

発行
平成30年9月30日

責任者
当別町民生児童委員協議会
会長 岸田 勤

ゆかいっちとうべつ

民生委員制度創設100周年記念スローガン

支えあう 住みよい社会 地域から

全国民生委員児童委員連合会

No.43

ひまわり倶楽部 利用者の作品



この人 クローズアップ

今回は、この春に新しく当別町介護者と共に歩む会の会長に就任された高島弘見さんにお話を伺いました。

「この会はいつから、どのような目的で出来たのですか」

「当別町介護者の集い」が開催され、当時はまだ、認知症とは言わず「ぼけ、痴呆症」と言っていました。

集いの参加者の中から自然と認知症の会を創ろうという機運がわき上がって、準備会が設立され、平成十一年九月十七日に「当別町介護者と共に歩む会」が設立されました。会は、認知症を介護している家族（A会員）、かつて介護をしたことのある家族（B会員）、本会の目的に賛同する個人や団体（C会員）で構成されています。

設立してからは、町民の認知症に対する理解を深める事と同時に、認知症介護者の介護の重圧を少しでも軽減できるか、情報をいかに発信するかに気を配りながら、介護者から親しみの持たれる会作りに邁進してきました。

設立当初は、町の保健師さんや民生児童委員の皆さんの理解や協力もあり、また自主運営に進む為、初代会長の五十嵐潔さん

役員の方々の頑張りがありません。

「どのような活動ですか、そして気を付けている事は」

「介護者同士の悩みや思いを話す「ふれあい認知症カフェ」の開催や町民に認知症の理解を深めるように「講演会やDVD上映会」を開催しています。また会員対象のリフレッシュができる「ふれあい研修（日帰り）」を企画しています。

「この会は関わって大切にしてる事、また今後の活動は」
参加していただいた方々に対して、認知症になった場合又は、暗くならないよう願って接しています。

「この会が多くの人に知られるように活動し、認知症への理解を幅広く広めていきたいです。」



役員の方々と

会長 高島弘見さん

取材者 曾川 昭治

ずーっと一年生—ただ今勉強中—

道内研修に参加して

(スウェーデンヒルズ)

藤岡 克己



本年度の道内視察研修は、六月二十一日から一泊二日の日程で、委員二十三名参加し実施されました。定例会終了後ゆとりを出発し伊達市にある社会福祉法人「太陽の園」を見学しました。この施設は昭和四十三年に認可されました。知的障がい児施設と成人の入所施設及び通所施設、児童の発育外来を中心とした診療、リハビリ施設からなり、総定員二百十名の複合施設となっております。生産活動としては、七宝焼き、養鶏、野菜作り、牛乳の出荷があり、又、施設内にクリーニングの作業場が有りましました。障がい児棟の女子不在空室を見せて頂き、部屋は可愛らしく飾られていましたが、男子の部屋はいたる所に穴のふさいだ跡がありました。思春期の少

年が物に当たることにより、心のバランスをとると思うと切なくなりました。

二日目は苫小牧駅に隣接している高級ホテルと間違えそうな社会福祉法人「ふれんど」の高齢者複合施設Ⅲを見学・研修しました。施設棟は十二階建てで五部門が入っています。一階は、食堂、浴室、ゲーム室等の共有スペースとなり、リハビリデイとコンビニがあり、二階はレストラン、美容室、三階に隣接してクリニックがありました。三階から七階までが特養で、定員が百名、八階から十二階は有料老人ホームで定員八十名です。施設長に「何故こんなに立派に造ったのですか？」と伺ったところ「人が住むところですから」との事でした。

二日間を通して先進的な福祉施設の取り組み等を学び、今後の地域における関係機関との連携に活用出来たらと思えました。



「ふれんど」での研修

中堅民生児童委員

教室に参加して

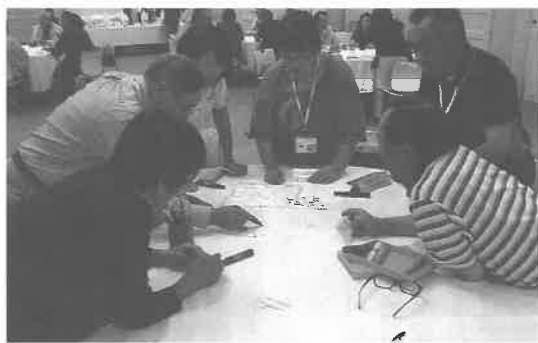
(川下 葛西 孝志)



七月十一日から十三日までの三日間札幌アパホテルで開催されました。参加者は全道各地より四十二名の参加があり、私のように昨年初任者研修を終え、委員になり二年目でこの教室に参加された方もおり、同じ立場の方が居ること安心しました。始めに、開会の前に七名ずつの六グループに分かれ研修に参加し、私のグループは「そだねーはんばないね」と云う愛称になりました。朝から午後七時まで机に向かって話を聞くのは、高校以来四十年振りでした。これから三日間、閉会まで講義で明け暮れるかと思ひ、少し憂鬱な気分になりました。しかしこれも、修了書を貰う時には取りこし苦労でした。

講義題目は、討議の効果的な進め方、組織リーダーとは、読みやすい広報誌作りのポイント等、講師の話聞き、それに基づいての講習がありました。民生委員としてどの様にすれば組織が活発に活動できるか、支援される側との接し方、組織としてのリーダーシップについても色々勉強になりました。

今回の教室に参加し、多くの方と出会い、多くの仲間ができて楽しい三日間でした。民生委員として、今回受けた講義を基に活動して行こうと思います。



広報誌作成作業の一コマ

キャラバン・メイト養成研修に参加して

(太美中央) 渡辺 誠



キャラバン・メイト研修

七月三十日、かでの2・7に於いてキャラバン・メイト養成研修会が開催されました。認知症になっても安心して暮らせる街にしましょう、という目的に向かって、そのサポーター(手助け人)を増やしていきたい、というのがネライで今回の研修会の運びとなったと聞かされ、現在三人の認知症に向き合っている事から受講してみることにしました。

わずか一日の研修でしたが、より深く、より丁寧に、科学的に病気を理解することができて喜んでいきます。認知症に限らず、全ての病いをもった方々と接する時、常に問いかけられるのは「おまえはどう生きるのか」という事です。少しでも役に立つよう努めたいと思います。



笑顔になれる ひと時

日々の生活、笑顔になれる時は、どんな時でしょうか。
笑顔には人を幸せにする、ぶしぎな力があります。

全力少年

(東 裏) 小滝 勝



今から五十年前、僕等はとも元氣のよい少年でした。

ある夏休みの一日少年の朝は早い。ラジオ体操に行くためだ。行っても参加の判を押してくれないだけで何も貰える訳ではない。少年は真面目なのだ、だが他の人も極めて高い出席率だった。

帰ると九時から野球の練習が始まる、当時の東裏は三百戸余り、小学校の児童数も百人近く十分なチームが作れた、そして何より子供から大人まで野球バカが大勢、地元から甲子園球児まで出たものだからそのポルテージは最高潮の時期だった。残念な事に個々の能力は高かったが、チームワークに難があった。適性よりも力関係でポジションが決まるからだ。故に大抵自滅して負ける事が多かった。だが、

良いコーチに出会いその辺が是正されると、少年達の快進撃が始まった。

今日は七夕、各地区の子供会で催しがあり、夜には各家々を廻りお菓子を貰うという行事。少年はお化けを信じていたので、正直あまり気の進むものではなかったが、大勢だしと思って参加した。当時は農村も国の食糧増産計画と食糧管理法に守られ、次第に豊かになり始めていて、少年達の来訪をどの家も快く迎え入れてくれた。提灯と螢の明かりだけを頼りに少年はピクピクと歩いた。

膨大な時間を持て余し、沢山の友達と遊んだ夏休みもお盆が終わると宿題に追われる事に。



小学生の頃の少年たち (修学旅行にて)

心ゆたかに音楽を

(みどり野) 宮野 恭子



二十代のころから琴の音色に心を奪われ、琴を習いはじめ、演奏会、各種の集い、結婚式など楽しく弾いていました。結婚育児と琴を弾くことから離れがちになりました。子育ても終わり、音楽を楽しむ一部屋もでき、再び琴を弾ける環境が整いました、

が、何十年のブランクの為、弾きなれるまで時間がかかりました。琴、独自の曲は一般の人には馴染みづらく、昨年より、ギターが好きな主人と一緒に、琴とギターのコラボで弾ける楽譜を見つけ誰にでもわかるポピュラーな曲を練習し弾いてみると、琴とギターの合奏がまた一際素晴らしい音色になりました。一曲一曲とできるようになり、地域の敬老会、各種集いの場に出で緊張しながら聞いている人

と共に楽しくコラボで弾かせてもらいました。さらに新しい曲に挑戦して楽しみたいと思っています。

また私の笑顔になれるひと時は、夫と共に旅行に行くことです。毎年のように、フェリー、飛行機での旅行、今年は何国、瀬戸内海を渡って岡山へ。雄大な自然の中、鳴門のうず潮、江戸時代を思わせる倉敷の美観地区、日本三大庭園のひとつ岡山の後楽園、目にするものすべてが感動でいっぱいになり、心が豊かになりました。心にいっぱいの宝をもつて、琴の音色で一人一人に感動を伝えることができました！最高の笑顔になりますよね！



琴とギターの共演 (敬老祝賀会にて)

ひとりごと

高齢化と共に認知症も増える計算のようですが、予防対策も進んでいくことを願います。
会話に あれーとか、それが多くなったり、名前が思い出せなくなったりすると、私もかしらと不安になります。脳も筋肉も、使わないところから衰えていくのです。意識して体を動かし、意識して学ぶことです。対策として、二つの事を同時に行うと効果的だとか！例えば歌いながら、茶碗洗いをするとか、つま先立ちで、洗濯物を干すとか、今の生活にプラスワン！

老化は避けられないが、老化を遅らせることはできる。まずバランスのとれた食事、続けられる運動、そして質の良い睡眠、さらに知的好奇心だそうですね。年だからといって諦めないで！新たにチャレンジすることだってできる。

便利になっていく電化製品や、AIが生活の中にどんどん入ってきます。本当に必要でしょうか？歩くことが減っているのは確かです。考えることも減っていくのでは？
時々、幼き頃の生活を思い出し、現在に感謝しながら、今の自分に何が必要なのかを、考えてゆきたいと思います。

ずーっと一年生 ただ今勉強中

道内研修に参加して

(スウェーデンヒルズ)

藤岡 克己



本年度の道内視察研修は、六月二十一日から一泊二日の日程で、委員二十三名参加し実施されました。定例会終了後ゆとりを出発し伊達市にある社会福祉法人「太陽の園」を見学しました。この施設は昭和四十三年に認可されました。知的障がい児施設と成人の入所施設及び通所施設、児童の発育外来を中心とした診療、リハビリ施設からなり、総定員三百十名の複合施設となっております。生産活動としては、七宝焼き、養鶏、野菜作り、牛乳の出荷があり、又、施設内にクリーニングの作業場が有りました。障がい児棟の女子不在空室を見せて頂き、部屋は可愛らしく飾られていましたが、男子の部屋はいたる所に穴のふさいだ跡がありました。思春期の少

年が物に当たることにより、心のバランスをとると思うと切なくなりました。

二日目は苫小牧駅に隣接している高級ホテルと間違えそうな社会福祉法人「ふれんど」の高齢者複合施設Ⅲを見学・研修しました。施設棟は十二階建てで五部門が入っています。一階は、食堂、浴室、ゲーム室等の共有スペースとなり、リハビリデイとコンビニがあり、二階はレストラン、美容室、三階に隣接してクリニックがありました。三階から七階までが特養で、定員が百名、八階から十二階は有料老人ホームで定員八十名です。施設長に「何故こんなに立派に造ったのですか？」と伺ったところ「人が住むところですから」との事でした。

二日間を通して先進的な福祉施設の取り組み等を学び、今後の地域における関係機関との連携に活用出来たらと思えました。



「ふれんど」での研修

中堅民生児童委員

教室に参加して

(川下 葛西 孝志)



七月十一日から十三日までの三日間札幌アパホテルで開催されました。参加者は全道各地より四十二名の参加があり、私のように昨年初任者研修を終え、委員になり二年目でこの教室に参加された方もおり、同じ立場の方が居ること安心しました。始めに、開会の前に七名ずつの六グループに分かれ研修に参加し、私のグループは「そだねーはんばないね」と云う愛称になりました。朝から午後七時まで机に向かって話を聞くのは、高校以来四十年振りでした。これから三日間、閉会まで講義で明け暮れるかと思いき、少し憂鬱な気分になりました。しかしそれも、修了書を貰う時には取りこし苦労でした。

講義題目は、討議の効果的な進め方、組織リーダーとは、読みやすい広報誌作りのポイント等、講師の話聞き、それに基づいての講習がありました。民生委員としてどの様にすれば組織が活発に活動できるか、支援される側との接し方、組織としてのリーダーシップについても色々勉強になりました。

今回の教室に参加し、多くの方と出会い、多くの仲間ができて楽しい三日間でした。民生委員として、今回受けた講義を基に活動して行こうと思います。



広報誌作成作業のコマ

キャラバン・メイト
養成研修に参加して
(太美中央) 渡辺 誠



七月三十日、かでの2・7に於いてキャラバン・メイト養成研修会が開催されました。認知症になっても安心して暮らせる街にしましょう、という目的に向かって、そのサポーター(手助け人)を増やしていきたい、というのがネライで今回の研修会の運びとなったと聞かされ、現在三人の認知症に向き合っている事から受講してみることにしました。

わずか一日の研修でしたが、より深く、より丁寧に、科学的に病気を理解することができて喜んでいきます。認知症に限らず、全ての病いをもった方々と接する時、常に問いかけるのは「おまえはどう生きるのか」という事です。少しでも役に立つよう努めたいと思います。



キャラバン・メイト研修