



## 「ステイホーム鴨居福祉まつり 2020」全戸配布

鴨居地区社会福祉協議会 事務局長 小宮山 政行

### ★冊子の発行

令和2年11月予定していた「福祉まつり」の中止に伴い、展示から冊子へとコロナ禍で生まれた活動「ステイホーム鴨居福祉まつり 2020」は、毎年協力参加していただいていた団体を中心に原稿をお願いし、全団体の投稿により冊子として全戸にお届けすることが出来ました。（オールカラー40頁、自前校正で一冊のコストは一枚のハガキ以下）



### ★お寄せいただいた評価・要望

配布から3カ月が経過し、ゆっくり眺め、じっくり読んでいただいたと推察される今、更なる飛躍への足がかりとすべく冊子の評価をアンケートとして協力団体を通じて150名にお願いしたところ63名(配布依頼の42%)から回答が寄せられ、その要約結果は右記表の通りでありました。

冊子の出来栄	良い	普通	良くない	無回答
役に立つ内容	90.5%	6.3%	0.0%	3.2%
見た回数	沢山あった	少しあった	なかった	無回答
	74.6%	17.5%	3.2%	4.8%
見た回数	何度も	数回	一度	無回答
自分	39.7%	41.3%	19.0%	0.0%
家族等	3.2%	7.9%	31.7%	57.1%
参加したい活動	複数あった	一つあった	なかった	無回答
	31.7%	12.7%	38.1%	17.5%

#### 《出来栄「良い」コメントから》

「紙質もよく字も大きく読みやすく、カラーでよかった」  
「皆さんの手作りで、人のぬくもりや思いやりが伝わる」  
「コロナ禍で中止となった祭りの記念として保存したい」「カラフルで絵や写真が多く見たくなる冊子と思った」  
「知らなかった活動内容を知り、自分たちの活動も知っていただく良い機会になった」

#### 《出来栄「改善へのご意見」》

「団体名記載が統一されていると読みやすい」「写真の多用で読みにくいページがあった」

#### 《役に立つ内容の具体的評価コメント》

「早速入会してくれ、友達も紹介してくれた」「入会希望の電話が複数あった」 嬉しい成果が伺えました。

#### 《冊子を見た回数》

「手元に置いて何度もみている」「15回以上みている」「家族もみている」  
一般の書物と違い、複数回見られているところが、この冊子の特徴であると思われます。

#### 《参加したい活動》

「市民の森愛護会」「手作りを楽しむ会」「老人会」「こども食堂ぱくぱく」「まち研」「会館食事会」他既に各団体に入って活躍する人が多く、更なる参加は難しいようです。

また、「もう少し若ければ…」「興味はあるが会社勤めのため難しい」の声もありました。

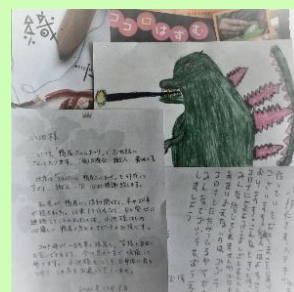
#### 《感想や福祉まつりに関わるアイデア・生活をする上での要望》

「赤ちゃんから高齢者まで、ケアプラザの活動や地域の活動が書かれていて、高齢者の私には役立つ資料」  
「平成23年発行「鴨居の便利帳保存版」は賞味期限が切れており、この冊子とその代替として活用できる」  
「困りごとのある方には民生委員さんが「頼みのツナ」。各委員さんのお顔もあると、より身近になりそう」  
「双六は良いアイデア」「来年度まつり実行の際には各団体ブース前に持ち帰り用冊子コピーを置くと良い」  
「冊子は活動内容明確化、記録になるので、数年に一度作ってもよいのでは？」  
「冊子を元に数年ぶりの知人に声を掛けられ、参加したいと言われた。冊子の反応で嬉しかった」

### ★その先へ…

お礼の手紙、子どもさんからの心温まる絵葉書もいただきました。  
皆様から寄せられた声は、地域の皆様のニーズとして大事な提言であり、これからの行事計画を考える際に活かしていきたいと思えます。  
「目で見る鴨居福祉まつり」への取り組みから始まった冊子づくりには多くの方々に原稿の投稿等大変お世話になりました。改めて感謝申し上げます。

最後に、冊子をご覧いただいた地域の皆様にも感想をお寄せいただければ幸いです。



## 鴨居地域ケアプラザから 地域包括支援センター

鈴木 薫

令和2年11月より、鴨居地域ケアプラザの包括の職員になりました看護師の鈴木薫と申します。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



昨年から自宅で過ごす時間が長くなり散歩や体操をしなければ、でも毎日は大変と感じてはいませんか？そんな方へ、日光浴を行うことで得られる体に良い主な効果をお伝えします。

- ① 日光浴をすると体内で作られるビタミン D は、カルシウムの吸収を促進し骨粗しょう症の予防になります。ビタミン D が多い高齢者は認知症になるリスクが低いといわれています。
- ② 「幸せホルモン」のセロトニンが増え、ストレスが軽減しうつ病や睡眠障害の予防と改善になります。
- ③ 体が温まることで免疫力が高くなり、血流もよくなるので筋肉が付きやすくなります。午前中に屋外で毎日15～30分の日光浴がおすすめですが、窓ガラス越しの日光浴も効果があります。

春の景色を楽しみ暖かい日差しを浴びながら、心も体も元気にお過ごし下さい。

## 『緑区こもれび躍るふれあいのまちづくり顕彰』 を受賞

大正琴グループ「アプリコット」 柳下 美代子

この度、大正琴グループ「アプリコット」が『緑区こもれび躍るふれあいのまちづくり顕彰』を受賞しました。2月9日、自治会役員の方々が見守るなか、鴨居会館で表彰式が行われ、岡田緑区長から賞状が授与されました。



「宇宙戦艦ヤマト」の演奏に緑区長が飛び入りで参加して下さるなど、和やかな場となりました。

これからも地域の皆さまに演奏をお届けできるよう活動していけたら嬉しく思います。

## 地域ぐるみで育てる鴨居こども食堂「ぱくぱく」 鴨居こども食堂代表 鈴木 道子

昨年4月から本格的な活動に入る予定でした「ぱくぱく」は、緊急事態宣言発令のため開始できたのは7月でした。今年の1月7日まで毎週木曜日に開催、参加人数も増えて他団体からの参加者や見学者もありました。平均20食、多い時は30食以上の夕食を作り、飲食の時差、アクリル板の設置、調理場の人数制限、使い捨て食器の利用など感染防止に努めました。

子どもの喜ぶ顔が嬉しくてスタッフは楽しく動いていますが、もう一つ驚いたのは活動への協力者の多いことです。活動を知っての支援があります。またコンビニを経営する方がパンやお菓子を運んでくださっています。キウイやナシやリンゴなどの果物、ジャガイモや大根などの野菜、ツナやトマトの缶詰、そして複数の方からお米を頂きました。緑区社協からは、フードドライブで集まったお米や調味料が届けられ、身近な人からの小さな差し入れは書ききれません。それぞれにすぐに食べられる物、もらって嬉しいラッピング等心遣いを感じられます。

地域を超えて「ぱくぱく」を思ってくださる方々の物心両面に渡るご支援を本当に有り難いことと覚え、4月からの再開の励みといたします。



クリスマス！

## 一昨年秋から療養中だった板垣前会長ご回復！

鴨居地区社会福祉協議会 会長 小池 邦仁

板垣前会長が1月幹部会へお元気な姿でご挨拶に見えられました。

コロナ禍が収束し落ち着きましたら、みんなで板垣さんを囲んでゆっくりお話ししたいと思っています。



## 編集後記

コロナ禍での生活も気づけば1年あまり。ふと考えてみると、以前はマスクが苦手だったのに“当たり前”にマスクを着けています。

ワクチン接種が始まっているようですが、早く以前のようにたくさんの行事でにぎやかに過ごせる鴨居での日々が戻ることを切に願う今日この頃です。

寒暖差が激しく出かけるときの服装が難しいですが、鴨居地区の皆さまが健やかな日々を過ごされますことをお祈りしています。