

厚木南地域包括 だより(初秋号)

2022. 9発行
厚木市旭町2-3-13
ケアセンターあさひ1階
Tel 046-258-6705
Fax 046-229-6709
月～土(祝日含む)
8:30～17:30

「地域のよろず相談所となります。」

「相談は地域包括支援センターへ」

今年の夏は「猛暑日」が過去最多記録を更新し暑さはまだ厳しいですが、わずかに秋の気配を感じます。

厚木南地域包括支援センターは地域のよろず相談所です。

一人で悩まないで困ったときには地域包括支援センターにご相談ください。

自宅への訪問・来所・電話・入院先への訪問など柔軟に対応させていただきます。

体操・レクリエーションを 楽しみませんか

コロナ禍で外出や運動する機会が減っているのではないのでしょうか。

日本レクリエーション協会公認指導者の方に「健康体操・レクリエーション」を紹介して頂きます。無理なく楽しめるプログラム構成です。

【日時】2022年9月14日(水)

10:00～11:30

【場所】厚木南公民館

【対象】厚木市在住の方

20名(先着順)

【参加費】無料

【講師】

日本レクリエーション協会公認指導者

【申し込み】

9月13日までに電話または直接
厚木南地域包括支援センターへ

電話 046-258-6705

定員になり次第

締め切らせて頂きます

(感染症拡大の状況により、

中止になる場合があります)

あつぎオレンジフェスタ

認知症になっても安心して暮らせるまちへ

厚木市では世界アルツハイマーデーに合わせてさまざまなイベントを開催します。

9月23日(金・祝)～メインイベント～

あつぎ市民交流プラザ(アミューあつぎ6階)

★認知症サポーター養成講座

講師:志摩 宙人氏

10時～11時30分

★VR体験(バーチャルリアリティー)

14時～15時30分

管理栄養士による参加型食生活セミナー

(1)10時30分～11時15分

(2)14時30分～15時15分

各回先着50人

認知機能測定・認知症相談コーナー・展示コーナー

10時～16時

10月5日(水)

あつぎのえいがかんkiki(アミューあつぎ9階)

★講演会「認知症と共に生きる」

14時～15時30分

★印のイベントは事前申込制(8月15日から受付)

地域包括ケア推進課(046-225-2047)まで

イベントの内容の一部を掲載しています。

詳しくはホームページをご覧ください。



認知症サポーター養成講座

認知症に関する理解を深め、認知症の人やその家族を見守り支援する認知症サポーターを養成しています。

対象:関心のある方ならどなたでも
(地域の集まり・企業など)

人数:2名～

費用:無料



厚木市厚木南地域包括支援センター

Tel 046-258-6705

担当地区 幸町 泉町 旭町 南町 温水の一部 厚木の一部
船子（小田急ひばり団地） 岡田（岡田団地）

私たちは、厚木市の委託を受けた総合相談窓口です。
ご自身はもちろん、家族の方からも様々な相談をお受けしております。



防災への意識について

厚木市自治会連絡協議会会長

NPO法人日本防災士機構認証防災士 宮田幸紀氏

宮田氏にご協力をいただき、地域で取り組んでいる活動等についてお話を伺いました。

厚木市では9/4(日)に総合防災訓練が行われます。厚木南地区では12の自治会単位で活動が行われており、旭町2丁目では10年ほど前から毎年防災会議を行っています。自治会ごとに第一次(時)避難所というのが決められていて、震災が起きた時はこちらに集まって次の行動を考えます。しかし水害の場合は指定緊急避難場所である厚木第二小学校や厚木南公民館へ直接避難します。

厚木南地区での一番の問題は水害だと思います。

今ではインターネットで河川の氾濫状況やダムの水の量を調べられるようになってきました。

避難所へ避難する場合、高齢の方は早めに避難を考える必要があります。また避難所には食料はありません。台風の場合は事前にある程度の情報は得られる為、避難所以外の選択肢(ホテルや親せきの家等)や、2階建ての住宅で安全であれば、2階へ垂直避難をし自宅に留まるということも考えていただければと思います。

そして水災害の場合は、災害が起きてからは行動しない、ということも大事です。

避難については「マイ・タイムライン」を事前につけておきましょう。厚木市のハザードマップは洪水浸水・土砂災害・地震のハザードマップが一つにまとめられているものとなっているので、まずはそれで自宅周辺の状況を確認してみてください。

市からの情報を待っているだけでは避難が間に合わない可能性があります。

大事なのは自分で考えること。情報をしっかり把握してどう行動するかを自分で考えることが大切です。



マイ・タイムライン とは

住民一人ひとりのタイムライン(防災行動計画)であり、台風等の接近による大雨によって河川の水位が上昇する時に、自分自身がとる標準的な防災行動を時系列的に整理し、自ら考え命を守る避難行動のための一助とするものです。

(国土交通省HPより)