

社協だより

# 愛さぽーと

I support

vol.119  
2023.7

## ココロ動く 地域づくりのレシピ

地域教育コーディネーター 牛木 力

東北芸術工科大学コミュニティデザイン学科

養護教諭 阿部 千穂

寒河江高等学校



# ココロ動く 地域づくりのレシピ



寒河江高等学校 養護教諭

地域教育コーディネーター

## 阿部 千穂 × 牛木 一力

新庄市生まれ。2022年、寒河江高等学校の養護教諭として小国高校より赴任。2019年に小国高校で開催した全国高等学校小規模校サミットでは、地域と連携し、生徒の力を引き出すことで大きな成果を残した。

新潟県生まれ。カリフォルニア大学卒業。2016年より、島根県立津和野高校において、行政、地域住民、学校の先生が協働して作る形の地域探求型総合学習を企画。2020年より東北芸術工科大学コミュニティデザイン学科専任講師として、学生を指導する傍ら、県内外を問わず地域づくりに関わっている。

### 「福祉」をもっと身近に

「福祉」について、日頃から身近に感じる人は多くはないと感じる。「必要になったとき」が「福祉」との最初の出会となる場合も多い。家族や友人など、身近な人の老いや病気などがきっかけで、「福祉」について考える機会ができる。どうしても「福祉」のイメージが強く、「当事者」にならないければ、考える機会が圧倒的に少ないことも、その理由だと感じる。しかし、自分の地域を住みやすくするため、身近にある課題に住民自身が気づき、仲間や関係者と課題解決に向けて動き始めることも「福祉」である。私たちは考える。地域を構成する子どもから高齢者までが、関わりたくなる「身近な福祉」をどうつくるか。

今回の特集では、気持ちを引き出す地域づくりを実践しているお二人に話を伺った。

「どうせ自分なんて」と他者と比較し、マイナス評価している子たちって多いし、私自身も学生の頃、自信がなく同じ感情を持っていたんです。勉強している理由がわからないし、やる気も起きない時期があった」

そう話すのは寒河江高等学校の養護教諭、阿部千穂先生。ふわっとした雰囲気の中に、秘めた熱意がうかがえる。2年前に、小国高校から寒河江高校に赴任してきた。なんらかの理由で、保健室利用や保健室登校の生徒が、地域の方との出会い等をきっかけにメンタルヘルスが改善され、学校生活に復帰した場面を、幾度となく目の当たりにしてきた経験をもつ。

寒河江高校の保健室で、放課後に取り組んでいるピアサポート活動。生徒の興味関心や視野を広げ、限定された人間関係にたまらずを感じる生徒が少なくなることを狙いとしている。方法として、学校生活では出会えない地域の大人を招き、生徒が気軽に交流できる場を提供している。

その「根っこ」となっている

るのが阿部先生自身の経験だ。「学生の頃、学校では自信が持てなかったけど、アルバイト先で接客を極めたんです。すると、バイト先では自信をもってキラキラ輝く自分に気づいて。関わる人や身を置く場所での自分の役割が変わるんだ、って」

### 保健室を地域とつなぐ場に

とある日、ピアサポート活動に混ぜていただくため、保健室にお邪魔した。保健室に向かう廊下には、ホワイトボードに柔らかい字と似顔絵で「助産師さん・養護教諭・看護師さんとの座談会をします」と書かれている。ゲストは助産師経験のある現役の養護教諭の方。

「高校生はお金がない、移動手段も限られている。憧れとなるような大人との出会いの最初の一步はコーディネートしていいのかなって」今回は進路についての一人の生徒の悩みから、この企画を決めたそう。

放課後、生徒たちが集まってきた。まず3人、続いて2人。少し遅れて、ドアの前で、そっと覗き込んでいる子たち

に、「おいで、おいで！」と声をかけると入ってきた。みんな自己紹介をし、雰囲気や和んだところでゲストにパスが行く。生徒たちが熱心に耳を傾けて、メモをとっている姿が印象的だった。

高校生のストレスマネジメントと、仲間同士の支え合いを目的として始めたピアサポート活動。

阿部先生は、高校生活のルーティンでは教員以外の大人と出会う機会が少ないことから、「素敵な大人と出会わせたい」と、地域とつながる形にしている。

その理由は単純に、「子どもたちにイキイキしてほしいから」

いろんな子がいる中で、「なんで生きていかなきゃいけないんだろう」から、「明日、こんなことしたい」とか「やりたいこと溢れていて、時間が間に合わない！」に変わったら、こっちがワクワクする！と微笑んだ。

さて、阿部先生のピアサポート活動を含め、地域と学校をつなぐを支えているのが牛木力先生（東北芸術工科大学

大学コミュニティデザイン学科専任講師）。いろいろなことを話したくなるような、おらかさをまとっている。彼は、島根県の高校で魅力化コーディネーターとして教員とは異なる立場から、高校生の教育に携わってきた経験をもつ。現在は、大学で「地域の人と一緒にまちづくりを進めていく方法」を教えながら、高校生と地域をつなげる活動も行っている。学校運営協議会委員として、寒河江高校の学校運営にも参画する方だ。

牛木先生の経歴も興味深い。大学の医学部を辞め、「まちづくり」をやりたいと、アメリカの大学で都市計画を学んだ。アメリカで悶々と日々を過ごす中で履修した「都市計画と教育」が今の活動につながっているという。そこでは「まちを作る側の人」と、学校や教育に関わる人たちがあまりにも断絶しているアメリカ社会の現状があって、その犠牲になっているのは子どもたちということを知る。

「アメリカは特に格差が大きいく、郵便番号で何年後かの年収がわかるくらい、どこに住

んでいるかとか、どこに生まれるか、が全てを決めてしまおう」

在籍していた大学で、まちづくりをしてきた側の責任を考えたが、学校の先生、行政、学生が一体となって地域づくりをすすめることになる。「地域で一番荒れた学校をフィールドとして、まちに関わるみんなで、地域を変えていこうとするプロジェクト。これをきっかけに、日常では関われない一見怖そうなお兄さんたちが僕に懐いたり（笑）。まちを良くするためのアクションを通じて、関係性や環境が変わっていくのを肌で感じました。日本でも地域でこういう取り組みやりたいなと思ったのが今の原点」

そんな二人の出会いは、5年ほど前に遡る。牛木先生が島根県から外部アドバイザーの立場で小国高校に関わっていたことが出会いだった。

牛木先生いわく、「その頃から、阿部先生は養護教諭の中で日本一面白いんじゃないか。と言われていたんです」それは養護教諭の枠にとど



保健室でのピアサポート活動

## 関わりやすさを意識した 社協の地域福祉事業

### できますポケット (ボランティア養成講座)

ボランティア活動の必要性を前面に伝えることは控え、「自分の得意が、誰かの役に立つ」こともボランティアになる、という新しいボランティアのイメージを作った。また、「得意」=「人と比べて秀でている」ことではなく、「好きなことや、できること」という参加のしやすさを意識して企画した。今年度は実装へむけ、準備をすすめている。



### ふくしの学び舎 (生活支援体制整備事業)

地域課題について「わからない誰かの困りごと」ではなく、「実在する方の生活の困りごと」を「自分だったらどうしたいか、何ができるか」に置き換えて考えるワークショップ。楽しく課題解決に関わる事例と、自由なアイデア出しにより「支えなくてはいけない」から、「やってみてもいいかな」とマインドチェンジを意識した。地域住民、専門職で、知恵を出し合うことが出会いとなり、支え合う地域づくりのきっかけとなった。

ピアサポート活動を企画する理由を尋ねたとき、「なににより、私自身が楽しいんです」と、印象的だった阿部先生の言葉。役割や使命感での取り組みではなく、一緒に楽しむという姿勢が、魅力的な企画にな

「学校っておもしろくないよね」「学校のこういう仕組みがだめなんだ」と環境や仕組みのせいではなく、「どうしたら面白くできるか」という起業家精神で挑めると、人生がもっと楽しくなるよね」と、締めくくった。

「経理からアプリ開発に転職するなど、キャリアシフトも珍しくない。違う分野でも、経験を強みに活躍する時代。いろんな分野で何かを生み出すことが求められる気がしています。AIで物事が済んでしまう反面、複数の分野を掛け合わせて物事を考える視点は大事。」

「誰でもかわいがられたい。大事に思われていると感じることは、大きな力になると教えてくれた。」

### これから生きるための力

「経理からアプリ開発に転職するなど、キャリアシフトも珍しくない。違う分野でも、経験を強みに活躍する時代。いろんな分野で何かを生み出すことが求められる気がしています。AIで物事が済んでしまう反面、複数の分野を掛け合わせて物事を考える視点は大事。」

「寒河江高校OBの先生方からは、寒河江高校と寒河江市への愛をひしひしと感じています。だから、生徒の一人ひとりが『こんなことやりたいな』と口に出せる環境や、自分のことに自信が持てるような、日本一の魅力的な高校にしていきたい」

それは、困っている方や課題解決に限った支援だけではなく、本質的な解決にはならないと考えているため。目指すのは、子どもから高齢者まで人と人をつなぎ、属性を問わず全ての方が関わりやすい地域づくりの土壌をつくることなのです。

「私たちが社会福祉協議会でも必要性よりも「自分ゴト」として参加できるよう「楽しさ、参加しやすさ」「人との出会い」を意識して、事業を企画しています。」



「僕も知り合いのおじいちゃんや山菜取りに連れていってくれて『こうやってやるんだ。』とか、『虫に刺されてかゆい。』とか。触れて感じることから自分ゴトが始まると思う」

「意外と楽しかった」と感じれば、「今度また行こう」というように、主体性へと繋がっていく。

「僕もそうだったけど、『何を言われるか』よりも、『誰が言う』が重要だと思っただけ解決しようと思わずに、別の分野や人とのかけ合わせを生み出していくことで、解決に繋がることも多いそう。」

「僕もそうだったけど、『何を言われるか』よりも、『誰が言う』が重要だと思っただけ解決しようと思わずに、別の分野や人とのかけ合わせを生み出していくことで、解決に繋がることも多いそう。」

### 2人が感じる今の子どもたちのこと

「自分で何かを選択し、意思を持ってやることに自信がない子が多い、と口を揃えた。例えば、ポスターを作るのにも、『ここ何色でいいですか?』と全部聞かないと、色を塗られない。子ども達が意

「大人の答えが全部正しいわけじゃない。大人が間違っている、あなたが合っていることもあると思うから、考えていることを教えて!」と、生徒の声を引き出すことに徹した。

「意見と言える環境づくりを積み重ね、自ら考え物事を進めていく体験によって、確認しなくても行動できる子が増えたという。牛木先生によると『アメリカでは小さい頃から自分の服のコーディネートも全部決める。サブウェイ<sup>※1</sup>で、チーズ、ハム、パンなど種類が多くて、僕は選び疲れてしまうけど、アメリカでは『卵はこのくらいの焼き加減で』とか、全部注文するのが当たり前。小さなことだけど自己決定をする環境が備わっているんだよね』

### 「主体性」の引き出し方

方法も教えて、背中を押しすると、自発的な行動に繋がっていくのをたくさん見てきた二人。



生徒が手にとりやすいようコメント付きの選書(保健室にて)

「不安になつた。だから高校生活は地味にやり過ぎそうという感覚でした。できることも好きなことも、言うところ、言えないし、隠してばかりみたい。だからこそ、わかる部分もあって、多くの子は自分からは積極的に参加しないけど、『ちょっとやってみない?』って言われたら、断る理由もないから参加するんです」

「例えば、焚火をやりたい、と思ったら動画を見れば、やらなくても癒されるので体験した気になる。でも、結局はツルツルの世界の中の出来事

※1…具材やパンの種類を選択するサンドイッチのお店

## 令和5年度主な事業計画

### 目指す地域福祉活動の醸成

- 地域福祉活動を考える意見交換会…………… 30千円
- 高齢者の自立支援をすすめる地域づくり事業… 73千円
- 広報紙「愛さぽーと」の発行…………… 1,594千円

### 次代につなぐ活動の推進

- 児童遊園整備助成等事業…………… 510千円

### 市社協、地区社協等の機能充実

- ふれあい相談所設置事業…………… 550千円
- 地区社会福祉協議会の活動支援…………… 2,180千円

### つながりを活かした生活支援の推進

- 地域見守りネットワーク事業…………… 2,502千円
- 食の自立支援事業（ふれあい給食）…………… 13,637千円
- 生活福祉資金貸付事業…………… 1,075千円
- フードドライブ事業…………… 30千円
- 日常生活自立支援事業…………… 1,380千円
- 成年後見業務（法人後見）への取組

### 災害の備えから始める安全・安心の確保

- 災害時に連携する体制づくり
- 災害ボランティア育成支援事業…………… 362千円

### 団体活動による地域活動の推進

- 福祉バス等運行管理事業…………… 4,332千円
- ふれあいいきいきサロン事業…………… 816千円
- ひとり暮らし高齢者の集い支援事業…………… 1,045千円

### 地域を支える人材の発掘・育成

- ボランティア育成支援事業…………… 651千円
- リサイクルボランティア事業…………… 96千円

### 共同募金配分事業…………… 5,369千円

### 介護事業…………… 139,497千円

### 地域包括支援センター運営事業…………… 55,051千円

### 総合子どもセンター管理運営事業…………… 19,632千円

### 老人福祉センター管理運営事業…………… 25,381千円

### 法人の管理運営…………… 23,359千円

このたび、理事会で選任をいただき会長を務めることになりました。責任の重さに身が引き締まる思いです。小野前会長の実績と地域福祉への思いをしっかりと引き継ぎ、誠心誠意務めてまいりたいと存じます。

さて、「市の社会福祉協議会ってどんな仕事をしてるの」と聞かれることがあります。事業内容について知っていただくことが、皆様のために活動する第一歩になると考えます。広報誌「愛さぽーと」の拡充やホームページのリニューアルなどを行ってきましたが、これからも情報の発信に努め、より身近なパートナーとして、共に活動する社会福祉協議会、困っている人の声に応え頼りにされ、喜ばれる組織にしていきたいと思っております。

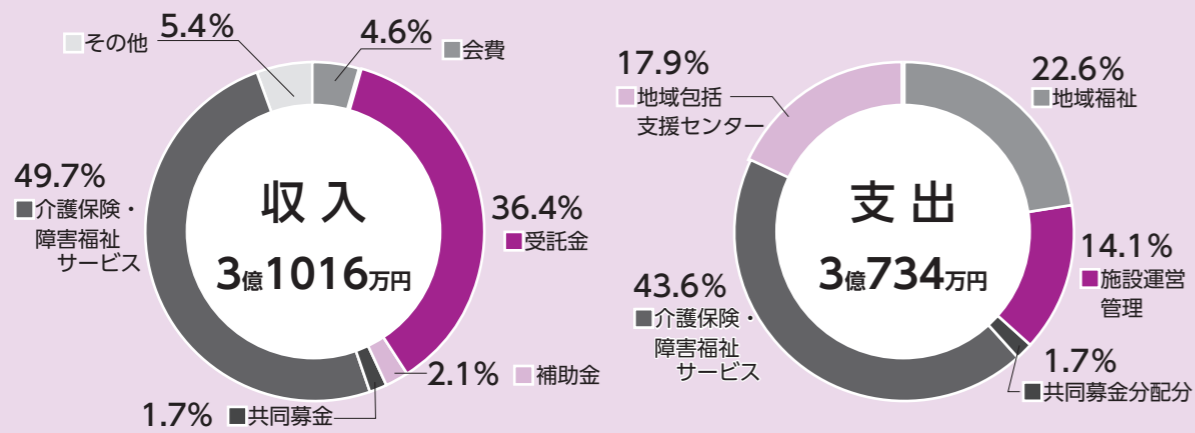
「人と人、組織をつなぎ、一人一人が自分らしく暮らせる地域づくり」、ホームページを開くと出てくる言葉です。人と人をつなぐことで社会的孤立をなくすることができます。また、支える活動をしている人が手をつなぎ合い、行政や関係機関、福祉関係団体がつながり合うことでより大きな力になります。社会福祉協議会が中心となって、人と人、組織をつなぐ役割を担っていければと思います。

市民の皆様のご協力をいただき、子どもから高齢者まで生き生きと安心して暮らせるお互い様の地域共生社会を旨として、職員一同思いを共有し取り組んでいきたいと思っております。市当局をはじめ関係者の皆様の一層のご指導とご支援をお願い申し上げます。

会長 工藤正年



## 令和5年度収支予算



収入		(単位：円)		支出		(単位：円)	
会費	14,150,000	4.6%	地域福祉事業	69,339,000	22.6%		
受託金	112,888,000	36.4%	施設運営管理事業	43,433,000	14.1%		
補助金	6,586,000	2.1%	共同募金配分事業	5,370,000	1.7%		
共同募金	5,370,000	1.7%	介護保険・障害福祉サービス	134,155,000	43.6%		
介護保険・障害福祉サービス	154,263,000	49.7%	地域包括支援センター事業	55,051,000	17.9%		
その他	事業収入	1,964,000	0.6%	合計	307,348,000	100.0%	
	負担金収入	5,189,000	1.7%				
	その他	9,757,000	3.1%				
合計	310,167,000	100.0%					

## 社会福祉協議会 会費納入のお願い

本会では「住み慣れた地域で安心して暮らせる福祉のまちづくり」をめざし、多くの方々のご協力をいただき、地域福祉活動を推進しています。

皆様からの会費は、貴重な財源として、事業の充実や推進に大切な役割を果たしています。

### 会費の納入方法

各世帯の皆様への会費納入につきましては、町会費からの納入、または町会長や隣組長に集金をお願いしております。

会員種別	対象	会費
一般会員	一般世帯	1,200円
賛助会員	一般世帯	2,000円以上
企業賛助会員	企業・事業所	5,000円以上

## 社会福祉協議会 新役員紹介

本会役員の任期満了に伴い、令和5年6月29日開催の評議員会において新理事・新監事、同日開催の理事会で会長・副会長、常務理事が選任されました。

理事(15名)・監事(2名)【任期】令和5年6月29日～令和7年定時評議員会の終結の時

役職	氏名	選任区分の役職名等	役職	氏名	選任区分の役職名等
会長	工藤 正年	学識経験者	理事	庄司 進	市町会長連合会会長
副会長	安達 正司	学識経験者	理事	菊地 廣行	市老人クラブ連合会会長
副会長	齋藤 真朗	市副市長	理事	村上 理香	ぼけっつとぴーす理事長
常務理事	小林 弘之	市福祉事務所長	理事	柴田みどり	まごころサービスさくらんぼ理事長
理事	眞木 恒雄	寒河江地区社協会長	理事	阿部 高之	市手をつなぐ育成会会長
理事	小山三枝子	西根地区社協会長	理事	日下部泰子	市ボランティア団体代表
理事	沖田 政明	醍醐地区社協会長	監事	小松 健一	学識経験者
理事	土田 芳昭	三泉地区社協会長	監事	設楽 伸子	学識経験者
理事	渋谷 昭儀	市民生委員児童委員協議会会長			

## ホームページが親しみやすくリニューアル

寒河江市社会福祉協議会のホームページを大幅にリニューアルしました。今回のリニューアルでは、デザイン、ページ構成を見直し、新しいコンテンツの追加も実施しました。また、スマートフォンやタブレットでの表示にも対応し、各デバイスから閲覧できるように改善しております。

今後も多くの皆様にご利用いただけるよう、福祉に関する身近な情報提供も行って参りますので、よろしくお願い申し上げます。

「寒河江市社会福祉協議会」で簡単に検索



訂正 愛さぽーと118号に掲載されました「令和4年度企業賛助会員ご芳名」に誤りがありましたので、訂正いたします。  
誤 (有)齋藤電機 → 正 (有)齋藤電気

困っている人や生活課題等を把握し、支援や解決ができる、安全・安心な地域づくり

地域見守りネットワーク事業

地域福祉推進員とネットワーク事業の要綱の一本化を図り、見守り対象者を高齢者に加えて障がい者や子ども家庭へと拡大した。

地区社協との懇談会の実施

市社協と地区社協との懇談会を開催。意見交換会等による連携の強化を図った。

生活支援コーディネーター設置事業

地域の課題解決や人材育成のため、西部地区をモデルとして「ふくしの学び舎」を開催。地域住民や社会福祉法人職員が共に学びを深めた。

災害ボランティアセンター設置事業

災害ボランティア養成研修会等を開催。寒河江青年会議所と災害ボランティアセンター運営等に関する協定を締結した。

介護事業

利用者が各種在宅サービスや地域資源を活用しながら、自立した日常生活を営むことができるよう、質の高い生活全般の援助に努めた。

地域包括支援センター

高齢者が健康で生きがいを持って暮らせる地域共生社会の実現に向け、地域包括ケアシステムの推進に努めるとともに、包括的支援事業等を実施した。



災害ボランティアセンター養成研修会

令和4年度収支決算

収 入		(単位：円)		支 出		(単位：円)	
会 費	14,128,300	5.0%	地域福祉事業	食の自立支援事業	11,257,790	4.1%	
受 託 金	103,119,644	36.4%		地域福祉活動	7,066,144	2.6%	
補 助 金	6,837,613	2.4%		避難者支援	2,624,925	1.0%	
共 同 募 金	5,362,240	1.9%		福祉バス	3,555,825	1.3%	
介護保険・障害福祉サービス	142,155,728	50.2%		日常生活自立支援	1,463,000	0.5%	
その他	寄付金収入	557,162		0.2%	生活福祉資金貸付	304,361	0.1%
	事業収入	1,561,100		0.6%	たすけあい資金貸付	70,000	0.0%
	負担金収入	4,725,200		1.7%	法人運営	30,031,632	10.9%
	積立金取崩	4,166,538		1.5%	振興基金	336,473	0.1%
	受取利息・他	357,546		0.1%	施設運営管理事業	40,544,327	14.8%
合 計	282,971,071	100.0%	共同募金配分事業	5,362,240	2.0%		
			介護保険・障害福祉サービス	118,240,522	43.0%		
			地域包括支援センター事業	53,802,512	19.6%		
			合 計	274,659,751	100.0%		

見守りネットワーク事業

みんなですすめる地域見守りネットワーク事業

地域見守りネットワーク事業は、地域住民による助けあいや支えあい活動を推進し、住み慣れた地域で誰もが安心して暮らせるまちづくりを目的として、寒河江市、寒河江市社協、各地区社協、各町会、民生委員児童委員、地域福祉推進員が連携し実施しています。

地域福祉推進員をご存じですか？

地域福祉推進員は町会長より選任され、地区社会福祉協議会の推薦により、市社協会長が委嘱しています。247名の方が地域福祉推進員として活動しています。(町会ごとに、概ね50世帯に1名配置、任期は3年間R5.4～R8.3まで)

地域福祉推進員の役割

- 見守り活動と関係機関への連絡  
対象世帯の定期的、日常的な見守りを行い、支援が必要な世帯が安心して暮らせるよう、町会長等、民生委員児童委員、地域包括支援センター等の関係者と必要な情報の共有や連携を行っています。
- 福祉に関する情報提供  
必要な世帯に、福祉情報等の提供を行います。
- 福祉事業への参加協力  
市社協、地区社協並びにサロン等地域で実施している活動に参加協力し、地域福祉を推進しています。

対象世帯について

町会長が地域福祉推進員、民生委員児童委員を召集し、三者懇談会の中で見守り世帯や見守り方法(誰がどのような方法で見守るか)を決めます。対象世帯には見守り活動の同意を得た上で訪問活動を行います。

令和5年度地区社協会長名簿

地区名	会長名	地域福祉推進員	地区名	会長名	地域福祉推進員
寒河江	眞木 恒雄	113名	高 松	大沼 喜一	18名
南 部	安孫子仁志	20名	醒 醐	沖田 政明	12名
西 根	小山三枝子	19名	白 岩	鈴木 文夫	19名
柴 橋	井上 康	38名	三 泉	土田 芳昭	8名



見守りをする中で、安心していただくことが実感できる。訪問を楽しみにしていただき、料理や庭の花植えの話をかかせてくれる。しつこく確認するのではなく、遠くからの見守り、周囲からの状況確認を心がけています。

月1回の訪問で4世帯を2人で回っています。いつも笑顔で会ってくれます。コロナが落ち着いたら、笑ったり話したり、早くみんなと会いたいなと言っていた。対象者のお子さんや隣近所の方々と一緒に協力し、笑顔で安心して過ごせるようにと思います。



対象者の散歩時に、声掛けをすることで表情に明るさが増す。訪問により、やり取りによる張り合いがでて、活き活きとした表情になるのがわかる。反面、身体が不自由な方については、不意の訪問に上手く対応することができない場合もあり、前もって都合を聞くことの必要性も感じた。



地域福祉推進員の声

月1回訪問し、体調や近況を伺い「しばらくだなぁ、待ってだけ」の一言に意欲がわいた。感じたことは、近くの友達もみな高齢になり、足腰も弱くなり誰も行き来しなくなりほとんど一人で過ごしている。訪問時には昔話をたくさん聞いたり、世間話をしたり、対話を大切にしていた。福祉活動を通して、住み慣れた地域とかかわりを持ちながら有意義な体験を支えていただきました。



対象者は「地域の人からは世話にならない。」と言っていると前任者から聞いた。ヘルパーが毎日のように来てくれているとはいえ、「寂しいだろうなぁ」と思い、声をかけていた。雪が降ったときは、玄関先の駐車スペースの雪はきをした。何度かしているうちに廊下から顔を出して「ありがとさま」と言ってくれるように。今では月2回程度、私が顔を出すと「地域の人からお世話になりありがたいんだー。」と話してくれるようになりました。対象者の気持ちがほぐれて次の推進員さんに引き継ぐことができよかったです。

お知らせ

NEW



中途視覚障がい者に  
市報の音訳を届ける

「音和の会」

利用者のニーズに応え、市報をカセットテープに録音して届ける活動を20年以上行なう「音和の会」。現在ダビングに使用しているダブルカセットデッキは故障も多く、修理を繰り返していましたが、(公財)車両競技公益資金記念財団の「令和4年度高齢者、障害者等の支援を目的とするボランティア活動に対する助

成事業」により、新しい機器を購入することができました。会員の方々は、「毎月2回の録音・編集作業がスムーズにでき、利用者に遅れることなく届けることができるとにこやかな笑顔。80歳を超える会員もいますが、活動が生きがいになっています。ますますイキイキと意欲的に活動されることを期待しています!

さくら鑑賞会〜高松地区社協一人暮らし高齢者の集い〜

「今年の桜は早かったね。」高松地区社協では、一人暮らし高齢者の集いを2年ぶりに開催。今年度は寒河江と天童の桜の名所を巡る旅。満開の桜の下で、お団子を頬張る皆さん。久しぶりの外出に話が弾み、食べる時間が足りないほど。慈恩寺テラスでは、寒河江の史跡研修にて、見聞を深めました。参加者からは、「ありが

とさまー。コロナで出ていなかったから久々にみんなに会えた。」と嬉しそう。高松地区社協では、「交流は認知症予防にもつながる。地域の高齢者の皆さんが健康でいきいき過ごしてくれたら。」と意義のある活動になったと話してくれました。

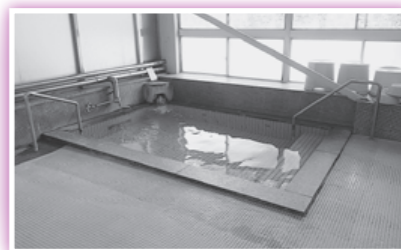


地区社協に活動費の助成を行っています。

老人福祉センターで  
温泉のある時間を過ごしませんか?

送迎バスあり!  
少人数でも  
相談ください

営業時間：10時～16時  
料金：300円(半日利用は150円)  
休館日：月、第3日曜  
問合せ：0237-87-1328  
老人福祉センター(大字白岩字大江寺415)



白岩温泉の泉質

ナトリウム塩化物冷鉱泉のあったまり湯。湯船につかると肌に優しいお湯が身体をしっかりと包みます。疲労回復・腰痛・肩こりに最適。保湿効果でぽかぽかが続きます。



温泉後の過ごし方

温泉の後は、大広間、小部屋をご利用いただけます。自家製漬物のお重を持ち込む方もいたり。近くのお店から出前もO.K! おすすめは冷たい肉そば(ゲソ天付)。おなかがいっぱいになったら、わなげ、カラオケでリフレッシュしてはいかがでしょうか。



●食の自立支援事業「ふれあい給食」配達ボランティア募集

「給食を楽しみにまっている、ばあちゃんの写真を見ると元気がでるんだ。」と意欲的に活動しているふれあい給食のボランティアさん。ひとり暮らし高齢者、高齢者夫婦世帯、また障がい者で、食事の支度が困難な方に昼食をお届けする「ふれあい給食」は、ボランティアの活動に支えられています。

利用者から好評をいただいている理由は、新鮮な食材を使って調理ボランティアさんが手作りする家庭の味。このできたての給食を温かいうち届けるのが配達ボランティアです。

2人1組で、市内5ルートに分かれて、お届けする一人ひとりの顔を見て渡すことで、安否確認の役割も担っています。配達ボランティアとして、一緒に活動してみませんか。興味のある方は、お問い合わせ下さい。

【問合せ】市民福祉課  
☎83-13220

●はあとカフェ、はじめました。

何気ない毎日：おしゃべりで、ほっとするひと時を過ごしてみませんか?  
傾聴ボランティア「はあとの

●夏休みボランティアが始まるよ

「会」が、毎月一回「はあとカフェ」を開店しました。コロナ禍で施設での傾聴ボランティアの活動が停滞したこともあり、出向くのが難しかったり来てもらおう!と始まった取り組みです。

話を聴くことでの「おもてなし」は、高齢者施設で傾聴ボランティアを続けてきたメンバーならではの、おしゃべりと楽しいメニューと飲み物、お寺の住職やお茶の先生など、バラエティーに富んだメンバーがお待ちしております。

開催日時：毎月第1木曜日  
午前10時から12時  
場所：西部地区公民館

●夏休みボランティアが始まるよ

体験できる活動  
福祉施設、学童保育、子どもセンターでの体験

点字、手話、語り部などボランティア団体の活動体験  
詳細はホームページ、または学校より配布されるチラシを確認ください。

【問合せ】市民福祉課  
☎83-13220

介護福祉課から、あなたに読んで癒されてほしい一冊。

本でココロの休日を  
PICK UP BOOK

介護に関わるあなたへ。介護福祉課からのメッセージ

介護にも大なり小なり、様々な「わけあり」がつきものですが、犬と人との魂の分かち合いを「シャネル」の角度から「シンプルなやさしさ」を感じてくださいね。読み終わった後、家族や大切な人へ感謝を伝えたいくなります。写真集のような構成で、10分あれば読めるので、お子様にもぜひ読んでほしい。「シャネルの笑顔」と、言葉よりも心と心で会話をしているときの表情を見てください!あなたの疲れがほぐれますように。

介護に関するご相談は

介護福祉課(居宅介護/訪問介護/訪問入浴)  
TEL 83-3207  
介護を必要とする人が、住み慣れた地域でいつまでも安心して生活することができるよう、各機関と連携を図りながら地域福祉の推進に努めます。お気軽に連絡ください。

介護福祉課の職員が選びました!

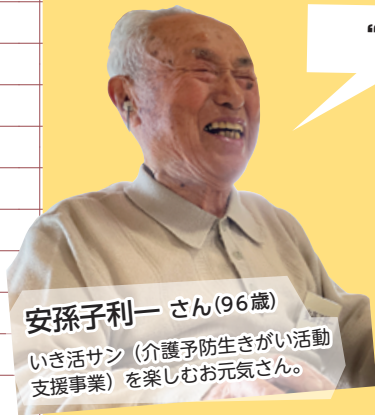
下半身動かぬセラピー犬 シャネル  
〜緩和ケア病棟の天使たち〜

出版社：ブックマン社

殺処分になるはずの運命を免れた犬たちが、セラピー犬となって、緩和ケア病棟の患者さんの心に寄り添うとき、奇跡のような笑顔が生まれた。命のぬくもりとは何?心の痛みとは何?温かな涙が流れるフォトブック!

ゴールデンレトリバーのおばあちゃん犬、「シャネル」。緩和ケア病棟でセラピー犬として働き、患者さんにとっても愛されていました。しかし、突然の難病で下半身が麻痺し動かなくなってしまいました。いつ、心臓が止まってもおかしくない状態のため「安楽死」の選択肢もある中、セラピー犬としての使命を全うし、いろいろな方に愛をおすそわけるお話です。





安孫子利一さん(96歳)  
いき活サン(介護予防生きがい活動  
支援事業)を楽しむお元気さん。

“介護予防「いき活サン」に参加して 若さと元気 もらいて楽し”

「ここに来て、みんなとお話するのがおもしろくてよ～。毎日、参加日を指折り数えて待ってんのよ。」と話される安孫子利一さん。令和4年に、ご家族から地域包括支援センターに相談がありました。

医者から激しい運動の参加は止められており、今まで通っていた運動教室をやめることに。まだ元気なこともあり、家にいると体力が落ちないか心配。という内容でした。

私たちは後日、利一さんとお会いし、趣味や仕事(さくらんぼ作業)など生活の様子を詳しく聞かせてもらいました。

利一さんは、様々な方と話をしたり、交流することを強く希望されていました。私たちは、「ふれあいサロン」と「いき活サン」を紹介。利一さんは、「いき活サンに行きたい!」とその場で参加を申し込みました。

あれから、1年と少し。利一さんに、その後の暮らしを伺いました。

「いき活サンはよお、ゲームや脳トレも楽しいしよお、みんなさも来て欲しいからって、新聞さ投書<sup>※1</sup>したんだ。」と笑います。

利一さんは今も現役のさくらんぼ農家。脚立に登ることは控えています。さくらんぼの「詰め方」はまだまだ現役。「さくらんぼが忙しいからよ、いき

※1…2023年2月23日、山形新聞やましんサロン

活サンはお休みしねきゃな。」と、さくらんぼ作業に意欲的。

“さくらんぼ 孫に剪定教えんと 樹下より指図す 高冷の吾れ”

(2023年4月9日 山形新聞)

果樹の仕事が落ち着く冬期間は、頭の体操にと2社から新聞を取り、隅から隅まで読んで情報収集するのが、毎日の楽しみ。

今後、やってみたいことを尋ねると

「いろいろあるんだけど、自分が生きてきた証を自叙伝として残したいのよ。」とはにかみました。実は15歳から日記を記し、今ではなんと60冊を超えているそう。「やすんだことねえのよ、1日も。」と、やることあるのが元気の秘訣かもしれません。

地域包括支援センターでは、高齢者の方の経験や思いをしっかりと聞き取り、その人がしたい暮らしを実現できる提案をしています。

相談をはじめ、活用できる情報の紹介等を行っていますので、ご本人をはじめ、ご家族、ご近所の方も気軽に利用ください。



高齢者に関するご相談は

▶地域包括支援センター TEL 85-0896  
ハートフルセンター3階  
平日8:30-17:15 土曜日は予約にて対応。

教えていき活サン!

いき活サン(介護予防生きがい活動支援事業)ってこんなところ!

体操やレクリエーション活動、参加者同士の交流をとおして、健康維持や生きがいを目的とした日帰りの介護予防教室です。スタッフは20代から60代まで、経験豊富で役者ぞろい。皆さんが介護にならないように、心も身体も元気になるよう支えます。



「いき活サン」おすすめポイント

行く場所と会える仲間ができて、  
介護にさせないレクリエーションの充実

- ①自宅付近からバスにて送迎(週1回参加できます)
- ②百歳体操や口腔体操、誕生会や脳トレなど、心身が満たされる豊富なレクリエーション活動
- ③週替わりの美味しい弁当

参加費 800円(弁当代含む)

いき活サンのご相談は

▶介護福祉課 TEL 83-3207