

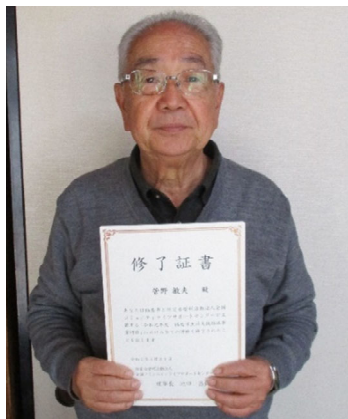
# すぎのめ地域包括支援センターだより

## 令和2年5月発行 No1



### ～地域支え合い研修会～終了証書を頂きました～

住み慣れた杉妻地区で、自分らしく暮らしていくための地域支え合い研修会を、令和元年5月31日、杉妻学習センターで行いました。地域の方は、21名、事業所からは、13名参加していただきました。引き続き、話し合い、学習会の場にお声かけてもよろしい方に、アンケート記載していただき、14名の方に声をかけて頂き、9名の方が参加していただきました。4回全研修会に参加していただいた方に、市より終了書が手渡されました。



支所管内でも最も高齢化率の高い町内。安心して暮らせることが大事。皆で声掛け・見守り。元気で長寿を合いことばに、住んで良かった街づくりをめざし支え合える町づくりを。 あさひ台：町内会長 菅野敏夫さん



うちの地域で一人暮らしの方が、自宅で動けなくなっていたところ、時々差し入れなどしてくれる近所の方が見つけ、救急車で運ばれました。本当に隣近所の見守りが大切だと思いました。伏拝：川崎 三枝子さん



近所付き合いは、いざと言う時、とても大切なものと思っています。家では、物忘れのある母を介護していますが、もう少し早くデイサービスに通所していたら、良かったのかなと思っています。大平寺：佐藤 喜美さん



福島に落ち着き、義父母と同居始めた4日目から、介護が始まりました。あの頃は、だれにも相談できずに、介護を続けました。あの時、「助けて」と相談できる所があったら、と今でも思います。大平寺：小野 光子さん



杉妻地域包括支援センターも開所して、2年目に入りました。包括の仕事の中に地域の実情に合わせて、ちょっと物忘れになっても、高齢になっても、一人暮らしでも、自分の住んでいるところで、自分らしく生きて行くことができる、地域づくりも入っています。コロナウイルスの終息状況を見て、各町内会ごとに、地域づくりを地域の皆さんと、お話あいをさせていただける機会を設けさせて頂きたいと思います。宜しくお願い致します。

～ときの人 シリーズ1～

佐久間 太吉さん 伏拝

今年のオリンピックはコロナウイルスの感染予防のため見送りになりましたが、先の東京オリンピック（昭和39年開催）にて、マラソンで銅メダルを獲得した「円谷 幸吉」選手と、一緒に走った方が杉妻管内にいらっしゃいました。伏拝の佐久間 太吉さん、77歳。昭和37年10月に行われた「菊人形駅伝大会」にて、円谷選手は、招待選手、佐久間さんは、第一走者の選手でした。

佐久間さん

円谷選手



佐久間さん、19歳の時福島農蚕高校OBによるチームで出場。第一走者でした。一生懸命全力で走りました。と懐かしそうにお話いただきました。



岳温泉スタート、霞が城ゴールの菊人形駅伝

5分でマスク ハンカチを使ってマスク作ってみませんか。



準備するもの

- ①ハンカチ
- ②キッチンペーパー
- ③耳にかけるゴム、無いときにはストッキング

①ハンカチを中心に  
向かって両端を折り  
ます。



②キッチンペーパーを適  
当な大きさに切ります。



④ハンカチを中心部  
にかけて折ります



⑧世界で1つだけのオリジ  
ナルマスクの出来上がり



⑤耳にかけるゴム  
を準備します。ゴ  
ムがないため、ス  
トッキングを代用  
しました。

⑥輪っかを作りま  
す



⑦顔の大きさに合わせゴ  
ムの位置を調整しながら  
ハンカチを中に折ります



地域包括支援センターからのお知らせ

コロナウイルス感染予防のため、外出自粛、マスク、手洗いの励行宜しくお願い致します。又介護、高齢者の困りごとなどの相談を受け付けております。遠慮なくお電話ください。

福島市杉妻地域包括支援センター

〒960-8151 福島市太平寺字町ノ内30 ☎024-573-8130 FAX 024-573-8221