

ひらおか

地域に根ざす 保健・福祉活動の紹介

山に雪が降りだしたら「おば捨て」の季節じゃあちゆうてのう、あっちの家こっちの家で、山行きの支度がはじまるんじやよ……。 (山口の昔ばなし・第3集より、一部引用)

あるとこね、61歳になる爺さまを、つあつあ(父)と孫と二人で、山へぶっちゃり(すてる)にいった。爺さまを籠の中に入れて……。山の奥へかっいで……。つあつあが籠もいっしょにぶっちゃっていこうとしたら孫が、「つあつあ その籠は、こんだお前が山にくるどきに、また使わんばならんすけ、ぶっちゃらんで、もっていこうんし」「ほんだな、そういえばそうだな」……(中略)……登ってくる途中木の枝を折って帰路の道標とした親心。感動した父は、親を捨てきれずに家に戻る。その後爺さまが、殿様からのいくつもの難題を「高齢者の知恵」で悉く解いていく話に続きます。(水沢謙一編『とんと昔があつたけど』参照)

この度は伝承史を入口に、地域の保健・福祉活動への意識の強化を……と構想してみました。多忙の中、関係機関にご協力いただき本当にありがとうございました。 《編集部》

地域と一緒に 福祉のまちづくりを進めます!



清田区社会福祉協議会事務局次長 佐藤 和人
(連絡先 889-2491)

清田区社会福祉協議会は、区役所の三階に事務所があり、誰もが安心してその人らしく、住み慣れた地域で暮らせる福祉のまちづくりを目指す。地域のみならず、地域とともに知恵と力を出し合って活動を進める民間の組織で、通称「社協(しゃきょう)」と呼ばれる。社協は、社会福祉法百九条で「地域福祉の推進を図ることを目的とする団体」と規定され、市内では、札幌市社協と十区にそれぞれ区社協が置かれ、社会福祉法人としての法人格を有しています。法人の理事や評議員は、地区社協や町内会連合会をはじめ、社会福祉施設、民生

平岡地区町内会連合会
清田区平岡7条3丁目9-25
平岡地区会館内
☎ 883-7100
発行責任者 大橋 良一
編集責任者 渡辺綱太郎



一人暮らしの方が集う茶話会

委員児童委員協議会、保護司会、行政、ボランティア団体などの代表者から構成され、社協の福祉活動に対して、活発な意見をいっていただいております。社協の実施する福祉活動の中で、最も重点化している取り組みが「福祉のまち推進事業」で、地域を主体として、見守りや安否確認をはじめとする日常生活支援を基本とし、援助が必要な方々の変化に気遣いながら、発生した諸問題には専門機関の活用も図るなど、それぞれの生活課題に対し、無理のない範囲で適切に対応していく地域の支え合いの仕組みづくりを目指しているものです。

平岡の地においても平岡地区福祉のまち推進センターが設置され、高齢者の見守りを中心に、ふれあい交流、子育てサロン、介護予防事業など、地域住民の方々が積極的に取り組んでおられます。日頃の見守り活動から、心配な方を関係機関に連絡し、適切なサービス提供へとつないだケースも実例としてあります。社協事業のうちひとつの柱は、福祉ボランティアに関する取り組みです。ボランティアの育成や活動調整、福祉教育など幅広い支援を実施しております。ボランティア登録者においては、平岡にお住まいの方が多く、施設や在宅での継続的な活動をお願いしております。通年、ボランティア体験を受け付けており、活動に興味のある方は、是非ご相談いただければと思います。区民の在宅生活を支援する取り組みとして、自力で除雪することが困難な世帯を支援する「福祉除雪サービス」、車いす利用者の外出を支援する「移送サービス」、判断能力にハンディをもつ方々への福祉サービス利用援助や金銭管理を行う「日常生活自立支援事業」、地域のたまり場づくりを支援する「ふれあい・いきいきサロン」の普及、低所得世

帯等に対する各種福祉資金の貸し付けなど、広範多岐にわたるサービスの提供と相談援助を行っています。このように行政と連携した事業が多いことから、区役所に事務所を設置しています。その他にも広報誌「社協だより」の発行、赤い羽根でなじみの深い「共同募金」や民生委員児童委員協議会の事務局運営などもあり、地域福祉に関係する様々な活動に関わっていることに



チャリティーフェスティバル



子育てサロンも福まちの活動です

「地域包括支援センター」は、札幌市から委託を受け、地域にお住まいの皆さんのまちづくりの一役を担うために、平成十八年四月から設置され、現在市内に二十一ヶ所設置されています。清田区では「札幌市清田区地域包括支援センター」が清田区全域を担当します。包括(以下地域包括支援センターを略して「包括」と記載)と聞いても皆様には「馴染みが薄い」「何をしている所か分からない」

なります。社協というと堅苦しいイメージになるかもしれませんが、職員はいたって明るいメンバーばかりです。区民まつりでは着ぐるみを着てPRし、平岡キッズまつりでは、汗水流して子ども達とアトバルーンづくりに励み、平岡の町内会にお呼ばれするとクジ引き屋のオバさん達に変身します。平成二十二年九月二十三



清田区地域包括支援センター

社会福祉士 渋井 敦子

(連絡先 888-11717)

日には、福祉をもっと身近に感じてほしいとの願いから、清田笑顔のチャリティーフェスティバルを開催しました。平岡の多くの方々にご協力をいただきながら、楽しいイベントにもチャレンジできました。「社協だより」は全戸回覧をお願いしており、回覧された時はどうぞご一読いただければ幸いです。



地域ネットワーク作り会議

皆様、こんにちは。私達は、清田区地域包括支援センターです。「地域包括支援センター」は、札幌市から委託を受け、地域にお住まいの皆さんのまちづくりの一役を担うために、平成十八年四月から設置され、現在市内に二十一ヶ所設置されています。清田区では「札幌市清田区地域包括支援センター」が清田区全域を担当します。包括(以下地域包括支援センターを略して「包括」と記載)と聞いても皆様には「馴染みが薄い」「何をしている所か分からない」

との声も多い為、ここで少し、紹介させて頂きたいと思えます。包括の仕事は大きく分けて二つあります。一つ目は「介護保険」に関する仕事です。介護保険で要支援1・2

【様々な相談ごとの窓口】主に高齢者の方に関する相談が多いですが、地域にお住まいの皆様が安心して生活ができるように総合的な相談に対応しています。「福祉の制度を知りたい」「認知症の相談をしたい」「近所のひとり暮らしの高齢者が心配・・・」等、相談事は様々です。

【介護保険以外の健康を保つための支援】介護保険は使いたくないでも、今の健康を保持したい方には、健康を維持できるような運動教室への参加等を勧めたりします。【地域・医療・福祉等に関わっている人の関係づくり】地域行事への参加、病院や福祉に携わっている皆様と話し合う機会や研修会の開催等を行っています。それでは、ここで私達が相談を受け、関わった内容を一つ紹介させて頂きたいと思えます。

【高齢者の権利を守るための活動】悪質商法から身を守る為や、認知症を知ってもらう為に高齢の方や高齢者を守る方々を対象に寸劇や講話をしています。また、高齢者虐待の相談窓口でもあり、「近所の家

で怒鳴り声が聞こえて、虐待かもしれない」等近隣の方からの相談もあります。【介護保険以外の健康を保つための支援】介護保険は使いたくないでも、今の健康を保持したい方には、健康を維持できるような運動教室への参加等を勧めたりします。

【地域・医療・福祉等に関わっている人の関係づくり】地域行事への参加、病院や福祉に携わっている皆様と話し合う機会や研修会の開催等を行っています。それでは、ここで私達が相談を受け、関わった内容を一つ紹介させて頂きたいと思えます。

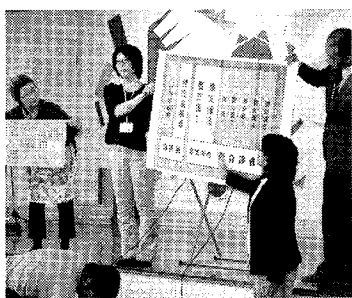
ある日、近所の方から「近所のおばあちゃんが、家族にご飯を作ってもらえないと話していて、少し気になって・・・」と包括に電話がありました。状況を確認した所、他にも気になる点がいくつかあり、区役所に相談の上、包括職員が訪問しました。対象者の方とご家族それぞれから話を伺った所、対象者の方は、以前から認知症による物忘れや被害妄想の訴えがあり、ご家族も対応に困っている事が分かり

ある日、近所の方から「近所のおばあちゃんが、家族にご飯を作ってもらえないと話していて、少し気になって・・・」と包括に電話がありました。状況を確認した所、他にも気になる点がいくつかあり、区役所に相談の上、包括職員が訪問しました。対象者の方とご家族それぞれから話を伺った所、対象者の方は、以前から認知症による物忘れや被害妄想の訴えがあり、ご家族も対応に困っている事が分かり

ある日、近所の方から「近所のおばあちゃんが、家族にご飯を作ってもらえないと話していて、少し気になって・・・」と包括に電話がありました。状況を確認した所、他にも気になる点がいくつかあり、区役所に相談の上、包括職員が訪問しました。対象者の方とご家族それぞれから話を伺った所、対象者の方は、以前から認知症による物忘れや被害妄想の訴えがあり、ご家族も対応に困っている事が分かり

ある日、近所の方から「近所のおばあちゃんが、家族にご飯を作ってもらえないと話していて、少し気になって・・・」と包括に電話がありました。状況を確認した所、他にも気になる点がいくつかあり、区役所に相談の上、包括職員が訪問しました。対象者の方とご家族それぞれから話を伺った所、対象者の方は、以前から認知症による物忘れや被害妄想の訴えがあり、ご家族も対応に困っている事が分かり

ある日、近所の方から「近所のおばあちゃんが、家族にご飯を作ってもらえないと話していて、少し気になって・・・」と包括に電話がありました。状況を確認した所、他にも気になる点がいくつかあり、区役所に相談の上、包括職員が訪問しました。対象者の方とご家族それぞれから話を伺った所、対象者の方は、以前から認知症による物忘れや被害妄想の訴えがあり、ご家族も対応に困っている事が分かり



介護保険講話の寸劇

ました。
訪問を重ねるうちに、お互いに一緒にいる時間が多
い為にストレスが溜まり、
強い口調になり、誤解が生
じてしまう事が分かりまし
た。
対象者の方は、介護保険
を申請し、通所サービスに
出かけるようになりました
定期的に外出し、他の方と
交流する機会もでき、健康
的な生活を送る事ができる
ようになりました。
当初、険しい表情をして
いたご家族も徐々に表情が
柔らかくなっていきまし
た。
近所の方からの一本の電
話が、対象者とご家族に関
わるきっかけとなり、結果、
対象者・ご家族それぞれが
生き生きと生活している姿
を見る事ができ、大変嬉し
く思いました。
「近所に気になる人がい
る・・・」という皆様一人ひ

①平岡地区にお住まいの65
歳以上の方や、そのご家族
の総合相談窓口です。保健
医療福祉に関することや、
同居されている高齢のご家
族のことなど心配なことが
ありましたらご連絡下さい。
②地域にある福祉活動と協
力しながら、高齢者の皆様
が住み慣れた地域で、心と
身体の元気を保ちながら生
活できるように、介護予防

介護予防で健康ぼうほう!!



清田区介護予防センター 芳岡 直人
(連絡先 88511230)

とりの気づきが、誰かの生
活を少し変えるきっかけに
なる事もあります。
私達包括も微力ではあり
ますが、清田区にお住まい
の皆様身近な相談窓口と
して「気になったら、包括

に電話しよう」と地域の皆
様に思っていただけけるよう
努めていきたいと思ひます。
歳を重ねても安心して生
活できる清田区になるよう
に少しでもお役に立てれば
と思ひています。

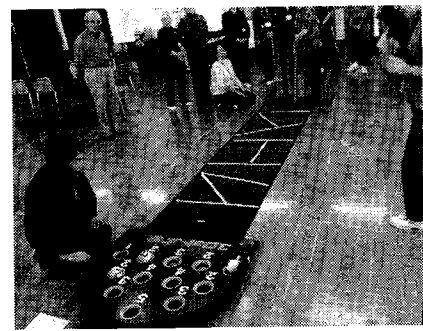
平岡の皆様こんにちは!
清田区介護予防センター北
野・平岡です。
平成18年4月1日より、
札幌市の委託事業として清
田区に清田中央地区、清田
里塚・美しが丘と合わせて
3カ所開設されました。
介護予防センターは

を広める活動を行っていま
す。平岡地区では、福祉推
進員さんと一緒に「平岡す
こやか倶楽部」平岡わかば
会館(平岡8条11丁目)第
2金曜日、平岡地区会館
(平岡7条3丁目)第3火
曜日平岡しんたくおいで会
館(平岡2条3丁目)第3
金曜日に開催しております。
平岡地区にお住まいの高
齢の方々が身心のご健康を
保つていくために役立つ体
操やレクリエーションなど
を行い、同じ地域の方々との
交流の場を設けています。
ぜひ、ご参加下さい。
ここで改めて「介護予防」
って何?というところをお話
しさせて頂きます。介護予
防とは、今の健康な心と身



体を保ち、できるだけ長く、
「介護が必要な状態になら
ないようにする」ことを意

味します。誰かの手を借り
ながら毎日を送るより「で
きる限り自分のことは自分
で」考えながら生活する。
そんな毎日を送りたいです
よね。「それでは介護予防
のポイントを紹介致します。」
(1)自宅に閉じこもらない。
外出して季節を感じ、外
の新鮮な空気を吸いませよ
う。自然や人との交流は、
心と身体の元気の源です。
(2)お口の中も清潔に。
お口の悩みはまず病院へ。
いくつになっても楽しい食
事。ゴックン体操忘れずに。
(3)頭を使う作業をする。
「考えなくてもできる」
ことばかりでは頭もお休み。
同じことでも手順を変えた
り、新しいことにも挑戦。



脳細胞同士のつながりを強
くして脳の若返りを目指し
ましょう。
(4)ストレスを上手に発散。
一人で抱え込まず、身近
な人に話してみましよう。
自分のストレス対処法を持っ
ている人は心も元気。
(5)必要な栄養を摂る。
好きな物だけではなく、
いろんな食材を少しずつ。
「たくさん」より「まんべ
んなく」摂りましよう。
(6)精神的に運動を。
身体を動かして骨と筋肉
を強くましよう。足腰丈
夫で、めげせ!しゃつきり
生活!
最後になりましたが、こ
れからも皆様と一緒に介護
予防健康づくり楽しみに
取り組んでいきたいと思ひ
ます。どうぞよろしくお願
い致します。

平岡高齢者の人気絶頂 第11回 演芸発表会

平岡地区「老連」

文化部長 古川 久男

二月十四日平岡地区老連の演芸発表会が平岡地区会館で開催され一七四名の会員が参加しました。昨年は一六〇名でしたので昨年より一四名の増でした。これは昨年コーラスが五組でしたが、今年は八組と三組増が要因とされます。

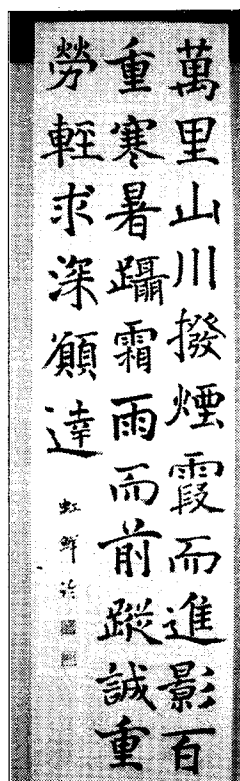


去年の演芸発表会の模様や私の心境を発行している「睦寿会便り」に寄稿しているのですが、それと比較すると今年は精神的にも大分落ちついた様に思われ、何事も経験が大事なかなあと感じて居ります。当日帰宅して「やれやれや」と終ったと感じたのはやはり幾分心の負担になつていたのでしよう。然し、皆さんが楽しく唄い、そして踊り、それを応援する皆さんの拍手声援を思い出した時は、来年も又頑張らなければという心境になりました。御協力戴きました各クラブの皆さん本当に有難う御座居りました。

お詫び申し上げます
前号「広報ひらおか」(No.34)で平岡第二町内会 三浦巨昭会長様に御寄稿頂いた内容の一部に記載漏れがありました。この誌上をお借りし、改めてお詫び申し上げます。

全日本書芸文化院理事
平岡十条在住 山岸 虹鮮

中国の書家「諸遂良」が書いた雁塔聖教序の一文を臨書しました。躍動的な細線と細かな用筆の変化を心掛けました。



平岡町内会六班 高橋 瑩子 (素香)

北海道書道展会友
毎日書道展 会友
書究院展審査会員
北海道書道連盟展



第50回 毎日書道展 秀作賞



あとがき

日本のおかしに「うば捨て山」という伝承があるように、世界の歴史にも類似した言い伝えは幾つもあります。生産活動上不要になつた高齢者(60歳程度)に対する社会的・世代的偏見の跡です。

女性が世界一財政界に進出しているスウェーデン(男52%、女48%)は、ヨーロッパを侵略したバイキングの勇壮なイメージやノーベル賞の存在と授賞式をする首都ストックホルムはみなさんご存知でしょうが、その国にも高齢者不要の歴史をみる事ができるのです。

そのおかし、労働力を失った老人は、子等の誘うがままに山地や急峻な崖に立ち、こん棒で頭を打たれたり長い棒で崖下に突き落とされたりした話が伝えられています。

現在、徐々に前進する福祉政策のかたわら、今はこうした痛ましい事象はありませんが、姿を変えて、高齢世代をマーケットにとか詐欺まがいの悪徳商法の標的にされる話はいくらも耳にします。

高齢者には、長い生活経験と知恵があります。それを地域や社会の掛け替えのない財産と考えたら、幼・少・壮・老の世代間のバランスも保たれます。

「うば捨て」のおかし話にふれるにつけその念をつよくします。(編集部)