デイサービスを見学して
通所介護施設「ココカラ」　高崎

当会の会員が利用している「ココカラ」さんを見学させていただきました。小雨の降る中、午後一時頃にお邪魔しました。皆さん昼食後でゆったりとくつろいでおられました。少し体を休めたあと、健康体操が始まりました。

補助的な器具を身につけると、予想外に体が動き、自分の動きに自信を持つことができるようです。その名称は、字のごとし「ラクナール」というバンドの様なものでした。また、言葉遊びや指運動・数字当てなど、脳を活性化する様なクイズなども出されました。地域に根付いた介護施設で、職員さんもにこやかに利用者さんの「元気とやる気」を自然に引き出しておられ、まさにアットホームな雰囲気にあふれていました。

つくバス・つくタク・福祉タクシーのすすめ

★**つくバス**　もうすでに利用されている方が多いかと思われますが、障害者手帳所持者とその介助者（1名）、65歳以上の方は半額に割引されます。

運賃支払いの際、運転士に手帳もしくは図の様な高齢者割引証を提示して下さい。

当会の活動拠点である茎崎老人福祉センターは、つくバスの終着・始発停留所ですので、大変便利に利用できます。

★**つくタク**　事前に予約が必要ですが、別個に登録することにより自宅から目的地までの乗車も可能です。茎崎地区内の場合は、半額150円で利用できます。つくばイオンまでの利用も可能ですので、是非ご利用をお勧めします。

※いずれも、手続きはお近くの窓口センターにお問い合わせします。申請書が必要な場合は、当会の役員がお手伝い致します。

★**福祉タクシー**　つくば市では、つくバス・つくタクの他に、「福祉タクシー」という制度もあります。

手帳所持者に対しては、障害者福祉タクシー。助成券一枚につき500円の助成を受けることができ、一回の乗車につき2枚まで利用できます。原則として年間一冊（利用券36枚つづり）を交付しますが、じん臓機能障害があり、人工透析治療を受けるために週三回程度通院している方には、年間三冊を交付しています。

手帳を持っていない方で65歳以上の方は、在宅高齢者福祉助成事業の一環として、高齢者福祉タクシーが利用できます。ただし、居住条件により利用できる年齢が異なりますので、関係機関（つくば市高齢福祉課）にお問い合わせ下さい。利用内容は、障害者福祉タクシーと同様です、

この他、市内の介護・福祉タクシー事業者、福祉限定の介護タクシーだけではなく、一般の方も利用できるユニバーサルデザインタクシー（UD タクシー）を所有している事業者もあるようです。

つくばエクスプレス線

Tx つくば線は障害者割引があるのをご存知ですか？利用料金が距離に関係なく半額になります。ご利用する際は、自動改札ではなく係員がいる案内カウンターで手帳を掲示して割引券を購入します。ICカードの場合も、案内カウンターを利用します。

筑波山：つくば市のシンボル筑波山は見る角度によって様々な姿を見せてくれます。広い関東平野、遮るものがなく、遠く埼玉県・栃木県からも見ることができます。

土田地区からの筑波山

編集後記：やっと待望の春がやってきたようです。しかし突然飛び込んできた新型コロナウイルスのニュースには大変な危機感をいだかざるを得ません。いち早い終息を願うばかりです。さてこの「ゆうあい」は、つくば市社協本部の輪転機・紙折機を利用させていただき、1000 枚印刷しております。印刷作業の後、その日のうちに市役所市民活動課に寄り、各窓口センターや交流センター等へ配布の依頼をしております。又近隣の施設や茎崎地区区長会の方々にも読んでいただくことになりました。おかげ様をもちまして、令和元年度は当初の予定通りなんとか３回発行できました。季節は春、新しいさわやかな気持ちで新年度を迎えたいものですね。（木嶋）