

# つなぐ

今月号のトピックス

- 貴船連区
  - スマートフォン教室
  - 三世代ウォーキング
- 大志連区
  - オンライン昼席
- 新型コロナ感染症流行による生活への影響アンケート結果

## 令和2 No.2



### 令和二年度 コロナ禍の活動 ソーシャルディスタンス

皆さん、新しい生活様式には慣れましたでしょうか。私達も訪問の後には手洗い・うがい、事務所の消毒やマスク着用など、感染予防を継続しています。さて、個人の生活様式が変われば地域の様子も変わっていくものですね。今回は、ZOOMの使い方や学ぶスマホ教室や、ソーシャルディスタンスが保たれた屋外ウォーキングなどコロナ禍でその地域の取り組みをご紹介します。

#### スマートフォン教室

10月15日、貴船公民館で開催されたスマートフォン教室を取材しました。今回は第三回目、尾北シニアネットの平尾先生よりZOOMの講義が行われました。ZOOMとは、スマホを使って複数人でビデオ通話ができるアプリです。7名の参加者が慣れた様子でスマホを操作され、基本的な使い方だけでなく、新しく始める方をお誘いできるように教える方も習っておられました。教室参加者からは「この教室で教えてもらって、繰り返しやることで覚えらるる」「先生がとても優しい」「毎回

☆保健師つぶやきコラム☆  
人と人 空間を開け 距離をとろう

こころの距離は近づこう



9月27日、貴船地区で第2回三世代ウォーキング大会が開催されました。小学生から子育て世代、大学生や高齢者まで幅広い世代が集まりました。

#### 三世代ウォーキング



同じことを3回くらいは聞いたと思う。顔をせざるからまた参加したいと思う。物忘れ防止や家族と交流するきっかけになった」との意見がありました。コロナ禍がきっかけとなり、新しい取り組みが始まっています。楽しくやれることが継続のキーポイントであり、意欲につながっていると感じました。

#### 大志 オンライン昼席

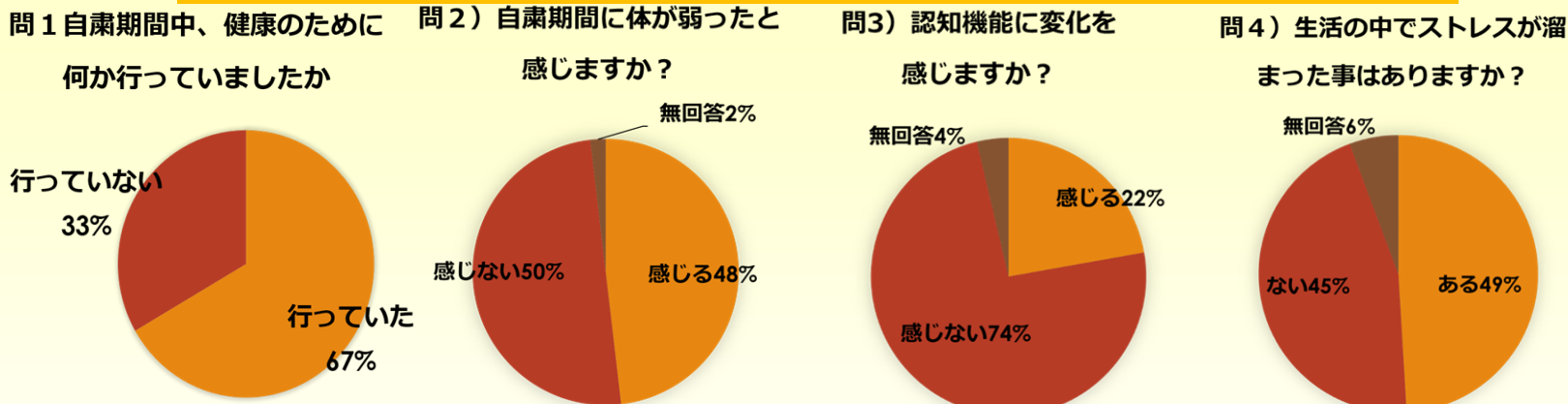


↑ドローンを飛ばして上空から撮影した様子

当日はボランティアの音楽隊による演奏に見送られ、意気揚々とスタートを切りました。晴天の中、計6.5キロのコースを一斉に歩きました。

10月20日、大志公民館にて、ZOOMを活用したオンライン昼席が開催されました。演者は遠く離れた場所でも配信を行い、公民館にリアルタイムで配信されます。テレビと違うのは、観客席の様子も演者側に配信されている点です。画面越しですが、お互いの顔を見て、声が届く、そんな従来の寄席が新しい形となりました。今回の講話は終活のお話をされ、皆さん改めて自分の大切なものを振り返っておられました。同じ空間に集まりながらも、ソーシャルディスタンスを保つ、新たな集いの場の参考になればと思います。

### ♪ 新型コロナ感染症流行による生活への影響アンケート結果 (途中経過) ♪



三連区の民生委員さんや住民のみなさんにご協力をいただき、コロナ禍における生活への影響アンケートを実施中です。『健康のために何も行ってない』と答えた方でも自由回答欄では「自転車で行くところを徒歩に代えた」「散歩」「家の中の整理」等、かかっていた。普段は「特別健康のため」と意識していないことでも健康づくりになっています。今回ご協力下さった方、ありがとうございました。アンケートは継続予定です。機会があれば是非、ご協力をお願いします。

### 一宮市地域包括支援センターまちなか

一宮市松降1丁目2番18号 松降ビル4F TEL: 0586-85-8672

新型コロナウイルスはおしゃべりで唾が飛んだり、ウイルスがついた手で顔を触ると感染するので、人との会話や食事には距離をとることが重要です。ただ、うつ・認知症の予防は人との交流が不可欠です。電話やスマートフォンの活用をしましょう。

『まちなか』とは?  
『つなぐ』とは?

『まちなか』は65歳以上の高齢者の総合相談窓口です。

宮西・貴船・大志を担当しています。通信『つなぐ』を発行し、活動内容を知っていただき、みなさんの地域づくりに役立てていきたいと思ひます。