

ほっとネット しょうぶ通信

第6号
2021.3月号発行

発行：ほっとネットしょうぶ
問合せ：多摩市社会福祉協議会
まちづくり推進担当
多摩市関戸 4-72 ギャクコミュニ7 階
TEL 042-373-5616
FAX 042-373-6629

～唐木田・中沢・山王下・鶴牧1、2、6丁目、落合1丁目に
お住まいの方！地域で知り合いを増やしてみませんか？！～

ほっとネットしょうぶ（唐木田・中沢・山王下地域福祉推進委員会）は地域の皆さんと地域で活動する団体や関係機関等が集まり、顔の見える関係づくりを行いながら地域課題について話したり、防災などの取り組みについて勉強したり、地域の皆さんが参加できるイベントについて検討している団体です。

主にからきだ菖蒲館を会場に、偶数月の第4土曜日10時から12時に活動しています。お問い合わせは多摩市社会福祉協議会まちづくり推進担当
042-373-5616 まで。 ※コロナ禍で変更あり。

今年度の取り組み

テーマ：～新たな日常での防災を考える～

10月は地域の大学である大妻女子大学人間関係学部の学生さんと先生からコロナ禍における避難行動や密を避ける方法などの講義と、身近な物で作れる防災グッズや段ボールベッドの実演を交えながら紹介していただきました。

大妻女子大学 堀先生



○避難＝どこかへ逃げる、ではなく、在宅避難が基本。水害であれば2階などの高い場所や自宅内のより安全な場所へ垂直避難をする。自宅が安全でなければ自家用車や知人宅など避難所以外の場所を検討しておく。

○個人の備えは普段食べているものを少し多めに備蓄（ローリングストック）をしながら1週間分の備えが必要！



防災リュックの中身は個々に異なります。自分に必要なものを確認しておきましょう！



段ボール
ベッド

密を避けるためにも在宅避難が基本となりますが、ご近所さん同士の助け合いも必要です。市内で大規模災害が起きた際には社協が「災害ボランティアセンター」を設置し、復興のために被災者とボランティアさんを繋ぐ役割を担います。迅速なマッチングや支援には地域を知っている皆さんの力が不可欠です！毎年行っています「災害ボランティアセンター設置運営」訓練への参加や災害時の運営のお手伝いにぜひご協力をお願い致します！！ ※今年度はコロナ禍のため中止

テーマ：自分の人生について考える～施設編～

グループワークテーマ：

「講義を聞いて、これからどんな生活を送りたいか」



ロイヤル入居相談室
相談員 山元氏

12月には丘の上プラザ内にあるロイヤル入居相談室の相談員の方と多摩センター地域包括支援センターの職員の方をお招きし、入居施設はどんなところがあるのか、地域で暮らし続けていくためには何が大切かをお話いただきました。

グループワークでは「周りに迷惑をかけることなく、元気に自宅で過ごしたい」「手助けが必要になったとしても社会資源を使って在宅生活を続けたい」との声

が上がりました。在宅生活を続けるためには健康維持のための運動や地域活動での人との関わりが大切との意見や、これからの生活についての選択肢を増やすためにも地域資源について知っておくこと、エンディングノートに自分の想いを残しておくことが大切との意見もありました。

「自分の人生について考える」のテーマは来年度も継続していきたいと思えます。



多摩センター地域
包括支援センター
センター長 武智氏



高齢者向けの住まいのことならここにお任せ！

12月に講師で
お招きしたロ
イヤル入居相
談室をご紹介します！



～地域の施設紹介～

ロイヤル入居相談室とは

有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅といった高齢者向けの住まいに特化した相談室です。

一都三県の施設から希望や条件にあったところを紹介してくれます。ペットと一緒に入居できる施設や温泉付き！の施設もあるようです。

相談だけでなく、その後の見学・入居に至るまではもちろん、入居後のフォローまでしっかりサポートして下さいます！相談は無料です。身近な地域に気軽に相談できるところがあると心強いですね。



多摩市落合 1-44 丘の上プラザ 4階
(多摩センター駅徒歩3分)
電話 0120-64-6186



～教えて！地域のあんなこと、こんなこと～

個人や団体からの「こんな取り組みしてますよ!」という情報や、「この団体のことが知りたい!」という情報まで、皆さんの声をお聞かせください。この地域の魅力を伝えるコーナーにしたいと思えます。発行は不定期で年3回程度の予定です。ご相談はお気軽に事務局まで。 ☎042-373-5616

多摩市社会福祉協議会まちづくり推進担当 大槻・福田