スマホ 体験・活用講座

自治会やシニアクラブで 開 催 してみませんか？

自治会で ICT の活用を考えているけど「使えない方が多くて活用が進まない」などでお困りではありませんか。市社協では、スマホ体験・活用講座の開催をお手伝いさせていただきます！

★★おすすめポイント★★

①講師との日程調整は、**市社協で行います！**

※こちらから出向いていきます！会場のご用意はご協力ください。

②自宅の近くで参加でき、楽しく学ぶことができます！

③小規模単位で体験会・講座を開催することができます！

まずはご相談ください。

①ガラケーからスマホに切り替える前の体験教室
実際、体験機で基本操作などを学ぶことができます！
10～20 名の方を対象に行います。（最小催行人数 10 名）

②スマホを持っているがもっと活用したい方を対象とした講座（ご自身のスマホを使います）

③LINE の使い方が分からない方への講座（2 回講座）

※その他、ご希望の講座がございましたら下記までご相談ください。

今後は、ますます生活する中で、ＩＣＴを活用した情報発信が行われていきます。
高齢の方やデジタル活用が苦手な方を対象にスマートフォンなどに関する体験会や活用講座を社協と自治会が連携して開催し、住民誰もが情報を取りこぼさない地域をつくっていきませんか！
お気軽にお問合せください。

問合せ　我孫子市社会福祉協議会（西部福祉センター）
担 当：山崎里子
電 話：０４－７１８５－５８１８
メール：seibu@abiko-shakyo.com

お一人暮らしの方の生活に電球１つ 取り換えるだけで見守りをしてくれます

近年、お一人暮らしの方が増え 2021 年の国民生活基礎調査によると約 743 万世帯あると報告され、実に高齢者の 3 世帯に 1 世帯が一人暮らしと報告されています。今回は、ヤマト運輸によるクロネコ見守りサービス「ハローライト訪問プラン」をご紹介させていただきます。

クロネコ見守りサービスとは…ヤマト運輸が用意するハローライト電球（LED と SIM が一体化した IOT 電球）」を、日常的に使用するトイレや洗面所等に設置し、電球の点灯／消灯を使い見守りを行う仕組みです。**（要契約）**

ポイント おすすめポイント

①Wi-Fi 不要（ネット環境不要）

②工事不要

③コンセント不要

★ 初期費用０円、電球代無料、月額 1,078 円(税込)で追加費用なし！
★ 電球の設置は、日程調整の上、ご自宅までヤマト運輸が伺います！
★ 我孫子市が千葉県初となる高齢者等を見守り、孤立死を防止するための協定を締結しました！

《 異常を検知した場合の流れ 》

① ハローライトが異常を検知

前日の９：００～当日の８：５９の間に電球の点灯／消灯が無い場合、自動的に異常を検知します。

② メールで通知

当日の９：００～１０：００の間に、事前設定した通知先（最大４件登録可）へ電球から自動でメールが届きます。携帯電話（docomo）の基地局を通じて通信します！

③ 通知を受けて駆け付けられなくても大丈夫

通知を受けた方が連絡をして安否確認できない場合、クロネコ見守りサービス窓口に訪問依頼をすると、最寄りのヤマト運輸営業所より訪問、状況に応じて地域包括支援センター（高齢者なんでも相談室）等に通報し、結果を依頼者へ報告してくれるので安心です！

高齢化が急速に進み、一人暮らし高齢者世帯が一層増加することが見込まれています。
高齢者を見守る側も高齢化し人材が不足していることが課題となっています。
UR 賃貸住宅に住む高齢者宅（希望者）には、ハローライト電球を付けて見守る仕組みがあります。自治会の見守りの一環として、サービスについて周知をしてみてはいかがでしょうか。
住民がいつまでも住み慣れた地域で活き活きと生活が送れるよう、見守りサービスをご紹介させていただきました。働き盛りのお一人暮らしの方も活用できそうですね。
チラシを一部同送させていただきます。追加希望の場合は、下記へお問合せください。

問合せ　我孫子市社会福祉協議会（西部福祉センター）
担 当：山﨑 里子　　電 話：０４－７１８５－５８１８

「防災」を通じて、周辺住民と繋がりを築き
いざという時に助け合える関係づくりを！

今回は神奈川県が、令和元年度に発行した笑いあふれるコミュニティ ～キーパーソンを訪ねて～ の中から、神奈川県海老名市の自治会活動について紹介します。

災害現場で被災者が
我慢を強いられる環境を解決したい！

海老名市自治会連絡協議会の山本さんは、番組制作会社勤務時代に災害問題等に携わる中で、防災への意識が強く生まれました。
東日本大震災後、すぐさま行った被災地で、見たり聞いたりした情報（仮設トイレ問題等）を活かして対策できないかと考えるようになりました。

防災で地域を繋ぐ！

山本さんが住む大型マンションの建設は、周辺住民からは地域環境の変化を懸念する声が上り、マンション建設に好意的ではありませんでした。
しかし、山本さんは、地域共通の課題である「防災」を通じて、関係性を築けないかと考えるようになりました。災害発生時に近所の方々の避難施設として、マンションを利用できれば、周辺住民とマンション住民との交流が生まれるのではないかと考えたのです。

避難施設にするために協定を締結！

市と自治会連絡協議会でマンションを避難施設として利用する協定を結び、これにより、受け入れ側のマンションに余裕があれば、周辺住民がそのマンションに避難することができるようになりました。協定の締結がきっかけで、周辺の自治会とも合同防災訓練やイベントの合同開催等を行い住民同士の新たなコミュニティが生まれました。
市内の他のマンションも最初は避難施設としての利用に難色を示していましたが、今では市内のマンション単独自治会は全て協定に加盟し、災害時に助け合える関係が築けています。

防災で自治会と会員を繋ぐ！

自治会長に防災備蓄品をどこで購入したら良いかという相談があり、防災用品のカタログを自治会員に配布し、希望者が購入できる仕組みをつくったところ、住民から喜びの声があがり、自治会長も「自治会加入のメリット」を示すことができました。「不安は誰もが一緒です！」寄り添えたことで、住民も安心したのかもしれませんね。

災害がいつ起きてもおかしくない状況の中で、日頃からの備えが大切になります。高齢化が進み、遠くの避難所へ行くのが難しい方も多くいます。そんな中で近くのマンションに避難ができるのは大変ありがたいことです。平時から、周りの自治会との連携を取るのも大切ですね！私が勤務する西部福祉センターでも、平時から近隣自治会と合同防災訓練をさせていただいております。（コロナ禍で休止中）自治会同士のつながりが、住民の新たなコミュニティとして生まれるキッカケにもなります。
ぜひ、自治会同士の繋がり、改めて見直してみてはいかがでしょうか。

引用：令和元年度に発行笑いあふれるコミュニティ ～キーパーソンを訪ねて～
https://www.pref.kanagawa.jp/documents/57429/05_zichikai.pdf

問合せ　我孫子市社会福祉協議会（西部福祉センター）担 当：山崎　　電 話：０４－７１８５－５８１８

地震列島日本　災害時に役立つ情報 第一弾

令和６年元旦に発生した能登半島沖を震源とする「令和６年能登半島地震」いまも多くの被災者の方が、極寒の避難所で過酷な避難所生活を余儀なくされています。
私たちの地域でも、いつ起こるかわからない災害…
平時から備えて、少しでも身体的にも精神的にも楽に過ごせるよう、今回は簡易トイレの一例をご紹介します。自治会館を“いっとき避難所„として使用する際も役立ちます。

①自動ラップ式トイレ

使用時イメージ

折り畳み時イメージ

水を使わず、臭いも漏らさず、排泄物を密封し、微生物（細菌）も遮断する新しい形のトイレです。これまで多くの被災地で使用され、被災地の声を活かして改良を重ね使いやすくなっています。また、可燃ごみと一緒に処理ができます。

②水害などで水に濡れても使える災害用トイレ

水に濡れても使えるよう箱と中身を耐水化しています。
また、製造から１０年の長期保管がきくので自治会の備蓄品として最適です。日常で使用するトイレに専用のビニールをかけ、凝固剤を振りかけて処理するタイプの災害用トイレです。使用後は袋を取り出し、袋の口を結んで可燃ごみと一緒に処理ができます。抗菌・消臭の効果もあり、臭いの問題も解決します。また、小口（10 個入）から大口（500 個入）まで幅広い品揃えです。用途に合わせて活用できます。

５回分が１パックに個包装されています。自治会のイベント等の参加賞や粗品としても活用できます。

③エレベーター用 トイレ機能付き防災椅子

災害等でエレベーターが長時間停止してしまった時、トイレが不安になります。マンション等の自治会におススメの災害用トイレです。平時は、お子様や高齢者等が椅子や荷物置きとして使用し、中には、トイレットペーパー、水、また②で紹介した凝固剤を使用した災害用トイレ等を一緒に保管しておくと万一の時に慌てずに安心です。

トイレに行くことは、自然の生理現象です。災害のニュースが報じられると数の不足や衛生面の話しをよく耳にします。感染症の発生等も聞きます。
被災者の方の声としては、臭いや汚れなどでトイレに行くのをためらい、水を飲むことや食事の量を減らして排泄を我慢する方がたくさんいらっしゃいます。排泄を我慢すると健康被害が生じてしまうので、上記のようなことは避けたいところです。今回ご紹介した災害用トイレは、１回分ずつ処理ができるうえ、水を使用せず、臭いの問題も解決できます。自治会の備蓄にいかがでしょうか。
また、マンションの管理組合向けには平時は椅子や物置として使用できる椅子型の災害用トイレをご紹介しました。防災備蓄品の参考にしていただければ幸いです。紹介した商品について、詳細が必要な方は下記へ問合せください。

けやきプラザのエレベーターに設置されています。

問合せ：我孫子市社会福祉協議会（西部福祉センター）　担当：山﨑里子　電話：０４－７１８５－５８１８