

伊勢市社会福祉協議会 中部支所だより



この通信は、伊勢市社会福祉協議会(伊勢社協)中部支所が、「佐八地区」にスポットをあてたお便りです。あなたのまちの社協から、さまざまな情報を発信します。



～新しい日常の中でもお互いを気遣える地域を～

市民生活に大きな影響を及ぼしている新型コロナウイルス感染症は、緊急事態宣言が解除され、一定の自粛が緩和されたものの、引き続き感染防止に留意しながら生活することが求められています。

特に高齢者においては、自宅で過ごさなければならない状況が続き、「人と話すことが少なくなった」「不安を感じることが多い」などの声が聞かれました。現在の伊勢市における地域福祉活動は、難しさや迷いの中でも“つながりを絶やさない”ために、お互いに助け合い、工夫しながら取組みをすすめていただいています。

1 高齢者の場合、身体に与えるリスクの選択が重要です

さまざまな活動を控える生活

メリット	デメリット
<p>ウイルスの感染リスクが減ります。</p> 	<p>【運動面】 外出が減ると単に運動不足となるだけでなく、全身の筋肉が失われる恐れがあります。さらに筋肉が衰えることによって、転倒のリスクが高くなります。</p> <p>【栄養面】 偏った食生活になりがちで、体力や免疫力が落ちる可能性があります。</p> <p>【社会参加の面】 閉じこもり、不安やストレスの増加、認知機能の低下が懸念されます。人と話す機会も減るため、口腔機能の衰えが進行して、全身の筋肉が衰える可能性もあります。</p> 

2 感染予防しながらも“つながり”が大切です

★ ご家族や周囲の人が高齢者にできることは？

近くに住んでいる人は(向かい合わず、解放されている場所なら)直接、遠くに住んでいる人は電話で、お話や声かけをしてください。

★ 地域で高齢者にできることは？

「困っている」「不安」というサインを出すのが苦手な方もいますので、ゴミ出しや回覧板をまわすなどの際に、ご近所同士で声を掛け合うなど。



お問い合わせ先
伊勢市社会福祉協議会 地域福祉課 TEL0596-63-5334



ふれあい・いきいきサロンや 高齢者ふれあい会食会が各地域で活動して頂いています！



佐八地区の高齢者のつどいの場であるのサロンと会食会の活動をご紹介します。コロナ禍の大変な時ですが、こんな時こそ皆さんのつながりが必要とされています。活動には3密を避けて消毒や換気をして感染防止に十分気を付けて頂いております。

大倉うぐいす台食事会

第2 火曜日午前10時～12時

大倉うぐいす台公民館で実施



半夏生

第1 火曜日カラオケ/第3 水曜日うたう会

午前10時～12時

大倉うぐいす台公民館で実施



佐八ごちそうさま

第2 火曜日午前10時～12時

大倉うぐいす台公民館で実施



* 佐八ごちそうさまはコロナ感染防止の為、
9月・10月の開催はありませんでした。



ふくしなんでも相談所が
宮本郵便局に10月1日より設置されました。
お気軽にご相談ください。



お気軽に
ご相談ください！！

令和2年度 赤い羽根共同募金運動にご協力をお願いします

今年も厚生労働省の告示により、10月1日から全国一斉に赤い羽根共同募金運動が始まりました。ご協力頂いた募金は地域見守りやふれあいいきいきサロンなどに使わせて頂きます。不特定多数の人と人が接触する街頭募金等の活動は縮小や自粛する形となり、大変な時期ではありますが、ご理解・ご協力の程、どうかよろしく願いいたします。

