

## みなくるだより

No.7

2021年1月号 年3回発行



みなくるでは、「健康長寿のまち」の実現に向け、できる限り健康で互いに支え合い、住み慣れた地域で暮らし続けられるように、さまざまな市民講座の企画やボランティア活動等の地域福祉情報を提供しています。

## コロナ禍の今だからこそその新たな活動

新型コロナウイルス感染症の影響で、S型デイサービス（※1）や居場所（※2）、子育てサロンといった様々な地域活動が思い通りに進められない日が続いています。

そのような中、活動者や参加者は迷いや不安を抱えながらも、活動を必要とする人や活動目的を思い、感染拡大の状況に注意しながら、「つながり」「孤立させない」の理念を基に、手探りで活動を取り組んだり、活動再開の準備を進めたりしています。

活動にあたっては、三密にならないよう人数制限や時間短縮をし、消毒や換気等の感染防止対策を講じています。活動に制限が多く、一見「できない」と思うこともありますが、知恵と力を出し合って、例えば、子ども食堂では、食事の提供方法を配食に変えたり、開催場所を屋外にするなどの工夫を凝らして活動しています。

コロナ禍だからこそ、近隣住民同士で支え合う『互助』を高めるつながりづくりを考えてみませんか？

## ※1『S型デイサービス』とは…

65歳以上の高齢者等の生きがいづくりや社会的孤立感の解消、健康づくりなどを目的とした活動です。地区社協が実施主体となり、地域住民のボランティアが運営しており、歌やレクリエーション、体操などを行いながら、同じ地域に住む高齢者同士が楽しく語り合えることもまたこの活動の魅力です。

## ※2『居場所』とは…

高齢者、障がいのある人、子どもをはじめ、地域住民の誰もが気軽に立ち寄ることができ、自由な時間を過ごすことができる場所です。自分らしく過ごすことができ、人との新しいつながりを生む居場所が地域住民の孤立防止や生きがいづくりを支えています。

## 《工夫して実施した時の様子》

## 《逆転の発想》

屋内の制限が多いなら  
外でやろうよ！  
(南部ふれあい公園)



S型デイサービス 南八幡会場

※ 2020年11月開催時の写真になります。新型コロナウイルス感染症の感染状況により、活動を中止している場合があります。

## 健康講座「声から元気に！」

声から元気になりませんか？ そんな合言葉で、9月から月に1回、健康講座を開催しています。ストレッチから始まって、呼吸法や、発声練習、滑舌訓練、そして季節を感じる詩やエッセイの朗読、などの体操と盛りだくさんの内容です。毎回大好評の『声から元気に！』、来年の1月まで開催が決まっています。マスクをつけてのちょっと窮屈な講座ですが、定員を超えて、地域の皆様に参加いただいています。思い切りおしゃべりが楽しめる明日を信じて、静岡県立大学は、これからも「みなくる」での活動を続けていきます！

(静岡県立大学「ふじのくに」みらい共育センター)



講師の上藤先生



## みなくる市民講座 開催報告

『パラスポーツ(ボッチャ)を一緒にやってみよう』

(10/24 12名参加)

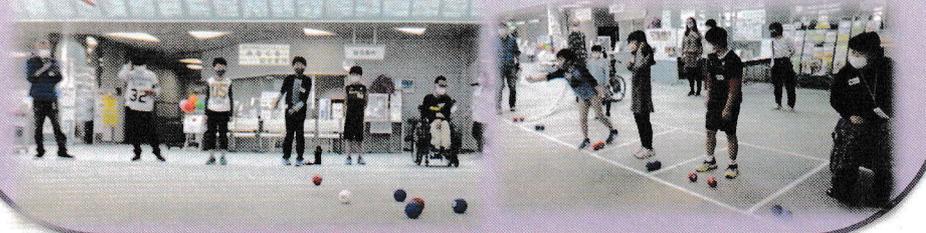
今年も、NPO法人ひまわり事業団の「生活介護 それいゆ」のご協力のもと、ボッチャ体験講座を行いました。

小・中学生が参加し、障がいのある方との混合チームで、一緒にチーム名や順番を決め、励まし合いながらボッチャを楽しみました。

障がいのある方とふれ合う機会を増やすことで、障がいの特性を知り、さらに交流を深めていくきっかけとなるように、今後も講座を実施していきます。

(参加者の声)

- ・楽しかった。他のパラスポーツもやってみたい!
- ・障がいのある方とのコミュニケーションの取り方などもわかった!



## ☆予告☆

### 地域の支え合い活動 シンポジウム

～コロナ禍における地域福祉～

日時：2021年2月14日(日)  
13:30～16:00

(13:00開場)

会場：静岡市地域福祉共生センター

みなくる 地域交流ホール

内容：

○講演

講師：静岡県立大学 看護学部  
栗田 真由美先生

○活動事例紹介

新型コロナウイルス感染症を正しく理解し、恐れることで、適切な対応につなげる。地域活動に参加される方々の参考になれば幸いです😊

## みなくる について

開館時間：9時～21時

休館日：第2月曜日(祝日の場合は翌平日)

12月29日～1月3日

### 交流スペース

打合せや交流など、市民の皆様の集いの場としてご利用いただけます!

★団体優先テーブル(オレンジ色のテーブル)は、打合せ・ボランティア活動等を目的とした利用が優先です。

### 会議室・地域交流ホール

事前予約により会議や打ち合わせ、講演会等で利用できます。(マイク・プロジェクター有ります。)



この看板が目印(・ω・)



南部図書館の2階に“みなくる”

### お願い

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、

- ・マスクの着用
- ・こまめな手洗い、手指消毒
- ・利用者名簿の記入(氏名連絡先等)
- ・利用人数や時間の制限
- ・椅子や机等の消毒

等にご理解ご協力をお願いします。

(感染状況により見直すため変更する場合があります)



発行 静岡市 (受託者：静岡市社会福祉協議会)

住所 422-8074 静岡市駿河区南八幡町3-1 南部図書館2階

TEL 054-201-9010 FAX / 054-201-9020

HP [http://www.city.shizuoka.jp/074\\_000106.html](http://www.city.shizuoka.jp/074_000106.html)

イベント情報 スルマガHP

<https://machipo.jp/location/17101>



【アクセスなど】

バス：静岡駅南口▶中田三丁目ダイワハウス前(石田街道線)

静岡駅南口▶駿河区役所静岡新聞社前(みなみ線 内回り)

車：施設内に無料駐車場がございます。※台数に限りあり

