



## 子育てアンケート集計結果が示す課題

この結果をこれからの子育てにどう役立てることができるか



地域ケアプラザは、身近な地域の福祉・保健活動の拠点として運営していますが、実際のところ、これまでの対象は主に高齢者の方々が中心でした。

高齢化や核家族化が進み、個人や家族では解決することの難しい社会問題を抱える高齢者の存在を可能にすることが急務であったからです。

けれども、桂台地域ケアプラザは開設以来5年半、支え合い連絡会、子育て支援分科会が平成12年に発足、乳幼児から青少年まで地域の子どもや子育てを支援する方々が、ケアプラザや関係機関を共に情報を共有し各団体での支援活動につなげ、更に子どもや子育て中の保護者を対象とした、福祉・保健プログラムを多数企画・実施しました。

今回のアンケート調査は、保護者の方々から回答を得、また回答結果について子育て支援機関の方々よりご意見・感想等を頂き、改めて地域の子どもや子育ての現状について理解する機会となりました。

私たちの町の子どもの数は減少傾向にあります。またアンケート結果から、身近な地域に友人の居ない親子、子育てに不安感を持つ母親、保護者病時、等の託児支援を求める課程など、高齢者福祉と同様に、個人や家族のみでは解決しにくい課題があることがわかりました。

子ども達が地域で伸び伸び健康に育ち、その子育ても豊かに生き生きと行われるために、子ども達にも関心を広げ、今後も地域みんなで取り組みを進めていきましょう。

## 目 次

子育てアンケート結果への感想と意見	1 p ~ 4 P
親子フェスタ・中学生ボランティア感想文	5 P
支え合い連絡会から	6 p・7 P
地域福祉講座 and 編集後記	8 P



## 子育てアンケート結果への感想と意見



前号では子育てアンケート調査結果を発表しましたが、今号では各方面の専門家の方々からご感想・ご意見を頂きました。ご理解頂きやすいように「アンケート結果の要点」をこの章の後に掲載しましたので、併せてご覧ください。

### アンケートの結果をヒントとして

アンケートは専業主婦と就労主婦とに分けて集計していることから、それぞれのライフスタイルの違いが子育ての悩みの違いにあらわれています。どの家庭も悩みを抱えながらも子育てに取り組んでいるのが見えてきます。

今回の回答者のほとんどが、母親でしたが、父親の子育ての悩みも聞いてみたいところです。夫婦では子育てへの悩みが随分違うものではないかと思えます。二人親家族の場合、父親の子育てへの役割とかかわりが大切です。父親が子育ての責任感とその大変さを感じ

られるよう、夫婦で子育てについて、また子どもの成長について多く話し合える機会が作れると良いと思います。一人親家族では、また違った悩みがあると思えます。いずれの家族にしても、地域や近隣との交流により支えられることは大きいでしょう。地域が子育ての大変さを理解し、支えていくことが今の少子化の社会では大事なこととなってきています。今回のアンケート結果は、地域で子育てを考えるヒントになると考えます。

栄区役所 子ども家庭担当係長 小林 英一郎

### 育児に情報はとても重要

まず、この実施されたアンケート調査の内容は素晴らしいものであると思えます。調査からは栄区内においても核家族化の傾向が顕著に現れ、特に情報や地域との交流の場を求めている傾向が伺われます。

当会が市より受託して行う「子育てサポートシステム」についてですが、周知されている割合に対し、利用が低い傾向となっています。利用して下さる方には喜んでいただいておりますが、アンケート報告にある課額の中には、「子育てサポートシステム」の課題も含まれていると考えられます。利用料の設定や利用の仕方に関する課題等、こうした貴重なご意見は市社会福祉協議会へ挙げて検討していきたいと考えています。

また、当会では横の連携を重視し、ボランティアグループ、地域ケアプラザ、行政機関等を構成員とする「子育て支援団体連絡会」を開催し、情報の共有化や、必要な支援策を共に考える取組を進めています。アンケートで提起された情報伝達手段や活用方法、家事支援システムの周知等の課題は、当該連絡会でも課題として挙がっており、その重要性を再認識し、今後の検討に活用したいと考えます。

当会は地域の皆様の協議体です。幅広くご意見を頂き、皆様と共によりよい地域福祉を目指して共に歩んで参りたいと考えております。

栄区社会福祉協議会

### 保育園の視点で

地域における子育てアンケート調査結果をありがとうございました。

子育ては手間ひまのかかるものです。それ故、喜びや楽しさと共に、悩みや辛さが伴い、その体験を日々繰り返しながら、親が親として育てられていくものなのでしょう。この過程のなかで、周囲の環境がどう存在していったらよいか、保育園としても今回のアンケート結果を真摯に受け止めました。共働きの家庭にとって、我が子とかかわる時間は限られ、その時間を密接にしている様子が見られますが、それだけでは解決しない子育ての悩

みが多いことがわかりました。保育園ももっと子育てトークができる時間が必要になっていることを感じます。それは入所している子どもの保育者のみでなく、子育てをしている地域の人たちと共です。保育園という枠の中だけでなく、子育てしている同じ立場にいる者同士、いろいろな悩みや憩いが語られ、共有し支えあえる関係づくり、それは小さなネットワークです。

アンケート調査結果を保育園の新たな視点にしていきたいと思えます。

桂台保育園 園長 古矢雅美



## 家事支援の活用を



アンケートの結果を見て、想像してはいたのですが、専業主婦と就労者との差異が顕著に顕れたことが一番の関心事でした。全者は子供と居る時間が長いから情報が足りない。後者は子供と居る時間が少なく違う悩みはあるが情報は託児期間などから多く入っている。

私はNPO法人ワーカーズコレクティブたすけあい栄といって、地域でいろいろな人たちに家事・介護のサービスを提供する団体に所属しています。

アンケートの結果から、いかに地域の中にある、ありとあらゆる情報を、すべての人に伝えていくか、ということがこれからの大きな課題であるということを確認いたしました。

で、さっそく家事支援の使い方を少し例をあげてご紹介いたします。



家庭の病気やケガなどにより子供の世話ができないとき。

子供の通院・入院時などにより子供の世話ができないとき。

産前産後の世話（子供・母親自身のケア）

双子や三つ子さんのいる家庭の家事など。

保護者の外出時の子守など。

いろいろなケースがあります。栄区にはいくつかこのような時にサービスを提供してくれる団体があります。こんな時はダメかしらなんて思わないで相談してみてください。人の都合がつかないこともあるかもしれませんがどの団体もいっしょうけんめい、いい方法をあなたといっしょに考えてくれると思います。

たすけあい栄 代表 和泉 香代子

## アンケートの結果から見える諸々の課題

設問の一つ一つの結果を見ると、社会的な背景だけでなく、桂台地区の特徴も出ているように思います。

例えば、家族形態や住宅事情は栄区内でも一戸建てが多い地区であることや子育て世代の実家への戻りの結果であることも考えられます。

地域交流については、場所として「公園」が多いが、実際には人がいないとの結果となっています。これは、少子化の影響もあるかと思いますが、乳幼児健診や訪問している中で子育て中の親の話を聞いていると、生活リズムが遅くなってきていて午前中に公園へ遊びに行くという親子が少なく、出会いが無いことにつながっているのではないかと思います。（乳幼児において）

母親が働いていない家庭において、子どもと外出する時間を大切にするのは、その前の設問でも分かるように、働いている母親に比べて圧倒的に母子だけで過ごす時間が多く話し相手も無くイライラしてストレスがたまってしまうので、母子ともに気分転換を図るうえで外出することが多いという結果に反映していると思います。

今回のアンケートの結果から社会的な背景だけでなく、地区の特徴や母親の仕事の有無により、子育ての事情が変わってきていることがよく分かる内容だと思いました。

栄区役所 子ども家庭支援担当 浦野 春美

## 地域を意識した子育てへ

アンケート調査の対象者を見ると、地域性として比較的安定した環境の中で子育てができているように思いますが、不安や問題とされる事は、それぞれの親達にとっては切実な課題とされていて、その課題は地域の子育ての方法や気づきの切っ掛けに、大切な情報として捉える必要があると思います。私達支援者は如何にタイムリーに、また、的確な支援内容が求められますから、常々、子育てを身近に感じ取る切っ掛けとして、このアンケートを利用できる事が望ましいと思います。

昨今、就労を希望する親が増え、保育園の増設と保育内容及び人材の向上が求められていますが、預ける側の親の調査結果を見ると、物理的に仕方ないにしても、施設のみに頼り切った育児を感じ、もう少し地域を意識した子育てができると、幅の広い情報や支援に期待ができるのではないかと思います。少子化と言われる中での豊かな子育てを如何に現実にしていくか、親も支援者も真剣に取り組む地域でありたいと思います。

栄区子育て支援者 木暮 寿子

## 子育てに適切な情報伝達を



子育てアンケートの結果から情報の伝達について興味深く拝察致しました。日頃子育て支援に拘わっている中で「一番辛い時期に相談できる場所を知らなかつ

た」、「もっと早く来れば良かった」という声や、逆に「あのとき（悩んでいたとき）聴いてもらえる場所が無かったら、虐待していたかも？」等の声を聞くこ

とがあります。そんな時はやはり情報の伝達の大切さを痛感いたします。

もう一点、知ってはいるけど利用したことはないという結果には、報告書にもあるように、利用のしやすさを検討していく必要性を感じました。

子育てする家庭には楽しいこと、うれしいことの反



面、イライラすることも多々あります。「今聞いて欲しい!」、「今助けて!」という時にはやはり地域の人・仲間・場所だと思います。そして的確な情報が行き届きますよう、桂台ケアプラザさんが地域の子育てのキーステーションになられます事を切望いたします。

OYAKO CLUB チューリップ 保育士 竹内 泉

### 専業主婦と就労主婦の悩みの違い、そして児童虐待については

今回のアンケート結果で最も驚いたのは、就労主婦に対して専業主婦のほうが、育児の悩みを抱えている割合が多いという点です。専業主婦の私は「仕事に就けば育児の悩みが今より減るかもなあ」と漠然と感じてしまいましたが、これはかなり短絡的です。一言に育児の悩みと言っても、内容の深刻度や悩みのタネは千差万別だと思うので、もしまたアンケートをとる機会があれば、悩みの内容やその克服法・対処法なども聞くと、今回現れた就労/専業主婦の相違点がより深く掘り下げられるのではないのでしょうか。

また「児童虐待」に関して「他人事ではない」などの関心を示す回答が多いことには、変な言い方ですが安心した面もあります。虐待や育児放棄はあってはならないこととわかっていながら、孤立を選び閉塞的な育児をしてしまう親に対して「子供を産むべきでなかった人間」という非難や拒絶で一蹴したり、本人にそう思わせるような社会(地域)にならないことを、この回答から願わずにはいられません。その親から生まれいでた子供たちのためにも。

井戸端サロン幼児の母 M.T

#### 付録：子育てアンケート結果の要点

子育てアンケートの回答者は? 173名 男性=9% 女性=91%、家族数3人=45%、専業主婦=51% 就労主婦=40%

子育てをして良かったことは? しあわせを感じる=53%、子供の成長が楽しみ=39%、自分も成長する=35%

子育ての悩みは? ある=68% しつけ=29%、育児方法=17%、発達=17%

子育てがつらいときは? 専業主婦:自分の時間がとれない=36%、子供が泣き止まないとき=19%、家族の理解不足=12%

就労主婦:仕事との両立=22%、子供の友達関係=16%、親同士の人間関係=6%

交流の場はどこ? 公園=25%、井戸端サロン=14%、自宅=14%、幼稚園=14%

子育ての相談相手は? 専業主婦:配偶者=28%、父母=25%、近所の友達=14%

就労主婦:配偶者=31%、父母=23%、近所の友達=22%

子育て情報をどこから? 専業主婦:区役所=35%、保育園・幼稚園=21%、広報物=19%

就労主婦:保育園・幼稚園=49%、区役所=21%、広報物=16%

子育てに得たい情報は? 専業主婦:育児健診=24%、交流の場=26%、講座・イベント=23%、託児機関=12%

就労主婦:育児健診=26%、講座・イベント=23%、交流の場=11%、託児機関=12%

利用している支援は? 専業主婦:区役所主催育児教室=35%、家事支援システム=9%、OYAKOCLUB チューリップ=4%

就労主婦:区役所主催育児教室=22%、OYAKOCLUB チューリップ=5%、子育て支援システム=4%

病時や緊急時に安心して利用できる託児支援の要望が多い。

児童虐待については? 他人事ではない=51% 不安になる+虐待しているのかも=12% 無関心=25%

少子化が進む理由は? 経済問題=31%、女性の社会進出=20%、結婚・家族への意識変化=18%



## 子育てシリーズを終わるにあたって



子育て問題にスポットを当てて3号にわたり特集記事を組んで来ました。今号は Vol.9 でアンケート調査結果を発表したことについて各方面の専門家の方々から頂きましたご感想・ご意見を掲載しました。家族状況、子どもや保護者の地域とのかかわり、子育て支援活動についての意見、子育ての悩みや、辛さなど、様々な課題が指摘されております。寄稿頂きました皆さんにはこの紙面をお借りして感謝の意を表します。

みなさんは子育てや少子化問題にどんな感想をお持ちになられましたでしょうか。

この項おわり

# 桂台おやこフェスタ



H16.11.21(日)  
桂台ケアプラザにて  
13時～16時

「なにかやろうよ・なにか得ようよ」

私達は桂台地域ケアプラザをよく利用している育児中の母親です。「育児中だけども力を合せて一つのものを作り上げてみようか、その過程も交流の場として楽しもうよ」という思いでこの度 桂台おやこフェスタ を開催することになりました。

## キッズ&マタニティー「とりかえっこ」

フェスタ3日まえより前日まで不要になった子供服やマタニティーウェアなどを引き取り、数に応じてチケットをお渡しします。フェスタ当日は一挙に展示。お手持ちのチケットと希望の展示品を交換できます。子供服の整理や次期物ゲットには是非この機会をご利用ください。

## 喫茶コーナー「おやこカフェ」

地域の母親達が、パンお菓子作り教室で習得した技を発揮し、飲物とセットでおいしいティータイムを提供します。

ペ ア セット  
ファミリーセット

前売券をお求めになることをオススメします！

## 簡単お手軽 ほっ と いけばな

講師は師範免許を持つ地域のママ。30分程度で気軽に手軽なコンパクト盛り花をお教えます。受講料は500円。男女年齢を問わずどなたでも受講できます。小さいお子様のいる方は託児も承ります。定員20名程度。ふるってお申し込みください。

## キッズイベント(観覧無料)

子育て支援者や支援グループによる楽しい楽しいミニシアターやミニミュージカルの上演を予定しています。子供達が目をキラキラさせながら釘づけになることはもとより大人の皆様もどうぞ童心に返って一緒にお楽しみ下さい。

## 情報コーナー

私達の住んでいる栄区にはどんな育児支援があるのでしょうか？困った時はどこに問い合わせたらよいのでしょうか？主に栄区内の育児支援団体・施設・行政機関の協力を得て、たくさんの育児支援情報を公開し、相談コーナーなども設ける予定です。また地域の育児サークルの活動報告やPRも掲示します。様々な視点・角度からどんどん活用して下さい。

育児中の親子に限らず世代を超えた交流の場として楽しんでいただきたいと思います。皆様のご来館を心よりお待ちしております。お問合わせ 桂台おやこフェスタ事務局 897-1111 佐塚・楠原マデ



32名もの参加者で今年の夏も熱くあつく燃えました

## 中学生ボランティア講座 (感想文)



人との関わりと言うのが、分け隔てなくというのが、普通に接してくれたり良く話してくれて、楽しかったし、とても充実出来た。最初は心の病気というのを意識していたが、そのうちそんな事考えなくなった。知識とか心情とかではなく、何か基本的な物を学べた。

- ◆ 訪問先(すべすもも) 小山台中学3年 村上博  
幼稚園教員を目指している私にとっては、とても大切な経験だった。とても楽しかったし、嬉しかった。人見知りをしていた子どもも、プールの時間などに声をかけると、慣れてきたようでかわいかった。本当に私は子どもが大好きだと実感する事が出来た。

訪問先(あすなる保育園) 上郷中学3年 大坂真理奈  
3回目の中ボラ参加。今日は「なぎさ」で実習をした。最初は何をしたいか解らず、ぼーっと立っていたが、だんだん慣れてきて何をしたいか解って来た。人を抱きかかえる事はとても難しく、どの様に抱きかかえ

れば良いのか解らなかったが、解り易く説明してくれた。

訪問先(朋) 本郷台中学3年 蛭川雄太

- ◆ 僕は中学生の頃から友達に誘われて、この講座に参加しました。活動しているうちに友達も自然に増え、とっても良い福祉活動が出来たと思います。今年はリーダーとして参加したが、中学生の時とはまた違う発見が出来た。ジュニアリーダー 横浜創学館1年 直里将平  
よくお金では買えない物があると言いますが、正にこのボランティア講座がそれに当たるのではないかと思います。  
リーダー 東海大学 佐藤雄太  
中学生にとっては、自主的参加義務的参加であれ、参加した事により地域の施設を知り、色々な人との関わりの中で自分をみつめ直すきっかけになったのではないか。  
リーダー 青少年指導員 有友フユミ

講座の詳しい様子は、ホームページをご覧ください。

アドレスは <http://www.katuradai.com>

## 「栄区地域福祉計画」地区分科会が終了

地域福祉計画とは、「横浜市地域福祉計画全市計画」に基いて“民の力が存分に発揮される社会の実現”をスローガンに全市を挙げて取り組んでいるものです。区民と区役所の協働で作る計画です。栄区においても7地区に分科会が設置され、昨年10月から今年の6月にかけてそれぞれの会場と日程で提案・提言活動が行われました。私達が住む本郷中央地区、上郷西

地区においては、今年の4月5月6月の各月に1回計3回、桂台地域ケアプラザを会場に提案・提言の場が設けられ、2つの地区の推薦・公募で参加した住民の方から次のような提案・提言が出されました。紙面の関係で項目だけの記載と致します。詳細は区発行の冊子をご覧ください。(桂台ケアプラザにあります)

### 本郷中央地区(参加者延べ62人)

地域福祉計画への提案
高齢者の見守りとネットワークづくり
多世代交流による子ども・青少年の見守り
多様なニーズに応える活動・交流の場づくり
障害者が地域で当り前に暮せる環境づくり
埋もれた人材の掘り起こしと横つなぎ
地域特性を活かした健康づくり・環境改善

### 上郷西地区(参加者延べ54人)

地域福祉計画への提案
活動拠点や交流の場の確保
親子・子どもの見守りと世代交流
高齢者ニーズに沿った介護・支援
男性が地域デビューするきっかけづくり
メリハリの利いた情報の受発信
地域特性を活かした健康づくり・環境改善

私達がいつも感じている「計画のためのみの提案や提言であっては、なんにもならない」と言う懸念に“具体的な活動として実現させることが重要、どのようにしたら多くの関係する機関や個人が協働していけるのか、さらに議論を深める必要がある”との栄区長からの言葉も

あります。一人ひとりの「私のできること」を積み重ねて・・・「誰もが安心して暮らせるまちにする」私達自身のために、そして次の時代のために是非実現したいものだと考えております。 小華和

### 地区分科会報告集のデータ分析、傾向、評価

主な提案	件数	達成手段
ボランティアの担い手	10	情報の流通、裾野拡大、男性、若者、誘い出し、人材バンク
交流の場	06	多世代交流、場所の確保、地域交流、介護予防型、少子化、ミニデイサービス、サロン
生活環境の向上	06	農業と住宅地、安全、バリアフリー、公園整備、バス、自然資源、
高齢者支援	06	独居、見守り、チョイボラ、インフォーマルサービス、防災
子育て支援	04	経験者との交流、居場所、拠点、青少年育成、まちづくり
身近な活動拠点	04	異世代交流の場、官民の空き活用、ケアプラザの活用
福祉情報	04	閲覧拠点、多様な配布ルート、総合的集約、区のホームページ

地区分科会で出された提案を等しく件数として表し、その達成手段を右の欄に書いた。区全体としては、ボランティア人材確保が一番の願望だが、我々の地域でも同じだ。多くのボランティアは、子育て活動から始まったが、少子高齢化でボランティアの供給源が枯渇するの

では無いかとの懸念がある。「支え合い」では、「高齢者支援」が高く、「交流の場」が若干低い。本郷中央、上郷西地域はケアプラザが2館、コミュニティハウスが3館あり、恵まれているからであろうか。 鎌石

## 計画を担当している福祉保健課事業企画係インタビュー

10月6日、「計画」を纏めている区役所の企画係を訪問し、「支え合い」との協働に関して担当の岡田氏に質問した。

「計画」が「支え合い」の活動に期待している事は？

「支え合い」が地域福祉の活動を推進する大きな力である事は十分承知している。この計画が纏まった後、実行を検討する場として大いに期待している。計画実現の為に、官民合同のアクション評価部隊を作る事を考えている。その時には、「支え合い」を参考にする事も考えている。

「支え合い」が「計画」に期待してよい点は？

計画実現を効率的に進める為には、役所の縦割りの

壁を出来るだけ取り払い、横の連絡を密にする様に考えたい。例えば、「町づくりプラン」との関係を密にし、ミニバスの実現を図りたい。いたち川を利用した生き甲斐作りも、関係部署との横の連絡を改善して実現させたい。この様に、今まで支え合い活動が縦割りの壁に突き当たり実現が困難であった事柄を、「計画」実行の過程で取り払って行こうと考えている。

「計画」を「実行計画」へと成長させる構想は？

平成17年3月を目途に「素案」を公表し、予算獲得に努力したい。社協との協働体制も見直しが必要だろう。計画推進には、進捗状況が外から見える形でなければならない。実現段階では、地区分科会的な話し合いの場を持つ事も必要だと考えている。 鍊石

## 「ひろば」と 地域福祉計画

地域福祉計画、本郷中央、上郷西地区両地区分科会に出席させて頂きました。桂台地域ケアプラザ支え合い連絡会は発足4年を迎えましたが、地区分科会に参加の方々のなかには初めてお目にかかる方もいらっしゃり、地域福祉計画の実行段階でも、支え合い連絡会の活動でも、ネットワークの広がりが、今後の活動に繋がってくださるよう手ごたえを皆さんの積極的な姿勢の中から感じました。今回、「ひろば」紙面でご紹介していますように、支え合

い連絡会で検討されてきた事と地域福祉計画地区分科会で話し合われた事には、一致した内容も、新たに提案された内容もあります。より良い地域づくりのためには、これからの活動が重要でしょう。地域ケアプラザも地域の皆さんと共に、努力を重ねて行きたいと思っています。どうぞ宜しくお願い致します。

桂台地域ケアプラザ地域コーディネーター 佐塚玲子

## あなたも私も主役です！栄区地域福祉計画 地区分科会報告フォーラムに参加して

9/9(木)午後2時より区民文化センターリスで開催された、「地域福祉計画 地区分科会の報告フォーラム」に参加しました。栄区民の皆さんや福祉関係者をあわせて200人近くの方々が参加されていました。第1部では「区民と区役所が協働する計画づくり」というテーマで基調講演があり、地域住民と役所が協働し、地域住民の力を引き出し、サービス利用者にとどまらず提供者としても関わっていく意識がこれからの地域福祉計画には大切であると、今後の地域福祉についてお話されていました。第2部では地区分科会の様子を構成劇という形で発表し、住民活動の拠点、居場所づくり 人と人、人と情報のネットワーク 人材発掘、人材育成 など各地域で話し合われた提案事項などが出されました。その後は会場全体を分科会と考え参加者同士のディスカッションを行い、「歩ける歩道を作ってほしい」、眼が不自由な方からは「本郷台駅前の点字ブロックについて」など役所に対しての要望や、ITサークルの方が活動をする上での悩みのお話をされ、IT関連のボランティア活動を長くされている方々から、様々なアドバイスが出て、フォーラム

終了後などもお互いの情報交換の場となっていました。「計画だけでなく、実現して欲しい」と言う事や、「福祉活動の情報が区民全般に行き渡りにくいのが現状。社協などのHPでの情報提供を充実させたり、誰もが同じ情報をきちんと受け取れるような提供の仕方などを再度検討して行ってほしい。」と住民の思いを代表するように、ベテランのボランティア活動されている方々の発言があり、また、予定にはなかったのですが、区長が再度舞台に表れ、「皆さんのその熱い思い、心打たれました。時間がかかる物もあるかもしれませんが、必ず実行に移します！」と最後に熱くお話してくださいました。今後支え合い連絡会としてもどの様に連携し、地域福祉計画が計画だけでなく、実行に移していけるのか、皆で考え協力しあえたらと思いました。



桂台地域ケアプラザ地域コーディネーター 楠原朋子

## 健康講座 「心の健康」気になりませんか・・・

ストレスの多い現代、心の病気は誰にとっても、身近な問題ではないでしょうか。桂台地域ケアプラザでは6月から「心の健康」をテーマに3回講座を開催いたしました。

今回の講座では、精神保健福祉士、精神科医など身近な地域で心のサポートをされている、専門の方々をお招きし、心の病気の予防や対応などをお話していただきました。

	日程	内 容	講 師
第1回	6/28	ストレス社会における心の健康	富士見台病院 精神保健福祉士 金成 透氏
第2回	8/26	心の病気・・・その種類と対応法	みなとメンタルクリニック院長 荘司理恵子氏
第3回	10/21	社会参加に向けての地域サポートシステム	栄区生活支援センター

それぞれの回では20名～25名程度の方が講座に参加されました。お友達や自分自身の事、またご近所の相談など様々な思いで、この講座を受講されていました。

ストレスとの上手な付き合い方や自分自身を大切にあげる事、また病気の種類や対応法などをこの講座で学び、心の病気への理解を少しでも深めていただけたのではないかと思います。2回目の講座では精神科へ受診する際の詳しい説明や、治療法等をお話していただき、精神科や心の病気への偏見などが薄まったようでした。

各講座終了後、個別でお話に来てくださる方も多く、「ストレスの多い社会の中誰もが予備軍とを感じる。でもこの講座を受講し様々な支援の存在などを知り心の病気への恐怖が少し弱まった。」とお話して下さる受講者の方もいました。

今後も桂台地域ケアプラザでは、身体や心の健康について様々な講座を企画していく予定です。健康講座第2段として、若い人から年配の方まで、たくさんの方からリクエストがありました、「更年期」について講座を開催していく予定です。

地域交流コーディネーター 楠原



### 編集後記



本10号では「地域福祉計画」について若干触れてみました。一人一人の「私の出来る事」を積み重ねて、「安心して暮らせるまちにする。」そしてより温もりを加えて子ども達に引き継ぎたいものだ。（上之 K.K）

巷ではオレオレ詐欺が横行しているようですがインターネットでも気が許せません。最近、私のメールアドレスを騙った「なりすまし屋」が出現したので、最強の対策としてプロバイダを変えました。お陰様で無用な着信メールがめっきり減りました。（犬山 T.S）

地域福祉計画作りに参加しました。計画倒れと言う言葉が一番怖い今日この頃。片棒担いだのですから。

（尾月 J.N）

5歳の孫からの初メールに時代の移り変わりを否応

なく感じさせられます。日々進化する子供たちの成長ぶりも然ること乍、新時代を見据えての子育ても随分と変わりつつあるのだろう。未来を担う大切な子供達に、社会や親の愛が滞りなく注がれることを願わずにはいられない。

（桂台南 H.N）

今月の子育て分科会には、区長さんがお見えになる事になっています。今から楽しみです。活発な意見交換が交わされること間違いなし。（ケアプラ R.S）

8号から新しいメンバーが加わり、子育て特集に奮闘して参りました。読者の方々はこの「ひろば」を読んで何を感じてくれたのでしょうか。少しでも皆様のお役に立てたら嬉しいな、と思っています。

（ケアプラ T.K）