日』と決めました。その後、1992（平成4）年の国連総会で12月3日を「世界人権デー」とすることが採択され、1995（平成7）年より12月3日～9日までの1週間は『障害者週間』へと拡大されました。この期間は、障がいのある方の社会参加と理解を深めるための様々な啓発活動が、全国で行われています。

栄区でも区内の学校への啓発活動の他、12月3日（火）に本郷台駅前と大船駅空間口で『障害者週間キャンペーン』を開催します。本郷台駅前では、当事者グループや区内の施設が出店しますので、お近くまでお越しの際は、ぜひお立ち寄りください！

## 《障害者週間キャンペーンのご案内》

日時：12月3日（火）10：00～12：30

※雨天の場合は12月6日（金）に延期

会場：・本郷台駅 駅前広場（バザー・啓発活動）

・大船駅空間口（啓発活動）



クッキー、カレー  
手芸品等も販売！

協力団体：あしたばの会、さかえ会、やよい会、戸塚・泉・栄手をつなぐ育成会、礎・麻実の会、HOPE.B.C 本郷Yランナース、栄区視覚障害者福祉協会、草の実家族会、かつら工房、サンライズ すぱーすもも、さかえ福祉活動ホーム、みんなの開社、地域作業所まってる、訪問の家朋、ソイル栄リエゾン空間、グループホームマンボウ、わ〜くらぶ・さかえ、こだちの会、栄区生活支援センター SELP・社、サポートセンター径 など

ボランティア募集  
【青年学級】

栄区青年学級は、月1回障がいのある方々が集まり、外出して休日を過ごす活動です。おでかけの付添いをしてくれるボランティアさんを募集しています。介助等は原則ありません。お花見・ボウリング・野球観戦・カラオケ…などなど、毎月いろいろな所へおでかけします！

【日時】原則 毎月第1・3土曜日 10：00～15：00 【集合・解散場所】本郷台駅

《こんな方を募集しています！》

◎学生の方も大歓迎 ◎ボランティア活動を始めてみよう！と考えている方

◎障がいのある方と一緒に活動してみたい方

お問い合わせは 栄区社会福祉協議会まで

## さかえ・つながるフォーラム開催！！

第2期栄区地域福祉保健計画「さかえ・つながるプラン」は、中間年度を迎えています。さらに多くの方に地域活動を身近に感じてもらうため、「さかえ・つながるフォーラム」を開催します。フォーラムでは、シンポジウムと「つながり」「支えあい」をテーマにした演劇を上演します。是非、ご来場ください！！

日時：平成26年2月23日（日）13時30分～

場所：栄公会堂（入場無料）

▼ 第2期栄区地域福祉保健計画「さかえ・つながるプラン」についてはこちらから ▼

<http://www.city.yokohama.lg.jp/sakae/guide/fukushi/2chifuku.html>



～さかえつながる通信についてのお問合せは～

栄区役所福祉保健課事業企画担当

電話：894-6962

Fax：895-1759

横浜市栄区社会福祉協議会

電話：894-8521

Fax：892-8974