



社協かみやす

発行
 上安学区社会福祉協議会
 安佐南区上安四丁目4-1
 (上安集会所内)
 電話(082)872-4244

児童見守り活動 いつもありがとうございます

小中学校に通う児童・生徒が安全に登校できるよう、登校時間帯に交通安全協会、民生委員・児童委員をはじめ地域の方々が通学路で見守ってくださっています。いつもありがとうございます。

団地内の通学路は、朝の時間帯には特に交通量も多く、危険な箇所もあります。また昨今、不審者情報も後を絶ちません。黄色や緑色のジャンパーと帽子の方が通学路に立つことにより、児童の安心感、防犯意識のある地域だと見せることにより、犯罪抑止にもつながります。

現在、消防署前の交差点の見守りメンバーがいなくて困っています。地域・子ども達の見守りをしていると、早起き・ウォーキングで健康増進にもつながるとのこと。どうか見守り活動にご協力をよろしく願います。

中には18年も続けていらっしゃる方も！！
 『登校班の先頭の児童があいさつをすると、後ろの列の児童たちもあいさつしてくれるようになってきました。これからも元気に安全に登校してほしいですね。』



『ぜひ一緒に、子どもたちに声掛けをして、元気をもらいましょう！』
 年に2回程度懇親会もあります(現在はコロナ禍で休止中)。
 マスクやカイロを支給することもあります。

～見守りメンバー募集中～

活動時間:概ね7:40~8:20

募集対象:性別年齢問わずどなたでも

見守り活動は「高齢者いきいき活動ポイント事業」の対象です

申込み・問合せは 出岡(交通安全協会上安支部長)まで

いでおか

(080-1906-4544)



『サンハイツいきいき体操クラブ』ってどんなの？

上安学区では、「フレッシュ体操」「フレンズ上安」「寿の会」「サンハイツいきいき体操クラブ」の4団体が、『いきいき百歳体操』を中心とした介護予防活動を行っています。「サンハイツいきいき体操クラブ」代表の武義博さんに、活動の様子についてお話を伺いました。



Q 『いきいき百歳体操』って、どんな体操？

A 日常生活を送るうえで必要な筋力を高めることを目的とした体操です。重りを使って体操します。ゆっくりとした動きや椅子に座っての動きが中心なので、体力の低下している人でも行うことができます。段階的に重さを調節することで、無理なく効果的に筋力をつけることができますよ。介護予防効果が期待できる運動として、全国各地で広がっています。地域包括支援センターからも支援していただき、活動の輪が徐々に広がっています。

Q いつ、どこで活動しているの？

A 毎週金曜日の午後に、上安集会所で活動しています。コロナ感染予防のため、同じ内容を2回(13:00～、14:30～)に分けて行い、2回目の最後にボールゲームなどを行っています。

Q 参加費用は？

A 1ヶ月あたり
 緑ヶ丘町内会員は200円
 その他の方は400円です。
 (緑ヶ丘町内会から運営支援していただいているので、そのようになっています。)

Q 道具は必要？

A 体操の際に両手に巻く重りを使用します。貸し出しもしていますが、毎回参加される方には、1000円で購入をお勧めしています(自宅でも体操できるのでね)。

Q 参加者は何人くらい？

A 登録者は45名ですが、毎回前半と後半合わせて30名くらい参加しています。

Q いきいき百歳体操のほかには、どんなことをしてる？

A 定期的に体力測定をしたり、専門家の講演を聴いたり、今後は月に1回程度お茶会も計画しています(現在はコロナ禍のため休止中)。

Q 高齢者いきいき活動ポイントはもらえる？

A 活動に参加するごとにポイントが付与されます。

Q コロナ禍でどんな工夫してる？

A 検温、手指の消毒、換気、ソーシャルディスタンスの確保、出席名簿の作成をしています。緊急事態宣言中などは休会します。

Q 参加された方の感想は？

A 息抜きや交流の場になっていて、リフレッシュできます。お互いの健康の確認もできて、安心ですね。地域の絆も深まるのではと期待しています。

Q 活動を続ける上での悩みは？

A 会場費や冷暖房費、道具代、コロナ対策費などの運営資金が不足していることです。広島市や緑ヶ丘町内会からの助成金、参加者の会費でなんとかやりくりしているところです。

Q 最近お困りごとがあったとか？

A 貸し出し用に用意していた重り4セットが紛失しているんです。1セット4000円もするのに～(泣)間違って持って帰った方は、そーっと返しておいてくださいね。

上安集会所 消防訓練・大掃除

上安社協、上安集会所管理運営委員会は12月12日、消防訓練・年末大掃除を上安集会所で実施しました。17名の学区住民が参加し、消防訓練では、通報訓練、模擬消火器による消火訓練などを行いました。その後、参加者で手分けをして集会所内外を隅々まで大掃除しました。参加された皆さん、ありがとうございました。日頃、集会所を利用する際には、清掃、整理・整頓をよろしくお願いします。



赤い羽根 共同募金

へのご協力
ありがとうございます。

各町内会・自治会を通じてお寄せいただきました募金は、みなさんの住む地域福祉活動などに活用されます。



上安集会所管理人 募集中！

- ・週3日、半日の短時間勤務
- ・ご近所で通勤も楽々(車通勤可)
- ・仕事内容は、予約受付・集金・電話対応・清掃・その他事務
- ・4月からの勤務です
- ・まずはお気軽に、上安集会所までお電話ください

(872-4244)

お詫び・ お知らせ

新型コロナウイルス感染防止を図ることから、予定していたスポーツ、パトロール等の諸団体の活動を中止したため、事前に回覧したコミュニティカレンダーとは異なることとなりました。お詫びしませうとともに、今後もこのようなことが有るかと思っておりますので、ご承知おきのほどよろしくお願いします。

上安学区に新たに2名の防災士が誕生



上安学区自主防災連合会では、地域における防災活動のリーダーとして、町内会・自治会に広島市防災士養成講座の受講、資格取得を呼びかけてきました。昨年11月に養成講座が行われ、上安学区内で新たに2名の防災士が認定、登録されました。近年、数多くの自然災害が発生し甚大な被害が続出している中、「自助・共助・公助」を基本に、地域における防災リーダーとしての活動が期待されています。学区の皆さんも、まずは「自分の身は自分で守る」よう日頃から意識して生活したいですね。

「上安学区グラウンド・ゴルフ大会」開催

上安学区体育協会主催で「上安学区グラウンド・ゴルフ大会」が11月15日に開催されました。新型コロナウイルス感染拡大が懸念され、いろいろな行事の中止が余儀なくされる中、予防対策を講じながらの開催でした。大会には61名が参加し、和気あいあいと楽しいひとときを過ごしました。



『上安声かけネット』登録者・声かけさん 募集中

一人暮らしの高齢の方などが安心して暮らせるよう、地域のみなさんと声かけ・見守りをする取り組みを行っています。登録をご希望の方、お話を聞いてみたい方は、町内会・自治会長、民生委員・児童委員、または下記の事務局へご連絡ください。

声かけさん(見守り協力員)も募集しています。登録された高齢者のゆるやかな見守り(声かけ、明かりが点いているか?洗濯物は?郵便物がたまってないか?など)をお願いしています。

【上安声かけネット事務局】 広島市高取北・安西地域包括支援センター ☎ 878-9401

上安学区社協の構成団体に応援金

広島市社会福祉協議会では地区社協の構成団体等を対象に、応援金が支給されました。この応援金は、地域福祉関係団体のこれまでの活動に感謝するとともに、コロナ禍で活動自粛を余儀なくされている状況であることから、安心して活動再開・継続できるよう支援するためのものです。上安学区社協は、地域の皆さん相互の絆を深める活動を引き続き支援してまいります。