

具体的なアクション

ノルディックウォーキング 健康に関する講座・サロン

基礎体力の維持・転倒予防。指導員の資格持ってる人が7人
外出を促す仕組み：センサーの配布計画
京王ストアと自治会館にどの頻度で近づくかを測定
回覧は大変→**22か所の掲示板**に貼る。**口コミを期待したい**
今は準備を万全にして、秋の涼しくなった時期にぜひやりたい

学校の衛生管理

ボランティアで、学校の消毒お手伝いを募集している
多世代交流的なイベントとしたい

➡ 身構えずに色んな交流・イベントが起こるのが理想的、
それぞれにあった場所と時間帯
広報と人集めがしやすいのが大事

- ・町内会に入っていない人に届ける手段の整備が必要
- ・**地元の人が良く行くお店**（金融機関・薬局）に貼ってもらう。
- ・めじろ台の読売新聞、よみっこ（地元向けフリーペーパー）
読売新聞だけ、**まちづくりメンバーの中塚さん**が一人で運営している！

すずのなるき 定期的な食事会

一緒に食べる機会が**月に一回でもあれば**、
安否確認もかねて交流を持てる

MMC (NPO)

Zoomの講習会、これまで4回（のべ十数人）も
インターネットオークション、近所の取引：ジモティー

地元自治会での集まり

体を動かす・運動するあつまりが**いくつもあっていい**

全戸配布がキツくない

→定期的に全戸配布する雑誌（まとまり）を作ってみる？

ホームページはある→**ポータルサイトが必要**なのでは

[5]医療・福祉-2

メンバー：小林(4)、粉(永生会)、バードハウス(?)

【今回の話し合い(まとめ)】

- オンラインによって地域の繋がりを保てる仕組みが必要
- オンラインでのリハビリテーションの工夫もされている
- 一緒に食事を取れるような仕組みが必要

【問題点と解決方法】

- オンラインの環境が整っていない高齢者の方もいるため、地域の学生やボランティアによって支援出来るような仕組みが必要
- オンラインだけの繋がりだと、既存の知り合いのみで構成されてしまうことが多いので、地域の中で新しく繋がりを作れるような仕組みが必要

[5]医療・福祉-2

【今回の話し合い(前のスライドの続き)】

- 家族以外と食事をする機会が激減してしまった。みんなでご飯を食べられるような仕組みが必要
- 今はオンライン飲み会に特化したアプリが多いが、出前サイト等と提携して一緒に御飯を選んだりオンラインで一緒にご飯を食べられるような仕組みがあれば良いのでは
- 知っている人同士でご飯を食べられるような仕組みはあるが、地域の新しい繋がりを作れるような仕組みが必要(今までの仕組みだと知っている人だけに限定されてしまう)
- 誰でも座れるベンチ(健康づくりのため)
- ベンチの設置について、読売新聞に記事が出る予定

[5]医療・福祉-2

【前回の振り返り】

- お祭り等の行事は今年は開催出来ない
- 民生委員の方がカバーしきれない部分をみんなで支えていく
- 新しい試み：オンラインで繋がれるような仕組みを整える

【今回の話し合い】

- 医療の面でカバーをすることが必要(オンラインで医療従事者の方と相談できるような仕組み)
- 遠隔でのリハビリテーションへの試み(ex.言語聴覚士:今の状況では飲食を共にすることができない. 工夫が必要)
- 医療従事者の在宅訪問への需要は増加している. 支援があれば外に出られる人が出られなくなった. オンラインデイサービス等で地域の人と繋がれる仕組みが求められている.

[5]医療・福祉-2

【今回の話し合い(前のスライドの続き)】

- 遠隔でのリハビリとは？(言語聴覚士の場合画面共有を行って指導を行う)
- オンライン帰省：画面があれば遠くの親族ともグループでの繋がりを保つことが出来る
- 老人ホーム等であっても職員の方がオンラインの環境を整えることで家族との繋がりを保つことが出来る
- コロナの影響で通いの場が消えつつある。オンラインでの活動を支えているボランティアの方もいる。全員がオンラインというのは難しいので、少数のみ現地参加、その他はオンライン参加等の工夫が必要
- オンライン化については、身近に支援してくれる人が必要。(ex.めじろ台を通る大学生にボランティアを募る)

[5]医療・福祉-2

【今回の話し合い(前のスライドの続き)】

- オンラインリハビリについて:最初は訪問して環境を設定する. その後オンライン化する. 強い目的が無いとオンライン化を勧めることが難しい.
- 地域の繋がりについて:オンラインで出来ることを提案する (ex.オンラインでの演奏会を提案した例)

【オンライン化における問題点と解決方法について】

- めじろ台のミーティングはスムーズにオンライン化が出来た. その理由を聞くことによって, オンライン化における必要なことが分かるのでは
- 以前のミーティング形式よりも参加人数が多い
- 住民の方は自宅にパソコンを持っているため, Zoomへの移行がスムーズにできたのではないか