



みはらふくし情報 10月号

令和2(2020)年
10月1日発行

— 三原市社協各地域センターからのお便り —

本部・三原地域センター(三原市総合保健福祉センター4階) 電話 (0848)63-0570 FAX (0848)63-0599
本郷地域センター(三原市本郷福祉センター) 電話(0848)86-3607 FAX(0848)60-6064
久井地域センター(三原市久井保健福祉センター)電話(0847)32-7101 FAX(0847)32-5011
大和地域センター(三原市大和保健福祉センター)電話(0847)34-1214 FAX(0847)35-3020

コロナ禍の生活が続きますが、いかがお過ごしですか？地域の福祉活動を行う際の感染予防等についてご不明な場合は、社協までお気軽にご相談下さい。また、朝晩の冷え込みで体調を崩しやすいので、体調管理に十分に気をつけましょう。今号は、三原地域センターから、旭町・古浜エリアの地域福祉懇談会の開催の様子と、久井地域センターから地域支え合いマップづくりの様子をお届けします。

コロナを“正しく恐れ”できることからやってみよう！

～旭町・古浜エリア地域福祉懇談会を開催～ 三原地域センター

新型コロナウイルス感染症の拡大で自粛していたサロン活動は、8月末には約7割のサロンが活動を再開しています。しかし、元通りに活動しているということではなく、「感染対策はこれで良いのか？」「料理を作ったの食事会はやっていいの？」「今月は開催するけど、来月はまたその時の様子で決めようと思う」など、日々変わるコロナ状況に不安を感じ、悩みながら活動されています。また、活動の自粛が続く地域では、再開に踏み出せないもどかしさを社協に相談されることもあります。

9月14日に開催した旭町・古浜エリアの地域福祉懇談会では、サロン支援者や民生委員、自治会長が集まり、コロナ禍での活動の現状や地域住民の様子について意見交換しました。

参加者からは、感染対策が立てにくいいため、町内会行事やサロン活動ができない悩みや、外に出ずに閉じこもりがちな近所の方を心配する声も挙がりました。

一方で、「むやみやたらに怖がるのではなく、“正しく恐れる”ことが大切」といった前向きな意見や、「サロン参加者に広報誌をつくって訪問して、様子を確認したり、自宅でもできる体操を伝えたりしている」など、コロナ禍でもできる取り組みを紹介される場面もありました。

参加したサロンの支援者からは、「今日の意見を参考にサロン再開を検討していこうと思う」といった声が聞かれ、恐れるばかりでなく、できる範囲で取り組むことが大切と感じられたようです。

社協がすすめる小地域福祉活動(サロン・見守り・生活支援活動)は、地域のつながりづくりを目的とした地域みんなで取り組む活動です。

社協では、支援者だけでなく、地域の関係者みんなが現状を共有し、今後の活動を相談できる場づくりに向け、連合町内会域や小学校区で地域福祉懇談会やサロン交流会を各地で開催しています。



災害にも強い地域づくりを目指して

～地域支え合いマップ作りの新たなカタチ～ 久井地域センター

社協では、見守り活動に取り組む地域からの「災害時の支え合いは、日頃からの関係性がないと難しい」という声をきっかけに、広島大学と連携して、「地域支え合いマップ作り」を応援しています。この取り組みは、まず、広島大学が作成する地区のハザードマップと住宅情報を合わせた地図に、地域住民が思う「避難に心配な人」・その人と関係性のある人・一時避難場所などを記載します。その後、このマップを地区の防災訓練や住民活動に活用していきます。この一連の取り組みを通じて、地域住民の災害への危機意識を高めるとともに、住民同士のお互いさまの関係づくりを深めることを目指しています。

今年度は、久井町泉地区（8/22）、久井町中野地区（9/21）で、第1回目のワークショップを開催しました。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、参加人数や方法に制限をしましたが、地域住民や自主防災組織の方が多数参加され、活発な議論が行われました。「一人暮らしや高齢者のみの世帯が心配・・・」「この辺りは過去に浸水したことがあるよ・・・」などの声が寄せられ、「日頃からの関係づくり・支え合いの必要性」を感じられたようです。

今後は図上訓練や定期更新、住民活動への反映を行い、社協は住民の皆様と一緒に、災害にも強い地域づくりを目指していきたいと考えています。



お役立ち情報

カボチャプリンでハロウィンを♪ HAPPY HALLOWEEN

10月31日はハロウィンです。ハロウィンにぴったりの簡単ヘルシーなかぼちゃプリンを紹介します。みんなでハロウィンを楽しみましょう。 参考：クックパッド

【材料（3個分）】

- ・カボチャ…正味 200g
- ・豆乳…200ml
- ・はちみつ…大さじ1杯
- ・ゼラチン…1袋（5g）
- ・水（ゼラチン用）…大さじ2杯



【作り方】

- ① ゼラチンは小皿に移して水を加え、ふやかしておく。
- ② かぼちゃの皮と種と綿を取り除き、小さく角切りにし、耐熱容器に入れてふんわりラップをし、レンジ600Wで3分。柔らかくなるまで加熱する。
- ③ 小鍋にかぼちゃを移し、熱いうちにフォークで潰し、滑らかにする。滑らかになったらはちみつを加えて混ぜる。
- ④ 豆乳を加えて火にかけ、弱火で温めながら全体が均一になるようによく混ぜる。
- ⑤ 沸騰直前で火を止め、ふやかしておいたゼラチンを加え、手早くよく混ぜ合わせる。
- ⑥ カップに流し入れ、粗熱が取れたら冷蔵庫に入れて冷やし固めて完成！