**豊町二丁目親和会　飴本　公子さん**

私は品川区豊町で生まれ、育てられ、現在にいたっております。戸越体育館では親子体操、障害者のフリー教室、幼稚園などの体育指導をしており、地域のおばさんとして楽しく生活をしております。

　最近、中央公園でストックを持って歩く方を見かけませんか。私達の仲間が「歩～く」というノルディックウォーキングクラブを17年前に作りました。初めの頃は、長谷川先生・小林さん・藤田さんと歩いているとお年寄りに「2本も杖をついてお気の毒だこと。」と言われながらも歩いていましたが、現在は80名の会員が活動しています。ほとんど荏原第五や西品川の方で、目黒・大田からもいらしてます。このクラブを作った目的は、体力・仲間作りです。笑顔で楽しく過ごすことのできる場所です。品川区では4ヵ所でノルディックウォーキング教室が開催されています。ぜひ皆さん一緒に元気に笑顔で歩きませんか。待ってます。

次回は、豊葉の杜学園にバトンタッチ

**緊急代理通報システムのご案内**

秋空が高く澄み渡り、秋の訪れを感じる季節となりました。荏原第五地区の皆さまはお元気でお過ごしでしょうか。

65歳以上の方を対象に自宅での火災や急病などの緊急時に通報を受けた警備会社の警備員が24時間365日駆け付けます。

①「主装置」ペンダントなどからの信号を警備会社へ送信する装置です。

②「救急ペンダント」体の具合が悪くなった時などの緊急時にボタンを押すと通報されます。

③「火災センサー」火災時にセンサーが反応し、自動的に通報されます。

④「生活リズムセンサー」トイレ等の扉に取り付け、在宅中に24時間扉の開閉がないときに自動的に通報されます。

設置費用は区が負担します。利用料は月々300円～1000円と通信料がかかります。要介護認定等を受けている方は在宅介護支援センターへお問い合わせください。介護保険を利用していない方は支え愛・ほっとステーションで受付しています。