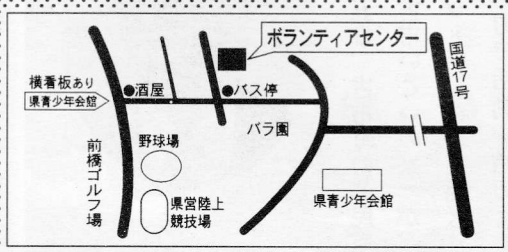
ささえあい

No.16

発行／前橋・在宅ケアネットワークの会
事務局 〒371-0045 前橋市緑が丘町26-1(市ボランティアセンター内)
TEL／FAX 027-235-6283
受付時間帯 9：30～12：30
郵便振替口座 00150-2-155119



12月5日 古市いこいの家がオープン

開設にあたって

飯野千枝子

「ささえあい」第十五号の地区だよりに、東地区の責任者である中田先生から、お年寄りのたまり場的なものを計画しているということが寄稿されていましたが、去る十二月五日に「古市いこいの家」として開所し、毎週火曜日に行っています。

この会が発足するまでには、コーディネーターの高草木さんを中心として、東地区責任者の中田先生・八木・滝先生方その他沢山の方々のなみなみならぬエネルギーと指導がありました。特に古市町自治会長を始め地区の皆様のご指導ご協力もわすれることは出来ません。来所対象になられそうなお年寄りの家へ、民生委員さんが高草木さんをご案内してお誘いいたしました。開所後は古市町民生委員さん全員がボランテァとして、暖かいご支援をしてくださっています。

では、開所当日の様子について簡単にご紹介いたします。

ふれあいの広場

新世紀の開幕が告げられた。

日本は、平和で物の豊かな国といわれるが、物資的豊かさの反面、精神的な不満感、心の空しさを感ずるのはいなめない。21世紀は、物の豊かさを求める時代から、心のやすらぎや充実を求める時代に変わるのではないか。

私達は、生き甲斐のある「ささえあい」の社会を実現すべく努力をしてきた。老後のための夢も描いてきた。この活動は、心の豊かさ・心の充実を求めることにつながるものであろう。

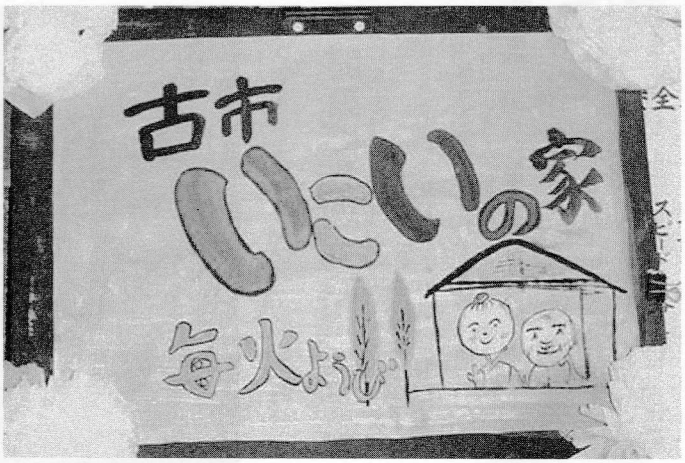
「いきいき館」構想は、実施に移したい夢である。その前段として、「古市いこいの家」の開設がなされ、順調に伸展している。誠に喜ばしい限りである。さらに大きな夢を生みだすためには、気持ちが通い合うことが大切で、あなたやあなたの回りの人達の協力が必要とされる。

人と人とのふれ合いは、求めなければ得られない。進んで「ささえあい」の輪の中に入ってみようではないか、そうすれば、精神的な充実感・心の豊かさが見えてくるものと思う。さあ今年も楽しい「ふれあいの場」を作って行こう。

（意思）

朝から小春日和の暖かい日でした。十一人のボランティアは九時には全員集りました。それぞれ名札をつけて、暖房・座卓・長椅子・お花を生ける・バック音楽等の準備を整え、お年寄りを迎えに出掛け五人のお年寄りがおいで下さいました。

初めに出席表の○印をつけて頂き、お茶菓子代百円を蝶々で飾った手作りの集金箱に入れて頂きます。いずれもお年寄りご自身でやって頂きました。ボランティアも同じです。お茶を飲みお菓子を食べながら自己紹介を始めました。



お年寄りはどなたも楽しそうに自己紹介が続き、雄弁でつきることを知らない方もありました。ボランティアも簡単に自己紹介をいたしました。

初めの頃はお互いにやや緊張気味でしたが、除々になごやかな雰囲気になって来たところで、地区のボランティアに手品をして頂きました。お年寄りが紐を結んだり品物に息を吹きかけたりして手品に参加し、楽しいひとときを過ごしました。そのあとそれぞれのお年寄りにボランティアがついて、お話しがすすみ、とてもやわらかな雰囲気の中で時間が流れました。

来週をたのしみにしながら、十一時四十分頃より帰る支度を始めて、お迎えした時のようにボランティアに送られ「ありがとうございましたこのような機会を作ってくれてうれしい」。とおっしゃりながらお年寄りは満足そうにお帰りになりました。

ボランティアはそのあと反省会をして、第一回の活動が順調に終了出来たことをよろこび合いました。

今後も一回一回をていねいに一人ひとりを大切にしながら、私達ボランティアは、お年寄りから学び合う活動を続けたいと思っております。

（東地区・書記）

「いこいの家」開設に感謝

古市町　斎藤和雄

昨年の十二月五日、古市町の公民館を拠点にした「古市いこいの家」が、前橋在宅ケアネットワーク〈東地区〉の皆さんのご尽力で活動を始めました。「いこいの家」が発足した十二月五日は、町のボランティア活動にとって記念すべき日となりました。

思えば昨年の七月末、高草木さんから「古市町の公民館を高齢者の『たまり場』に貸してほしい」という申し出があり、数度にわたる会合の中でボランティア活動の何たるかを学び、開設に取組む一つ一つの言動から「誠実」の大切さを教えていただきました。大変ありがたいことと心からお礼を申しあげます。

いこいの家の活動は、マニュアルも前例も無いすべて手づくりの活動。毎回の活動に創意工夫が求められ、それに応えるべく全員が努力している。そういう中で町の人たちがお世話になっていると思うと、深い感謝の念が湧いてくると同時に、町としても何かしなければと痛感しています。今模索しているのは「給食ボランティア」。年度内に組織を立ち上げ、四月には活動を開始したいと考えています。実現すれば、いこいの家の活動と結び付けることが出来る、そんな思いで準備を進めていますので、ご助言をお願いします。

新しい世紀が始まったけれど、現実は希望と不安が交錯する時代と言えます。高齢者が「元気で長生きする」には、人任せでなく自分たちの手でその環境をつくっていくことが必要かと思います。いこいの家の利用者が、心から楽しみ満足感に浸れる、そんな「たまり場」になるよう全面的に協力することをお約束し結びとします。

（自治会長）

第34回 例会報告

十二月十五日、本会の第三四回例会が中央公民館で開かれました。議題は、①二月二二日夜に計画している「シンポとシャンソンの夕べ」の準備報告。②東地区で開始された「古市いこいの家」開設の報告。③元総社地区で行った援助事例の報告④特養施設の待機状況調査の提案。⑤施設見学の提案。の五つでした。

＊

最初にシンポとシャンソンの夕べについて斎藤理事長から報告があり、テーマは「グループリビング・いきいき館構想」で、タイトルを「フレンドシップは社会を救う！」とし発想の転換、顔のみえる関係を強調したいと開催の主旨が話されました。第一部のシンポジウムでは萩原弥惣治市長を迎え、本会から精神科医の吉野昭男先生、谷村正氏（群馬TV常務）、清水秀夫氏（ほのぼの荘副施設長）が出演し、進行を斎藤理事長が努めます。第二部シャンソンでは前橋市出身の歌手・今井ちづ子さんが出演します。そしてこの事業は本会と市、市内六つのロータリークラブが協力して行うことが報告されました。

（今号四・五面）

＊

次いで高草木満寿子さんが「古市いこいの家」の開所報告（一面）。これに関連して会員の羽鳥隆晴さんから吉岡町陣場地区で同様の取組みを行った報告がありました（四面）。参加者からも経験談が話されました。一昨年暮に斎藤理事長が市主催の老人保健福祉計画シンポジウムで問題提起した「グループリビング構想」が各地の実践のよりどころとなっています。

＊

次に元総社地区の戸所美恵子さんから援助活動の報告。本会の連絡で出向き、数日間の援助ができたこと、大変喜ばれたこと、が報告されました。ご家族から事務所にお礼の言葉が寄せられ、家事援助活動の大切さが話し合われました。

＊

次に十一月の運営委員会で話し合われた「特養施設の待機状態調べ」について話し合いました。特養は数年の待機が当り前で、行政もまだこの実態を把握していないようです。当面、市内の施設だけでも本会で開き、集計してみることはできないかと話し合いました。しかし本会会員は普段、仕事を持つ人ばかり。何かやろうとしても誰がいつ、どう実行するかが問題です。

そこで現在、本会では介護保険についての相談窓口を設けており、この回答に携わる方々に検討して貰うのはどうか、との提案があり、全回答メンバーの出席はなかったものの例会として了承されました。今後の進め方を相談しつつ事務局がとりまとめてゆくことになりました。

＊

次に施設見学会の提案がありました。すでに施設ボランティアに参加中の会員も多いけれど、まだ施設に行ったことがないという方もかなりあります。こうした会員を対象に施設見学会をやることになりました。実施は会員の湯浅高行さん、三森和也さんにあたって貰うことになりました。参加ご希望の方はご連絡下さい。

（八面）

＊

以上要約。出席は十九名でした。（k）

都市と杜の新世界へ

鎮守の杜、里山の杜、参道の並木。
「杜（もり）」はいつも人々の暮らしに溶け込んだ癒しの場でした。
これからの都市には、潤いと憩いをもたらす「杜」を身近に感じたい。
私たちヤマトが常に追い求めるもの、それは、人にも環境にも貢献できる技術。
そして、環境に負担をかけない技術を生み出すこと。
創業以来、私たちはさまざまな分野で環境関連技術を駆使し、
地球にやさしい社会づくりに貢献してまいりました。
自然との調和を目指して、都市と杜の新世界へ。
総合環境エンジニアリングカンパニーへの新たな歩みがはじまります。

株式会社ヤマト
9月21日から大和設備工事株式会社は、株式会社ヤマトに社名変更しました。
環境マネジメントの国際標準規格 ISO14001 認証取得　品質保証の国際標準規格 ISO 9001 認証取得
群馬県前橋市古市町118番地 〒371-0844
TEL.027-290-1800(代) FAX.027-290-1896
URL http://www.yamato-se.co.jp
営業所／名古屋、浦和、軽井沢、太田、伊勢崎、吾妻、熊谷、栃木市
付属施設／大和教育センター、大和環境技術研究所、大和分析センター

回線問屋
NETWORK SOLUTION COMPANY
オフィスにおけるネットワークコンピューティングを強力にサポート！
システム・アルファは豊富な経験と実績をバックボーンに
Computer & Network でオフィスの明日を創造する企業です
システム・アルファ株式会社
本　社：前橋市大友町２－２３－５　TEL 027-253-1800
太田支社：太田市飯田町１０５３ OKビル　TEL 0276-45-5568

ジウムとシャンソンの夕べ 開催のご連絡

いつも温かいご支援をいただきありがとうございます。

本会では一昨年二月、永六輔氏を招き、福祉講演会を行いましたが、あの時は、前橋テルサの大ホールいっぱいの参加者で大成功致しました。

また今年も少し規模の大きい講演会を行いたいと思いますので、お知らせとご挨拶を致します。ことの経過は次の通りです。

●11年12月、前橋市主催のシンポジウム「高齢者にいま何が必要か?」の席上で、斎藤理事長が座長としてグループリビング「いきいき館」構想を紹介。

●12年6月、市高齢福祉課と介護予防について懇談。訪問家事援助、生きがい対応型ディサービス、グループリビングの施策が話題になる。

●「麦の家」「いこいの家」など高齢者のサロン作りが各地区で始まる。

いき館」構想とは

いき館には、高齢者ばかりでなく若い人も集まります。
の人のお茶、生花、囲碁、将棋サークルも活用できます。
ソコン教室もできそうです。

んびり入浴もできます。おしゃべり、昼寝も自由です。
たまには一杯酌み交わすのもよいでしょう。
簡単な庭仕事や家事援助のアルバイトもできるでしょう。
共同で食事作り、在宅の高齢者に配食もできそうです。

すすめ方　まず、町の企業などに協力して貰って、
遊休の社宅や独身寮などのよい施設を募り、賃借します。
てまず、①高齢者が入居しやすい共同住宅に改修します。
②居室のほか、ホール、厨房、浴室などを設けます。
③地域住民・ボランティアか出入りできるようにします。
④教養・娯楽、生涯教育と健康づくりの講座も行います。
⑤住民のささえあい、助け合いの活動を行います。
⑥実施にはまだまだ難題がたくさんあります。
医療・福祉と企業、そして行政が協力しあうためには
"フレンドシップ"がなによりも大切。

はグループリビング「いきいき館」を通じ、地域社会の
ドシップ"を高め、高齢者と家族がともに安心して暮らせ、
お互いにささえあう町づくりがしたいと考えています。

アの拠点づくりの構想です。

フレンドシップは社会を救う!!

―グループリビング『いきいき館』構想―

市民ボランティアとロータリアンの集い

●と　き／平成13年2月22日（木）
午後6時30分～9時

●ところ／前橋・東急イン　2F

第一部　少子高齢社会を考える
シンポジウム

シンポジスト

前橋市長	萩原弥惣治氏
精神科医	吉野昭男氏
群馬テレビ　常務取締役	谷村正氏
特養ほのぼの荘　副施設長	清水秀夫氏

コーディネーター

前橋北ロータリークラブ会長 前橋・在宅ケアネットワークの会理事長	斎藤浩氏

第二部　シャンソンの弾き語り
今井ちづこさん

曲目
空は燃えている（アズナブール）
ろくでなし（アダモ）
時は過ぎてゆく（ムスタキ）
ラストダンスは私と
百万本のバラ
群衆
あきれたあんた
サンフランシスコの六枚の枯れ葉
etc…

◎お問い合わせ／☎027-235-6283

尚、この日は東急インの駐車場は避け
近隣の有料Pをご利用下さい。

会員の皆様へ

2月22日

シンポジ

●グループリビングに相応しい建物の紹介が寄せられるようになる。

●前橋北ロータリークラブで本会のメンバーが順次発表する。市内の実業団に在宅ケアへの関心、グループリビングへの関心が高まる。

●ロータリークラブ、市秘書課と相談しシンポジウム案がまとまる。

●本会の11月例会でシンポジウム案を了承。2月22日開催予定とする。

＊

私たち在宅ケアネットワークの会は、高齢者の「住み慣れた家で隣人とともに幸せな老後を迎えたい」との願いに応え、多くの人々が集り、友愛の気持ちをもって親交し話し合い「高齢者の生活しやすい」町づくりを目標に活動しています。

グループリビング「いきいき館」構想は、この目標を実践するための計画です。多くの人が集まって本音で老後のことを話し合い、ささえあえる仲間をみつけ、「いきいき館」を利用できれば老後は最高のものになるのではないでしょうか。

市側と住民が共同で運営するグループリビングは他県での実施例がなく、空施設を活用した独創的な福祉施設となれば、注目の的となるでしょう。それにもまして、利用者の好評が得られるものと思われます。この計画の推進のためには、行政、市民双方に「発想の転換」が求められます。そこで、今回のシンポジウム開催の運びとなった次第です。

この企画は、市、ロータリークラブ、群馬テレビ、そして本会の協力で行われます。このシンポジウムを契機にグループリビング「いきいき館」の開設を目指して皆様の力を結集したいと考えています。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

従来の高齢者施設、グループリビングとはちがう、しかも高齢者が胸をはって入居できる

グループリビング「いき

グループリビングとは
まだまだ健康、という人たちを対象とした制度です。
この制度は老後を見通して、仲の良い有志が数人で、
共同住宅をもつことを援助する制度です。

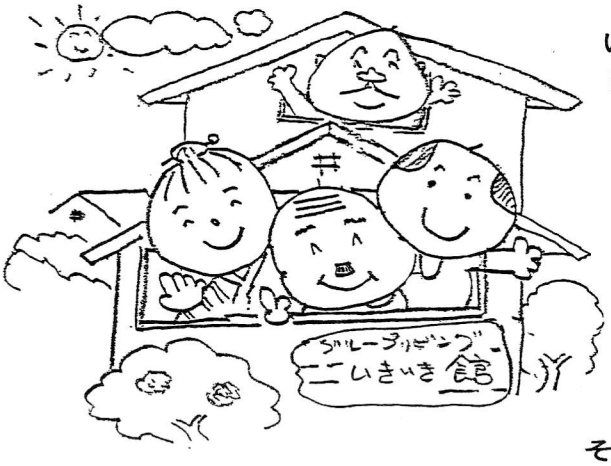
国から補助金も出ます。（地域との連携費200万、建築補助200万、計400万円）

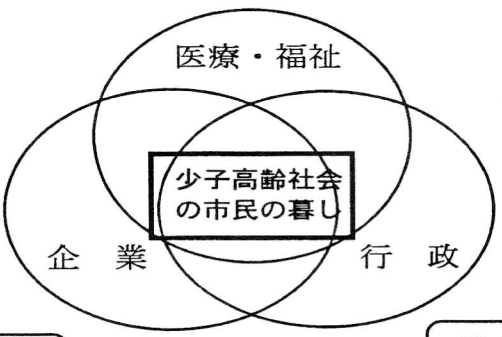
入居者は5名から9名。近所の人々が入居します。
家族とも近く“スープの冷めない距離”が理想です。

高齢者の居室に加え住民が活用するホールも設けます。
ここを地域福祉活動の拠点にしたらよいと思います。

地域ぐるみ、市民ぐるみで高齢者が介護状態に陥ることを防ぐための「介護予防」システムとして考えています。

ヘルパー、ボランティア(コーディネーター)がいつもいて、
時には保健婦さんが健診、リハビリ指導もします。
近くの開業医・お医者さんがいつも出入りしていて
病気の相談、予防・生活習慣の改善の話もできます。





住民が自分自身の老後について考え、語り合う場所
それがグループリビング「いきいき館」です。

いき
町の
ノ
の

そし

私たち
“フレン
住民が

グループリビング“いきいき館”は、住民参加の在宅ケ

自助・共助で月に2回のおしゃべり会

吉岡町陣場　羽鳥隆晴

私達の地域では、平成七年から町指定で「小地域互助システム」の在り方について模索を続けて来ました。上陣場という世帯数七十余りの小地域ですが、区長代理を長として「上陣場福祉ネットワーク」が組織されました。

最初、活動内容についても組織についても暗中模索で、何から手をつけたらよいのか分からない状態であったそうです。先進地の視察、研修会等を通して、徐々に方向がみえてきました。活動内容として、研修会の必要性と共に考えられたのは、独居高齢者を毎月訪問する友愛訪問でした。

二年間続けられた友愛訪問も役目を終え町の地区指定の解除後、平成十年陣場全域世帯数百七十を対象とし区長を長とした「陣場福祉ネットワーク」に拡大され活動内容も工夫されました。この時地域の高齢化率は二十％を超えており、六十五才以上が百二十人八十才以上でも三十人を超えた年齢構成でした。

最近の活動例

◆年二回八十才以上の在宅高齢者を訪問したり、入院入所者を慰問する友愛訪問

◆自力で出かけられない高齢者を吉岡温泉や老人センターの温泉へ招待する老人センター入浴招待

◆小学生を含めて世代間公流を考えるグランドゴルフ大会や子供会老人クラブ交流会

◆高齢者の不幸な焼死事故が紙上に報じられますが、火に対する注意と消火訓練、とっさの場合に備えての心肺蘇生法実技講習会は、地区消防署のご協力を得て実施

◆医師を講師に健康講話

◆施設見学や健康・福祉に関する情報提供等の研修会

そして毎月第三金曜日に行っている定例会では、行事運営の検討や健康・福祉に関する情報提供が行われてきました。

平成十一年以来福祉ネットワークの目的や活動内容を更に整理していく過程で、独居高齢者だけでなく、子供と同居している高齢者でも日中は全く独居状態であり、新しい家屋の構造から、昔のように隣家にお茶飲みに行くことも簡単にできないという農村地域の実情が話題になりました。そこでお茶飲みに代わる場の設定ができないかということになり、とにかく試験的に始めてみようという形にまでこぎつけました。

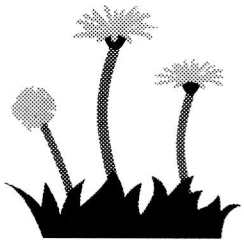
「自助」「共助」の範囲でどんな支援ができるのか考え、平成十二年五月一番身近な近所の八十才以上の高齢者を対象に「おしゃべり会」を設定しました。自力で歩いて来られる方は自力で、それが無理な方は家人に送ってもらって下さいという案内に、八人の方が集まり、おしゃべり、おやつ、昼寝、そして勉強等で十時から午後一時半位まで過ごしました。食事は自分達で作りたいという最初の目当ては現在実現していませんが、家に閉じこもりがちな高齢者が、家庭外の風・刺激に触れることで、独りぼっちにならないようにと第二、第四木曜日に会を開き、十二月までに十六回実施してきました。

十二月には社会見学のひとつとして県庁見学に行ってきました。八人のサポーターが四台の車を用意し、十四人

の高齢者と県庁見学をしました。歩けない人には、車椅子三台をお借りしました。地下食堂での昼食はてんやわんやでしたが、自分の住む吉岡町が遠望できる展望室でのうれしそうな笑顔は、サポーターを元気づけてくれました。

五月以来月二回の「おしゃべり会」も、地域の中央部にある集落センターまで七百m以内という小地域が幸いし活動は続けています。十六回経過し、今までに参加したお年寄りは十六人、支えてくれたサポーターは十人になりました。地域の該当者は三十人近くおり、今後更に多くの人に参加してもらい、サポーターも当番制に整備できればと考えています。年齢も試験的に八十歳を区切りとしましたが、七十歳代で閉じこもりがちなお年寄りも見られ、今後サポートとして出てもらいながら外の風にあたってもらう機会をつくりたいと思っております。

「予防医療」に比較してまだ塾していない用語のようですが「予防介護」という考え方つまり少しでも要介護の人が減ってほしいという大袈裟な、なまいきな考えを基盤にし、外からの刺激によって、自立への意欲を少しでも強く持ってもらうために、仲間と楽しみながら地域活動を続けていきたいと考えています。十年二十年後の自分の姿を重ね合わせながら。（元小学校長）



当会会員　小室八重子さん（元総社地域福祉研究会）上毛社会賞受賞

財団法人上毛新聞厚生福祉事業団が実施している「上毛社会賞」に、小室さんが会長をしている「元総社地域福祉研究会」が選ばれ表彰されました。表彰式は、昨年十二月日上毛新聞社の上毛ホールで行われ、小室さんに賞彰状と副賞が贈られました。

＊

「元総社地域福祉研究会」は昭和六三年に加藤道子さんが提唱して「ちこの会」と名付けて始まった会で、要介護者の入浴送迎、リハビリ、手仕事、ゲーム、カラオケ等のお伝いをしながら福祉の勉強を重ね、平成二年に「元総社地域福祉研究会」と名を改めて現在にいたっています。現在の会員は十八名で、事業としては、精神的、経済的、生活技術的に自立困難な個人や家族が、地域において生活できるようにと、必要なサービスを提供しています。

受賞の喜びを小室さんは「この度、私共の元総社地域福祉研究会が、上毛社会賞を受賞しましたことを、会員一同心から感謝をし、嬉しく思っています。十数年にわたって、地道に実施してきた実績を認めていただいたことは、これからの生き甲斐になりますし、事業断続の励みにもなります。会員一同、ますます心を込めて、福祉事業を進めたいと思います。」と語って下さいました。（石）

幸せをたげる群馬トヨペットの福祉車両
乗る方に応じた使いやすさと優しい配慮で、
豊富な車種とバリエーションをご用意しております。

写真はイプサムウエルキャブタイプB
お客様相談 フリーダイヤル 0120-29-5123
http://www.toyota.co.jp/p-gunma/
群馬トヨペット
本社 〒371-0841 前橋市石倉町2-6-5 TEL.027-251-5111(代)

おまかせ下さい防犯・防災
機械警備　施設警備
ホームセキュリティー　警備輸送
SOK
群馬綜合ガードシステム(株)
代表取締役 川崎 弘
☎027-252-5454(代)　FAX 027-251-8388
本社 〒371-0854 前橋市大渡町二丁目1番地の5

施設見学のご案内

本会には、たくさんの市民ボランティアの方がいて、要介護者を在宅で介護する援助をしています。しかし、所属しているすべての会員が介護の現場でのボランティアを経験しているわけではありません。

そこで、そういう方々を対象に、施設介護の現場の見学をさせていただき可能ならば、施設の方々の邪魔にならない程度で、お手伝いあるいはボランティア（お掃除やタオルたたみ等）をしてみようという事が、先日の会合で提案され承認されました。

実際に施設に入れていただき、介護の現場の様子を見る機会はほとんどないことですし、きわめて有効なことと思います。どうぞこの企画にご賛同いただき、ご参加ください。

右、お知らせいたします。（湯浅）

ご希望の方は、会事務局までご連絡下さい。
まだ日どり、行く先は未定です。
希望者が決まりましたら相談致します。
〆切　二月末日まで

奮ってご参加下さい。

ノートパソコンが仲間入り！

助成ありがとうございました

昨年十月、太陽生命ひまわり厚生財団より、パソコン一式を助成していただきました。

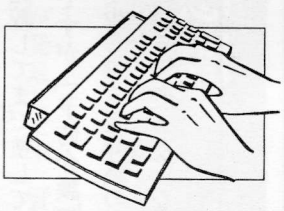
ノートパソコン、プリンター、デジタルカメラの３点です。これにより、データ整理が大変やりやすくなりました。

現在、前橋・在宅ケアネットワークの会のホームページを立ち上げ、より多くの方に会の活動を知っていただき、さらに情報を発信していくための準備を進めでいるところです。

パソコンを動かしてみたい、デジタルカメラで撮影してみたいなど、興味のある方はぜひ、事務局にお出かけください。

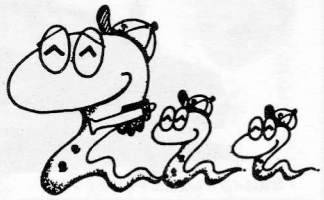
また「教えてやるよ」という方も大歓迎。ご連絡をお待ちしています。

（さわち）



地域の情報　リアルタイムで!!
モーニングインフォメーション
あさいち・朝生・情報通
月曜～金曜あさ6：55～
お昼のインフォメーション
ふれ愛ワイド
月曜～金曜
ひる0：00～
GTVニュース
ジャストナウ
600
630
930
●日曜ニュース＆スポーツ
夕方6：00～
おかげさまで30年
ぐんまTV
OTTO!

編集後記



新年おめでとうございます。21世紀の初春をお慶びいたします。

今年の干支は、辛巳です。辛は、辛酸、辛苦のように「つらい、きびしい」の意味がありますが、「しん」は「新」で、新しくなる、新しくすることに通じます。巳のおんは「し」で、象形文字から冬眠をしていた蛇が、春になって地表に這い出す形を表わすとあります。また蛇は金銭を豊かにする信仰の対象で、芽出たいものです。

辛巳は「今迄は辛いきびしい事に耐えてきたが、眠りからさめて物事を一新して動き出す」ことを意味しています。つまり今年は、新しいことへの挑戦、いきいきと活動する年を示唆しているわけです。

古市いこいの家の順調な船出、グループリビングいきいき館実現への努力等、稔り多い年にするよう、心を引き締めて元気にやりましょう。（治）