

サロンの案内(無料)



- ★ ハートランドオレンジカフェ 要予約

場所: シニアふれあいセンター サウスピア7階
 日時: 毎月第3土曜日 午後2:00~3:30
- ♪ ハートサロン 要予約
おおむね65歳以上の方

場所: シニアふれあいセンター サウスピア7階
 日時: 偶数月第2火曜日 午後2:30~3:30
*10月のみ第3火曜日
- ★ 文蔵公民館おしゃべりルーム 予約不要
(介護者サロン)

場所: 南区文蔵公民館
 日時: 偶数月第3水曜日 午前10:00~11:30
- ♪ 六辻公民館おしゃべりルーム 予約不要
(介護者サロン)

場所: 南区六辻公民館
 日時: 奇数月第3水曜日 午前10:00~11:30
- ★ 別所公民館おしゃべりルーム 予約不要
(介護者サロン)

場所: 南区別所公民館
 日時: 奇数月第4火曜日 午前10:00~11:30
- ♪ ひまわりサロン 要予約 ⇒ 南区高齢介護課へTEL048-844-
おおむね65歳以上の方

場所: シニアふれあいセンター サウスピア7階
 日時: 奇数月第2火曜日 午後2:30~3:30
*1月のみ第3火曜日

☆ハートランド浦和ホームページのQRコードです☆



シニアサポートセンター ハートランド浦和
 住所: さいたま市南区別所3-16-11 泰合ビル101
 TEL: 048-836-2929



令和5年度秋号 ハートランド浦和包括通信



地域の方々の声かけと見守りで
詐欺被害を未然に防ぐことができました！！



それは6月下旬の暑い日。
カットサロンSHINADAのスタッフの方がお店の前で常連客の高齢男性と通行人の女性が話しているところを見かけました。気になってお店のスタッフ2人で声をかけたところ、高齢男性は、「息子が財布を失くして今東京駅にいる。今から息子の友人が武蔵浦和に来る。床屋の裏の路地あたりで待ち合わせている」と、興奮気味に話しました。

手には現金や貴重品を持っており、すぐ近くから若い男性がじっとこちらを見ているのも分かりました。近隣の自治会の人も通りかかり、事情を話しました。高齢男性が電話で話していた『息子』に電話を掛けるもつながらず、逆にかかってきた電話にスタッフの方が出ると、急に電話が切れてしまいました。その後はスタッフの方や近隣の方々が、「息子じゃない」と説得。警察にも相談し、後日本当の息子さんがお礼に来られたとのことでした。

【スタッフの力山さん】

昔から常連のその高齢男性は、最近怒りっぽくなったり物忘れもありました。服も汚れたままのときもあり、お店の皆さんも気にかけていたところでした。暑い日だったので、何かあってはと思い、スタッフと相談して声をかけました。



【スタッフの加藤さん】

高齢男性が被害に会わなくて本当に良かったと思います。近所には同じような高齢の方々が多くいます。現在はお客様への施術中に話題にあげたりして、特殊詐欺の注



特殊詐欺被害が後を絶ちませんが、ハートランド浦和のあるさいたま市南区は被害件数がさいたま市内でも1番多くなっています！

(令和5年1月~8月で32件 暫定値)

詐欺被害に関わらず、認知症の方など、「おやっ？」と思ったときの声かけや見守りの気持ちがとても大切です。地域の皆さんの日頃からのやさしい気持ちやつながりで、事件を未然に防ぐことができました。とても素敵な出来事を共有させていただきました。



地域支え合い推進員 情報コーナー

地域活動で利用できる場所の情報を集めています

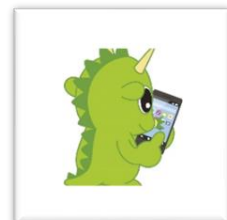
今年度、ハートランド浦和では「通いの場のための活動拠点づくり」に取り組んでいます。

公民館やコミュニティセンターなど公的な場所、自治会館などを活用して地域活動を行っている自主グループはたくさんあります。しかし、すべての住民の皆様が自宅の近くで地域活動を行えているわけではありません。自転車で移動をしたり、電車やバスを利用している方もいます。

そのため、圏域内の地域活動の活動状況を把握・分析し、住民の皆様が徒歩圏内で通える(時間で15分程度、距離では1キロ程度)会場の把握を目指しています。また、活動場所を利用希望の際には、後方支援を行い円滑に会場が使用できるように支援していきます。

★具体的には以下の場所にアプローチしていきたいと考えています。

- ・武蔵浦和駅周辺
- ・国道17号沿線
- ・圏域内の商店街



その他にも、皆様から頂いた情報を参考にしながら、多方面にアプローチしていきたいと思います。

地域活動の活性化のため、皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします！

自宅の防災対策していますか?!



防災というと防災グッズや非常食の準備と思ってしまうますが、まずは命を守ることが大前提です。過去の大震災で多くの方が亡くなったのは、耐震対策の不足によるものです。命がなくなったら防災グッズや非常食も意味がなくなってしまいます。地震対策として転倒防止に家具を固定したり、万が一家具が倒れても危険が少ない配置にしたりすることは、命を守ることに繋がります。

ここでは、揃えておきたい便利なグッズを紹介します。

【自宅快速避難グッズ12選】



食料や水も重要ですが、携帯トイレは重要です。長期間断水しても乗り切れる数を用意しましょう。

口腔ケア用ウエットティッシュは口腔ケアはもちろん、手指の消毒や食器の洗浄などに使えとても便利です。

LEDライトは明るくて点灯時間が長く、丈夫で安定感があり、ランタンとして使えるタイプが便利です。乾電池で動作する携帯ラジオは貴重な情報源となります。交換用の電池は3回分は準備しておくで安心です。

「備えあれば憂いなし」で、今一度自宅の中を見直してみませんか？

六辻公民館の紹介コーナー

〈六辻公民館の具体的な取り組み〉

- ▶ 地域住民の交流を深めることを目的とした学びの提供
○公民館地域にお住いの子育て世代の親子や高齢者の居場所や交流の場を提供し、参加者同士の新たな『つながり』を得る機会として、子育てサロン「六辻スマイルひろば」や高齢者サロン「六辻いきいきサロン」を実施します。

南消防署と同じ敷地内の裏手にあります！



〒336-0024 さいたま市南区根岸 3-10-7
TEL・FAX: 048-861-1930
休館日: 館報「むつじ」又はホームページ

毎月、館報「むつじ」を発行しています！
いろいろなイベントの案内が記載されますので、是非お立ち寄りください！

公民館ではさいたま市の介護予防事業の一環として、「ますます元気教室」を開催しています。
申込制で参加費は無料です！
ますますの健康を目指して一緒に体操してみませんか？

