

萩野町内会だより

第 10 号

令和 6 年 10 月 3 日

発行：萩 野 町 内 会

文責：町内会長

お 知 ら せ

秋の地域
クリーン作戦

10月13日(日)

07:00~

ご協力を!!



に実施をします。

私達の暮らす町内会の美化活動と交流の場である「秋の地域クリーン作戦」にご参加ご協力をお願い致します。

活動範囲などの詳細は例年通りです。が、萩野交差点から八軒家交差点までの国道沿いの清掃活動にも協力出来る方は願を致します。

尚、収集用のゴミ袋は会報と一緒に各家庭にお届け致しますのでご活用を下さい。

毎年恒例の町内会事業の地域クリーン作戦を今秋も美化運動一環として 13 日の日曜日に実施をします。

業者による収集ゴミの回収は 13 日の 9 時を予定しておりますので、当日に参加が困難な方については、上記の収集時間までに都合のよい時間…都合の良い日に会館の玄関脇に集めて置いて下さい。

会館迄の集積も困難な方は各家庭の道路沿いに出して下さい。

回収車輛にて片付けますのでよろしくお願い致します。



資源ごみは!!

『萩野クラブで定期収集』をしています。

10月には4日の第一金曜日です。

ゴミの減量化と資源化に!!!!

みなさんのご協力をお願い致します。



秋の(交)(通)(安)(全)(運)(動)立哨啓発終る。

交通安全

先月号でお知らせをしております秋の交通安全運動が 21 日から始まり、多くの会員参加をお願いしましたが時節柄繁忙期でもあり何時もの 5 人での実践でした。

今回は昨年 4 月 1 日から自転車利用者のヘルメット着用が努力義務化されましたにも関わらずその着用率は伸び悩み状態にあることから、専用ヘルメットを着用しての啓



発活動を試みました。

活動中に 30~40 台の自転車と行き交いますが着用者は 2~3 名にとどまりチョット残念でしたが、今回の啓発運動の目的は「多くの通行者にヘルメット着用は自分事…」である事に気付いて貰えれば!! との思いで頑張りました。

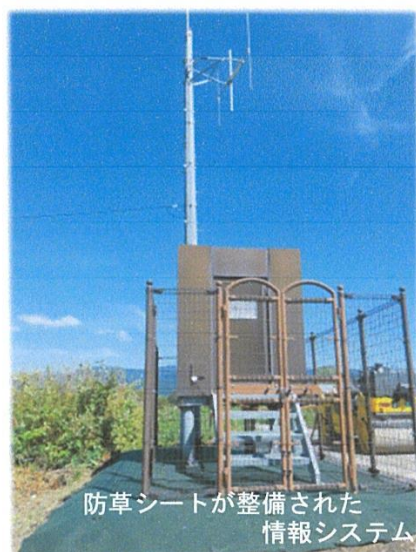




久根別川 土手の整備が完了!!

昨年秋から北海道予算で工事が進められていた稲荷神社裏土手の整備について二期工事が先月完了いたしました。

今回は、萩野交差点から川端町内会方向に 100m程の区間で昨年に引き続き繁茂する雑木の伐採&撤去及びイタドリなどの雑草の刈り取り、そして久根別川の水位を監視する「河川情報システム」は雑木や雑草に埋没気味であったことから右記の写真の様に防草シートの整備より管理作業が容易になると共に周囲環境の阻害を受ける事無く正確な機能維持が図られ、我々の安心安全な暮らしに貢献が期待されます。



防草シートが整備された
情報システム



第一久根別橋 改良工事のお知らせ!!

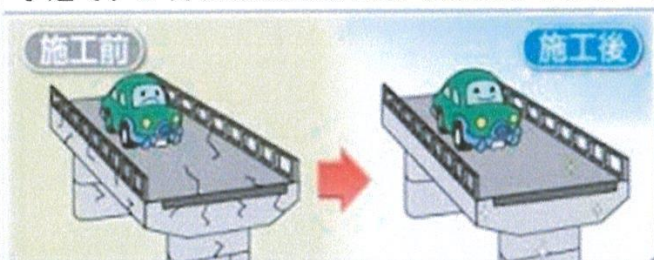
萩野と追分間に架かる第一久根別橋を支える基礎部分の衝撃吸収部分補修工事が来春にかけて行われます。

実際の工事は10月中旬から12月末には完了予定で、1月には仕上げ工事も終える予定と

の事でした。

ただ、工事期間中は片側一車線に規制がされる為、渋滞も予測されますが誘導員の指示に従い安全な通行への協力要請がありました。

安心して地域で暮らすためのインフラ整備です。交通規制で余計な時間を要する場合も予測されますので余裕のある行動をお願い致します。



ご迷惑をおかけします

橋を なおしています

令和7年3月25日まで
時間帯 8:00~18:00

橋梁補修工事

発注者 国土交通省 北海道開発局
函館開発建設部 函館道路事務所
電話 0138-49-2631

施工者 株式会社 松本組
電話 01374-7-1261 支店

簡単な
お掃除



草取りや話し相手など



ボランティア 募集中

北斗市社会福祉協議会ではちょっとしたお手伝いが出来る方を募集しています。

）（宮内・木村）



電球交換

買物代行



ゴミ出し





北斗市認知症高齢者等見守り 二次元コードシール活用事業

7月の「健康講座」で質問がありました認知症高齢者等の見守りについて北斗市での具体的な事業内容のお知らせです。

認知症に伴う「帰宅困難者」の早期発見を目指すものです。

衣服等に貼付された二次元コードラベルをスマホで読み取ると家族・支援者へ瞬時に

発見通知が届くシステムです。

発見者には対処方法・注意事項が送信されますので発見時の不安軽減が図られ、声掛けが容易になり、お迎えが迅速に出来ます。

近々、4人に1人が認知症になる可能性が言われる現下、帰宅困難者と想える高齢者に優しく声掛けをお願いします。

どこシル伝言板® の特徴

読み取ると発見者の
手順を確認できます

準備はこれだけ

1. スマホのメールアドレスを用意する
2. 登録シートの記入
3. ラベルシールの貼付け



24時間365日OK

夜間も伝言板を通じてやりとりが可能。登録した方へ瞬時に発見通知メールが届きます。

個人情報の記載不要
氏名・住所・連絡先の記載は不要なので安心です。

声かけをしやすい

ラベル・シールを貼っておくことで、発見者が声をかけるきっかけになります。



耐洗ラベル(アイロン可のもの)



蓄光シール(アイロン不可のもの)



二次元コードラベル
は無料です。

お問い合わせ

北斗市 民生部 保健福祉課 地域包括ケア推進係
電話：0138-73-3111 (内線 158)

認知症による記憶障害の見分け方

加齢による物忘れ

電話の用件を忘れる

昨夜、何を食べたか
思い出せない

物をしまった
場所を忘れる

忘れっぽくなったという
自覚があり、ナモなどの
対策をとる

認知症による物忘れ

電話があったことさえ
忘れる

食事したこと
自体忘れる

物を整理したこと
自体を忘れる

物忘れの自覚に欠ける
ことが多く、また、ナモを
つけても活用できない

認知症の診察を促す方法

健康診断を利用する



第三者に促してもらう



他人の例を示す



地域包括支援センターを利用する



地域包括支援センター かけはし
☎ 0138-74-2530 相談無料

第一回 フレイル予防講座と フレイルからの改善講座は!!

先月号でお知らせをしておりました標記講座の第一回目の基礎講座が9月17日に町内会館で12名の参加者を得て行われました。

当日の講座は、やわらぎ苑理学療法士の布施さ



スタッフの紹介とフレイルの解説風景

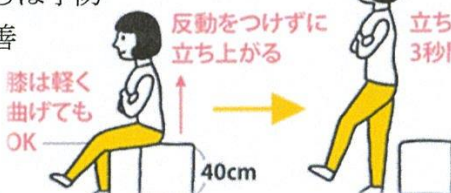
握力測定では想像以下の数値にも「え～」の声が出た...

第一回目の講座では、まずまず各自が置かれた現状を自認する事が出来ました。

解説では、フレイルになる3つの原因として大きく分けると「栄養不足」「運動不足」「社会参加の不足」が挙げられていましたので、次回からは予防と出来ればフレイルからの改善



「握力測定」



シュウムに加え十分なタンパク質の摂取と身体活動の高い生活では社会参加と生活の中での歩行推進・速足・階段の活用から具体的提案がされそうです。

質問用紙を手に該当欄をさがす参加者



んグループに社会福祉協議会と市役所福祉課からも応援を頂き「活舌テスト」「椅子立ち上がりテスト」「ふらはぎ周囲測定」「握力測定」「噛む力の測定」に加えて質問用紙への記載などの結果は、各自の現状が可視化され自認する能力とのギャップに言葉を失う場面も...

何としても多くの参加者が難儀したのは高さ40cmの台から片足で立ち上がる事が出来ず「え～」の声が出た...

「活舌テスト」

パタカラ



提案がされる様で、まずは運動習慣を身に付ける有酸素運動の推進と適切な栄養摂取としてビタミンD・ビタミンK・カル

次回講座の予定!!

10月15日(水)午後1時より

11月19日(水)午後1時より

第1回講座に参加していない人は基礎資料が未作成なので個別具体的な提案は出来ませんが、自らの努力目標値の目安になるかも...

積極的な社会参加はフレイルの予防と改善に役立ち、早期発見が最高の予防対策です。

