

ふれあいの里

令和三年度の挑戦

第 17 号
編集・発行
南浦小学校地区
社会福祉協議会

新年を迎え、梅の花の香るころとなりました。昨年から新型コロナウイルス感染症のことが騒がれていまます。いつになったら収束できるのか、心配がつきません。南浦社会福祉協議会の行事は自粛せざるをえなくなり、大変残念に無念に思っております。今まで当たり前にしていたことが当たり前ではないことがあります。例えば、高齢者の会食会では、食べたり歌ったり、三世代ウオーキングでは、人と会い話し笑い、肩を寄せ合い握手して親睦を深める。それが、今はできなくなって、距離を開ければ「聞こえない」と言われる。マスクをしているため口が見えないので、よくわからないと言われる。何度もうたがねてしまう。また、会合においては、広い会場に距離を開けて座るためマイクが必要になる。今をはじめてわかるのです。新しい生活には、なかなか受け止め方が難しい、と。そんな中でも何かできることがあるのではないかと考え、役員同士の思いを何度も話し合いました。完璧な状態になるまで待つていたなら何

もできない。令和三年度の目標は、はじめの第一歩を『やる』ということと進めていきたいと思うのです。それには『新しい生活様式』を定着させ3密を避ける。体調の悪い人は休む。マスク着用の徹底。手洗い消毒の徹底、命を大事にしてルールを守りましょう。会員の皆様のご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

南浦小学校地区社会福祉協議会
会長 小林一郎

南浦小学校区の住民基本情報

世帯数	男性	女性	合計
395軒	387人	436人	823人

中学生以下		高齢者			
0~14才	65~69才	70~74才	75才以上	合計	
21人	61人	102人	267人	430人	

高齢化率
 65歳以上 $430 \div 823 = 52.2\%$ (+1.2ポイント)
 75歳以上 $267 \div 823 = 32.4\%$ (+0.8ポイント)
(令和2年12月末現在) 倉敷市のホームページから
 倉敷市の高齢化率(65歳以上) $132106 \div 481537 = 27.4\%$ (+0.2ポイント)

愛育委員会の友愛訪問と緊急対応のお願い

緊急対応のお願い

コロナ禍において、何かできることはないかしらと思っていた春先。倉敷市社協の「増すマスク・プロジェクト」の支援を受けて、布マスク二百枚を愛育委員で作りました。マスクが手に入りにくい状況だったので、皆様に大いに喜ばれました。今までは、六十五歳以上の独り暮らし・高齢者世帯の人が主な対象者でしたが、今年から南浦社協から活動費を増やして頂いたため、同居されている八十五歳以上の方にも友愛訪問をする事が出来るようになりました。約百五十名いらっしゃいます。夏には熱中症予防としてお茶を、冬には洗えるマスクと折り紙で作った祝い鶴をお届けしました。皆様、南浦で、お元気に暮らし続けられるよう愛育委員会もお手伝いができたら嬉しいと思っています。友愛訪問に伺っているお家には、赤い「緊急連絡カード」をお届けし

<赤い緊急連絡カード>

令和2年度 主な年間行事

1	第25回南浦小学校地区社会福祉協議会総会	書面表決
2	第20回三世代ふれあいウオーキング大会	中止
3	第22回三世代交流グラウンドゴルフ大会	中止
4	敬老会	中止
5	第17回高齢者ふれあい会食会	中止
6	健康づくり講演会	中止
7	第17号「ふれあいの里」発刊	3月1日

ていますが、記入されていますか？この赤いカードはいざという時・救急車を呼んだ時などに役立つ情報を記入する様になっています。そこでこのカードを有効に活用するために皆様にお願いがあります。

- ①わかる箇所は全て記入して下さい。
- ②冷蔵庫に貼っておいてください。
- ③緊急連絡先(例えば子ども・兄弟・頼れる人等々)は個人情報となりますが、いざという時に、すぐに連絡が取れるように必ず記入して下さい。
- ④そして、出来ればその緊急連絡先を親しいご近所の人と共有してください。

いつ何が起きても困らないように、ご近所同志で助け合える地域にしていきましょう。

南浦小学校の 創立百五十周年を祝おう

令和五年四月で、南浦小学校は創立百五十周年を迎えます。小学校で作成している学校沿革史には、「明治六年四月に創立して南浦小学校と称し、海蔵寺を借りて校舎に充用す。」と記されています。

コロナ禍の今、学校の教育活動には様々な制限があります。さらに、時間のゆとりはありません。しかし、このような時期だからこそ、この大切な時間を何に・どのように使うべきかを子どもたちは真剣に考え、創立百五十周年に向けてのカウンタダウン看板を作ること提案してくれました。

明治・大正・昭和・平成・そして令和の長い道のりを歩んできた南浦小学校。「わたしたちの南浦小学校のことをもっと知りたい。」「歴史のある南浦小学校の創立百五十周年を全力で祝いたい。」という子どもたちの強い思いが、令和二年十月二十一日のカウンタダウン看板の除幕式の実現へと向かいました。式には、ご来賓として、地域学習でお世話になっている小林生男様、南浦町内会会長小林一郎様、岩谷町内会副会長金田一臣様のご臨席を賜りました。ご来賓の皆様が見守ってください。子どもたちのリコーダー演奏による「ファン



ファーレ、手作りの「くす玉割り」など終始温かい雰囲気の中、子どもたちのアイデアあふれる素敵な式が挙行できましたこと、心より御礼申し上げます。



毎朝、カウンタダウン看板を見るたびに、「コロナ禍だから何もできない。」と諦めるのではなく、「今だからこそできること」や「どうしたらできるか」を考えた子どもたちの姿を思い出し、胸がいっぱいになります。子どもたちは、これからも成長していく過程で様々な困難に直面すると思われれます。しかし、今回の体験を生かし、諦めることなく、工夫しながら、粘り強く物事に立ち向かっていってほしいと願っています。

折しも令和三年は丑年。丑年にちなんで、私も、先を急がず、牛のようにゆっくりと、でも確かな歩みで「より勢いのある南浦小学校」を目指して、努力を重ねる年にしたいと思えます。今後とも、地域の皆様のご支援ご協力をよろしくお願いいたします。

倉敷市立南浦小学校
校長 萱嶋 淑美

助け合いを!!

南浦自主防災会

『春は花 夏はとどぎす 秋は月 冬雪さえて冷しかりけり』

この詩は、鎌倉時代に道元禅師が、四季の変化を味わい、愉しめる日本の風土のすばらしさを詠ったものです。ところが、今では梅雨時の土砂災害、夏の40℃超、秋にはスーパー台風、そして冬は暴風雪。

地球温暖化によるグローバルな気候変動の中、日本はこの詩のような安穏から不安な社会へと変貌しようとしている。近い将来、高い確率で発生するといわれる東南海トラフ地震。いつ、どこで災害に襲われるかわからない現実がある。今こそ、『自分の命は自分で守り、地域は自分たちで守る』といった、住民一人ひとりの高い防災意識が不可欠だ。

高齢化が進む南浦・岩谷地区。日ごろから隣近所との良好な関係を築こう。『隣の人は大丈夫かな!?』という、助け合いの大切さが求められる。頼れるのは、『絆で結ばれた人の力だ』ということに肝を銘じたい。

安全で安心な生活を送るには、『知る、観る、伝える、備える』ことだ。

知る・情報の取得。災害の種別。観る・地区の現状を知る。伝える・次世代へ伝える。備える・訓練。備蓄。

平成十六年八月の台風16号の接近で膨大な被害が南浦沿岸部で発生している。それを契機に南浦災害対策協議会が立ち上げられて十五年が経過した。それ以来、諏澤行雄氏、小林一郎氏が会長を歴任し、会長のリーダーシップと住民の熱い要望で平成三十年三月には防潮堤が完成した。

日本各地では、発生する自然災害に対し、自助・共助・公助をモットーに掲げた自主防災組織づくりが展開されている。南浦地区も従来の災害対策協議会の趣旨を基に、「南浦自主防災会」と名称変更し、小林竹治郎会長が令和二年八月に就任しました。

備えあれば憂いなし。自主防災会へのご理解とご協力をよろしく願います！

なお、新型コロナウイルスの感染症拡大の事象も、まさに災害そのものだ。今、第三波の真つただ中(十二月二十五日)。自分と大切な人の命を守るために、「3密(密閉・密集・密接)の回避、マスクの着用、手洗いの励行を心がけよう!」

私の健康法 (ご夫婦編)



赤沢 健治さん 89才(中上下)

- ①早寝早起き食事もきっちり
- ②毎朝七神社にお参りし、畑仕事
- ③夕方は「男たちの井戸端会議」

赤沢智恵子さん 88才

- ①育てたお花で日々心を和ませている
- ②夫婦は程よい距離を保ち、楽しく、自由に暮らす
- ③夫婦それぞれの畑で野菜の出来具合を、共感し合い食卓を彩る



渡辺 好久さん 88才(岩谷)

- ①起床後一番にコップ一杯の水を飲む
- ②朝・夕散歩する (30～40分)
- ③午後の昼寝30分

渡辺保久美さん 83才

- ①詩吟を詠す (週一回)
- ②健康体操を皆でする
- ③散歩する (1時間弱)
- ④新鮮な野菜作り



藤澤多喜男さん 85才(紺屋上)

- ①朝夕孫の学校送迎
- ②1日2～3時間畑仕事
- ③食事は野菜を多く食べるようにしている。

藤澤智恵子さん 90才

- ①今まで四国88ヶ所巡拝30回
- ②銭太鼓の練習週1回
- ③地域の行事に毎回参加
- ④100才体操週1回

お出かけ支援／買い物情報

令和二年二月に「お出かけ支援」の講演会を開き、あすなる園の協力を得ることができるようになりました。今年度はそれを受けて、形ある支援を作っていく予定でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大のため、進展していません。そこで、「買い物支援」について南浦で利用できる情報をお伝えします。

これらの情報を上手に利用して、少しでも便利に楽しく買い物ができることを願っています。

栗山廣司青果店(大明)

- 野菜・果物 ●連絡すれば随時訪問販売
- ☎090-6409-6126

赤沢亮八鮮魚店(大町)

- 鮮魚・お惣菜 ●火・土曜日
- ☎090-7134-6682

おかやまコープ

- 食料品・衣類・生活用品 ●火曜日午後
- 共同購入と個人宅への配達
- ☎0120-662-538

岡山県西部ヤクルト販売(株)浅口センター

- ヤクルト製品全般 ●火曜日(南浦のみ)
- ☎0865-44-7729

(株)明乳松浦 明治宅配センター

- 牛乳、ヨーグルト ●火・木・土曜日
- ☎0865-64-1020

おのべーカリー

- 食パン、菓子パン ●土曜日午後
- ☎0846-45-2233

とくし丸

- ハッピーズの食料品 ●水曜日午後(岩谷のみ)

防災ウォーキングの報告

今年度より、南浦自主防災会の会長を拝命しました小林竹治郎です。

町内会・社協・民生委員ほか各委員さんのご協力を頂き、災害時に対応する事になりました。常任委員となった愛育委員会より、早速防災ウォーキングの依頼があり、協力実施しました。

十一月九日(月)、秋空の下、十七名の参加。「まち歩き・さと歩きマップ」を持って、まず西校舎に保管されている簡易ベット・水・非常食などの「避難時物資」の確認をしました。そして避難ルートを通じて西の南浦公園へ。ここでは「防災放送塔」の説明をしました。そして危険箇所を確かめながら南浦海岸へ到着。波返し防潮堤に設置されている水門の管理方法を詳しく説明し、災害時に安心してもらえる対策を講じていることを伝えました。

参加者からは、水門の管理の大変さを知り、高潮の時には寝ずの番をして下さり頭が下がります。との声があり、災害時の実情が伝わったと安心しました。

南浦は雨も少なく、静かで住みやすい所です。でも災害が起きた時は、近所で誘い合い、台風・津波の時は南浦小学校体育館へ、山からの災害は、憩の家へ。リーダー・班長問わず、動ける人を中心に避難して下さい。災害時、南浦におられる方が一人残らず避難し、事故がないことを願っています。令和三年度は避難訓練を考えています。

今後とも町内の方全員のご協力をよろしく願います。

南浦自主防災会
会長 小林竹治郎



令和二年十二月五日・南浦小学校・西校舎で薬剤師の岡野泰子先生の講演会がありました。その内容をお伝えします。

サロンを開催する時の心得

- ①参加者の体調チェックと体温測定をする
- ②マスクの着用をする。また大きな声を出さない
- ③人との距離は2メートルを保つ
- ④共有物はできるだけ避け、こまめに消毒をする
- ⑤使用する机・椅子は各自が消毒する
- ⑥除菌用ウエットティッシュでも除菌効果は低いので、ペーパータオルに除菌液（アルコール濃度70%位）を吹きかけて使用する
- ⑦ゴミは各自が持って帰る
- ⑧暑くても寒くても対角線上に窓を開け、30分一回は換気をする

などの感染予防対策を、毎回声かけをして、気を緩めることなく、きちんちり実施していくことが、安心に繋がっていくので大事と言われました。



厚生労働省のコロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）を、南浦のみんなが登録して、地域の感染を抑えましょう。（スマホを持つて若い世代の協力をお願いします。）

- ①手あらいのポイント：外出する時・帰った時、ていねいな手洗いを。
- ②アルコール消毒のポイント：汚れた手、ぬれた手は効果が下がる。
- ③アルコール消毒をするタイミング・お店に入る前、そして買い物が終わって荷物を持って帰る時にもしっかりと。
- ④帰ったらうがいをしつかりと（ガラガラうがいとブグブグうがい）
- ⑤毎日規則正しい生活を心掛け、抵抗力を高めることが一番大切。
- ⑥今年にはコロナ感染予防対策で多くの行事が中止になったり、縮小しました。正しく理解して、正しく怖がりましょう。

そして安心して参加できる工夫をして、今だからこそ出来る新しい活動が広がっていくことを願っています。

コロナ禍でも集うためのポイント伝授

Tobari (トバリ) オープン

令和二年七月に南浦の東浜に「イベント兼カフェスペースtobari」をオープンすることができました。古民家を改修し活用するのに当たり、クラウドファンディングで地域の皆様のご協力を頂き、ありがとうございました。

Tobariでは選りすぐりの4種類のコーヒーと、安心して食べられるこだわりの焼き菓子を揃えています。店内でゆっくりとくつろいで頂けるよう、ドライフラワーや布を使い「いやしの空間」を演出して、お待ちしております。

また、スペースの貸し出しを行っています。一階では作品の個展やワークショップ（先日は器の個展をしました。）二階は瀬戸内海の絶景が一望できるスペースで、休憩や地域のセミナー、お話の場などに利用して頂くことができます。

今後はお店の前の風情あるお庭で、出店者さんをお呼びしてマルシェや、音楽イベントを開いたり、楽しい企画をしていこうと思っています。

また、朝からゆったりしてもらえるようモーニングセットを考えていますので楽しみにしていってください。



いやしの空間

縁あって南浦でお店を開くことができたので、この縁を大切に繋がっていただけることを願っています。今後ともよろしくお願ひします。

開店時間 毎日9時～15時（月・火は定休日）
☎090-7894-7207

代表 赤堀一直

コロナの一口情報

コロナ禍での男性料理教室

コロナ感染の為、少人数での教室になり、男性四人での調理開始。時間内に出来るかな大丈夫かな？と不安でした。しかし男性陣はびっくりする程、手際よくパワー全開で張り切っていました。

「いつもは多人数で、あまり調理が出来ないが、今日は色々な事が出来て良かった。」「今度は一人で一品作るのに挑戦してみたい」と頼もしい声が出ました。「自分では何でも出来る！と簡単に思っていたが中々できず、いつも作ってくれた奥さんにありがとう、感謝です！」と嬉しい言葉も聞かれました。

栄養委員会のメニューは健康の事を考えて薄味です。今回も薄味でしたが野菜の旨みが出て美味しいと完食でした。

コロナが早く収まり、わいわいと楽しく料理が出来る事を願っています。

次回の参加を、お待ちしております。

南浦栄養改善協議会

◎緊急連絡先
事件・事故 110 火事・救急車 119

◎災害時連絡先
玉島消防署 522-3515 玉島警察署 522-0110
黒崎駐在所 528-0179

◎災害時届出避難場所
南浦小学校体育館

◎悪徳商法（オレオレ詐欺等）・多重債務の相談窓口
岡山県消費生活センター 086-226-0999
倉敷市消費生活センター 086-426-3115

民生委員・児童委員

- ・南浦西地区担当 若狭 尚三 ☎528-1110
- ・南浦東地区担当 小林美知子 ☎528-1032
- ・岩谷地区担当 若狭 衣江 ☎528-2503

主任児童委員

- ・若狭 育美 ☎528-1216