

# 広陵ささえ愛（協議体）通信



## 9月8日第4回広陵ささえ愛勉強会を終えて

9月8日の広陵ささえ愛勉強会では、あそびの工房もくもく屋田川雅規氏から「スマホ以下にはならないぞ～温ラインで育む目に見える繋がり～」と題して、オンラインでも対面でも使えるコミュニケーションのコツをレクリエーションを交えながら教えていただきました。



あそびの工房もくもく屋田川雅規氏

### 「スマホ以下にはならないぞ～温ラインで育む目に見える繋がり～」のあらすじ

田川先生から2つの手遊びを教わりました。手遊びは話題づくりのツールです！コミュニケーションで、堅い話から始めると身構えてしまいますが、簡単な遊びから始めると、親しみやすく、会話が弾みます！

「はなす」って大切！

話す      離す      放す

コミュニケーションの      困りごとを抱え込まない      悩みを手放す  
キャッチボール

3つの「はなす」ができる関係づくりで

「ささえ愛」ができる関係に！

手遊びがきっかけづくりに！

オンラインでも対面でも活用してね！



土屋先生

① 話をするって大切！1日6000語、人と話さないと認知症になりやすくなります！コロナの影響で外出を控え、その途端、要介護状態になる高齢者が増えました。



介護福祉課  
今西課長補佐

② 住民の皆さまからもそのような声を聞いています！さらに、ある研究では認知症だけではなく、膝や関節部分に支障が出てくるのがわかっています。



③ また、直接会えなくても電話やインターネットなどで繋がることで健康を保ち幸福感を感じることも分かっています。



④ だから、工夫して活動を続けることが大切なので、オンラインでもお話しできれば、自宅でもお話しはできます！



⑤ 話をするときに、「元気ですか？」という質問ではなく、「最近何してる？」と聞き方を変えるだけでも、話題が広がったり、困りごとが見えてくるのです。

⑥ 今回は、zoom を使いましたが、ラインやメールでも同じように繋がるができますので、お友達やご家族地域の方に発信していただけたらと思います。



# 地域の取り組み報告

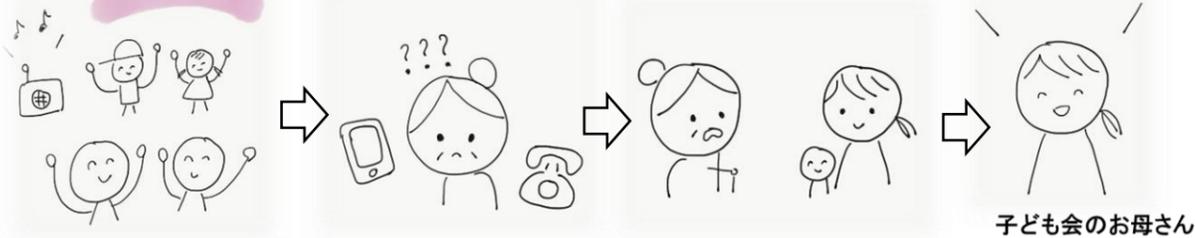
## 西小学校区 赤部いきいきサロン 「コロナワクチンの予約会ができました！」

ラジオ体操を毎週土曜日  
続けています！

コロナワクチン注射の予約  
高齢者には難しい！

ラジオ体操の時  
子ども会のお母さんにつぶやいた！

ワクチン予約  
お手伝いします！



地域の皆さんが気軽に困りごとを打ち明けられるように、  
そしてその困りごとを地域のみんなで解決できる繋がりづくり  
のためにと始めたラジオ体操から、困りごとの声をしっかり受け  
止め支える取り組みができました。



令和3年6月1日 赤部公民館  
コロナワクチン接種予約会

## 東小学校区 古寺きずな会 「何気ないことの積み重ねが介護予防に！」

コロナ禍でも  
サロン、通いの場を  
続けています！



体操の後はおしゃべりタイム。



おしゃべりの後は、トランプ！



トランプの後は、情報交換！



体操したり、おしゃべりしたり、トランプしたりの  
ちょっとしたことが介護予防になったり、繋がりづくりになったりと  
積み重ねが、支え合える地域になっていくのです。

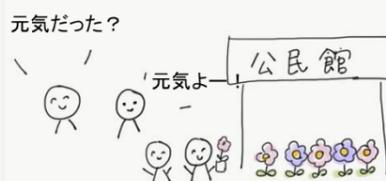


## 北小学校区 萱野なごみ会 「工夫したサロン開催で、見守り活動！」

今年もサロンで花を  
配りました！



元民生委員さんなどが  
地域の方に声かけ！



公民館前は地域の皆さんが集まって  
にぎやかに！



杖をつく方を支えながら来てくださる方。お花も一緒に選びます。



花を取りに来られなかった方や、ちょっと気になる方には直接民生委員さんがお花を届け、  
声をかけてくださっていました。