北部圏域データ (令和4年12月末日現在)

14,803人 65歳以上5,502人 (高齢化率37.2%)

世帯数

人口

7,643世帯 単身高齢者世帯 1,834戸(24.0%)

北見市高齢者相談支援センター北部通信

〜北見市高齢者相談支援センター北部は高齢者の「総合相談窓口」です。 お一人おひとりのご相談に対応し、地域での活動も応援します!〜

発行: 北見市高齢者相談支援センター北部(北見市北部地区地域包括支援センター) 北見市高栄西町7丁目11-4 令和5年2月28日発行 **在** 22 - 7800 2 4 時間対応

3 月号

~あたたかな想いを届ける『雪よけボランティア』出動しました!!

雪よけボランティア「思いやり届け隊」事業は5年目の取り組みとなり、昨年は新型コロナウィルスの影響により中止となりましたが、今年は令和5年2月4日(土)に無事再開する事ができました。

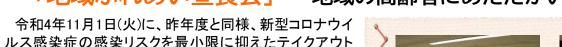
年末に降った湿った重たい雪の状態が心配されましたが、花月町地区と美山町東・西・南地区にお住まいの雪よけ作業が困難な高齢者世帯を北見北斗高校野球部11名、北見商科高等専修学校から12名の生徒が参加した他、地域住民の方などを併せて総勢39人のボランティアで行いました。参加者は、美山地区住民センターに集合して活動における注意点などを確認した後、7班に分かれて除雪先のお宅へと向かい屋根からの落雪に気をつけながら、固くしまった雪の塊を少しずつ切り分ける担当や運ぶ担当に分かれ、安全を第一に無理をせずお互いに声を掛け合いながら作業を行いました。

利用された高齢者からは、「雪が高く積み重なり困っていたから助かった」「一人暮らしだから気にかけてくれて嬉しい」などの声が聞かれました。

この事業を通して、大切なつながりを絶やさないためにも、今まで以上に支え合う温かな地域となるよう今後も地域の 方々と一緒に活動に取り組んでいきたいと思います。



「地域ふれあい昼食会」~地域の高齢者にあたたかい繋がりを~



ルス感染症の感染リスクを最小限に抑えたテイクアウト 方式で「地域ふれあい昼食会」を開催しました。

支え合いの地域づくり会議(第2層協議体)で検討を重ね、 参加者同士の集う場、高齢者と地域住民が交流できる場 をつくる工夫を行うことの必要性が改めて確認されました。

今年度は高栄保育園児による歌とダンスの発表の他、 感染予防の講話やきたみんと体操などたくさんの活動を 取り入れて実施しました。

当日は、朝早くから15名のボランティアの方がお弁当作りや会場の準備を行い、28名の単身高齢者等が足を運んでくださいました。13名の園児の元気な歌声や可愛らしいダンスに、参加された方からは、「元気がでた」との声が多く聞かれました。その他にも、「お弁当がとても美味しかった」「年に2回くらい開催してほしい」「今度は皆と話をしながら食事をしたい」などの声もありました。ボランティアの方からも、「皆の喜ぶ顔がみたい」「次回も協力します」など継続にむけて心強いお言葉をいただきました。

来年度開催に向けて、今後支え合いの地域づくり会議 (第2層協議体)で検討し、繋がりを絶やさない取り組みを 地域の方々と一緒につくっていきたいと思いました。



高栄小学校5年生が認知症サポーターに! ~今日からあなたも応援者~

令和4年11月28日(月)、12月1日(木)に高栄小学校の5年生が高齢 者の疑似体験をしました。

耳が聞こえづらくなったり、目が見えづらくなったりすることや、身体 が動かしづらくなることを実際に体験し、「不便なことがいくつもあっ た」「周りが見えづらくて怖かった」など、いつも元気いっぱいの小学生 も高齢になってくると起こる様々な身体の変化を体験できました。

令和4年12月6日(火)には認知症サポーター養成講座を受講し、新 たに46人のキッズサポーターが誕生しました!

真剣に話しを聞いた児童からは、質問もたくさんでました。「認知症 の人への接し方で顔の表情も少し変わるということを学べたので、優 しく話しかけたい」「困っていそうな高齢者を見たら、助けてあげたい」 「自分のおじいちゃん、おばあちゃんは元気だけど、もし認知症になっ たときは習ったことを活かしてサポートしてあげたい」などの感想が聞 かれ、これからのキッズサポーターの活躍が楽しみとなりました。













仁頃地区・認知症サポーター養成講座開催!

令和5年1月26日(木)に、仁頃住民センターで認知症サポーター養成講座を開催しました。

仁頃地区では令和元年度に聖光寺で開催し、今回は4年ぶりとなりましたが10名の方に参加いただきま した。認知症への関心が高く、「認知症の人への接し方や介護方法」や「認知症の病気や症状」を学べた と、理解を深めていただくことができました。

仁頃地区(昭和、上仁頃、美里、仁頃、大和、北陽)の高齢化率は51.9%と北部圏域でも突出して高い ため、今後も認知症に関する啓発活動を継続していきたいと思います。









認知症サポーター養成講座

認知症は、早期発見・治療が大切です。多くの人に認知症について理解を深めていただくために、出前講座を実施 でしています。認知症について「知りたい、対応の方法やポイントを教えてほしい」などございましたら、少人数(5名程度)での受講も可能なので、町内会の役員やご近所の方をお誘いして、お気軽にお申込み下さい(無料)。

サポーター養成 講座を受講する ともらえます。



