

【発行日】平成 20 年 11 月 28 日【編集・発行】横浜市桂台地域ケアプラザ【発行責任者】石塚 淳

HPアドレス:<http://www.katuradai.com>

秋もたけなわの 10 月、11 月にかけて、各地域で防災訓練が行なわれていました。地域防災拠点で炊き出しを行い、中学生の参加を積極的にすすめたり、地域のスーパーマーケットと合同訓練を行ったり、栄消防署の職員の協力を得て、救急救命法の講習や車いすの乗車体験が出来る場を設けたりと、どの地域もそれぞれに工夫をされており、たくさんの方が関心をもって参加されていました。実際に災害が起こった時には、隣近所の助け合いがとても大切になってきます。地域の防災訓練に参加する事によって、非常時の動きを確認するだけでなく、近隣にも知り合いが増え、心強いネットワークをつくる一助になります。日曜日に開催するところがほとんどですので、小さいお子さんをお持ちの皆さん、子どもたちの命を守るためにも、地域の防災訓練に参加され、少しでもたくさんのご近所さんとお知り合いになってみてはいかがでしょうか？

介護者教室

「一人きりで介護をしないで、地域で支えあう介護を！」



日程(平成 21 年)	テーマ	講師
①2/18 (水)	【公開講座】 女の活路、男の末路！ ～老いの時代を生き抜く力～	お茶の水女子大学名誉教授 袖井 孝子氏
②2/19 (木)	介護保険の利用の勘所をわかりやすく	栄区役所サービス課 介護保険担当係長 近堂 二郎氏
③2/25 (水)	桂台地域ケアプラザってどんなところ	桂台地域ケアプラザ職員
④2/27 (金)	おすすめ施設を豊富な事例とともに紹介	藤沢市 NPO 法人シニア住まい塾 栗原 道子氏
⑤3/4 (水)	住み慣れた家や地域で すこやかにともに老いる！	地域の介護体験者 包括支援センター職員

場所：桂台地域ケアプラザ 多目的ホール 時間：14 時～16 時

対象：現在介護をしている方、これから介護をしようと考えている方

定員：40 名（応募者多数時抽選）*ただし①のみ、50 名募集 申込締切：2/10(月)まで

地域力 up フォーラム 2008 ～「共に暮らす」を考える～

- 基調講演「獄窓記～獄中生活 420 日から見えてきたもの～」
山本讓司さん（ノンフィクション作家）
- シンポジウム「いま、わたしたちにできること」
シンポジスト：
大谷貢さん（小学校校長）、丸山康雄さん（小学校 PTA 会長）
川島志保さん（弁護士）、浦野浩昭さん（統括保護観察官）
コメンテーター：山本讓司さん（ノンフィクション作家）
コーディネーター岩屋文夫さん（自立生活アシスタント）

日時：12月20日(土)13時～16時 場所：栄公会堂
問合せ先：サポートセンター 経 相談支援室 890-6601
入場無料

おもちゃ文庫 特別プログラム

～親子であそぼう～

もうすぐ、クリスマス！
外国人講師と一緒に、本場のクリスマス
を楽しみませんか！

日時：12月19日(金)11時～12時

場所：桂台地域ケアプラザ
多目的ホール

講師：皆木ルースさん(英会話講師)



みなさんの一言がサロン・ミニデイサービスへの一歩!



地域包括支援センターでは、地域のサロンやミニデイサービス・会食会の活動を訪問し、参加者の皆さんや会の運営に関わるボランティアの皆さんと交流を行っています。10月号では、本郷中央地区の高齢者等定期訪問事業のご紹介をさせていただきました。今月は、上郷西地区の保健福祉活動を中心にしたネットワークづくりの実践をレポートします。

上郷西地区はサロン、ミニデイサービスに歩いて通える街!

上郷西地区では「誰もが安心して暮らせる町づくり」を目標に、住民の皆さんが様々な活動に取り組まれています。身近な場所で、気軽に人と人とが知り合える場づくりやイベントの開催など様々な地域活動を展開されています。

一端を紹介させていただきます。上郷西地区では、サロンが10ヶ所近く、ミニデイサービスが数ヶ所と世代を超えた交流の場が展開されています。徒歩圏内に皆さんが集える場（サロン・ミニデイサービス）があるのがこの地域の大きな特徴といえます。

地域包括支援センターでのエピソードをご紹介します。

80代の女性が、「毎日が退屈でしかたない」とケアプラザに来所されました。お話しを伺うと、「ほとんど毎日、自宅に閉じこもりがちになって病院以外は出掛けない。家のなかにいると鬱々としてしまう、何か生活に潤いがほしい」とのことでした。

早速私は、いくつかのサロン、ミニデイサービスの運営スタッフをされている民生委員の方に問合せをしました。民生委員の方からは、「いつでも来て頂戴!」とうれしいお返事をいただき、サロンの開催日にご本人と一緒に見学に行きました。すると、そこには10年近く親交が途絶えていた昔からのお友達が偶然参加されており、話しが弾んで、すぐにその場に溶け込んでおられました。彼女は回を重ねるごとにサロンへ積極的に参加されるようになり、友人も増えました。数カ月後にはお仲間や運営スタッフの方に、他のサロンにも誘われて、今ではいろいろな活動に参加している姿をお見かけします。

私のつたない経験の中では、地域の高齢者の方にサロンを紹介しても、すぐに参加して頂けるわけではありません。

参加者の皆さんから参加のきっかけについて伺うと、お仲間や運営スタッフの皆さん、民生委員さんから誘われたという声が大多数でした。

自宅に閉じこもりがちになってしまった方は、皆さんの声かけによる後押しで最初の一歩を踏み出していらっしゃるようです。家から出る機会が少なくなった方をご存知であれば、皆さんからぜひ「サロンやミニデイサービスへ参加してみたら?」と一声かけていただけませんか。



ミニデイサービスって? サロンって?

ミニデイサービスは地域の高齢者や障害者の方を対象として、おしゃべりやレクリエーション、会食を楽しみ、活動への参加を通じて仲間づくりを行ないます。朝から昼食を挟んで午後まで実施されるところが多いようです。昼食の準備等があるので、事前申込みが必要な場合が多いです。

サロンの対象は子どもから高齢者までの地域の皆さんです。内容はおしゃべりやレクリエーションその他各サロンで工夫されており、世代を超えた社会の交流や仲間づくりを行なっています。利用時間は午前もしくは午後の3時間くらいとされているところが多いです。

*上記の説明は、栄区内での活動の内容であり、正式な定義があるわけではありません。

世代を超えたミニデイサービス「どんぐり」

先月、上郷小学校で開催されているミニデイサービス「どんぐり」にお邪魔してきました。開催当日は、上郷小学校の3年生との交流の日であり、子どもたちと参加者の皆さんが、音楽や手話を通して笑い声が絶えない時間を過ごしていました。小学生との交流は、どんぐり発足当時から行っており、低学年のクラスを中心に今では総合学習の時間に盛り込まれているとのことです。

最近のどんぐりの活動として特筆すべきことは、皆さんで取り組んでいるハンドベルの演奏です。練習を重ねた成果により、10月に栄区で開催された栄区シニアクラブ連合会の「福祉大会」に出演をしました。栄区内の高齢者施設に、演奏訪問もしています。

どんぐりの活動について参加者のお一人に伺ってみると「(どんぐりには)3~4年前から参加しはじめて、毎回楽しみにしているんだ。ハンドベルも熱心に練習しているよ」とうれしそうに話してくださいました。



どんぐりさんの活動は、高齢者だから、子どもだからと対象を限定するのではなく、地域の皆さんがお互いに交流できる関係作りを実践されているのだと感じました。ハンドベルの演奏活動によって、地域に貢献していることも参加者の励みとなっているようです。

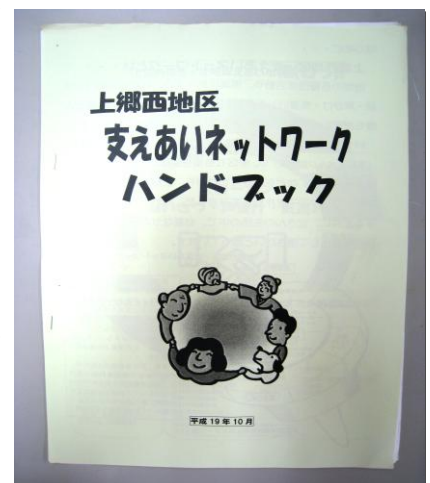
保健福祉活動を広めるために 「支えあいネットワークハンドブック」

平成19年4月に、上郷西地区支えあいネットワークで、「上郷西地区支えあいハンドブック」を作成しました。これは上郷西地区の保健福祉活動を紹介している冊子で、今回ご紹介した「どんぐり」を含むさまざまな団体や各委嘱委員の方たちの情報を収録しています。

さらに、今年度からは、子どもを対象としたハンドブックの作成を始めました。来年、発行を予定しています。

桂台地域ケアプラザでは、地域の保健福祉活動の情報を幅広くキャッチできるように皆様との交流を積極的に、これからも持たせていただきたいと思います。地域の皆さんとの交流を通して様々な情報を頂き、その情報を必要とされている方に「橋渡し」することを目指しています。皆様のところを訪問させていただいて、たくさんの人と出会えることが私たちの財産になっています。

(地域包括支援センター・梅田)



支えあいネットワークやサロン活動等についてのお問い合わせ

横浜市桂台地域ケアプラザ (担当: 梅田・楠原)

電話 897-1111 FAX 897-1119

「消費生活推進員」の活動をご紹介します

去る10月27日に平成20年度第1回上郷西地区支えあいネットワーク全体会が開催されました。地域で自治会や福祉活動に携わる方々が参加される本会ではお互いの活動を知る観点から毎回、自治会やボランティアグループ等の活動報告を行なっていただいています。今回は消費生活推進員の鶴岡玲子さんに上郷西地区での消費者被害の実例を交えながら日頃の活動を紹介していただきました。

消費生活推進員とは

市長からの委嘱を受け、日頃の買い物や食の安全、様々な契約事、ゴミの問題やリサイクル・・・品物・金銭・労力にまつわる消費生活情報を収集し、それを地域に発信するとともに、トラブルが生じたときには専門の相談機関に繋ぐ、いわば地域にお住まいの方たちと専門機関とのパイプ役を担われています。

消費生活推進員の活動

1 消費生活に関する情報の受発信と個別の支援

「ストップ悪質商法・なくそう消費者被害」を活動テーマに、上郷西地区では各自治会・町内会の協力を得て、シニアクラブや町会、自治会、町内会、サロン等の場に出向き、啓発ビデオの上映や実際に起こった被害の実例報告を行なわれています。いずれの会場でも参加者の関心は高く、熱心に話を聞いてくださるだけでなく、「オレオレ詐欺の被害にあった」、「還付金詐欺の電話がかかってきた」等々、自分達が遭遇したさまざまなエピソードを教えて下さるそうです。

また実際に被害にあったというお話があれば、消費生活総合センターへ繋ぎ、早期の問題解決が図れるよう支援も行なっているそうです。



2 環境に優しい消費生活の提案



今年度は不要になった色画用紙や折り紙を使ったメッセージカードに上郷小学校の児童が「いつも見守ってくれてありがとう」、「いつまでもお元気で長生きしてください」といった言葉を添え、9月の敬老会で出席された方たちに贈呈する活動を行なったそうです。その後、子どもたちのもとには出席された方からお礼の手紙が届き、エコ活動にとどまらず、世代を超えた交流のきっかけになったとのこと。

「冷凍ギョウザに代表される食の安全への脅威、さまざまな手口の詐欺行為など問題が山積する時代にあって、一人ひとりが賢い消費者になることが被害を未然に防ぐために重要だと考えます。身近な住民同士で情報を共有し、共に助け合いながら暮らしていくことが不可欠であり、そのためには日頃からのあいさつや声掛け、気遣い、小さな交流を大切にしていくことが大切だと思います」鶴岡さんはこう話を結ばれました。

活動を通じて感じるご近所同士の繋がりの大切さ

毎回、活動報告をお聞きしていて、地域の安全や安心が守られているのは、さまざまな形で福祉活動に取り組まれている方たちの活躍があってこそだと実感することがしばしばです。一方で身近にこんなに頼りになる存在があることを知らない住民の方も少なくないのではないかと思います。この町に住む一人ひとりお一人一人が地域での福祉活動に興味・関心を向けていただくきっかけとして、今後もこの紙面を通じて町の福祉に携わられている皆さまの活動をご報告してまいります。(地域包括支援センター・多次)

消費生活に関する問い合わせ・ご相談は

横浜市消費生活総合センター 845-6666 (消費生活相談)