

# ささえりあ保田窪便り 2021年春号

季刊誌 VOL. 50

住所 熊本市東区保田窪本町10-114 グランフィーネ保田窪1F (「鶴田病院・鶴翔苑」バス停前)  
 電話 096-387-8201 / FAX 096-387-8202 / Mail wanohana@kakuyuukai.or.jp



## きずなの花を咲かせよう！ プロジェクト



コロナ感染予防で不必要な外出を控えるようにいわれている為に、外出の機会が減り、運動不足・筋力低下になる方が増えたように感じているという声がありました。地域の方々に、運動がてら歩き、メッセージを書いた花びらカードを木のイラストに貼り付けて満開にしよう！というプロジェクトが立ち上がり、校区社協や民生委員の皆さんの協力を得て、各町内の公民館等で実施されました。



託西1町内 3/24時点



「木」のイラストと一緒に自宅でできる運動のパンフレットを配置



託西3町内 2/4時点 → 2/25時点



託西9町内 3/16時点



託西8町内 4/7時点



マンションの各棟それぞれで開花



託西4町内 3/16時点



託西5町内 4/7時点



託西6町内 3/24時点



託西7町内 4/7時点



西原1町内 3/30時点



西原2町内 3/30時点



西原3町内 3/30時点



西原4町内 3/30時点



託西2町内 4/7時点



西原5町内 3/24時点



西原6町内 3/30時点

実際のお花見ができない状況でしたが、各町内で見事にさくらのカードが咲きました！皆さんのメッセージに励まされます♪

来年はホントの桜の下でお花見したいですね♪



### ☆校区の状況☆

(令和3年3月1日付市統計より)

	託麻西	西原
人口	15779人 (+11)	13802人 (-18)
高齢者数	3771人 (-23)	3386人 (+14)
高齢化率	23.9% (-0.2)	24.5% (+0.1)

※高齢者数は65才以上の方の人数です。

※高齢化率=高齢者数÷人口×100

※+-は前号との比較です。

# 地域食堂 西原よってっ亭

令和3年4月3日(土) 11:00~

1町内保田窪公民館・3町内新南部公民館・6町内公民館

好評につき今回は3ヶ所での開催となりました「西原よってっ亭」。  
実行委員、地域、PTA、学校、病院、事業所等色々な社会資源が協同し、感染予防、食中毒予防を徹底し、今回もテイクアウト方式（予約制）にて、おいしいカレーを配布しました。カレーは中辛と甘口で選べます！ コロナ禍でなかなか交流の機会がもてない状況ですが、この活動が、参加者だけでなく地域の皆さんの活力の一つになればと思います。次回は6月19日(土)の予定です。



大量の玉ねぎに挑む！



ソーシャルディスタンス



1町内



3町内



6町内



お菓子の配布もありました♪



## 感染予防の行動を続けよう！

帰宅したら、**手洗い！うがい！**

外出先では、**3密を避ける！マスク着用！**

自宅で過ごしている時は、

**定期的な部屋の換気！体温測定等で体調管理！**



※感染拡大地域(海外や首都圏等)からの訪問者と接触のあった方は、面談前にご連絡くださいますようお願い申し上げます。

## 介護予防教室のご報告

フコから教えてもらおう！

これからの住まいの事。

～高齢者住宅・各種手続き・片付けのお話～

令和3年2月25日に、対面の講義形式で開催を予定していた介護予防教室は、コロナ感染拡大予防の為に開催を中止し、講義内容を録画したDVDをお渡しして視聴して頂くことになりました。DVDを視聴された方から「施設の種類や金額がわかり今後の選択に参考になりました」「家の片づけで悪徳業者に注意しようと思った」「介護保険の使い方など勉強になりました」と感想を頂きました。「申込みしなかったけれど気になる！」という皆様は、熊本市の公式YouTubeでもご視聴できます。ささえりあ保田窪のフェイスブックにURLを載せていますので、この機会にぜひご視聴下さい。



熊本トヨタをお借りしての撮影風景

こっそりと「ささえりあ保田窪便り」は以前の「和の華便り」から通算して、50号になりました！ なんだかめでたい感じがしますね♪ これからも皆様に役立つ情報等を発信していけるように努めていきます。よろしくお願いします♪



熊本市高齢者支援センターささえりあ保田窪では、  
地域の皆さまと共に、安心して生活できる暮らしやすい環境づくりに取り組んでいます。

