

地域交流プログラム

地域交流部門
897-1111

【発行日】平成 22 年 10 月 1 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>

桂台 支えあい連絡会

検索

今回は、桂台にやってくる3人の匠のうちの一人である、歌声喫茶のリーダー青柳常夫(あおやぎときお)さんをご紹介します。

最近各地で復活の兆しを見せる歌声喫茶ですが、その醍醐味は一体感！みんなで一緒に歌を歌うことがこんなに気持ちの良いことだったの？と一度参加したら、必ずハマってしまう驚きの体験です。そして、歌声喫茶を引っ張るのはリーダーの役目！リーダーによって雰囲気はガラリと変わります。今回桂台にやってくる通称「ヤギさん」こと 青柳常夫さんは、あの有名なうたごえ喫茶「ともしび」誕生以来50数年、司会、歌い手としてNo.1、なんとレパートリーは音楽のあらゆるジャンル、地球のあらゆる国のうた、子供のうたで、1000曲を超えるそうです。東邦音楽学校、東京声専音楽学校で学んだ本格派ですが、本人曰く、藤原歌劇団に入団するも、容貌「明るい農村風」「背高からず高からず」「足長からず長からず」でオペラ不向きと判断し退団、されど日本の土に根ざしたオペラを理念として「オペレッタ集団ともしび」の創設に参加し今日に至るそうです。(現在は「ヤギさん音楽館」を設立して、田無で活動しています)

歌声喫茶＝リバイバルのような感覚がありますが、いやいやそんなことはありません！世代を超えて楽しめるイベントです。青柳さんは、子供なら誰でも知っているキッズステーションのCGアニメ「ポピーザはフォーマー」の主題歌を歌っていたこともあり、そのイベントでは子供たちを青柳ワールドの中に引き込んでしまったそうです。11月1日は世代を超えてみんなで青柳ワールドに浸ってみませんか？

ケアプラザ掲示板 ～10月に行われるイベントのお知らせ～

親子で遊ぼう！

パパもぜひ一緒に！

五感ワークを体験してみませんか？

かわいいお鼻をククン、
小さいお口でペロ～り、
見たり、聞いたり、触ったり・・・
五感をいっぱい使って、子どもの能力や魅力を引き出して見ましょう！



パパとママと、親子みんなでふれあう素敵な時間です。

日時 10月30日(土) 10:00～12:00

場所 桂台地域ケアプラザ

講師 太陽の子芸術教育研究所 松本光世氏

募集 1歳半～未就園児の親子

10組(定員次第締切)

申込 電話か直接桂台地域ケアプラザへ

3人の匠がやってくる！

豊かな老後のための講座

①10/21(木)「六十歳からの住まい」

講師：天野 彰氏(アリア4A代表)

②10/25(月)「母を語る」

講師：遠藤ふき子氏(NHKラジオ北沢)

③11/1(月)「歌声喫茶かつらだい」

講師：青柳常夫氏(チームヤギさんズ)

全回、14:00～16:00.

場所 桂台地域ケアプラザ 費用 各回 300円

募集 各 50名(多数時抽選)

申込 10/15迄に電話でお申込下さい。

ケアプラザ協力医

龍先生の健康相談

龍先生が丁寧に相談にのって下さいます。(予約優先)

協力医：龍 覚先生(上郷医院 院長)

日時：10月は8日と22日

13:30～15:00

場所 桂台地域ケアプラザ 相談室

“上郷西つながるプラン”の実現に向けて

栄区では今年度から、身近な地域福祉保健の課題に住民と関係機関が協力して取り組むため第2期栄区地域福祉保健計画（さかえ・つながるプラン）と7つの連合町内会別に地区別計画が策定され、その取り組みがスタートしました。

上郷西地区では、プランを実行していくために「上郷西つながるプラン連絡会」を立ち上げられました。今号では9月2日に開催された第1回の連絡会の様子と、上郷西地区社会福祉協議会（以下、地区社協）の平岩会長にこれからの上郷西地区の福祉保健活動についてお話をうかがいましたので、ご紹介します。

“つながるプラン連絡会”とは。

支えあいの地域づくりを推進することを目的として、上郷西地区で地域福祉・保健活動を行っている団体や個人等が連携を図り、地域の福祉や保健に関する課題を解決に向けて、それぞれの活動の推進状況について情報を共有する場として、今年度から設置されました。

上郷西連合町会（以下、連合町会）、地区社協、桂台地域支えあい連絡会（以下、支えあい連絡会）各分科会およびこれまで様々な活動に取り組んでこられた方から15名と区役所、区社会福祉協議会、桂台と野七里の両地域ケアプラザの職員とで構成されています。



9月2日 第1回の連絡会全体会の様子

3つの課題とその解決に向けた活動計画

「上郷西つながるプラン連絡会」（以下、つながるプラン連絡会）は、第2期栄区地域福祉保健活動計画・地区別計画で取り組むこととなった3つの課題についてそれぞれ部会を設置して、6年の計画期間（平成28年3月末まで）において目標やあるべき将来像に近づけていくための活動に取り組みます。

9月2日のつながるプラン連絡会では3つの部会も開催されました。ここでは、各部会での話し合いをもとに、上郷西地区の当面の福祉保健課題とそれに対する今後の取り組みについてご紹介します。

テーマ1 「みんなに届くまちの情報」（第1部会）

情報をより多くの人によりわかりやすく伝えるために、支えあい連絡会と協力して同連絡会のホームページ（<http://www.katuradai.com>）を通じて福祉保健情報を発信していくとともに、高齢者など情報に自らアクセスすることが困難な方に対して、民生委員等の協力を得ながら必要な情報が届けられる仕組みづくりを目指します。

具体的な活動として、①民生委員等へのホームページの周知、②パソコンを使える人を増やす取り組み（パソコン講座など）、③身近な場所へのパソコンの設置、④退職等を期に地域デビューを目指す方を対象として地域活動情報をまとめたハンドブックの作成、が挙げられました。



「地域交流の拡充と地域レビューのきっかけをつくらう」 (第2部会)

既に様々な福祉活動に取り組まれている団体が数多くある上郷西地区の強みを活かして、それらの団体相互の交流・連携を図り、外出が困難な方の社会参加支援や、世代間の交流を深めるとともに新たな福祉保健活動の担い手の発掘に取り組みます。

今回の部会では、他の部会とも連携を密に取りながら、各グループの得意分野を活かしながら地域に住む誰もが参加できるような交流の場をつくっていききたい、という声が挙がりました。



「災害に備えよう」 (第3部会)

各自治会・町会と協力して災害時の要援護者支援を進めるため、出前説明会の実施と連合町会単位で取り組み状況を共有する場を設けていくことを通じて、日頃からの顔の見える関係づくり、見守り活動の充実に取り組んでいきます。

今回の部会では、今後、各自治会・町内会へ防災対策の取組みについてのアンケートを実施し、それを整理して連合内で情報共有を図っていくことが話し合われました。



上郷西地区社協 平岩会長に

今後のせりくみについて、お話を伺いました。

Q. 上郷西地区の福祉保健活動の特徴をお聞かせください。

A. 住民の福祉保健活動に対する意識がとても高い。40年ほど前に転入してきた世代が60代、70代になり、地域に関心を向ける人が増えています。地区社協の会合でも積極的に意見が出され活気があります。地区社協がサポートする7つのサロンを含め福祉保健に関するサークル活動が数多くあることも特徴の1つです。

Q. これから計画を推進していくために重要だと思われること何でしょうか？

A. 計画の骨格は連絡会のメンバー15人でつくっても、それを実現していくためにはこの地域にお住まいの多くの方たちの協力・参加が必要です。3つのテーマに沿って、関心のある方や既に関連した取り組みをされている方の協力をぜひいただきたい。そのために連絡会として取り組んでいる活動について情報発信を積極的に行いたいと考えています。



もう1つ重要だと考えるのは、活動の継続性をいかに保つかということです。今回の福祉保健計画は6年という長期にわたる計画です。その間に連絡会に参加するメンバーの入れ替わりもあるでしょう。人が入れ替わっても、継続性をもって活動が展開される仕組みづくりを考えていきたいと思えます。

Q. 継続という観点からも、より多くの地域の方に計画推進に参加してもらうことが重要ですね。

A. そうですね。ご近所での付き合いを深め、声が掛け合え、支えあえる関係を基盤として「つながるプラン」は計画されています。ぜひ多くの方に計画に関心を持っていただいて、これから推進される様々な活動に積極的に参加をしていただければと思います。



地域での取り組みを取材してきました！

地域みんなで健康づくりに取り組もう！

～自治会・シニアクラブ・保健活動推進員・家事支援グループと

ケアプラザの共催による「体力づくり講座」の紹介～

去る8月21日、桂台地域ケアプラザで第1回の「体力づくり講座」が開催されました。

この講座は桂山クラブ、グループ桂台、湘南桂台自治会福祉部、保健活動推進員と桂台地域ケアプラザの共催で今年度、4回開催されます。

講座の概要

本郷中央地区に住むシニア世代の方を対象に、「いつまでも健康に過ごすため、自らの体力を知ること」と「日々の生活に活かせる健康づくりのヒントを学ぶこと」を目的にして、体力測定と毎回内容を変えた健康講座を組み合わせた内容となっています。第1回の講座には20名の方が参加されました。



体力測定

身長、体重、体脂肪、血圧、握力など一般的な内容に加えて、血管年齢測定や開眼片足立ち、足指力（足の指の筋力測定）など普段はあまり馴染みのない項目の測定も行いました。

参加者には体力がどう変化したか意識し、日々の活動の参考にしてもらうため、お1人ずつ4回分の記録が書ける測定カードをお渡しし、毎回持参していただきます。



開眼片足立ちの様子

健康講座

第1回は横浜市体育協会の秋本一馬氏を講師に迎え、「シニア世代の健康づくり体操」と題して、加齢により衰えやすい運動機能とそれに対処するため自宅簡単に行える体操を体験しました。



体操の様子

講座を通じて目指すもの

講座の準備を進めるにあたって、実行委員会メンバーの方からは、「継続的な健康の自己管理」と「閉じこもりの予防」につながる内容にしたいという意見が出されました。身体的な健康意識やセルフケアの向上だけでなく、社会との交流を増やしこころの健康レベルも高める、そんなきっかけを提供することがこの講座の狙いとなっています。

今年度はあと3回開催の予定で、次回は10月16日（土）13：30より、桂台地域ケアプラザで開催されます。テーマは「バランスのよい食事」です。体力測定とあわせてぜひ多くの方のご参加をお待ちしています。ぜひご参加ください。

ケアプラザでは、健康づくりや介護予防に関する情報をご提供しています。気軽にお問い合わせ下さい。

横浜市桂台地域ケアプラザ 地域包括支援センター 897-1111