

扇の松の木の下で

花水をもっと「わたしたちのまち」に



第8号

2005年3月7日

編集発行

花水福祉コミュニティ
づくりグループ

花水福祉サロン報告 必要な情報を必要とする人に...」これは、私たちの活動の原点です。日ごろの活動を通して、地域の人たちにこんな情報、あんな情報が足りていないと考えるようになりました。そこで、私たちは、「花水福祉サロン」として、その道の専門家の方にお話をうかがう機会を設けてみました。今まで2回開催した中で、必要な情報は必要とする方に渡っていったという手ごたえを感じることが出来ました。しかし 情報の行き渡りは十分ではありません。そこで今回、この情報紙を介して少しでも多くの方に貴重な情報をお伝えしようと思います。まずは、第1回目の花水福祉サロンでお話しいただいた、桃浜町の宅老所「ひなたぼっこ」の大見さんをご紹介します。

第1回 介護のこと痴呆症のこと、知ろう！語ろう！

高齢化社会が進んでくると、認知症(痴呆症)と無縁でいられるとは言えない状況です。もしも自分がそうになったら家族に迷惑をかけると心配している方や現在介護中で心身ともに疲れ果てている方が、花水地区にもいらっしゃるはず。『在宅介護』が理想的とは言えない、介護者にとって決して楽な事ではありません。

そこで、私達は桃浜町で宅老所を作り、高齢者のケアにあたっている大見京子さんをお招きして、プロの目から見た、介護と認知症について教えていただきました。

宅老所「ひなたぼっこ」を知っていますか？

大見さんは、自宅で同居のご家族の介護をした経験があります。その際、「地域で支えあうことには様々な問題がある。しかし介護保険制度だけでは在宅介護をするにしても不備不満の多いのが現状」と感じ、地域で認知症の方とその家族を支える仕組みの必要性を強く感じたそうです。そこで、大見さんは気持ちを同じくする仲間と出資しあい、「地域の中にもう一つの自宅を」という意味で宅老所「ひなたぼっこ」を2001年に開設しました。

介護に大切なものは何？

大見さんは次のように力説されます...

介護する上で大切なものは、家族の愛情です。」

介護者が愛情と笑顔で介護にあたれば、状態は良くなるそうです。介護者の心遣い一つで、相手の心に変化がでてくるそうです。しかし...実際に介護をしていると、愛情や笑顔が必要とわかっていても、介護者が疲れ果ててしまって笑い顔も出来なくなってしまうのが現状で

はないでしょうか？

介護者へのアドバイス (愛情を失う前に...)

そこで、大見さんは、介護者に次のようなアドバイスをしてくださいました。

家族が認知症になってしまったら、近所の噂話などを恐れずに家族の認識を変えることが大切です。隣近所にも事実を知らせ、認知症の家族のことを知ってもらいましょう。

早くに、認知症に関する知識を得ることも大切です。認知症は「病気」であることを忘れないでください。

認知症であっても、本人の言うことを受け入れるようにしましょう。家族だから、受け止めることは難しい面もあります。そのためには受け入れるための学習が必要であることを忘れないでください。

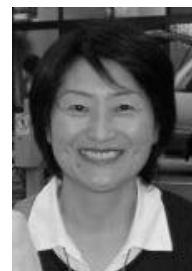
スムーズに介護を行うためには、遠くに住む家族や親戚にも認知症の状況を説明すること。

概して男性(息子)の場合は、親の認知症を受け止めるのに時間がかかるようです。

コミュニケーションの取り方は、難しいです。出来れば、昔の話をするようにしましょう。(戦争の頃の話とか)また、相手が話し出すまで、じっくり待ってあげましょう。

何が何でも家で支援しようと思えることがベストとは言えません。介護者の体と心の健康のためにも、上手に施設を利用する事が望ましいのです。

では、施設を選ぶ際にどのような点に注目したらいいのでしょうか？



介護施設のポイントとは？

介護施設には様々なタイプのものがあります。家族が、自分の目で確かめることが大切です。施設に大切なことは何かを教えてくださいました。

スタッフが多いこと。(きめ細かい介護ができます)

スタッフが充実感を持っていること。

中高年ワーカーがいること。(人生経験が豊かで、時間に融通が利きます)

家庭的環境に近いこと。

施設では、ワーカー会議などで利用者への対応の仕方を綿密に相談しているそうです。そして、あちこちの施設を転々とするよりも、訪問サービス・デイサービス・ショートステイはできるだけ同じ施設で利用することが本人にとっても介護者にとっても望ましいとの事でした。

大見さんは最後に、こう語られました...

認知症の方の介護は家族にとっては、せつないことですが、反面とても勉強になることです。他人に世話してもらふ事を避けてはいけません。世話をしてもらうことで「優しい気持ち」になってもらうことが出来ます。また、上手に介護を受けるためにも、元気なうちから「ありがとう」と自然に言える人格を養っていけるといいですね。

最後に

地域で認知症の方とその介護者を支えていくことは、難しいにどのように感じるかもしれません。しかし、ほんの一言「やさしい言葉」励ましの言葉」をかけるという簡単な事が、地域での支援につながるということを今回のお話を通して感じました。また、施設に入居させたことによる家族の「しるめたい気持ち」も地域で前向きに受け止めていく必要があることを強く感じました。



横浜町にある宅老所「ひなたぼっこ」

仕事を持ちながら休日には地域で活動している「風の人」。今回は、永年にわたり花水地区で青少年支援活動を行ってきた中山さんの登場です。

風の声

『感謝』の気持ち

胸に輝く『花水』のマーク。始めはダブダブで、ユニフォームがバットを背負って歩いていたような子が、卒業するころには格好よく着こなすようになります。

野球が上手くて野球部に入部する子のごく僅かで、高学年になってもまともにボールを投げられない子、叱るとすぐに泣く子、誉めたって泣いてしまう子もいます。

昔は自治会単位のチームが花水少年野球部となって11年、こんなチームでも昨年は運良く県大会で優勝することも出来ました。

私たち指導者が発足当時から一貫して子供に教えていることは、『基本』と『あいさつ』。自分を鍛えてくれるグラウンド、指導者はもちろんお手伝い頂いているご父兄の方々にまで『あいさつ』は徹底させます。「好きなことをやらせてもらっている」「グローブはお父さんやお母さんが一生懸命働いて買ってくれたもの」という感謝の気持ちを持てる子供をたくさん育てたいと今も老体に鞭打って頑張っています。

子供達はプロ野球と違って、毎年卒業して行くので、一年一年が新しいスタートです。

そして子供達は我々に何にも代えられない『素晴らしい思い出』を沢山置いていってくれるのです。他人に対する感謝の気持ちが希薄になっている昨今、こんな子供たちに感謝！

(中山 正彦 花水少年野球部指導者)

第2回花水福祉サロン

「渡る世間は鬼ばかり」

～ 悪質商法にご注意！ ～

11月27日に花水公民館で開催した第2回花水福祉サロンでは、最近、被害が増えている「悪徳商法」を取り上げました。

悪徳商法は、知らないうちに騙されてしまうのが怖いものです。でも、いくつかの騙しの手口が決まっていますので、その予備知識をもつことが大切です。この日は、平塚市消費生活センターの職員5人（なぜか我が花コミのメンバーが混ざっていました！）による“寸劇”により、よくある手口を紹介していただきました（写真）。手に台本を持った演技でしたが、なかなか迫力があり、改めて悪徳商法の怖さを知りました。いくつかの例をご紹介します。

例えば・・・

催眠商法・・・特設会場で即売会が行われます。無料の品を配り、安いものから売っていきます。激安で熱気をあおり、参加者の判断力を失わせて、高額な商品を買わ

せる商法です。

かたり商法・点検商法・・・「電話会社の“ほう”からきました」と嘘をついて電話機を売りつけたり、水道局などを装って浄水器などを売りつけます。

悪質商法で困ったときや、消費生活に関する各種の相談は、**平塚市消費生活センター**へ。電話での相談も受けています。

平塚市消費生活センター

電話 0463-21-7530（直通）

平塚市八重咲町3番3号 JAビルかながわ2階



福祉村の専任コーディネーター鈴木憲子です。

花水地区の皆様どうぞ、よろしく...

私は昨年11月に、花水地区町内福祉村の専任コーディネーターとして着任いたしました。ここでの活動は日々の生活に必要とされる、「身近な生活支援」について地域の皆さんからご相談を受けたり、ボランティアの方につなげたりする事です。

手助けを必要としている方も、手助けをしたい方もお気軽にご相談ください。

「ふれあい交流の場づくり」の拠点として高齢者の茶話会や障害のある方を交えた子供とお年よりの交流の場づくりなどを企画したいと考えています。

地区住民が共に支えあい 皆さんの顔の見えあえる・・・声の聞こえる町に・・・窓口でお待ちしています。

花水地区町内福祉村

所在地 袖ヶ浜20-1南部福祉会館（なぎさふれあいセンター）1階事務室内

電話・FAX 21-3401

窓口開設 月・火・木・金曜日 10時～15時



「花水福祉コミュニティづくり」は、こんな活動をしています。 あなたの力を貸してください！ 年齢、経験は関係ありません。

地域福祉や地域づくりに興味のある30名が2001年8月から始め、チームに分かれて活動を進めています。メンバーも随時募集中です。興味のある方はお気軽にお電話で。

🌸 話花（わっか）サロンチーム

中越地震に続くスマトラ沖地震の報に、他人事ではないと感じた方も多いと思います。東海地震がいつ起きてもおかしくないと言われる状況下、行政も地域も訓練の必要性を叫んでいます。緊急時に支援を必要としている方々はどのように考えているのか、私達はこの方々と個別にお会いしてお手伝いできることがないかお話をうかがうなど、考え始めています。

（高橋龍正）

🎵 出前ボランティアチーム

花水コミュニティの有志で出前ボランティア（老人ホームの慰問）を始めてから、早や一年数ヶ月が過ぎました。最初、受け入れてくださった湘南老人ホーム（秦野市）では、折り紙、ちぎり絵、合唱といろいろ試みましたが、たくさん入居者が全員参加するには、歌を歌うのが一番良いように思われ、メンバーのトークを交えながら、手作りの歌集の中からその季節にあった童謡、民謡などを入居者の方たちと一緒に歌いました。ただ、無伴奏だったのでリードするのが少々大変でした。

そんな中、キーボード奏者とギター奏者の心強い助っ人が現れ、これ以降、雰囲気もがらりと変わり、場がとても華やかで、楽しいものとなりました。伴奏のお二人には心より感謝しています。はじめのうちは1時間の持ち時間が少し長いように感じていましたが、楽器が加わった事で、あっという間に過ぎてゆくようになりました。また、地元の富士白苑からボランティアとして受け入れていただき、現在は月1回2ヶ所の訪問となっています。

私たちの仲間も、マジックの出来る人や歌の好きな人など、協力参加してくださる方も出来、心強い限りです。回を重ねるうち入所者との会話も多くなり、距離感も無くなって来ました。マイクを持って積極的に歌ってくれる人も増えて来ました。帰りがけには「とても楽しかった」「忘れていた歌を思い出した」「又、来てください」と声をかけてくれます。私たちも「また来月伺います。どうぞお元気で」と挨拶し満たされた気持ちでホームを後にしています。（大木博子）

歌うことが好きな方！出前ボランティア活動に参加してみませんか！お待ちしております。

（連絡先 鈴木憲子 21-3401）



チーム土と風

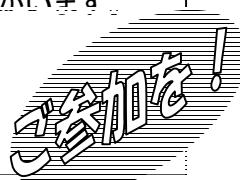
そして、この情報誌を作成しているのが「チーム土と風」です。このところはメールのやりとりで編集しています。編集者募集中！（平田実 32-6870）

第3回 花水福祉サロン 「老い」を良く生きよう！

3月19日(土)13:30~15:30 花水公民館 2階会議室にて

NHK プロデューサーを経て、現在医療ジャーナリストとして活躍している和田努さんのお話をうかがいます。「老い」にかかわる様々な問題について、あなたのご意見もお聞かせください！お待ちしております。

主催：花水地区町内福祉村 協力(企画)：花水福祉コミュニティづくりグループ
問合せ：花水地区町内福祉村(鈴木) 電話 21-3401 先着：40名



バックナンバーあります

- 第3号 (2002年11月) 荻野俊夫さんインタビュー
- 第4号 (2003年2月) 木谷正道さんインタビュー
- 第5号 (2003年5月) 介護に困っている人に聞きました
- 第6号 (2003年12月) 花水たすけあいマップ製作を終えて
- 第7号 (2004年4月) 公民館の後藤さん、ありがとう…お疲れ様でした

<編集・発行>

花水福祉コミュニティづくりグループ「チーム土と風」
グループホームページ <http://y7.net/hanamizu/>
(活動スケジュール、活動記録などを報告しています)
e-mail hanacrosslove@anet.ne.jp
〒254-0821 平塚市黒部丘2-10 シティハイム花水104
tel/fax:0463-32-6870(編集担当:平田実あて)