

# じょい joy

福祉目線  
のタウン情報通信

07

2023.10.22

- 特集…… P2-3
- ふくし掲示板…… P2-3
- わが町のふくし人…… P3
- 矢巾町サロン情報…… P4



じょい joy マスコット犬  
じょいワン・クレアさん



特集

生活支援コーディネーターがお届けする  
**高齢者にやさしいお店**  
乗り合いによる交通サービス  
**のりあい号 (予約型乗合バス)**



前回までの  
じょい joy は  
こちらから

# 生活支援コーディネーターがお届けする 高齢者にやさしいお店



「高齢者にやさしいお店」とは、「認知症サポーター養成講座」を受講して認知症を正しく理解し、地域の高齢者に「やさしく」「利用しやすい」工夫やサービス提供をしている店舗・事業所のことです。じょい joy は、登録店の情報の掲載を通じて町中に「やさしいお店」が広がっていくことを期待しています！

「生活支援コーディネーター」の役割は？  
地域に暮らす皆さまが、いつまでも住み慣れた地域で自分らしく暮らしていけるよう、地域の「困りごと」を把握し、お互いの「助け合い」を支援します。



## カットサロン理容エンドー [かっとうさろんりようえんどー]

店は静かな住宅地の一角にあります。大きな看板が目をはきます。清潔感あふれる店内に入ると、親子で店を営む遠藤ココさんと修司さんが明るい笑顔で迎えてくれます。この道60年以上というココさんは「自分自身が健康で、お客様に良いサービスを丁寧に」がモットー。修司さんはケア理容師の資格を持ち、出張訪問理容も行っています。「常に学ぶ気持ちを忘れず、地域に密着した店としてできることを精一杯していきたい」と語る姿に頼もしさを感じました。



### DATA

住所 ▶ 矢巾町南矢幅6-351-1  
TEL ▶ 019-697-5089 (留守番電話の対応になりますので用件をお残しください)  
営業時間 ▶ 9:00~19:00 閉店 (土・日曜日の開店は8:00)  
定休日 ▶ 毎週月曜日と第2・3火曜日 駐車場あり  
出張訪問理容 (要電話予約)

① 入口の階段に設置するスロープがあり、車椅子での来店も安心。  
② 来店が難しい方は出張訪問理容の利用を。電話予約が必要です。  
③ 親子で店を営む遠藤ココさんと修司さん

# のりあい号(予約型乗合バス)

のりあい号とは、自宅近くの乗降場所から公共施設や店舗、病院などの目的地(乗降場所)までをタクシー車両にて運行する交通サービスです。利用者の予約状況に応じて、他の利用者との乗り合いによる運行となります。今回は、普段から通院や買い物のにりあい号を利用されている方に、実際の使い方や利用しての感想についてお話を伺いました！

そろそろ運転が  
怖くなってきた...



移動手段がなくて  
外出できない...

## のりあい号の概要

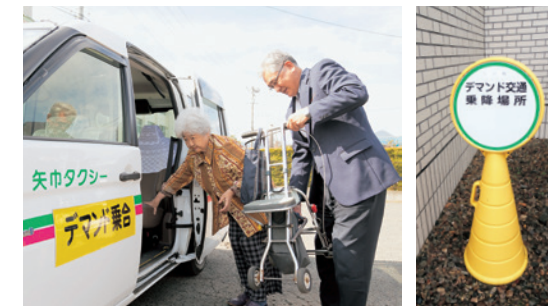
- 運行日** 月曜日～金曜日 (土・日、祝日、12月29日～1月3日は運休)
- 運行時間** 午前8時から午後5時までの間、1時間ごとに1便運行(1日10便)
- 予約期限** 各便出発30分前まで (当日朝1便の予約は前日まで)
- 運行範囲** 矢巾町内

## 利用の様子

- STEP 1** 予約の電話をかけます。  
「10月4日の10時の便で矢次の屯所からユニバースまで利用したいです」
- STEP 2** 予約時間に乗車場所で迎えて待ちます。
- STEP 3** 目的地(降車場所)で降車します。  
料金は乗務員に直接お支払いください。



今回の利用について  
【目的】 ユニバースでお買い物  
【乗車場所】 矢次の屯所  
【降車場所】 ユニバース



乗降場所の目印です

## 利用料金(1乗車あたり)

小学校就学前の児童 (※保護者が同乗される場合に限り1名まで)	無料
小学生以下	300円
①障がい者手帳(身体・療育・精神)を所有している方	400円
②要介護・要支援の認定を受けている方 (※保険証の提示が必要)	
③自動車運転免許を返納した方 (※運転経歴証明書等の提示が必要)	500円
上記以外の方	

【注意点】  
※ JR 東北本線を中心に東西それぞれの区域運行のため、区域を超える場合は矢幅駅で乗り継ぎ必要があります。(乗り換え時には乗換券を渡されるため、追加料金はかかりません)  
※ 初回利用(予約)時には簡単な利用者登録が必要です。  
※ 帰りの便も同時に予約できます。

「のりあい号」の説明動画は  
こちらから▶



「のりあい号」のパンフレットは  
こちらから▶



## 利用者からの一言



高橋 カツコさん

週2回程度、アルコやユニバースへの買い物や病院へ行くときに利用しています。電話口での対応も、とても親切でありたいです。よく利用するので顔見知りの運転手さんも多く、世間話ができ楽しいです。もともと車の運転免許は持っていなかったのですが、自家用車のような感覚で使わせてもらっています。

ご予約は「株式会社矢巾タクシー」まで(予約の際は「**デマンド交通の予約**」とお伝えください)  
**0120-566-788**【フリーダイヤル】 **019-697-2525**【電話】  
予約型乗合バス事業に関するお問い合わせは 矢巾町企画財政課 019-611-2729



## 3.くし 掲示板

# やはばりハさわやかのかの会

やはばりハさわやかのかの会は、介護予防を目的としたシルバーリハビリ体操の矢巾町指導者の会で、平成28年7月に会員数10人で発足しました。令和5年10月現在、63名が登録しています。

### ■ シルバーリハビリ体操とは??

茨城県立健康プラザ管理者で整形外科医の大田仁史先生が考案した体操で、次のような特徴があります。

- ▶ 「寝て」「座って」「立って」どのような姿勢でもできる
- ▶ 肩痛、膝痛、腰痛、転倒予防に役立つ
- ▶ 道具を使わず、いつでも、どこでも、1人でもできる
- ▶ 何のために、どの筋肉を使い、どの関節をどのように動かすかが明確
- ▶ 高齢の方、体力に自信がない方、障がいのある方でも取り組むことができる



シルバーリハビリ体操には、  
「**最期まで身体として人間らしくある**」  
という願いが込められています。

### ■ どこで活動しているの??

活動の場は、町内16団体が定期的に行われている「通いの場 体操くらぶ」のほか、えんじょいセンターでの「さわやか体操教室」や各地域で行われている「エン(縁)ジョイやばネットワーク事業」「こびりっこサロン」などです。

## 指導者になってみませんか??

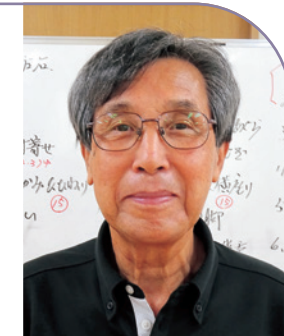
シルバーリハビリ体操は、岩手県及び市町村が開催する指導者養成講習会に参加し、県知事より指導者に認定された住民が指導者となり、地域で体操指導を行っています。矢巾町では毎年7月頃に、指導者の養成講習会を行っています。一緒に介護予防や健康づくりに取り組んでみませんか? 詳しくはお問い合わせください。



お問い合わせ 矢巾町健康長寿課長寿支援係 ☎ 611-2828

## わが町のくし人

シルバーリハビリ体操を始めたきっかけは、町の広報で体操指導者募集の記事を見て「どんな体操なのか」と興味を持ったところからです。指導するときには参加された方の様子をしっかりと見て、寄り添いながら行うことを心がけています。身体にいい変化があったと声がうれしく、活動の励みになっています。



角館 貢次 さん

やはばりハさわやかのかの会会長でシルバーリハビリ体操1級指導者。町内の介護予防活動の普及に尽力している。

次は菅原 和子さんへバトンタッチ!



# 矢巾町

# サロン情報

エン(緑)ジョイ  
やはばネットワーク

こびりっこサロン

通いの場  
体操くらぶ

## エンジョイ高田交友会

やまがた かつひさ

代表者 **山形 勝久**さん (前列左)



今年で5年目になりますが、毎回、明るくにぎやかに楽しんでいます。火災予防や介護予防の講座に加え、今年度は地域の食生活改善推進員による減塩料理教室を予定しており、みんなで長く健康で暮らしていくために、さまざまなことを学びながら交流しています。



活動拠点 高田公民館別館ふれあい館  
活動日 月3回月曜日 13時～16時  
会費 100円  
内容 輪投げ、グランドゴルフ、出前講座、談話など

## 矢巾3区お茶っこの会

かなざわ みつこ

代表者 **金澤 美津子**さん (写真中央)



このサロンが始まって約10年になります。矢巾3区は他の地域から転入してきた住民が多く、災害が起きたときに支え合える顔なじみの関係を作りたいと思ったことが立ち上げのきっかけです。「サロンがないと寂しい」という参加者も多く、みんな楽しみに参加しています。



活動拠点 矢巾3区公民館  
活動日 毎月第2・4木曜日 9時～12時  
会費 なし(矢巾3区自治会費に含む)  
内容 シルバーリハビリ体操、ニュースポーツ、脳トレ、談話、手芸、踊りなど

## 白沢レモンズ

ひろた たかこ

代表者 **廣田 孝子**さん (前列左から3番目)



週1回の体操くらぶが外出の機会となって生活に張り合いが出ています。みんなと顔を合わせて体操やお話ができるので元気をもらえます。終わった後はみんないきいきとした表情で帰るので、これからも楽しく続けていきたいです。



活動拠点 白沢集落センター  
活動日 毎週水曜日 10時～11時  
会費 なし  
活動内容 シルバーリハビリ体操、出前講座

## 矢巾町認知症セミナーを開催しました！ ～認知症とともに生きるまち やはば～

令和5年9月9日(土)に田園ホールで認知症セミナーを開催しました。

町長の挨拶から始まり、第1部は「矢巾町の認知症支援事業10年のあゆみとこれからのについて」、第2部はテレビ番組大家族のお母ちゃんでお馴染みの石田千恵子さんを迎えて、認知症の母と暮らした経験をもとに記念講演をしていただきました。

第1部では認知症の本人の声や家族の体験談などを交えながら、町の認知症事業の取り組みや町内で活躍しているボランティアの紹介など、認知症になっても地域で安心して暮らし続けることができる町づくりに向けての話がありました。

第2部では石田さんから、認知症の母と暮らしたエピソードをもとに認知症介護の大変さや苦労話などを聞くことができました。認知症介護を通して「自分を大切にできない人は他人を大切にできない」など、心に沁みるお話をしていただきました。

認知症の人もそうでない人も、共に生きる町づくりを目指していきましょう！



石田千恵子氏

## <高齢者にやさしいお店>大募集

町では「高齢者にやさしいお店」に登録したい店舗・企業を募集しています。登録には「認知症サポーター養成講座」の受講が必要です。講座は1時間～1時間半程度で受講料は無料です。ご登録いただいたお店はじょいjoyでご紹介し、「高齢者にやさしいお店」ステッカー(右)を配布します。ぜひご活用ください。

■受講希望・お問い合わせ 矢巾町健康長寿課 Tel 019-611-2830



発行 矢巾町健康長寿課 〒028-3615 岩手県紫波郡矢巾町大字南矢幅14-78 Tel 019-611-2830

編集 社会福祉法人 矢巾町社会福祉協議会 〒028-3615 岩手県紫波郡矢巾町南矢幅13-123 Tel 019-611-2840  
社会福祉法人 敬愛会・社会福祉法人 爽生会・社会福祉法人 睦喜会・社会福祉法人 新生会