



## ニュース 電動カート試乗会 in なのほな会 ～安全な移動のための選択肢～

時々聞こえてくる高齢者が運転する交通事故のニュース。今は大丈夫だけど、家族も心配するし、いつかは運転免許返納をと思うけれど、買い物や通院に自転車では大変…。そんな中、運転免許返納後の生活の足におススメなのが、運転免許が要らない電動カート（シニアカー）。将来の選択肢として、まずは知っていただく機会をと、今回は、ごまんぞく体操を行っている「なのほな会」と自立したシニアが住む「なのほな苑ケアハウス」入居者の希望者を対象に、なのほな苑敷地内で試乗会を開催しました。

電動カートの特色について説明を受けた後は、実際に操作の仕方を聞いて運転します。

参加いただいたのは、日頃から集いの場に参加している元気なシニア世代。包括職員の促しにお付き合いで試乗していただいたような恰好でしたが、実際に乗ってみて、「まだ必要ないけれど、運転を止めた後はいいかもね。」と話せば「その時は、電動カートで皆で出かけてもいいかも。」「風よけがあるといい。」「こうやって乗ってみて、知っておくのは大事だね。」と感想をいただきました。中には「介護保険で月2500円程度(自己負担割合1割の場合)からレンタル出来るならいいね。練習はしないと心配だけど。」というお声もありました。

将来は、自動車を処分。浮いた維持費で、近場は電動カート、雨の日や大荷物の時はタクシーと使い分けるのも有りかもしれません。

移動手段として電動カートに興味のある方、試乗会をやってみたい地域の役員さん、地域包括支援センターまで是非お気軽にご相談ください。



上：操作方法を確認し実際に試乗している様子

左：色々な種類の電動カート 右：協賛の元気サポートの皆様



### 電動カートの特徴

- ★ 電気で動く ※家庭で充電できます。
- ★ 操作が簡単 ※運転免許は不要。
- ★ 歩道を通行 ※右側通行。
- ★ 介護保険でレンタル可 ※条件有。



なぞなぞ

脳トレ

こたえ

裏面

① ○○○けん

は の た  
ひ に ち  
ふ ぬ つ  
め ね て  
ほ の と

県

② ○○○○けん

山田 花子×  
花子 山田○



県

③ ○○○○けん

林板美  
県

※2020年より公的な姓名表記には変更があります



## コロナになんか負けない！ 地域のつ・ど・い

コロナ禍で、地域の行事や交流も思うようにいかなかったこの2年。ワクチン接種も進み、感染者数も下火になってきた11月。福岡・岡崎両学区で、感染対策に気を配り、出来る形を模索しながら、地域の行事や交流を取り戻そうという取組みが始まっています。そんな地域のつどいの一部をご紹介します。

### 福岡学区



11/22(月)に福岡学区で行われた高田町8周年記念お茶飲み会。学区福祉委員会の皆さんが中心となり、一人暮らし高齢者を招待。美味しいお点前をいただいた後は、生演奏と歌で毎年盛り上がります。去年は中止でしたが、だからこそ安全に楽しむためにと、近所に住む浅井さんが楽器類はもちろん、感染対策にビニールシートも自前で準備してくださったとのこと。当日は雨でしたが「来てよかった。楽しかった。」と皆さん笑顔でした。

岡崎学区でも12/12(日)に2年ぶりのふれあいサロンが開催。若松栄4丁目の高齢者が参加し、交流を深めました。「健身気功」で心と体をリラックスした後、豆つかみ競争や懐メロイントロクイズ、ビンゴゲームで盛り上がりました。主催の福祉委員からは「コロナが少し収まりサロンが開催できてよかった。継続できるといいな。」と、無事開催できて安堵の表情。「大病をしたが、ここまで来られるようになり、皆に会えてよかった。」と久々の再会と会話を楽しむ参加者。あっという間に時間が過ぎ、帰る足取りは、皆さん軽やかでした。

### 岡崎学区



### 歩け歩け大会



11/21(日)は福岡学区で歩け歩け大会開催。最高の秋晴れのもと500名が3.7Kmを歩きました。スタート直前、「毎日散歩をしているけど、この企画は運動になるから良い。」「ゴールが無理ならコース途中で家に帰れるから大丈夫。」と笑顔の80代女性2人。まさに「まず参加してみる」「自分のペース」が健康の秘訣ですね。コロナ禍でも、地域でできる交流を試行錯誤で実践している両学区。そこには、笑顔と元気の秘訣が沢山ありました。「参加してみる。」を当包括でも全力で応援していきます！

### 教えて「ほうかつ」さん!

自助・互助・共助・公助をシリーズでお伝えします。  
今回のテーマは「共助」

共助とは制度に裏付けされた支え合いのシステムです。  
例えば…

自主防災組織 (防災訓練開催)



災害時要援護者支援



社会保険制度

医療  
保険

雇用  
保険

年金  
保険

労災  
保険

介護  
保険



### おしらせ

【福岡学区 いきいきクラブ】  
3月1日(火) 閉校式 体力チェック

【岡崎学区 いきいきクラブ】  
3月16日(水) 閉講式 ふれあいコンサート

※コロナ禍のため、予定が変更する場合があります。活動状況は適宜ご確認下さい。

### なぞなぞ脳トレ答え

#### つぶやき

皆さんの食卓にはどんなおかずが並んでいますか。毎日の献立を考えるのって大変ですね。私は時々食材配達を利用しています。買い物や調理時間の短縮にもなるので、子育て中の私には強い味方です。また、普段手に取らない食材や味付けにも出会い、新たな発見もあるので皆さんもたまにはいかがですか。便利なサービスを活用して少しでも子どもと一緒にいられる時間が持てたらいいな。(篠原)

- ① 「な」が「の」 長野県
- ② 名前が先 長崎県
- ③ 様の間に板 埼玉県

掲載内容に関するお問い合わせは、0564-57-8087 までどうぞ!