

平成27年  
11月号

桂台地域ケアプラザ

# 地域交流プログラム

発行日 / 平成27年11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

お問い合わせ先

地域交流部門 897-1111

HPアドレス

<http://www.katuradai.com>

桂台 支えあい連絡会

校舎

肌寒い日がチラホラ混じり始める頃になりました。先日、ヒートショックの講演会に行ってきましたのでお知らせします。昨年度から栄区では盛んにヒートショックについて啓発を行っていますので、ご存知の方も多いたと思いますが、これから事故が起こりやすい季節になりますので再掲致します。

ヒートショックとは主に冬の風呂場で起こる現象で、場合によっては入浴時の死亡事故にも至る可能性があります。冬場は寒い脱衣所・浴室から熱いお湯に入ることによって血圧が大きく変動し、意識を失い浴槽内でおぼれる危険性があります。このような事故を防ぐためにも、安全なお風呂の入り方を参考にして、事故を未然に防ぎましょう！ 安全なお風呂の入り方として、次の5点が大事です。

- (1)体調不良の時やお酒を飲んだ後は入浴を控えましょう！
- (2)脱衣所・浴室の温度差に注意しましょう！
- (3)お湯の温度は41度以下にしましょう！
- (4)お風呂に入る時は家族に声を掛けましょう！
- (5)万が一のために、お風呂の蓋を身体の前に置いて入りましょう。

もし気を失った人を見つけた時は、まずお風呂場の水を抜き、慌てずに救急車を呼びましょう！ 若い人でも亡くなった例があるそうです。私は大丈夫！が危険信号です。

## 11月の おしらせ



### ◆お楽しみ! クリスマスイベント◆

～人形オペレッタでメリークリスマス～

遊んで、歌って、いっしょに楽しいひと時を過ごしましょう。  
ミュージックベルの体験もいかがですか？

日時：12月21日(月) 10:30～11:30

講師：“おたまじゃくし”の皆さん

対象：未就学児と保護者 25組

申込み：桂台地域ケアプラザ TEL897-1111



### ◆上郷西地区世代間交流サロン「ぬくもり」◆

～お待ちかね マスコットキャラクター“ぬくっぴー”の登場です～

地域の皆さまからの公募の結果、「温かみと優しさ」が表現され、呼びやすく覚えやすいひよこのマスコット“ぬくっぴー”の着ぐるみがいよいよお披露目されます。どうぞご期待ください！

他にも、第15回を記念するイベントが盛りだくさん!! 今年度から、庄戸中学と上郷中学が合併し、新たな「上郷中学」が誕生しました。スタートの年にふさわしく吹奏楽部の皆さんにご出演いただきます。

多くの方々のご来場をお待ちしております。



日時：12月20日(日) 11:00～15:00

場所：桂台地域ケアプラザ 全館にて

内容：昆虫講座（カブトムシの幼虫を差し上げます

参加費：100円 20組募集）

各種体験コーナー、展示即売会、野菜販売など

おいしい手作りの昼食、喫茶コーナー

（和菓子や抹茶もご用意）

申込み：桂台地域ケアプラザ TEL897-1111

## 緊急企画

# 「第2回SHK・視点論点」を開催

～障害者施設で働く人たちの意見を聞いてみよう～

先月に引き続き、SHK・視点論点を行いました。なお、SHK視点論点は栄区本郷中央地区・上郷西地区の視点論点のことです。さて、第2回目は「論点6 障害者が安心して暮らせる地域コミュニティとは」です。今回は、このテーマを基に、訪問の家の職員から意見を聴きました。が、その具体的な提案の前に、（福）訪問の家、名里晴美理事長から特別寄稿が届きましたのでお伝えします。

### 論点6 障害者が安心して暮らせる地域コミュニティとは

障害者と高齢化した保護者の同居といった孤立化した世帯が増加しており、障害者を地域コミュニティで見守る必要性が高まっています。一方、栄区には、様々なノウハウを有する福祉施設があり、地域とも積極的に連携しています。障害者がご近所での生活面での支援を受けながら、地域コミュニティで自分らしく心穏やかに暮らしていける環境づくりをどう構築していけばよいでしょうか。

「障害があっても、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けたい」、それは、障害のある方々、ご家族、そして、関わってきたスタッフにとっても、決してあきらめたくない、目指し続けたい“願い”であり“希望”です。昨今の障害福祉の情勢はといえば、2006年、国連で『障害者権利条約』が採択され、わが国でも2014年に、この条約に批准しています。この条約には、すべての障害者の人権と基本的自由を守ることと共に、可能な限りご本人の意思を尊重することなどが定められています。

私たちの施設には、様々な障害のある方がご自宅から通って来たり、グループホームで暮らしたりしています。言葉で表現することが難しい方もたくさんいらっしゃいますが、おつきあいを重ねる中で見せてくれる表情や、ちょっとした仕草や行動などから、「きっこうしたいのだろうな」ということを、関わっているなるべくたくさんの方で確認したり、話し合ったりして見定めています。長く一緒に暮らしているご家族の意見がとても重要であることは言うまでもありません。けれども、障害がある方々はご家族の中だけで過ごしているわけではありません。大人であれば、一人の社会人として、いろいろな人と出会いながら、いろいろな活動をしています。そして、高齢になったご家族と離れて暮らすことも考えなければなりません。

そんな時、ご本人のことを知っている方が身近にいるということが、とても重要になります。通所先（朋、朋第2、径など）のボランティアさんや、空き缶を回収させていただくお宅の方や、グループホームのご近所の方などなど、たくさんの方と顔見知りになり、お付き合いすることがかけがえのない財産であり大きな力になります。そういう、私たちのもとには、「いえいえ、逆で

すよ。みなさんと付き合う事が私たちを豊かにしていますよ」とその方たちからの声が届きます。

障害のある方やそういった方がいる所は、敷居が高い?? 専門の方がいるから私たちは…なんて、おっしゃらずに、気軽に声をかけてください。そこには素敵な出会いが待っています。思いがけず気持ちが通じ合えたと感じられる喜びを、ぜひ味わってみてください。そこから、「誰もが暮らしやすい街」への一歩が、きっとはじまります。

障害者が安心して暮らせる地域コミュニティとは?の答えにいたる、始まりの一歩は、まずは顔見知りになろう。仲良くなろう。そこには今までなかった世界があるよ。という声が聞こえてきました。この原稿を読んで、私が思いだした最近の話あります。

とある日、ある紳士から、朋に行ってみたいのだが、間をとりもってくれないか? という連絡をいただきました。理由を尋ねてみると、障害者施設に勤める若いスタッフの話を知り初めて聴いたのだが、これまでモーレッツ社員で働いてきた自分にとって初めての世界だった。もう70歳になるが、自分の不明が恥ずかしくて仕方がない。まずは朋に行ってみようと会ってみたい、ということでした。早速、朋に連絡を取り皆と会ってもらいました。その後、自分にできることから始めよう、と身近なところで活動しているようです。これも、始めの一歩かもしれません。

けれども、待っているだけではなく、自分たちから外に出かけていくことも大事な気がします。顔見知りになるには、まずみんなと自分たちが出向いていかなければいけないのでは? 職員座談会では、そんな声が多数あがりました。具体的な例を3つあげてみます。

**地域の方とお祭りを一緒にやってみよう** — 多機能拠点郷(さと)では、年1回お祭りをやっています。まだまだ、地域になじみができていないのか、来場者は知り合いばかりでした。来年は、地域の方と企画から一緒にしたら、何かが変わるのでは?

**自治会館に出かけよう** — 朋では、桂台自治会館で行われている桂台西サロンに定期的に出かけて、知り合いがたくさんできました。近所の自治会館を回って皆さんと顔見知りになったら、何か面白いことが生まれるのでは? 関西のある施設では自治会を回って顔見知りができるたびに活動が広がった例があるそうです。

**あんしんキーパーに登録しよう** — 栄区後見的支援室「とんぼ」では、あんしんキーパーを募集しています。詳しくは4面をお読みください。

話し合いを終えてみると、障害者が安心して暮らせる地域コミュニティづくりは、地域の方とみんなが顔見知りになる機会を積極的につくり、つながりを深めていくことに答えがあるような気がしてきました。小さなエリアに、これだけの施設がある地域柄です。例に挙げたものだけでなく、様々な機会を提案し続けていきたいと思います。



## あんしんキーパーに登録してみませんか？

皆さま、こんにちは！ 栄区後見的支援室「とんぼ」です。栄区で暮らす障害のある人の見守りがあることをご存じですか？ 栄区後見的支援室は、制度に登録された障害のある方の見守りを福祉施設や行政だけでなく、地域の人たちと一緒に見守る活動をおこなっています。障害のある人の見守りをする人のことを、この制度では**あんしんキーパー**と呼びしています。



- ＊あんしんキーパー(見守る人)⇔★登録者・ご家族(見守られる人)からお互いの関係をお聞きました！
- ＊「何もしていないんですよ。朝、お仕事場に行く時に挨拶をするんです」⇔★「息子がいなくなった時にも一緒に探してくれご近所で心強い」
- ＊「ずっと存在が気になっていました。今はお茶を飲み、逆に自分の話を聞いてもらっているんですよ」⇔★「『自分のことを知って欲しい』と依頼。おすそ分けをしたりされたり…。お茶をしながらおしゃべりをしている」
- ＊「父親が亡くなり、四十九日までは面倒をみようと思っていた。とても心配だったので、もっと関わることができる後ろだてをもらった」⇔★「時どき、お惣菜をもらう。家でできた夏みかんを持っていくと、ジャムにしてくれる」
- ＊「引っ越してきたら、お隣のご夫婦が障害のある兄弟を病院からひきとり暮らされている。そのことだけでも尊敬できる人達。自分達にできることがあればと思っている」⇔★「お隣りさんは、とてもやさしい。声をかけてくれたり、気にかけてくれる」
- ＊「近所付き合いの関係。朝、仕事場に行くとき、同じバスに乗るのよ」⇔★「母とはお茶のみ友達。ぼくとは、バレンタインのチョコを毎年かかさずいただく間柄」
- ＊「民生委員として始めは関わっていた。引っ越しされてもメールのやりとりやサロンなどでお会いしている。お仕事に就くまで支えていきたい」⇔★「父親のように支えてくれている。自分の格好の良し、悪しははっきり言ってくれ嬉しい」

私は、皆さまから温かい見守りがあることを教えていただいています。地域のあんしんキーパーは、この制度に登録された障害のある人とご家族から、すでに関係のある人の紹介や、地域のサロンや民生委員の方々への説明により増えています。あるサロンでの説明会に参加した実習生から「あんしんキーパーの役割はいいと思うけれど、報酬がないと、若い人たちは難しいと思う」という貴重なご意見をいただきました。

私たちが見守りでお願いしていることは【お互いの日常の暮らしの中で、何か気づくことがあったら後見室まで連絡をする】という内容のものです。無理せずにできることをお願いしています。上記のような関わりを見ていると、日常で出来る内容でない場合もあるかもしれません。その関わりは自然とその障害のある人やご家族との関係性のなかから育まれていくものであり、あくまでも、無理せず『気にかけている』と思えることが、障害のある人の見守りの中で大切な要素だと教えていただきました。

関心がある方は栄区後見的支援室「とんぼ」・酒井 045-390-0201までご一報ください。お待ちしております。