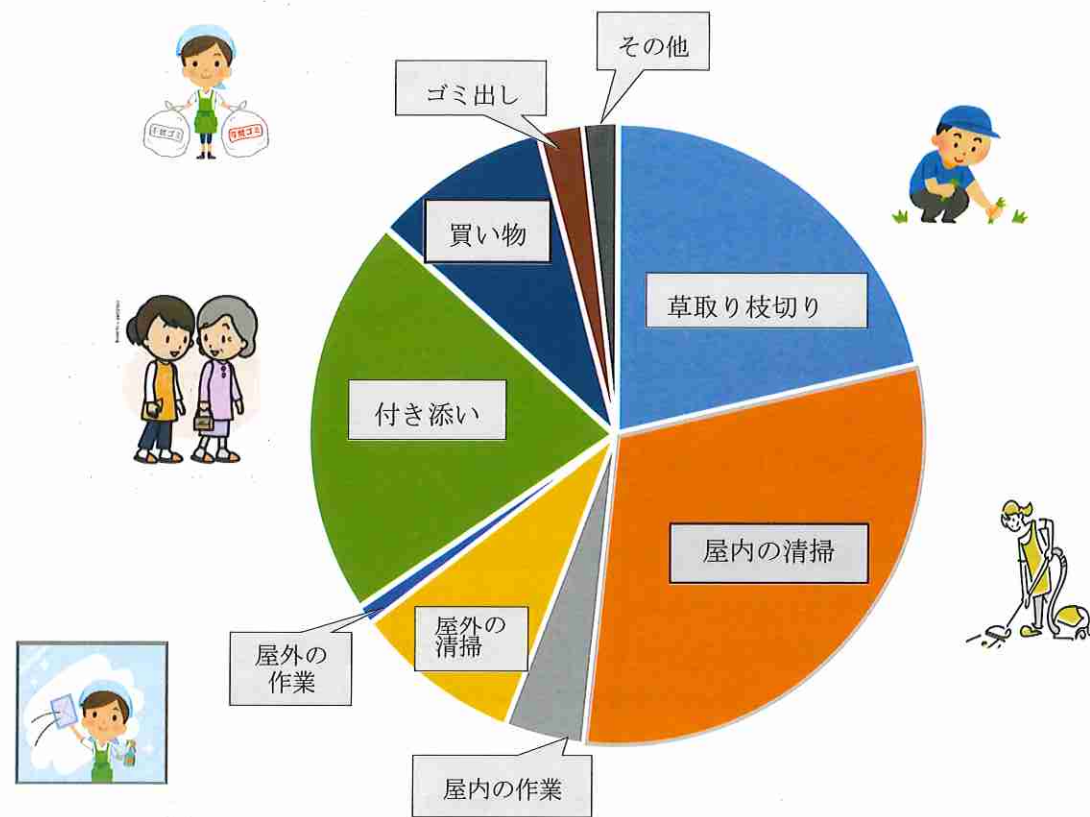


令和5年は
こんなお手伝いをしました



屋内の清掃：屋内の片付け・掃除など
 屋外の清掃：庭の掃除・片付けなど
 付き添いは病院・買い物
 その他：水やり・窓ふき・エアコンの掃除・器具の修理

支援のボランティアをして頂ける方を募集しています。
 ご気軽にご連絡ください。

編集後記
 今回の広報誌では、地域包括支援センターの寄稿や昨年の活動報告、縁側事業サロンの紹介をお届けしました。皆様が安心して利用できるように、これからも地域のつながりを大切にしていきます。皆様のご支援とご協力に感謝申し上げます。



《すこやか》

発行 藤沢市辻堂西海岸2-1-17
 辻堂ボランティアセンター
 電話 54-9528
 発行 責任者 代表 関口 望
 発行日 令和6年10月20日

変わりゆく時代の中で一明るい未来をめざして

パリオリンピックが無事閉幕し、参加した世界の選手は皆、明るい笑顔でした。また、日本選手の活躍は見事でした。それに比べて3年前の東京オリンピックでは、コロナ感染症の影響で入場式や競技は無観客で開催され、選手の皆さんの表情はやや冴えないものでした。

私たちボランティアセンターの活動もコロナ感染症に大きく影響を受けました。高齢者にとって外出することは勇気が必要で、飲食も制限されることは寂しいことでした。現在、コロナ感染症は下火になりましたが、終息はしていません。マスク着用を義務付けられる場所があり、何を開催するにあたって感染防止のための予防措置が取られています。そのためボランティアセンターの支援活動もあまり活気がなく、支援依頼も以前に比べて減少傾向にあります。

これからは災害や感染症のなくなることを願い、老若男女が明るく楽しく、そして健康に過ごす時間を多く持ちたいものです。

辻堂ボランティアセンター 関口 望

問い合わせ
 辻堂地区ボランティアセンター
 辻堂市民センター内 ☎ 54-9528
 ☆ 月・水・金（平日）
 ☆ 9時30分～12時



辻堂東西いきいきサポートセンター（地域包括支援センター）

私たち辻堂ボランティアセンターは東西いきいきサポートセンターと常に連携して頂いています。今回、東いきいきサポートセンターと西いきいきサポートセンターの日々の取り組みや支援活動についてご紹介いただきました。

辻堂東いきいきサポートセンター 管理者 平鍋 京子

辻堂東いきいきサポートセンター（地域包括支援センター）は、藤沢市の委託事業で主に高齢者の方の相談窓口です。事務所は東町の交差点近くの住宅街にあります。

内容は①介護や健康、生活不安等に対する相談②住み慣れた地域で安心して暮らし続けるための情報の発信（詐欺被害や防災）や普及活動③健康作りの場の紹介などです。

日々受け取る相談は様々です。その内容により藤沢市の介護保険といった公的な案内から、ボランティアセンターの活動など、インフォーマルなサービスもご案内しています。相談が複雑化し病気や介護の問題のほか、家族の問題として障がいや生活困窮、

子供の支援など、すぐに解決が出来ない事もあります。相談に来た方の気持ちに寄り添い、専門ではない分野は各専門機関とつながり、一緒に考え問題の解決を目指します。「こんな事を相談してもいいのかな？」という方もぜひ、ご相談下さい。

健康増進の視点では、誰でも通える「居場所＝サロン」を紹介し、包括職員も一緒に脳トレや体操を行っています。毎週行う公園体操（辻堂海浜公園は水曜日、諏訪神社は金曜日、共に9時半から10時）は、青空の下で行う体操です。皆で声をかけあい行う体操はとても気持ちが良く、心身共に元気になります。

今後も地域の身近な相談窓口として「誰もが暮らしやすい辻堂の街づくり」に取り組んでいきたいと願っています。来所相談が難しい場合は職員がご自宅へ伺います。お気軽にご相談下さい。

住所：藤沢市辻堂元町5-5-8（月曜～金曜 9:00～18:00）

TEL：0466-36-3333



地域の縁側で元気！

ふれあいルーム・交流サロン



交流サロン： 火曜日・13:00～16:00（祝日・5週目は休み）

ふれあいルーム：水曜日・10:00～14:00（祝日休み）

住所： 辻堂元町4-15-3（辻堂市民の家）

問い合わせ： 辻堂ボランティアセンター（辻堂市民センター内）

電話：0466-54-9528（毎週月・水・金の9:30～12:00）

辻堂西いきいきサポートセンター 管理者 高野 拓弥

辻堂西いきいきサポートセンター（地域包括支援センター）は、地域にお住いの高齢者の皆様が、住み慣れた地域でその人らしい生活が続けられるように、様々なご相談をお受けする『高齢者の総合相談窓口』です。担当エリアは辻堂南口から海岸にかけての辻堂・辻堂西海岸の地区です。辻堂地区は高齢化率が22.6%（2023年10月1日現在）となっており高齢者の単身世帯が増えているという特徴があります。

いきいきサポートセンターでは、病気や健康のことで心配があったり、介護保険制度や福祉サービスについて知りたいといった内容のご相談から、生活のことで心配なことがあるけれどどこに相談したら良いか分からないといったことまで、様々な相談を日々いただいております。

ちょっとした困りごとの相談などは介護保険サービス等を利用するだけでなく、辻堂地区ボランティアセンターの方々と相談・連携して対応することもあり、地域のボランティアの協力を得ながら高齢者の生活をサポートしております。また、ボランティア活動してみたいという方からのご相談をいただくことがあり、辻堂地区ボランティアセンターをご紹介しますことがあります。地域の高齢者の暮らしをより豊かにするために、ボランティアセンターの皆様のサポートがとても大切な役割を担っています。

いきいきサポートセンターとしては、今後も地域の身近な相談窓口として「誰もが暮らしやすい辻堂の街づくり」に地域の皆様と連携して取り組んでいきたいと思っておりますので、ぜひ、お気軽にご相談ください。

住所：藤沢市辻堂西海岸2-1-17（月曜～金曜 8:30～17:00）

TEL：0466-54-9511



歌や体操、おしゃべりを楽しんでいます

いきいきサポートセンターから紹介して頂き、明るくなったと言われます

皆様のフリースペースです
お気軽にお立ち寄りください