



上越支所だより  
ダウンロードページ



# 上越支所だより

## 特集

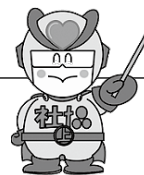
### みんなでマ(ま)ずは関心(も)って(り)そうの町



今、私たちの住む地域では少子高齢化や核家族化、単身化の増加による、世帯の変化やご近所同士のつながりを大切にしつつも、プライバシー重視による関係性の希薄化によって世帯が抱える課題が見えにくく、解決につながりにくいと考えられています。

昔より、地域の中の子育てやお世話焼きさんによる…困ったときは「お互いさま」のご近所づきあい、「つながりあう」ための仕組みや見守り体制づくりが、地域で広がっています。

「知っている」だけではもったいない！ 住み慣れた地域で、自らも安心して暮らし続けられる“つながりあう仕組み”をみなさんで考えてみませんか。



みつける役割	ゆるやかな見守り	<p>【周囲からのさりげない見守り】</p> <p>気になる方と直接、接することなく、なにげなく気にかける</p> <table border="1"> <tr> <td> <p>目で…</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆最近、姿が見えない</li> <li>◆電気の消点灯 など</li> </ul> </td> <td> </td> <td> <p>耳で…</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆異音</li> <li>◆奇声 など</li> </ul> </td> <td> <p>鼻で…</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆こげくさい</li> <li>◆異臭 など</li> </ul> </td> </tr> </table> <p>【声かけやあいさつ】</p> <p>気になる方と会えば、あいさつ、声かけによる関係づくりを行う</p>	<p>目で…</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆最近、姿が見えない</li> <li>◆電気の消点灯 など</li> </ul>		<p>耳で…</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆異音</li> <li>◆奇声 など</li> </ul>	<p>鼻で…</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆こげくさい</li> <li>◆異臭 など</li> </ul>
<p>目で…</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆最近、姿が見えない</li> <li>◆電気の消点灯 など</li> </ul>		<p>耳で…</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆異音</li> <li>◆奇声 など</li> </ul>	<p>鼻で…</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆こげくさい</li> <li>◆異臭 など</li> </ul>			
つなげる役割	しっかりと見守り	<p>異変に気づいたら…</p> <p>まずは、ひとりで抱えず、支援者を見つけよう</p> <table border="1"> <tr> <td> </td> <td> <p>ステップ1 → 把握しているご家族や親しいご近所さん</p> <p>ステップ2 → 町内会の役員さんや民生委員児童委員さん</p> <p>ステップ3 → 関係機関などへつなげる「警察」「地域包括」「行政」「社協」 ※緊急時は警察や消防へ</p> </td> </tr> </table>		<p>ステップ1 → 把握しているご家族や親しいご近所さん</p> <p>ステップ2 → 町内会の役員さんや民生委員児童委員さん</p> <p>ステップ3 → 関係機関などへつなげる「警察」「地域包括」「行政」「社協」 ※緊急時は警察や消防へ</p>		
	<p>ステップ1 → 把握しているご家族や親しいご近所さん</p> <p>ステップ2 → 町内会の役員さんや民生委員児童委員さん</p> <p>ステップ3 → 関係機関などへつなげる「警察」「地域包括」「行政」「社協」 ※緊急時は警察や消防へ</p>					
予防する役割	しっかりと見守り	<p>【地域活動や交流の場づくり】</p> <p>役割りや活動の場など、高齢者や子育ての方々が集まる機会（地域のサロンなど）を提供し、気になる方のご様子や安否を確認する</p> <p>【声かけ訪問活動】</p> <p>電話やお宅にうかがい、直接コミュニケーションをはかりながら、時に相談を受けたり、ご様子の確認や把握を行う</p>				

活動を通して…防犯防災・除雪・買物など、助け合いのつながりあう体制づくりへ

## あなたの元気をそっと見守る

### 「ふれあい・いきいきサロン」始めませんか？



住民同士が気軽に無理なく集える交流の場がふれあい・いきいきサロン。

上越支所管内では住民有志により、現在36団体が活動されています。自宅の近くの町内会館や集会所などで楽しいゲームや生活に役立つ情報をなど工夫された活動が行われています。

### ふれあいいきいきサロンの効果

- ① 仲間づくり、生きがいづくり
- ② 閉じこもりの防止
- ③ 生活にメリハリが生まれる
- ④ 健康への関心が高まる



社協はふれあいいきいきサロン活動を応援します！

サロンの立ち上げや運営に関するご相談、ご支援、活動費、各種保険のご提案をさせていただきます。

「サロン活動って何？」「サロンを始めるにはどうしたらいい？」  
「サロン活動をしている人と情報交換したい」そんなあなたに

令和3年度研修会  
「サロンで役立つレクリエーション」

## 令和4年度 サロンボランティア研修会のご案内



【日時・会場・定員】 \*各回先着順となります。申込は各回1週間前までをお願いします。

開催月日	時間	会場	主な内容	定員
① 10月11日(火)	10:00 ~ 11:30	上越総合福祉センター 203 研修室	あなたの地域ではじめよう！ 地域のサロン「田園ver」～その効果とは?? 講師 田園サロン 様	20人
② 10月27日(木)			ひとひねり！身近なもので簡単に楽しめる!! 創作レクリエーション 講師 妙高市レクリエーションインストラクター 外谷 静代 様	20人
③ 11月8日(火)			いざ！という時に役立つ 地域のサロンでの急変対応について 講師 日本赤十字社健康生活支援講習指導員 保坂 裕子 様	20人
④ 11月24日(木)			地域サロンで楽しむレクリエーション♪ 講師 上越市レクリエーション指導者クラブ 様	20人

【参加費】 無 料

【持ち物】 マスク、内履き、水分、筆記用具等

【申込み】 上越市社会福祉協議会 上越支所 / 電話526-1515

※新型コロナウイルス感染症予防のため、①マスクの着用 ②受付時の検温等にご協力をお願いいたします。  
また、上越地域での感染状況により、研修会を中止とすることがあります。ご了承ください。

皆様のご意見をお待ちしております