

蕨 広報WARABI 10

2019/令和元年
わらび・826

- 令和元年10月1日発行／発行所・蕨市役所
- 9月1日現在人口：75,681人 前月比 -61人
世帯数：39,553 人口密度：14,810人/km²
- 蕨市の面積 5.11km²



～今月の特集～

- 定期巡回・随時対応型
訪問介護看護サービス…2

市制施行60周年記念
キャッチフレーズ

笑顔 希望 ずっとぎゅっと蕨

～今月の表紙～ 読書の秋は図書館で

今月27日から読書週間が始まります。
南町の市立図書館にはさまざまな本が
ありますので、ぜひご利用ください。



高齢になっても 住み慣れた我が家で



そよ風スタッフ(左)と取材をさせていただいた利用者

～利用者(70代男性)のある一日～

朝	昼	夜
5:00	11:30	21:00
要衣排せつ おしえ附	入浴排せつ おしえ附	排せつ おしえ附

利用者の声

退院後、家族に負担を掛けたくないと思い、ケアマネジャーと相談し、8月からこのサービスを利用しています。いつも丁寧な対応をしてくれて、助かっています。

高齢者の7割以上が回答 「自宅で介護を受けたい」

もしも介護が必要になったとき、多くの人は住み慣れた自宅での生活を希望されるのではないのでしょうか。厚生労働省の調査(2016年)に

おいても「自宅で介護を受けたい」と、回答した高齢者は73・5%となっています。しかし、家族に迷惑を掛けたくない、身近に頼れる人がいないという人も多いと思います。

家族の介護力に依存せず 自宅での生活をサポート

今年度から市でスタートした定期巡回・随時対応型訪問

介護が必要な高齢者の皆さんの在宅生活を支えるため、今年度からスタートした定期巡回・随時対応型訪問介護看護サービス。ここでは地域包括ケアシステムの要ともいえる同サービスについて紹介します。

介護看護サービス

(以下同サービス)

は、家族の介護力

に依存しないで、

要介護者の在宅生

活を支えることが

できる事業です。

具体的には、食

事や排せつ、入浴などの介助

が必要な人に対して短時間の

訪問を複数回行うとともに、

状況に応じて訪問看護を組み

合わせられるため、医療ニ

ーズが高い人でも必要なケアが

受けられます。加えて利用者

からの通報による対応を随時

行っていることから、地域包

括ケアシステム(関連3ページ上)

の要ともいわれています。



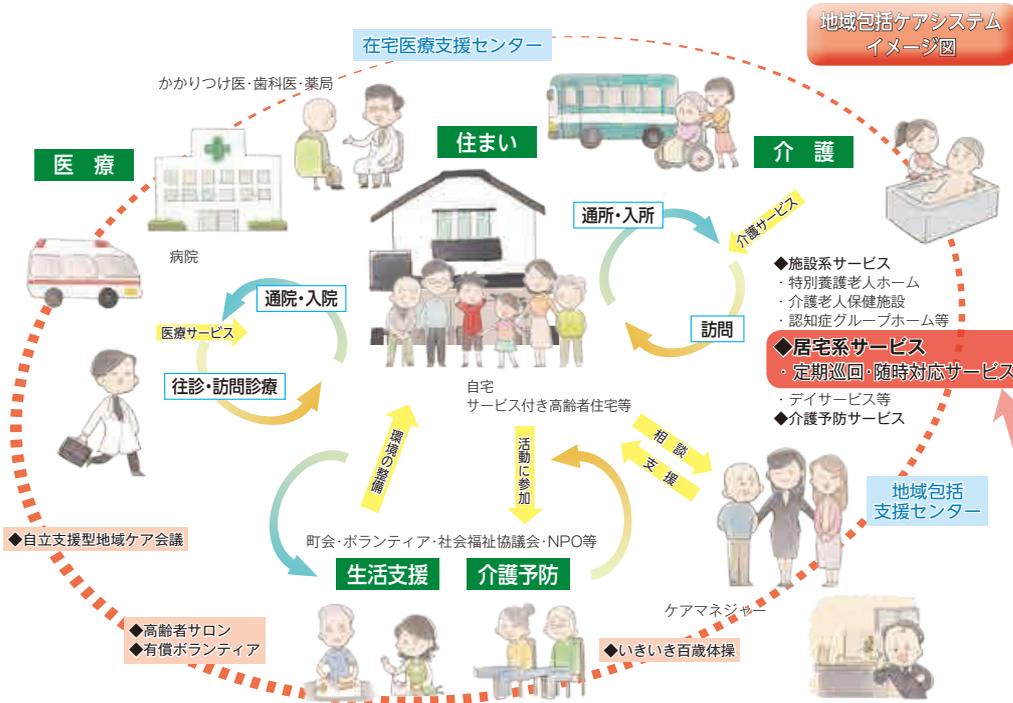
要介護認定者が対象となります

運営事業者は「そよ風」

細やかなサービスを提供

現在、市内で事業を行っているのは公募で選定した「そよ風定期巡回 わらび」。「高齢者が自宅に住み続けられる基盤を整え、最期まで生活を支援する」を理念にサービスを提供しています。実際に朝、昼、夜と一日3回の訪問介護を受

～高齢者が安心して暮らせる体制へ 地域包括ケアシステムの構築を推進～



高齢者が住み慣れた地域で自立した日常生活を営むためには医療、介護、住まい、介護予防、生活支援が一体的に提供される「地域包括ケアシステム」(左図)の構築に向けた取り組みが重要です。市では、介護保険事業計画に従い、医療と介護の連携や認知症施策のほか、介護予防や生活支援の取り組みを計画的に進め、超高齢社会に対応したまちづくりを推進しています。

本特集で紹介しているサービスはこちら

そよ風定期巡回 わらび
(中央2-10-1 ☎420・7505)



訪問看護は近隣の事業所と連携しています



そよ風定期巡回 わらび

たかはし りゅうじ 介護福祉士

医師や看護師、理学療法士などの他職種と連携を図りながら、利用者の皆さんが自宅で希望どおりに過ごせるよう、スタッフ一同、きめ細やかなサポートを心がけています。安心してご利用ください。

サービスを希望する人は
担当ケアマネにご相談を

かけている70代男性(2ページ写真)に話を伺うと、スタッフの丁寧な対応に関する感想(2ページ写真下の声)を語ってくれました。また、担当ケアマネジャーも「このサービスにより、ご本人の意向を実現できてよかったです」と話しています。

同サービスの対象は要介護認定(要介護度1〜5)を受け、蕨市にお住まいの人。料金は介護保険で1割負担の人が訪問介護のみ(訪問看護なし)を利用すると、要介護度によって異なりますが、要介

同サービスの対象は要介護認定(要介護度1〜5)を受け、蕨市にお住まいの人。料金は介護保険で1割負担の人が訪問介護のみ(訪問看護なし)を利用すると、要介護度によって異なりますが、要介護度1で月額約6000円、要介護度5で月額約2万7500円となります。市では今後もこうした事業を通じて、高齢者の皆さんが安心して暮らせるよう、地域包括ケアシステムの更なる深化を図っていきます。なお、同サービスを希望する人は担当ケアマネジャー、その他は介護保険室にご相談ください。問い合わせは市役所介護保険室(☎433・7756)



▲利用者宅に設置されたコール機。定期訪問以外でも、通報を受けたオペレーターが相談援助または訪問の必要性を判断します。

定期巡回・随時対応型訪問介護看護サービスの概要

【サービスの内容】

定期巡回／計画書に沿って、定期的(短時間・頻回)に利用者宅を巡回し、食事、排せつ、入浴などをサポートする

随時対応・随時訪問／オペレーターが通報を受けて、利用者の状況に応じてサービスの手配を行い、ヘルパー等が自宅を訪問する
訪問看護／看護師が利用者宅を訪問し、療養上のサポート、診療の補助などを行う

【利用対象者】

要介護認定(要介護度1〜5)を受け、蕨市にお住まいの人



運動意欲の向上・維持を図る事業を推進

ウォーキングで健康長寿のまちへ

蕨の「いま」を
伝えます!!



健康密度も日本一のまち“わらび”を目指し、楽しく歩きながら健康づくりに取り組んでいただく「健康長寿・蕨市モデル事業」を実施しています。ここでは、今年度の事業の概要やイベント、参加者の声などを紹介します。

県が実施する事業と連携運動を始めるきっかけに

健康寿命を延ばすには生活習慣や食生活の改善に加え、適度な運動も重要です。市では幅広い世代の人が運動を続けられるように、平成27年から「8000歩のウォーキングと20分間の中強度の運動」による健康づくりを推進しています。

加者を対象に抽選会を実施するなど、市独自の



▲歩数計

取り組みも行っています。気軽に始められるウォーキングは運動不足を解消し、生活習慣病の予防・改善や医療費の抑制にもつながります。皆さんも、自分のペースで楽しんでみてはいかがでしょうか。



澄んだ青空の下で心地よい汗を流す皆さん

今年度は、専用の歩数計を用いてポイントを貯め、抽選で賞品が当たる県のコバトン健康マイレージ事業(下囲み)と組み合わせた事業を進め、参

埼玉県コバトン健康マイレージ

専用の歩数計を公共施設等に設置された端末にかざすと歩数が登録されます。



また、歩数に応じて抽選で賞品(dポイントや県産農産物など)が当たるポイントがもらえます(スマートフォンからでも参加できます)。

※端末は9月末日現在、保健センター、東・西公民館、歴史民俗資料館、交流プラザさくら、セブンイレブン蕨東口1番街店、セブンイレブン蕨南町4丁目店に設置。

申し込み・詳細=県コバトン健康マイレージ事務局(☎0570-035810) さいたま新都心郵便局私書箱159号



- 仲間になりませんか
- ▼ ピアノ・メヌエット 第2・4木曜日 午前9時 中央公民館 月3000円 楽しくピアノを始めませんか(高高原・☎432・1224)
- ▼ 歌謡クラブ 土曜日 午後7時 西公民館 どなたでも 月1000円(別途入会金1000円)
- △ 奈良岡・☎44・0535
- ▼ 柔道体験教室 火・木・土曜日 午後7時 市民体育館 小学生以上 月3000円(別途入会金1000円) △ 蕨市柔道連盟・宮内・☎090・3089・9909
- ▼ ねこのみ(市民交流・井戸端会議) 月1回 正午 市内 500円 △ 北田・☎432・8501
- ▼ 蕨北町サッカー 土・日曜日・祝日 北小学校 年中〜小学生 月1500〜2000円(未就学児は年間1000円) 活動時間要確認 △ 小泉・☎090・4948・5936
- ▼ 北町囲碁クラブ 土曜日 午後1時 北町公民館 年1200円 △ 小林・☎431・3180

情報ダイヤル

掲載は無料。申し込みは秘書広報課(☎433-7703)へ



マスコットキャラクターの
ビッグぬいぐるみを販売します



市制施行60周年を記念して、皆さんご存じ「ワラビー」とTHE AL FEEの高見沢俊彦さんがデザインした「エンジェルわらぶー」の大きさ約30センチのぬいぐるみを販売します。価格は各1,000円で、11月3日の宿場まつりで先行販売するほか、11月からは市役所で販売を行います。

ぬいぐるみ販売日程

①宿場まつり（先行販売）

とき＝11月3日（日・祝） 午前10時～午後5時
場所＝中央5-17-20付近



②通常販売

とき＝11月11日（月）以降の平日午前8時半～午後5時15分（11日は午前10時から）
場所＝市役所1階市民活動推進室

ぬいぐるみを購入された人には市制施行60周年記念クリアファイルをプレゼントします。※数がなくなりしだい終了します。



詳細＝政策企画室（☎433・7698）

11月16日 ウォーキングイベント
in市民公園

とき＝11月16日（土） 午前9時半～11時半
ところ＝市民公園
対象＝市内在住在勤者（小学生以下の人は保護者同伴）
定員＝先着50組
持ち物＝飲み物、タオル、運動できる服装（仮装可）
※小雨決行。

コースは1周▶約670メートル。なお、参加者には歩数計を無料で貸し出します（当日のみ）



10月6日 わらび健康まつり
同時開催 歯ッピーわらび

とき＝6日（日） 午前10時～午後2時半
ところ＝市民体育館
対象＝どなたでも
内容＝骨密度・脳年齢・血管年齢等の測定、歯科健診、トレーニング講習会、模擬店ほか ※トレーニング講習会は身分証、室内靴、運動できる服装を持参。



◀ 昨年の会場の様子

申し込み・問い合わせ＝保健センター（☎431・5590）

事業参加者に感想を聞きました



はりや やすまさ けいこ
針谷 康正さん、恵子さん
塚越3丁目

歩いての外出が習慣に

「1日8,000歩を夫婦で実践しています。歩数計があるとがんばりがデータで確認できるので励みになりますね。病気になることもなく、夜もぐっすり眠れています」と康正さん。「仕事で外出するときなどは、徒歩で行くことがあたりまえに。身近に参加者がいると楽しく続けられますので、家族や友人などと始めることをお勧めします」と恵子さん。

健康に関心を深めるため
市内で各種イベント開催
市では健康づくりの第一歩としていたため、今年も6日に市民体育館でわらび健康まつり・歯ッピーわらび

を開催するほか、来月16日には市民公園でウォーキングイベントを行います（上囲み）。この他にも、健康講座を実施していく予定ですので、皆さんぜひお誘いあわせの上、ご参加ください。

- ▼ 楊名時（太極拳） 土曜日 午後2時半 蕨駅東口駅前ラ・セービル 月4500円／浦島・☎224・5915
- ▼ 南田暮クラブ 火曜日 午前9時半 南公民館 無料 詳しくはホームページでご確認を八山本・☎432・4543
- ▼ シヨパン（ピアノ） 第1・3水曜日 午前9時 中央公民館 月2500円／小田切・☎432・4518
- 参加しませんか
- ▼ 江戸あるき「池袋氷川神社の富士山から池袋の寺社をめぐる」5日・10日 午前9時にJR蕨駅改札前に集合 700円／富山・☎090・2764・1342
- ▼ 日帰り旅倶楽部参加者説明会 日時等の詳細は電話確認／岩本・☎090・3431・4295
- ▼ 硬式テニス市民大会ダブルス 女子 11月10日 男子 11月17日 ※予備日24日 富士見テニスコートほか 市内在住在勤者2500円 お申し込みは郵送で7日（必着まで）詳細についてはお問い合わせください／蕨市テニス協会・☎070・6460・0193
- ご相談ください
- ▼ 蕨断酒会（酒害相談） 1日 中央公民館 11日 南公民館 17日 旭町公民館 午後7時 語り合いの場／高橋・☎090・2302・8510

蕨消防チーム全国初入賞

救助技術を競う全国消防救助技術大会が8月25日に岡山県で開催され、ロープブリッジ救出の種目で4年ぶり2度目の出場となった蕨市消防本部チームは、みごと初入賞を果たしました。これからも消防では、災害時に市民の皆さんの生命と財産を守るため、日々訓練に励んでいきます。



まちの話題

ここでは8月下旬から9月中旬までの話題を紹介します
ビデオマークがついている話題はCATVで放映します

音楽で街中を包むお祭り

8月31日と9月1日、「第5回蕨市民音楽祭」が開催されました。蕨駅西口駅前でのオープニングから始まり、クラシックやジャズ、吹奏楽に加え、市民会館を埋め尽くすほど大盛況となった紅白歌合戦など、市内13会場で21イベントを実施。街中が音楽に包まれ、4,300人の笑顔があふれていました。



事故から学ぶ交通ルール

スタントマンが実演する自転車や自動車の事故を目の当たりにすることで、交通ルールを守ることのたいせつさを学ぶ「スクエアード・ストレイト交通安全教室」が、9月2日に蕨高校で開かれました。集まった同校の生徒や地域の皆さんなど1,200人は、事故を通じ、安全意識を高めていました。



「ハローわらび」10月の番組表

市からのお知らせ・地域の話などを送ります

放送時間は、毎日午前9時・正午・午後3時・6時・9時からそれぞれ45分間です。

	9/27(金)~10/3(木)	4(金)~10(木)	11(金)~17(木)	18(金)~24(木)	25(金)~31(木)
00	タウンタウン 錦町児童館のお月見会 お年寄りを敬う会	タウンタウン 子育て学級 わいわいすくーる 塚越地区生涯学習 フェスティバル	タウンタウン 錦町・中央地区生涯学習 フェスティバル	タウンタウンワイド 南町地区生涯学習 フェスティバル 塚越小の巨大アート制作 バランスアップ教室 西小の自転車 運転免許講習会	タウンタウン わらび防災大学校 在宅ワーカー育成セミナー
10	蕨市政なう！ 進む！ にぎわいあふれる まち蕨	特集・ウィークリープラス アートむすび市in蕨	特集・ウィークリープラス わらんちゅ フェスティバル	特集・ウィークリープラス 第19回わらび健康まつり・ 第21回歯ッピーわらび	蕨市政なう！ 進む！超高齢社会に 対応したまちづくり
20	採れたてスポット 地域の話が 盛りだくさん	安全安心なまちづくり 秋の交通安全 運動出発式ほか	市政ガイド プレミアム付商品券の 販売・利用	特集・ウィークリープラス 第19回わらび健康まつり・ 第21回歯ッピーわらび	採れたてスポット 地域の話が 盛りだくさん
30	知って得する暮らしの情報	知って得する暮らしの情報	知って得する暮らしの情報	知って得する暮らしの情報	知って得する暮らしの情報

「ハローわらび」DVD／放送終了後から貸し出します 無料 詳細・貸し出し場所＝秘書広報課 (☎433・7703)



市民の心に残る 東京2020へ

市長 頼高 英雄

東京2020オリンピック・パラリンピックまで1年を切りました。先日の小中学校の運動会も「東京2020みんなのスポーツフェスティバル」として開催され、雰囲気盛り上げてくれています。

年「NHKラジオ深夜便のつどい」で、射撃でパラリンピックに3大会連続で出場した田口亜希さんが、感動的な講演をしてくれました。誘致活動を行ってきた聖火リレーも7月7日に蕨の中山道にやって来ることも決定しました。

今後は、聖火リレー実施に向けた取り組みや東京2020への気運醸成を指定テーマとした協働提案事業とともに、蕨の子ども達にも、少しでも、競技観戦の機会をつくれればと考えています。

ぜひ、この世紀のスポーツの祭典が、市民の皆さん、特に子ども達にとって心のレガシーとなるよう、引き続き、取り組みを進めてまいります。

市民と市長の面会日

面会日は毎月第1木曜日。今月は3日です。ただし、11月は14日です。時間は午後1時～5時を予定しています。ご希望のかたは秘書広報課（☎433・7701）へご連絡を。



ご長寿をお祝いする催し

9月14日、市民会館で「お年寄りを敬う会」が開催されました。市内在住の77歳以上（9月1日現在）になる7,419人をお招きしたところ、1,631人が出席。子どもたちによる敬老作文の朗読や市内のダンスグループによる発表、歌謡ショーなどが行われ、ご長寿を盛大にお祝いしました。

かいと 凱翔ちゃん（2歳0か月）

と井 かつひろ 勝洋さん

ま い こ 真衣子さんの 長男

塚越4丁目



わが家のアイドル

-570-

「パパの膝の上に座るのが大好きな、甘えん坊の凱翔。最近では冷たいお茶のペットボトルを、パパに手渡し、空のコップを持って乾杯しようとするなど、かわいらしい成長ぶりを見せてくれます。お手伝いをするのが大好きな凱翔には、これから先、誰とでもすぐに仲よくなつて、毎日わくわくしながら楽しく過ごしてほしいですね」と、母親の真衣子さん。



親子でわいわい お月見会

9月13日、錦町児童館でちびっこクラブの親子を対象にお月見会が開かれました。パネルシアターでお月見について楽しく学んだ後、小麦粉を混ぜた粘土を使っておだんご作り。参加した13組の親子は、交流を深めながら秋の訪れを感じていました。



最後の試合に向けて調整する小塚さん

輝いています

総合格闘技ジムFREEDOM@OZ 代表

ひと

おつか せいじ さん
小塚 誠司 さん

格闘技で蔵を盛り上げたい

今 月19日に市民体育館で開催される、入場無料の格闘技合同興行「ありがとう・蔵」。これは、蔵を拠点とする女子プロレス団体・アイスリボンと総合格闘技ジムFREEDOM@OZ（以下OZ）がそれぞれ設立10周年を迎え、蔵市市制施行60周年記念事業として共催されるチャリティイベントです。この興行で引退試合に臨むのが、OZ代表の小塚誠司さん（40歳・中央1丁目）です。

高校時代に総合格闘技の試合をテレビ観戦し、体格差のある相手を倒す小柄な格闘家の勇姿に魅せられた小塚さんは、卒業とともに茨城から蔵へ。総合格闘技団体で打撃、投げ技、寝技などを体得し、プロデビューを飾ります。その後、練習仲間を誘い市民体育館で社会人格闘技サークルを主宰。初心者指導も行うようになり、そこでの経験を基にOZを設立しました。「格闘技しか知らないもので、それを人に教えることが自分の生きる道」と話す、小塚さん。ジムで教えながら自らも練習に励み、平成24年には総合格闘技で名高いパンクラスのスーパーフライ級でタイトルマッチを経験。平成29年にはジムで切磋琢磨し合う同僚が同フライ級チャンピオンとなり、小塚さんはストロー級の王者挑戦者決定戦まで進出し、力を出し切りました。

引退後の人生で、どう結果を出していくか。自分を育ててくれた地域に貢献したいと考えた小塚さんは、とどろび青年会議所に入会しスポーツ振興事業などに携わったほか、昨年はOZ主催のチャリティイベントを市民体育館で開催しました。「これからもずっと人生の勝負は続きます。19日の試合も勝ちに行くだけ。蔵を盛り上げるべく、ほんものの勝負をお見せしますよ」。決戦は目の前です。

今月の河鍋暁斎記念美術館

天才絵師の作品 蔵にあり

— No.41 —



かわなべ きょうさい
河鍋 暁斎
天保2年(1831)
～明治22年(1889)

現在の茨城県古河市に生まれる。浮世絵や狩野派を学び、江戸・東京の庶民から人気を博す。明治9年、万国博覧会に肉筆画を出品。14年、内国勲業博覧会で日本画の最高賞受賞。娘の暁翠も日本画家。

暁斎は、明治14年(1881)の第二回内国勲業博覧会に出品した《枯木寒鴉図》で日本画最高の妙技二等賞牌を受賞しました。しかもその絵が高値の「百円」で売れ「鴉の暁斎」として有名になりました。以後は鴉図を数多く描き、鴉にちなんだ印も作るようになりました。本図も「万国飛」という印文から、妙技二等賞牌を受賞した後に描いたと分かります。柿の木にとまった一羽の鴉が、ひとつだけ残った柿の実を眼光鋭く狙っています。あらゆる生き物を写生して記憶に残し、手本が無くても描くことが出来た暁斎ならではの、息詰まる瞬間を描いた作品です。

河鍋暁斎記念美術館 10月25日(金)まで

「暁斎の团扇絵—実用と鑑賞—」展 同時開催
「匠の技 江戸庶民の愛した「狂斎百図」復刻—摺師 三田村努の世界—」展

開館＝午前10時～午後4時
休館＝木曜日・毎月26日～末日
ところ＝南町4-36-4
入館料＝一般600円 65歳以上500円
高校生・大学生500円 小・中学生300円
※65歳以上の人は年齢の分かる物、学生は学生証をご提示ください。(20人以上の団体は要予約)
詳細＝同館(☎441・9780)



暁斎筆「柿に鴉図」
絹本墨画、朱 軸装

本作品は現在の展覧会で御覧いただけます