

# フレイル 虚弱 予防

健康と要介護の中間、虚弱な状態を指すフレイル。病気ではありませんが、筋力や心身の活力は年齢とともに低下し、フレイルになる可能性は誰にでもあります。みんなが楽しくフレイル予防をしませんか？

毛呂山町の高齢化率は、令和3年1月1日現在で34・4%と超高齢社会となっています。今後さらに高齢化が進展して人口が減少するなか、高齢者自身の取り組み・支え合いが重要になります。

とで、外出の機会が増え、メリハリのある生活を送ることができて自分自身が健康でいられます。

元気な高齢者がいつまでも自立した生活を送るには、①できる限り健康に過ごす（健康寿命を延ばす）、②生きがいを持つ、③高齢者同士で支え合う、この3つが大切です。ボランティア活動は、この3つを実現することができます。

ボランティア活動に参加することができれば、

誰でもどこでも行うことができます。この機会に始めてみてはいかがでしょうか。

ボランティアには様々な活動がありますので、自分の特技を生かす活動を選ぶことができます。さらに社会的役割を持って活動することで、生きがいを持つことができ、また仲間が増えて楽しく過ごすことができます。

ボランティア活動は、いつでも誰でもどこでも行うことができます。この機会に始めてみてはいかがでしょうか。



給食ボランティアの皆さんが、高齢者のお宅にお届けするお弁当の仕分けを行っている様子。

## ボランティア活動を始めてみませんか？

### 高齢者困りごと援助 サービスボランティア

一人暮らし、または高齢者世帯の人を対象に、ちょっとした困りごとと作業（掃除、草むしりなど）を行う有償ボランティアです。活動ごとに地域商品券をお渡しします。

### 給食サービスボランティア

一人暮らしの高齢者のお宅にお弁当をお届けし、見守り活動を行う無償ボランティアです。この事業は、地域のボランティアや民生委員の方々の協力を得て行っています。

### 福祉教育ボランティア

町内の小中学校で行われる、「ふくしの授業」（車いす体験、視覚障害者体験、高齢者疑似体験など）のお手伝いをする無償のボランティア活動です。

特技や経験をいかして、ボランティアとして活動してみませんか？ 気になることや、活動内容の詳細などは、社会福祉協議会にお気軽にお問い合わせください。活動時には、ボランティア活動保険に加入していただけます。

問合せ 毛呂山町社会福祉協議会 ☎295-3111

## インタビュー Interview



大野 昭男さん (77歳)

小中学校での福祉教育のボランティアや給食

サービスボランティアをしています。利用者喜んでもらえると、地域の役に立っていると実感します。子どもたちや高齢者が元気でいられること、笑顔が見られることが嬉しく感じます。また、外に出ることで刺激を受け、健康維持にも繋がっています。はじめの一步を踏み出すきっかけがなかなかなくて難しいかもしれませんが、いったん始めると楽しくなってきたらいいと思います。



小澤 弘さん (69歳)

社協の高齢者困りごと援助ボランティアとして

で、高齢者宅の水道パッキンの交換や蛍光灯の交換などを行っています。利用者から「ありがとう」と言われると、嬉しくなりますね。ボランティア活動は、なかなか一人では踏み出せないところがありますが、一歩踏み出してみれば、ボランティア同士の繋がりができ、仲間もできます。最初は「ちょっとしたお手伝いをする」という感覚で始めてみると一歩が踏み出しやすいかも思いますが、

# 毛呂山町の 今後の小中学校の あり方を考える

問合せ 教育委員会教育総務課  
☎295-2112 ㊟510

毛呂山町では、中学校区ごと  
に中学校の敷地に小学校を  
集約し、小学校から中学校ま  
での9年間で一貫した教育を  
実施する「施設一体型小中一  
貫校」の開設を目指していま  
す。

## ■開設目標年度

**毛呂山中学校区**（毛呂山中学  
校・毛呂山小学校・泉野小  
学校）／令和10年4月1日  
**川角中学校区**（川角中学校・  
川角小学校・光山小学校）  
／令和8年4月1日

## 町立小中学校の 現状と課題

児童生徒を取り巻く環境  
は、急激な社会の変化や価値  
観の多様化、グローバル化の  
進展など、特に急速な少子化

### 課題1

#### ■新小学1年生の見込み(単位 人 R2.10.1時点)

年度	毛呂小	川角小	光山小	泉野小	合計
令和3	47	50	33	37	167
令和4	55	61	35	49	200
令和5	49	45	41	31	166
令和6	38	38	36	32	144
令和7	45	30	21	36	132
令和8	36	26	23	37	122

### 課題2

#### 校舎の維持費等に多額の費用が発生



× 6校

30年間で143億円 (見込み)

※毛呂山町公共施設等総合管理計画より。

は単学級の増加や配当教員数  
の減少など、教育環境面でも  
大きな課題となっています。  
また本町の小中学校は、そ  
のほとんどが昭和40年代に建  
築され老朽化が進行していま  
す。平成29年3月に策定され  
た「毛呂山町公共施設等総合

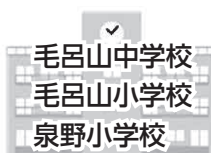
管理計画」では、今後30年間  
で小中学校施設に係る経費は  
約143億円との試算で、町  
の厳しい財政状況のなか、負  
担が大きくなることが懸念さ  
れます。

## 毛呂山町の小中一貫 教育が目指すもの

町教育委員会では、これら  
の課題を解決し、より良い教  
育を行うための教育環境を充  
実させるために、町内各種団  
体から選出された皆さんに検  
討していただき、平成30年度  
に『未来を拓く人づくり（小  
中一貫教育）プロジェクト基  
本方針』を策定しました。こ  
のプロジェクト基本方針で  
は、小中一貫教育とそれを支  
えるコミュニティ・スクール  
を推進することにより、「い  
のちの教育」を通して子ども  
の「生きる力」を育成します。  
そしてこのプロジェクト基  
本方針を、最も効果的に推進  
できる学校の形態は、敷地内  
に全9学年があり、組織、運  
営ともに教職員が一体となる  
「施設一体型」小中一貫校が  
最も望ましい形であるとしま  
した。

### 町が考える一番効果的な校舎の形態

#### 毛呂山中学校区



#### 川角中学校区



### メリット

- ・小学校高学年の教科担任制（英語・理科・算数）が充実し、学力の向上が図られる。
- ・中学校では技能教科の教員が配置できる。
- ・小中学校の教員が一緒にいることにより、多面的評価が可能となる。
- ・小学校ではクラス替えができ人間関係が固定されない。など

### デメリット

- ・特別教室等の利用方法に調整が必要である。
- ・小学生の体格に合わせた設備の改修が必要。など

## 今後の小中学校のあり方を 一緒に考えましょう

町の考え方について皆さん  
からのご意見をいただきた  
め、「今後の小中学校のあり  
方（施設一体型小中一貫校）  
に関する広聴会」を開催して  
います。昨年10月から小中  
校の保護者、幼稚園・保育園  
・認定こども園の保護者を対  
象に順次広聴会を行いました。  
一般住民を対象とした広聴  
会は令和3年1月31日を予定  
としていましたが、新型コロナ  
ウイルス感染症拡大による  
緊急事態宣言発令を受け、延  
期としたところです。感染症  
が収束した際には、ホームペ  
ージなどで広聴会の開催をお  
知らせしますので、ぜひご参  
加をお願いします。

また、一般住民対象の広聴  
会が終了しましたら、保護者  
対象の広聴会の概要と合わ  
せ、いただいたご意見や要望、  
質問とそれに対する回答など  
を広報やホームページでお知  
らせします。将来を担う子ど  
もたちのために、小中学校の  
より良いあり方について考え  
てみませんか。