

けせんぬま

支え合いだより



しょうがっこう
浜の笑楽幸(小泉地区)



塚沢サロン(新月地区)

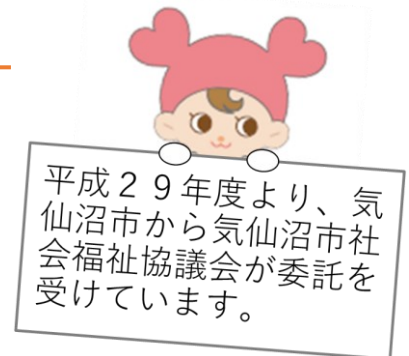
目次

○生活支援体制整備事業について	・・・	1ページ
○各地区の活動紹介		
西地区	・・・	2ページ
上地区	・・・	3ページ
中央地区	・・・	4ページ
魚町地区	・・・	4ページ
南町・柏崎地区	・・・	5ページ
南地区	・・・	6ページ
鹿折地区	・・・	7ページ
松岩地区	・・・	8ページ
新月地区	・・・	9ページ
階上地区	・・・	10ページ
大島地区	・・・	11ページ
面瀬地区	・・・	12ページ
唐桑地区	・・・	13ページ
津谷地区	・・・	14ページ
小泉地区	・・・	15ページ
大谷地区	・・・	15ページ
○資料		
支え合い推進員発！ ☆あるいて☆あいさつ☆気分は気仙沼 一周！おさんぽすごろく	・・・	16ページ
○地域支え合い推進員の紹介		

生活支援体制整備事業・地域支え合い推進員が 地域の支え合いを充実させるための 活動を支援します

生活支援体制整備事業とは

高齢者等の社会参加、生きがいづくり、身近な地域での介護予防の場づくりを進め、住み慣れた地域でつながりを持ち暮らし続けられるよう、住民の皆さんが主体となった支え合い・助け合いの活動ができるような「地域づくり」に取り組むものです。



地域支え合い推進員が応援します!!

生活支援体制整備事業を推進するため、市内に16ある地区社協圏域それぞれを担当する「第2層地域支え合い推進員」を9名配置しているほか、市全体を担当する第一層地域支え合い推進員1名の計10名体制となっています。



地域支え合い推進員の主な役割

- ・地域にある取り組みや人、知恵や工夫などの様々な宝物を見つけ出します。

見つける



- ・どんな困りごとをかかえているかなど、「地域の声」を発掘します。

- ・地域で行われている活動の様子や、活動に関わっている人の想いを、広報誌だけでなくとどまらず様々な形で発信します。

発信する



- ・人や情報、サービスや資源などを適切につなぎ、地域の困りごと解決を支援します。

つなぐ



- ・「協議体」等の場を活用し、「支えあいの地域づくり」を推進するきっかけをつくります。

つくる



- ・地域にこんなことがあったらいいななどを、住民皆さんと一緒に考え、実現するお手伝いをします。



次ページから、地域ごとのいろいろなカタチの「支え合い」「助け合い」活動の一部を紹介します



西 地 区



うるし ばら かい
漆 原 会

週二回(火・金の午前)本郷の漆原児童公園にて和気あいあいとグラウンドゴルフを通して、会員相互の健康維持をモットーに声掛けと見守り活動を行っています。

グラウンドゴルフ以外にも、お茶会の中で勉強会やカラオケ等も行っています。

グラウンドゴルフを通して、思いやりを持ってなんでも言える仲間づくりを行っています



～地域の元気の秘訣～



じ～ばあ なごみ
GBa サロン&753 サロン

南郷3区の GBa サロンと753サロンで一昨年まで、両サロン会員でかぼちゃ粥会を行っていましたが、合同忘年会が行われました。今回は会員以外の住民にも参加して欲しいとのことで、南郷住宅内の高齢者を対象に広く声を掛けました。

26名の参加のうち11名は初めて参加された方でした。忘年会は終始笑いがあふれ、久しぶりの集まりに住民同士の繋がりが、より一層深まりました。

新しい仲間を増やす工夫をしながら、みんなで楽しく交流しています。

～合同忘年会～





上 地 区



上地区社会福祉協議会

～“今日行く“居場所の継続、青空喫茶店～

令和2年8月より移動販売に合わせて始まった青空喫茶店は月1回(第3月曜日)元気いっぱい開催しています。上地区社協を構成する団体の協力をいただきながら、今年度はミニ運動会、ミニミニチャリティーショーなども行いました。軸となるフレイル予防にはいろいろな取り組み方があり、脳トレ、体操、作り物など、アイデアを出し合い毎月内容を検討しています。会の途中にお買い物を済ませる方や、自由に入出りできる集まりを皆さんが楽しんでます。

年度末には体力測定を行い、フレイル予防の効果を確かめます。



コロナの発生後、活動の自粛が続く中で、上地区全体に周知し、居場所の確保と社会参加の場を提供し、フレイル予防に取り組んでいます。サロンの運営をしている方々には、活動のヒントになったり、アイデアを持ち帰り役立てていただくなど、手を取り合って継続しています。



本町二丁目会 “茶話会”

～なが～いお付き合いで 繋がる助け合い～

高年部の行事の一つに「茶話会」があります。高年クラブとして独立していた活動でしたが、近年会員の減少により自治会活動の中の高年部として活動を続けるようになりました。

月に一度の集まりは内容が多岐にわたっており、物づくりの時には女性陣が多く集まりますが、バスに乗ってお出掛けをする時には男性陣の参加も見られます。

自治会と連携しながら、地域の方が気軽に集まれる場所になって欲しいと考えています。



山の上にある自治会館にまで、坂道を上ることでフレイル予防の運動になり、声掛けや連れ立って来ることは、支え合いになっています。

集まってのお話は地域の情報交換となり、見守りに繋がっています。



魚町地区

魚町三区

～コミュニティ再生に向けた取り組み～

令和4年度より、陣山地区と合同で『べっこう屋』を会場に月1回様々な活動をしています。最近では、去年の暮れに実施したビンゴゲーム大会がとても盛り上がりました。定期的な集う場づくりの取り組み背景として、魚町3区では震災後の人口減少と陣山地区の高齢化があります。合同での交流を重ねきた結果、お互いの良いところを再確認出来たり、地域コミュニティ必要性や大切さに気付くなど、交流の輪が広がっています。



笑顔満開・笑って健康アップ・笑って免疫力アップしています。

中央地区

中央地区ボランティアクラブ

～つながり・つくる「集う場」～

コロナ禍で地域活動の多くが自粛されている状況ですが、ボランティアクラブでは、地域で「つながりを絶やさないために何ができるか」という視点で話し合いを行い、集う場づくりのための取り組みを行っています。今年度2回目は、【カラダの健康に欠かせない大切なこと・健康はお口から】をテーマに口腔ケアに関する講話とお茶会を開催しました。参加者からは「普段から意識することがなかった。」「健康であるために、今後は心がけたい」などの声が聞かれました。外出や人と会う機会が減少しているからこそ、地域の繋がりや数少ない集う機会を大事にしながら、今後もボランティアクラブから笑顔あふれる地域を目指して活動に取り組んでいます。

学びの場を自分達でつくることを心掛けています。





南町・柏崎地区

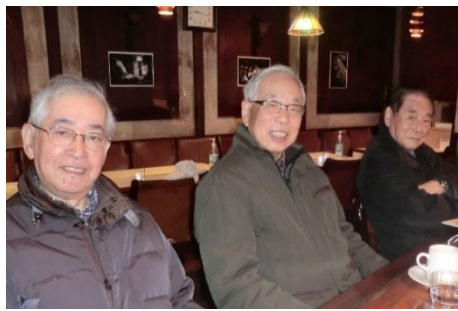


V8 サミット

ぼうちゅうかん ～忙中閑あり・日の出と共にモーニング珈琲～

南町の喫茶店ヴァンガードは、近隣住民やジャズが好きな方々の繋がりや交流を深める場となっています。2014年に意気投合した年齢・職種の違う男性達で集いの会「V8」が発足しました。名前の由来は、ヴァンガードのVと当時8名だったことです。現在は、数名加わり、毎日顔を合わせることが日課となっています。仕事で忙しい中時間をつくり、冗談を話したり、情報交換をしたり、互いに元気を貰い一日がスタートします。また、メンバーの結束は固く「人との出会いに感謝」と「この場所で馴染みの顔と共に過ごす時間」を大切にしたいと話しています。

心地よい仲間との空間がV8の「居場所」です。



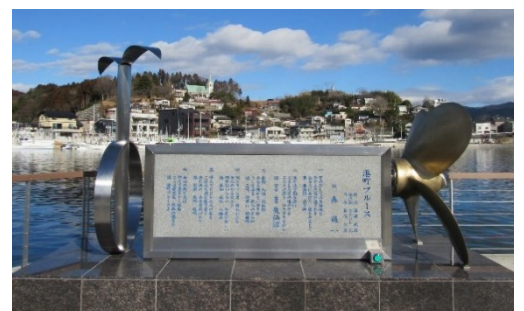
参加しない日は、仲間に心配させないよう「欠勤届け」を事前に「申告」するなど、安否確認も習慣化されています。



柏崎地区

～お正月様(御幣束切り)昔の風習大事にしよう～

昔は、お正月と迎える準備として、各地区に何軒かのお宿(お世話人)宅へ神主さんに来てもらい、隣近所が集まって御幣束切りを行いました。震災によりお宿が少なくなりましたが、柏崎・煎餅坂(南町4区)・紫神社会館にて、現在も紫神社の神主さんを迎えて御幣束切りを受けており、昔ながらの伝統を大切にしています。柏崎地区では、今年も神主さんを交えて、地域の文化や歴史(西風釜)の由来など昔話に花が咲きました。ゆるやかな地域の繋がり、助け合いの気持ち、引き繋がれる文化は次世代にも伝えたい地域のお宝になっています。



住民さん宅も近況を気兼ねなく話せる
地域の方々が顔を合わせる大切な場の一つです。



南地区



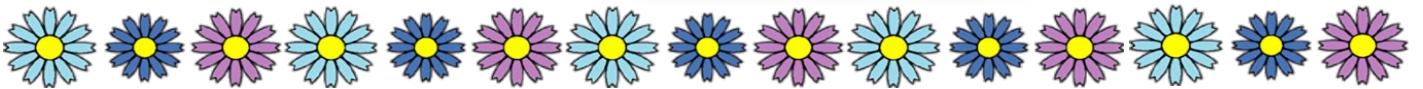
幸町住宅自治会婦人部

～コロナに負けない！健康づくり～

幸町住宅自治会婦人部では、コロナで自治会での活動を自粛していましたが、“今できること”をみんなで考え、令和4年度より毎週水曜日に「ラジオ体操」を始めました。時間前から集まり井戸端会議で交流が広がっています。体操後には連れだって散歩に出かけたり、何人かで花壇の草取りをしたりと、活動の連鎖が見られます。

寒さが厳しい期間はちょっとだけお休みしますが、春になったら再開する予定です。

コロナが心配で何もできないと言うだけではなく、高齢者が多い住宅内でフレイル予防として今できることをみんなで考え、感染予防対策として換気の必要が無い屋外での活動にしようと行動に移しました。



幸町住宅自治会

～みんなで集う場って必要だよ～

幸町住宅自治会では、介護予防と住民同士の交流を目的に、ラジオ体操の日に合わせてコミュニティセンターを開放し、自由に集うスペースを準備しています。新たなコミュニティ形成に取り組み始めて6年経ちますが、まだまだご近所を知らない方も多く、高齢化が進んでいく中でみんなと繋がり安心して暮らしたいという思いがあります。

先日は体操終了後に新聞紙のエコバック作りを行い大変好評でした。みんなで集まることの必要性も会話で聞かれたほか、施設の開放を利用して色々な活動をしたいとの声も多く聞かれました。



知り合い、助け合い、みんなと楽しく住み慣れたところで生活していきたい思いを叶えましょう！まさに地域支え合い活動です！





鹿折地区



ありんこの会

～仲間が顔をそろえて話合うのが元気の源～

「ありんこの会」は両沢地区で30年近く続くお茶飲み会です。きっかけは代表が、田んぼの作業で、一緒になった2人に声をかけて始まりました。現在は10名のお仲間です。両沢公会堂で、月に2回、第2第4水曜日に開催しています。会員は、公会堂の近くに住んでいるので散歩をかねての集合です。みんなで集まってお話をすると、話題がとぎれず時間の立つのも忘れます。



公会堂の清掃やマリーゴールドやサルビアの花植えを行ったり環境整備も一生懸命です。



鹿折グラン・マの会

～楽しいひと時集まる笑顔～



「鹿折グラン・マの会」は月1回第3水曜日に「西みなと町・西八幡町公会堂」で活動しています。2015年に当時の民生委員の方が自治会長さんに相談して会が誕生しました。現在は19名です。代表始め御世話役の方々にサロンの内容を考えています。みんなで体操や脳トレを行ったりしています。令和4年10月には、鹿折まちづくり協議会のご縁で大阪大学の先生が、会に参加し川柳の手ほどきを受け、会員で川柳を詠み、手作り冊子を作成しました。体操や、頭の体操をかねて川柳を詠んだり楽しく会を続けていきます。



地元中学校や外国人技能実習生等とも交流を図るなど、世代、文化をこえた繋がりや輪が広がっています。



松岩地区



松岩地区社会福祉協議会 かぼちゃ粥会

～地域一丸となっておもてなし～



コロナ禍で休止していましたが、3年振りに開催されました。感染予防を徹底しながら、松岩地区ボランティアクラブが中心となって、かぼちゃ粥づくりを行いました。

会食形式からテイクアウト形式となりましたが、受け取りに来られた方との会話を大事にしながら丁寧に対応されており、心待ちにしていた住民からは「このかぼちゃ粥を食べると風邪をひかないから頂いて嬉しい」との声が聴かれるなど、笑顔ほころぶ時間でした。



地域の皆さんが、力を合わせて事業を開催しています。いくつになっても社会参加と役割を持っていきいき活動しています。



赤岩 熟年部

～フリー会館で世代間交流～



赤岩熟年部では、多くの住民に集いの場へ足を運んで欲しいとの思いで、今年度から赤岩親交会館を解放して、ゲーム等楽しい企画を取り入れながら、気軽に利用してもらえる取り組みを始めました。



地域の会館が一番身近な集う場です。たくさん活用して、もっともっとみんなと仲良くなりたいですね。





新月地区



産直 まっちゃん

～土に親しみ収穫する喜びを「まっちゃんの物語」～



仲間の集まる所、私の居場所

早稲谷地区住民より、高齢者が集う場所をつくりたいという相談があり、相談者を中心に地域へ呼びかけて、令和3年に「産直まっちゃん」が発足しました。背景には、大切に育てた野菜を廃棄するのはもったいない。みんなに食べてもらいたい気持ちと、新月地区社会福祉協議会が開催する「フレイル予防と住民座談会」にてフレイル予防に関心を持って頂けたこと、話し合いから市内の高台の高齢者の多い地域での移動販売へ発展しました。成功体験から団体発足につながり、「やってみよう！」と様々なことにチャレンジする事、仲間と過ごす日常が活力となり活動継続につながっています。

《産直まっちゃんみんなの目標》
野菜づくりの経験を活かしながら人とふれあい社会参加をする。それが生きがい健康づくり、支え合ってみんなで笑顔になろう。



今日也大盛況



森の学校と農業体験の受け入れ

スロー・スマイル工房

～のんびり生活！笑顔で地域を明るく朗らかに～

平成28年頃、前木地区の熊谷さん宅では、仕事、介護が落ち着き、農業に専念しようと思っていた時に、わかめ出荷作業のお話がきました。自宅と友人と2人で始めたところ、旧落合小学校 PTA での友人、地域の仲間が加わり、現在5人です。出荷作業のほかに、餅つき、手作りみそ・うめぼし・野菜づくりなど、季節の行事を楽しみながら、体力に合わせて役割があり、得意分野を担当します。ご近所のお友達の分もつくります。

加入している老人クラブでは資源回収をしていて、熊谷さん宅が、回収場所になっていることもあり、資源を持ってきた友人が集い、外のテラスがカフェになります。令和 5 年1月18日に「スロー・スマイル工房」と名前が決まりました！

「今日行くところ、
今日の目標、
私の役割。」
笑顔と笑い声が
あふれる場所へ
馴染みの顔に会いに行く。

スロー・スマイル工房



階上地区

最知グラウンド・パーク愛好会

～やりたい！
の応援団！～

最知高自治会では、「グラウンドゴルフをやりたい」という多くの声があがり、有志の皆さんで令和3年3月末に最知グラウンド・パーク愛好会を結成しました。現在の会員数は18名。新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、家で過ごす時間が長くなっていますが、広いグラウンドでのびのびと運動することで、心も体もリフレッシュ。皆さんいきいきと目を輝かせながら、楽しく健康づくりに取り組んでいます。



参加することによりお互いの安否確認になり、健康維持に繋がっています。

長磯原自治会シニア部

～仲間と過ごす大切な時間～

長磯原シニア部では、平成21年度に設立してから、月に一回お茶飲み会、健康講座、日帰り旅行など行っています。男性の参加も多く、今年は、自治会館の完成を記念して、門松の作成を行いました。いつまでも元気であるために、会館庭でグラウンドゴルフ場を設け健康づくりにも励んでいます。

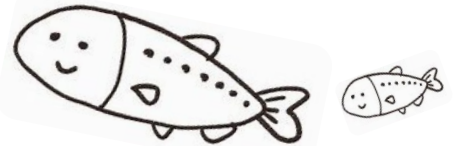
長く積み上げてきた顔なじみの仲間との支え合いがお互いの信頼を築き、楽しく活動を続けられる秘訣ですね。





大島地区

読み聞かせボランティア「いわしの会」



～こどもとふれあい喜びを～

「いわしの会」では、子どもたちに本を読む楽しさと、大切さを伝えることを目的として活動していますが、メンバーそれぞれ本が好きで、子どもたちと関われることを楽しく感じています。大島児童館での「幼児遊びの日」には地元の親子連れが来てくれていましたが、橋が開通したおかげで島外の親子も来てくれるようになったのでメンバーの皆さんも楽しみにしているようです。



子供たちとの関わりがメンバーのいきがいに なっています。

浦の浜お茶飲み会

～おしゃべりの中での情報交換～



震災後、身近な集いの場が必要だと思い、新しい自治会館の完成を機にサロンを始めました。浦の浜親和会では、高齢者だけでなく、若い世代も参加して、お茶会を実施しています。

お茶のみとおしゃべりを中心に、お茶っこ体操などで体を動かしたり、花壇の草取り作業や整備をしたりと毎回充実した時間を過ごしています。「できるだけ医療や介護のお世話にならないようにしよう」を合言葉に、みんなで無理なく笑顔で取り組んでいます。

馴染みの顔に会いに行く。

互いを気遣うつながりが元気の暮らしを支えています。





面瀬地区



面瀬地区ボランティアクラブ

～つながりを楽しく～

ひとり暮らしの方などへの配食サービスや友愛訪問を通じた地域の見守り活動や、地域団体と連携した交流事業の開催など、細やか見守りや支え合いのネットワークを築いています。

また、公民館まつりなどの行事に合わせて炊き出し訓練行っており、東日本大震災が発災した際には地域の方々と協力し、精力的に被災された方々への支援を行いました。コロナ禍の現在においても防護服づくりや防災訓練への協力などの活動を通じて地域のつながり作りに大きく貢献しています。



お会いするとホット安心できる。面瀬地区のお母さんの存在です。



いつも
ありがとう

上沢 ゆうゆうクラブ

～支え合って23年～

「脳の活性でボケは防げる」を合言葉に、平成12年に会員35名で発足されました。

月1回水曜日に地区内の会場に集まり、脳トレやカラオケ、移動教室(温泉)など、面瀬地区ボランティアクラブの協力をいただきながら心のふれ合いを大事に楽しく活動しています。



ゆうゆうクラブ二十年間の唄

一 平成十二年結成し
ゆうゆうクラブと 名を付けて
そばつき 旅行に お花見と
今日も 元気で元気で 活動する
ゆうゆうクラブの人

二 腰が曲がろうと 白髪でも
お手玉 輪投げや ボーリング
ピンゴに スポーツ カラオケと
みんな 仲良く仲良く 末長く
ゆうゆうクラブの人

三 晴れて迎えた二十年
みんな 守った 記念の祝い
今日は 高らか乾杯し
唄や踊りで踊りましょう 祝いましょう
ゆうゆうクラブの人

作 藤田 文子氏

上沢自治会と面瀬地区ボランティアクラブなど地域のみなさんが一緒に活動しています
23年継続していることが素晴らしい!





唐桑地区



中井地区 すみれ会



～月に1度のお楽しみ～



他地区のサロン活動を参考にH19年に結成し、月1回第4金曜日に中井老人憩いの家で行われています。現在の会員は約40名で主に70～80歳代で構成されています。中井地域の住民の方が中心ですが、小鯖地区の住民の方も参加されています。

内容は体操や歌・手遊び・手話などで、会員のペースに合わせ無理なく行われています。休憩中は近況報告やおしゃべりで盛り上がっています。



会員が得意な分野の先生になり行われています。
年齢関係なく皆さん楽しく活動しています。

唐桑マリンスターズ



～60歳からの軟式野球チーム～



「唐桑マリンスターズ」は、唐桑の地域にふさわしい海にちなんだ名前を付けました。H10年に結成され、現在の会員は39名です。60～80歳代(還暦・古希)のメンバーで構成され、練習は火曜日・土曜日の週2回行われています。年間約25試合、多いときで30試合行い、4月からの試合に向け3月から練習が始まります。皆さん投げたり、打ったり、走ったりと目標に向け日々練習を行なっています。

県内の試合はもちろん、北海道、岩手県、福島県の遠征もあり、試合では数々の勝利をあげています。遠征の試合は泊まりもあり修学旅行気分楽しんでます。



健康と仲間作り ～フレイル予防～
年齢を感じさせない若々しい身のこなしで
会員の皆さん元気に活動しています。



津谷地区



山田地区移動支援サービス

～山田地区移動支援サービス♡

サービス開始から3年目♡順調に運行中です。～

山田地区生活支援互助会では、令和2年7月より移動手段を持たない方々を対象に、市から無償貸与を受けた車両を利用して移動支援サービス事業を行っています。

山田地区移動支援サービスは、3年目を迎えています。利用者も増加し現在は37名が登録されていて順調に運行され、地域の運転ボランティア11名の協力を得て、毎週月曜日～金曜日の4日間実施しています。デマンド方式で自宅玄関から目的地まで送迎し、買い物や手続きの補助も行っています。これまでの主な利用目的地は、本吉病院、金融機関、買い物等が多く、本吉地域以外でも、市立病院や整形外科への通院に利用されています。

地域の支え合いづくりが出来ており、住民ボランティアが意識を持って取り組んでいます。長年地域の課題解決に向けた話し合いを重ね、この事業展開に繋がりました。



利用されている方々は、毎日の生活に欠かせない必要なこと、とても安心して移動が出来ると満足されています。

デマンド方式とは??

あらかじめ決まった時間帯に決まった場所を回るのではなく、予約を入れて、指定された時間に指定された場所へと送迎すること





小泉地区

浜の笑(しょう)楽(がっ)幸(こう)

～みんなが楽しく集う場づくり～

コロナ禍で活動ができなくなったことで、仲間との交流が減ってしまうのはもったいない、何か集まる場を作ろうと話し合いを重ね【浜の笑楽幸】ができました。話し合いの中で、地域に住む住民を対象に、男性の参加も受け入れ、令和2年 10 月から月 1 回第2水曜日、午前 9 時30分から始め毎回20名ほど集まり、レクリエーション、フレイル予防講座、防火訓練、など活動をおこなっています。楽しい集まりがあることでサロンに参加でき、見守り、見守られる関係性と社会参加が増えています。



これからも住民主体で、その地域らしい、集いの場として継続できるように活動していきます。



大谷地区

仙翁寺 グラウンドゴルフ愛好会

～仲間と一緒に健康づくり～



同級生3人で立ち上げてから5年になります。使わなくなった木材で、休憩所やベンチを寄付していただきました。会員みんなで、感謝しながら毎日グラウンドゴルフを楽しんでいます。

また、地域のグラウンドゴルフ大会の支援や、活動場所の整備に力を入れています。悪天候以外は、ほぼ毎日の午後、仲間と集まり楽しんでいます。

広い活動場所を歩くことで足腰が鍛えられ健康づくりにも繋がっています。休憩時には、何気ない日常の会話をするのも大事な楽しみの一つです。





～ 健康づくり・つながりづくり コロナに負けない地域を ～

☆あるいて☆あいさつ☆ 気分は気仙沼一周！おさんぽすごろく

地域支え合い推進員は、地域の皆様へ向けて健康増進とふれあいのある地域を目指して「☆あるいて☆あいさつ☆気分は気仙沼一周！おさんぽすごろく」を作成しました。散歩した時間や回数によってすごろくのマス塗りつぶし、また、散歩中に会った人へ挨拶をしながらコマを進めてゴールを目指しましょう。

このすごろくには、気仙沼の観光地や、文化財、特産物などを載せています。みなさんの住んでいる地域のことや、先人の培った文化や歴史について知ること大切だと思います。仲間や家族などと散歩された際には、気づいたことなどを話し合ったり、共有することもいいですね。

【使い方の例】

唐桑半島の所からスタートします。ご近所を30分歩いたら1マス進みます（○印に色を塗ります）。散歩の途中で出会った人に挨拶もしながら進めていき、本吉地区にあるゴールを目指します。

※ご自身の体力に合わせて1時間歩いたら1マス塗るなど、工夫しながらご利用ください。



みんなで考え、みんなで作る 地域の支え合いのしくみ



住みなれた地域で自分らしく暮らし続けるためには、住まい、医療、介護、介護予防、フレイル予防、生活支援が一体的に提供される暮らしをつくる必要があります。



地域の見守りや居場所づくり、買い物支援など地域の支え合いをみんなで考え、みんなで作ることが求められています。



そのような地域の支え合いのしくみを



地域支え合い推進員がお手伝いします

地域で活動する住民や様々な分野の専門職など、地域につなげるお手伝いをします！



歩いて通える居場所や地域で話し合いの機会をつくるお手伝いをします！



場

各地域での支え合いの取り組み紹介など、情報を伝えるお手伝いをします！



情報

支援

生活支援の情報を収集・発信して、利用できる支援をつなぐお手伝いをします！



地域でのつながり、支え合い、助け合いが推進するよう今後も皆様方と協働で取り組んでまいります。

よろしくお願いいたします。



まずはお気軽にご連絡ください！

社会福祉法人 気仙沼市社会福祉協議会

(支え合い推進員直通：22-0722)

生活支援体制整備事業 **けせんぬま 支え合いだより**

〈編集・発行〉 **社会福祉法人 気仙沼市社会福祉協議会**

住所：988-0066 気仙沼市東新城2-1-2

電話：22-0709 FAX：22-4467

(支え合い推進員直通：22-0722)