

# ふくし 会館だより

第 41 号 1 版  
令和 2 年(2020) 9 月  
〒254-0047  
平塚市追分 1-4 3  
TEL 0463(33)2333  
FAX 0463(33)6588

<https://hira-fukushikaikan.jp/>

9月新たに福社会館のホームページとツイッターを開設いたしました。  
ホームページでは、会館の情報や老人センターの予定の確認や各種申請書（会議室利用申込書を除く）のダウンロードも可能となりますご活用ください。

会館の日々の様子は、ツイッターにアップしていきますので是非ご覧ください。

平塚市福社会館（<https://hira-fukushikaikan.jp/>）



←QRコード読み取りは  
こちら

ツイッター：@fukushikaikan



←QRコード読み取りは  
こちら

引き続きコロナ感染拡大防止対策が実施されております。平塚市福社会館会議室・老人福祉センターのご利用においても様々な制限がありご迷惑おかけしています。体調管理に十分ご留意いただいたうえでお越しくください。

## 老人福祉センターの利用について（9月5日現在）

- ☆ご利用の際には、必ずマスクを着用し、手指の消毒にもご協力ください
- ☆飲み物は、各自でご用意いただき、お食事は、ご遠慮ください。
- ☆お風呂は事前の予約が必要となっております。
- ☆老人福祉センターをご利用の際は、大きな声を出したりせず、お互いに距離をとってお過ごしください。
- ☆教養室・機能回復室の長時間のご利用は避けた上、換気・消毒のご協力をお願いしております。
- ☆卓球のラケット・ボールは貸出しておりません。個人でご用意ください。



# 備えていますか災害対策

下の図は、豪雨などによる災害の際のとるべき行動を情報に合わせてあらわしたものです。



「避難勧告等に関するガイドライン」(内閣府)に基づき気象庁において作成

台風や豪雨の際は早めの避難が大切ですが、もし遅くなってしまったら命を守る避難をしましょう。

- ・水が膝まで来ている。・避難経路土砂崩れが起きそうな場所がある。
- ・避難するには暗くて危険である。・足が不自由で速やかな避難は難しい。

上記のような場合は家から出ることが危険です。自宅の中で安全な高い場所。建物の中でも山や崖と反対の場所が安全です。

# 避難行動要支援者支援制度をご存じですか？

災害時には地域での助け合いがとても大切です。災害時に一人で非難することが困難で支援が必要となる方は、避難行動要支援者支援制度に登録することができます。

## 登録対象となる方(要件)

- ① 75歳以上の一人暮らしの方
- ② 要介護3以上の認定を受けている方
- ③ 障がい者手帳を所持している方
- ④ 指定難病医療費受給者
- ⑤ その他災害において支援が必要な方

## 登録をご希望される場合は

市役所窓口(福祉総務課・高齢福祉課・地域包括ケア推進課、障がい福祉課、介護保険課、災害対策課)  
各公民館にある届出書に必要事項を記入し市役所窓口へ提出してください。

提供された情報をもとに地域で個別計画を作成します。

災害時には、避難支援者や自治会、自主防災組織、民生委員児童委員による避難支援(必要に応じて避難所に連れて行く等)を行います。



## 挑戦！ 福祉会館クイズ



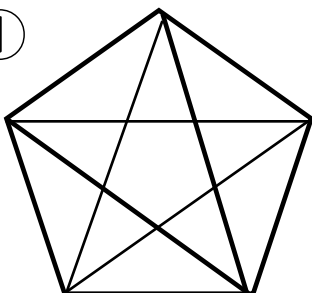
1. 下の文を声を出して読みながら、「あ」「い」「う」の数を数えてください。

ちゅうしゃじょうはかぎられたいすうしかちゅうしゃできませんのでくるまでごりようのさいはのりあわせとうのごきょうりよくいただくか、こうきょうこうつうきかんをごりよください。

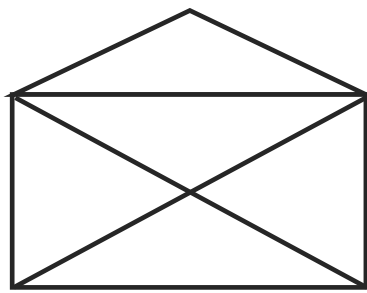
「あ」「い」「う」の数の合計 \_\_\_\_\_ 個

2. 一筆で書いてみましょう。

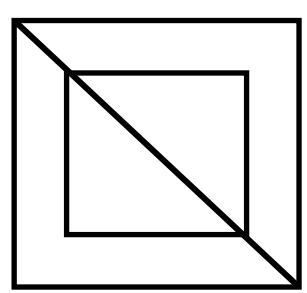
①



②



③



フレイルを予防して健康寿命を延ばしましょう。  
健康長寿実現のためには、栄養(食・口腔機能)、運動、社会参加がポイントとなります。



(出典：東京大学高齢社会総合研究機構「フレイルを予防して健康寿命をのばしましょう」)

\*フレイルとは、加齢により心身が衰えた状態をいいます。

### エコバックに絵を描こう♡

生成りのシンプルなバックに絵をかくてお気に入りのエコバックを作ってみませんか？敬老の日のプレゼントにもピッタリ (-\_-)☆

9月4日・18日(金)9時30分から11時30分

対象：おもちゃぱーく利用者

参加費：無料

事前の申し込みはいりません当日お声がけください。



### 会員募集!!

しぎん せい しょう かい  
詩吟 西 湘 会

詩は心の友・お腹から  
大きな声を出して健康になり  
ましょう。

練習 木曜日 13時より

月/3回

見学等ご希望の場合は平塚市福祉会館までお問い合わせください。

### ★編集後記★

6月16日(火)に開館後も様々な利用制限のある中、福祉会館をご利用いただきありがとうございます。

この夏は、長かった梅雨が開けた途端に、連日の猛暑に見舞われコロナ対策だけでなく、熱中症対策にも気を付けなければなりません。9月になると台風の発生も心配され、自然災害に対しても対策が必要となってきます。福祉会館においても、皆様が安心してご利用いただけるよう対策をとってまいります。また開設した会館ホームページを活用し、情報の提供を行ってまいります。

今後とも皆様のご協力賜りますようお願い致します。