

# いちのみやの 社会福祉

2012

No.21  
2月号

発行 社会福祉法人 一宮市社会福祉協議会

福祉のまちづくり



第 23 回みんなと一緒に福祉とボランティア活動展 介助犬デモンストレーション

## もくじ

- ・平成 23 年度 赤い羽根共同募金運動実績 … 2
- ・平成 23 年度 赤い羽根協賛児童生徒作品コンクール… 3
- ・表彰おめでとうございます  
善意のご寄付ありがとうございました …… 4
- ・東日本大震災関連のお知らせ …… 5
- ・家族介護者リフレッシュ事業、里親活動 …… 6
- ・傾聴ボランティア交流会 in 下呂 活動報告 … 7
- ・特集「おもちゃ図書館へ遊びにおいでよ！」 … 8・9
- ・退職者ボランティア講座のご案内  
ガイドヘルプ講習会のご案内 …… 10
- ・ケアマネジャーだより …… 11
- ・各種事業の報告 …… 12・13
- ・編集ボランティアのページ …… 14・15
- ・赤い羽根作品コンクール特賞作品 …… 16

平成23年度

# 赤い羽根共同募金運動実績

地域福祉のために温かいご協力ありがとうございました

## 種別募金額

(円)

募金種別	募金額
戸別募金	29,707,179
法人募金	9,868,523
学校募金	1,402,419
街頭募金	466,857
職域募金	395,015
その他	183,379
合計	42,023,372

(12月20日現在)



## 連区別募金額

(円)

連区名	募金額	
	戸別募金	法人募金
宮西	728,450	380,000
貴船	885,500	412,000
神山	916,700	473,000
大志	538,900	465,100
向山	586,151	279,000
富士	762,400	300,500
葉栗	1,340,624	407,500
西成	2,895,497	1,019,600
丹陽	1,610,870	776,200
浅井	1,716,527	504,000
北方	901,500	339,000
大和	3,117,786	660,600
今伊勢	1,775,144	296,500
奥	1,121,500	364,000
萩原	1,507,305	751,000
千秋	1,383,262	323,500
起	333,200	173,000
小信中島	937,284	255,500
三条	1,244,720	691,500
大徳	963,926	215,423
朝日	1,144,800	351,000
開明	714,400	226,600
木曾川	2,580,733	204,000
合計	29,707,179	9,868,523

皆様からお寄せいただいた募金は、地域福祉の充実のために役立てられます。

一宮市共同募金委員会



# 表彰おめでとございます

◆平成23年10月26日、愛知県体育館において第59回愛知県社会福祉大会が行われ、一宮市から次の方々が表彰されました。(敬称略・順不同)

## ◎愛知県社会福祉協議会会長表彰

### ・民生委員・児童委員

岩田 一子 澤田 福藏

### ・社会福祉施設・団体役職員

大谷 洋 石田 和夫 大池 周広

### ・その他、社会福祉事業の進展に寄与した者

愛知県健康づくり食生活改善協議会尾西グループ



## ◎愛知県共同募金会会長表彰

### ・奉仕功労者

蓮 容 美智子 宮 谷 由 枝 坂 本 正 美

田 邊 公 誠 小 島 克 弘

### ・篤志寄付者・団体

住 田 昇



◆平成23年11月18日、日比谷公会堂において平成23年度全国社会福祉大会が行われ、一宮市より次の方々が表彰されました。(敬称略・順不同)

## ◎全国社会福祉協議会会長表彰

### ・民生委員・児童委員功労者

高 野 善 勝

### ・永年勤続功労者

大 野 巳 代 戸 川 みゆき 野 田 博 子 高 木 みどり

後 藤 須美子 中 島 国 恵 仲 山 富美枝 坂 本 幸 子

竹 内 瑞 枝 永 井 千 春

# 善意のご寄付ありがとうございました

平成23年8月1日～11月30日現在

(敬称略・順不同)

一宮市ボランティアセンター登録ボランティアグループ	尾西信用金庫
起工業高等学校 機械科	一宮菊花会
大志連区女性の会	一宮市母子寡婦福祉会
壱番屋 ボランティア委員会	愛知西農業協同組合
豊田合成	匿名 9件
西尾張建設共同組合	

合計 1,177,547円

# 東日本大震災関連のお知らせ

## 義援金報告 ～皆様からの温かいご支援ありがとうございます～

期 間	金 額
平成 23 年 3 月 14 日～ 7 月 31 日	3,595,906 円
平成 23 年 8 月 1 日～ 11 月 30 日	134,878 円
総 額	3,730,784 円

東日本大震災の義援金を 3 月よりお願いいたしておりましたが、皆様から温かいご協力をいただきました。紙面をもって、心よりお礼申し上げます。

皆様からお預かりした義援金は、社会福祉法人 中央共同募金会に送金いたしました。使途については、関係機関で構成された「義援金配分委員会」により被災者に配分されます。

被災地の一日も早い復旧・復興を願うとともに、今後も皆様のご協力をお願いいたします。

一宮市共同募金委員会

## 被災地でのボランティア活動

昨夏、岩手県遠野市の商店街に一宮市民の手による復興を願った短冊や折鶴が隙間なく結び付けられた笹が並びました。シティリペアネットワーク愛知は、東日本大震災の被災者支援活動を行ってみたいがボランティア経験が全くない・・・といった一宮市民の想いを実現するために「遠野元気応援隊」を結成しました。

遠野元気応援隊の目的は 2 つあります。一つは、七夕まつりという文化を持つ一宮市民が東北地方の七夕まつりを応援すること。もうひとつは遠野市に設置された被災地後方支援組織「NPO 法人遠野まごころネット」と連携し、被災地復興支援活動拠点の運営・活動を経験することでした。

「遠野元気応援隊」は総勢 23 名で、社会人、学生に現役をリタイアされた方々など老若男女交えた構成となりました。5 名の学生は 7 月 29 日より順次遠野入りし、昼は大槌町や釜石市での復旧支援活動、夜は遠野商工会の方々と遠野七夕まつりの準備や一宮市民が作った短冊や折鶴を笹に飾り付ける作業を行いました。残りの 18 名は 8 月 5 日の夜に一宮駅をバスで出発し、6 日の昼前に遠野市に到着。その日の夜から遠野夏祭りの運営ボランティアを行いました。7 日は早朝から陸前高田市の「うごく七夕まつり」会場に入り、会場のゴミ拾いや駐車場整備を行った後、正午に地元メディアである東海新報社を訪問し被災時のお話を伺いました。夜は再び遠野七夕まつりのボランティアを行いました。また被災地復旧支援ボランティアを希望された 4 名は遠野まごころネットに残り、7 日は終日釜石市箱崎町で高台にあるお寺への参道の瓦礫撤去作業を他のボランティア約 100 名と共にしました。

7 日の夜に復旧ボランティア隊と七夕まつり応援隊が合流して遠野市を出発。8 日の朝に一宮駅に到着しました。

メディアで流れているボランティア作業は過酷な条件で行われているため、気持ちはあっても現地に足を運ぶことを躊躇していたが、今回参加してみて、ボランティアでもさまざまな形があることが分かったので良かったという感想をいただきました。

また、みなさんこれからも活動を続けたいという声もありましたが、継続して活動を行っていくための受け皿づくりがこれからの課題と言えます。

谷口 庄一



# 家族介護者のみなさんへ リフレッシュ事業に 参加しませんか？

日々の介護から少しの間だけ離れ、同じように家庭で介護をしている方々と日頃の悩みや体験を語り合っ、介護疲れを癒しリフレッシュしましょう。

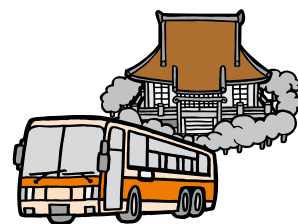
対象者：・市内在住の方で「介護保険法」において「要支援1・2、要介護1～5」と認定された方を在宅で介護されている方

・両日とも参加できる方

参加費：500円

定員：30名(先着順)

申し込み：2月6日(月)午前9時から電話で本部(24-2940)



## 日時・内容など

月 日	時 間	集 合 場 所	内 容
2月24日(金)	午後1時30分～ 午後3時	一宮市社会福祉協議会 本部 会議室	介護者研修会 (講師：保健師)
3月2日(金)	午前9時～ 午後4時45分	一宮駅南高架下	日帰りバスツアー 元善光寺・伊那谷道中(飯田市)

## 里親活動

### かわいいお客様を迎えて 倉知明美

我家に五月連休、お盆、お正月は、かわいいお客様がみえ大変にぎやかになります。大人ばかりの家でふだんは、生活時間も違い、会話も少なくなってきました。共通の話題、活動もなくなってきました。そんな中この機会には、お客様自身が私の家族に働きかけ、積極的につながりをつくってくださいます。

お客様と申しまして、児童養護施設の方から「普通の生活を！！お客様扱いしないで！！」と言われておりますので特別料理をするわけでもなく一緒にスーパーで買物をして、ウィンナー、ふりかけを買ってきます。自分自身の心がけとしては、日頃集団生活をされてみえるので出来るだけ、自己選択できる場を多く取り入れるよう気をつけています。夏には「牛乳かジュースかお茶、何が飲みたい？」と聞いたりしています。又、スーパーでは「好きなお菓子2個までいいよ」と言って好きなものを選んで買ってもらっています。

本当にうれしそうにラムネ、チョコ、菓子など選んできます。

このかわいいお客様には、こちらがいろいろおそわることが一杯あります。一生懸命お手伝いをしようとする姿勢、自分のことは自分でやる姿勢、本当に会う度に成長していく姿勢をみて勇気づけられます。

これからもできるだけ受け入れ、私自身成長させていただきたいと願っております。

# 傾聴ボランティア交流会 in 下呂

## 活動報告

(平成 23 年 11 月 25 日)

秋の 1 日ここ一宮から紅葉に染まった山々を縫うように、41 号線を北へ北へとバスは登って行った。今日は傾聴ボランティア「みみの木」の研修旅行である。所々見覚えのある景色を通り過ぎ、大勢の方が向こうで待ってて下さると思うと、あっという間に目的地の下呂市に着いた。

下呂市社会福祉協議会の担当者のお世話で、山の上の景色の良いホテルで美味しい昼食を頂き、その後下呂市民会館で「みみの木」25 人と下呂市ボランティアさん 25 人の計 50 名での大交流会になった。

下呂市社会福祉協議会は 5 地区に分かれていて、それぞれに活動報告があり、皆様の傾聴活動への一生懸命さが伝わってきた。その後 6 テーブルに分かれての情報交換会が行われた。テーブルにはお茶とお菓子が用意されていた。

昨年、一宮市社会福祉協議会へ 18 名で来て下さったこともあり、直ぐに打ち解ける事ができ質問が飛び交った。下呂市社会福祉協議会の活動は、個人宅と心を病んだ方が対象で、傾聴の勉強は長い時間されているが「みみの木」の様にグループ化されていない為、ボランティア同士のふれ合いが少なく寂しい等の話が出た。

下呂市社会福祉協議会からは、1 メートルの紐と体を使っての思いやりがテーマのプレゼンを用意してくださっていた。私たち「みみの木」からは、テーブルの上のコップの水をこぼしてしまったときの対応で性格が分かると云うミニ心理学チェックと、会の紹介や傾聴スキルをパネルを使ってプレゼンを行った。

帰りは 3 時に出発したが、この季節、日が暮れるのが早く、一宮に着いたときは真っ暗だった。下呂の会場では終了後皆と話し合いが持たれ、とても良かったので、これからも何らかの形で交流をしていきたいとの嬉しい電話があり、離れていても傾聴と云う赤い糸の絆で結ばれていると思える研修会だった。

下呂市と一宮市の社会福祉協議会様、素晴らしい出会いができて有難うございました。

傾聴ボランティア「みみの木」



# 遊びにおいでよ!



おもちゃ図書館「おもちゃの城」と「なかよし」をご紹介します。

## 利用される方の声

- ・家ではなかなか買えないおもちゃがたくさんあるので、子どもも飽きることなく遊んでいます。
- ・ここでママ友ができました。いろいろおしゃべりできて、子どももママも楽しめます。
- ・同じ年くらいの子どもを持つ人たちが集まっているので、子どもを介して、自然に会話ができ、いろいろな情報を得ることができます。
- ・ボランティアさんが作った、温かみのあるおもちゃが大好きです。子育てをしていると、忙しくてなかなか作ってあげられませんが、ここで、布のおもちゃや、絵本を借りられるので、嬉しいです。
- ・雨の日でも、室内で安心して遊べるので助かります。
- ・子どもが二人で、小さい赤ちゃんを連れて遊ぶのに、とってもいい場所です。



- ・たくさん遊べるし、家に帰ってからも遊び疲れて、よく昼寝してくれるので、また来ます。

## ボランティアの声

- ・特にノルマがあるわけでもなく、ここで知り合ったボランティアさん達とおしゃべりしながら、楽しくおもちゃを作っています。色々な情報交換の場になっています。
- ・プレゼントをもらって喜ぶ子どもたちの顔をみると、嬉しいです。
- ・いつも、かわいい子どもたちが遊びに来てくれて、子ども達の笑い声を聞きながら、おもちゃを作れて楽しいです。
- ・子どもが小さい頃は、子どもの友達を通じて親同士が友達になれましたが、子どもが成長し、その機会もなくなってしまいました。でも、ここへ来て、友達が増えました。
- ・子どもの手が離れた方の再活動先にちょうどいいと思います。
- ・手作りや、お裁縫が苦手な方でも大丈夫。他にもやれることがあります。
- ・孫が遠くに住んでいて、なかなか会えませんが、ここで小さな赤ちゃんを抱っこすることもあり、とっても嬉しいです。赤ちゃんを抱っこすると、何だか元気がもらえます。



## 🎁 お誕生日にはプレゼントがもらえます!

手づくりおもちゃをプレゼント!

☆お誕生日に両施設とも来館すれば  
両方でもらえます



## 👉 ボランティアさん大募集

おもちゃ図書館「おもちゃの城」・「なかよし」では、運営をお手伝いいただけるボランティアさんを募集しています。おもちゃにふれる時の子どものキラキラした目、あなたも会いに来ませんか!自分の都合のつく時に、できる範囲内で結構です。気楽に、気長に始めてみませんか?お待ちしております。



- 活動日時 おもちゃ図書館開館日  
午前9時45分～午後2時15分  
都合のつく時間だけでも結構です
- 活動内容 来館者の受付、布おもちゃ・館内の装飾・  
誕生日プレゼント等の製作、  
おもちゃの消毒・修理等
- ※詳細は、一宮市社会福祉協議会総務課  
地域福祉グループ(電話 24-2940)へお尋ねください。



# 特集

# おもちゃ図書館へ

今回の特集は、一宮市内に2ヶ所設置されている、

## info おもちゃ図書館とは…

「おもちゃ図書館」は、「障害のある子ども達におもちゃの素晴らしさと遊びの楽しさを」との願いから始まった、全国的に展開しているボランティア活動です。現在では、障害のある子どもも、無い子どももともに遊び、育ちあう場となっています。

子どもにとっての「遊び」は、生活そのものであり、おもちゃは、その「遊び」を豊かにする道具です。おもちゃを通して、子ども達に豊かな遊びの機会と友達づくりの場所を、お母さんには、子育ての情報交換を通して豊かな人の輪が広がるような場所を提供するのが、「おもちゃ図書館」です。



## おもちゃの城

開館日時 毎週火・水・金曜日  
 毎月第2・第4土曜日（障害児対象）  
 午前10時～午後2時  
 ※但し、祝祭日、年末年始、  
 警報発令時は休館

場 所 一宮市浅井町前野西敷34  
 （ふれあいセンターめぐみ内）

連絡先 (0586) 52-0801

### 利用できる方

小学校入学前のすべての子ども（保護者同伴）

### 利用料

無料

### 貸出

1回に1人1点、  
2週間まで無料



## なかよし

開館日時 毎週月・木・金曜日  
 毎月第1・第3土曜日（障害児対象）  
 午前10時～午後2時  
 ※但し、祝祭日、年末年始、  
 警報発令時は休館

場 所 一宮市丹陽町重吉字北屋敷380  
 （ふれあいセンターなごみ内）

連絡先 (0586) 76-1260

### 利用できる方

小学校入学前のすべての子ども（保護者同伴）

### 利用料

無料

### 貸出

貸出しはしていません



## おもちゃの紹介

おもちゃの城では、気に入ったおもちゃを家でも遊べるよう、1回に一人1点2週間まで無料で貸し出しています。（なかよしでは貸出し無し）



## ランチタイム

せっかく出かけてきたのに、もうお昼。子どもが小さいと、出かける準備も大変なのに、やっと遊び始めたら、もう帰らなきゃ、と思う事もあると思います。おもちゃ図書館では、お弁当を持ってきて食べることもできます。皆と一緒に弁当を食べるのも楽しいですし、同じくらいの子どもたちが、どんな物を食べているか？どうするとよく食べてくれるか？などなど、一緒に食べると、色々気づくこともありますよ。



# ボランティア養成講座のご案内

## あなたの第二の人生を豊かにする 退職者ボランティア講座

あなたの経験・知識を生かす  
地域社会でのボランティア活動をめざします

月 日	テーマ	講師
2月16日(木)	ボランティア活動	中部学院大学短期大学部 社会福祉学科 准教授 大井 智香子 氏
2月23日(木)	生活困窮者支援と ボランティア活動	のわみ相談所 所長 三輪 憲功 氏
3月1日(木)	東日本大震災 ボランティア活動	ずっと・・・志援いちのみや 代表 高橋 一 氏
3月8日(木)	さあ始めようボランティア	NPO 法人 一宮ボランティアグループリーダーの会 理事長 浅野 総一郎 氏

時間 各日ともに午前10時～正午 ※テーマは変わる場合があります。  
会場 一宮市社会福祉協議会 本部  
対象 おおむね56才以上の退職者  
内容 新しい仲間とともに地域社会に根ざしたボランティア活動を行うため、  
心構えと基本ノウハウを体得する  
定員 30名(先着順)  
受講料 無料  
申し込み 2月2日(木) 午前9時から電話で本部(24-2940)

## 視覚・肢体障害者の外出を支援する ガイドヘルプ講習会

講習会名	車椅子ガイドヘルプ	視覚障害者ガイドヘルプ
日時	2月17日(金) 午前10時～午後3時	3月6日(火) 午前10時～午後3時
会場	一宮市社会福祉協議会 本部	
対象	市内在住・在勤で、肢体障害者福祉に関心がありボランティア活動を希望する方	市内在住・在勤で、視覚障害者福祉に関心がありボランティア活動を希望する方
内容	ガイドヘルプについての講義、実技、屋外体験実習など	
定員	各20名(先着順)	
料金	無料(実習用昼食・バス・電車代は各自負担)	
申し込み	2月3日(金) 午前9時から電話で本部(24-2940)	



# ケアマネジャーだより

## — 介護保険の支援サービス —

今回は、まず通所して利用する2つのサービスについてお話しします。

### ○ 通所介護（デイサービス）

《要介護1～5の人》

デイサービスセンターなどに通い、入浴・食事など日常生活上の支援や生活行為向上のための支援を日帰りで受けられます。

《要支援1～2の人》（介護予防通所介護）

食事サービスや生活行為向上の支援、利用者の目標に合わせた共通的サービスとその目的に合わせた選択的なサービス（運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能向上など）が提供されます。

### ○ 通所リハビリテーション（デイケア）

《要介護1～5の人》

介護老人保健施設や医療機関等で、食事・入浴などの日常生活上の支援や生活行為向上のためのリハビリテーションが日帰りで受けられます。

《要支援1～2の人》（介護予防通所リハビリテーション）

その人の目的に合わせた選択的なサービス（運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能向上）が提供されます。



次に、施設に短期入所するサービスについてお話しします。

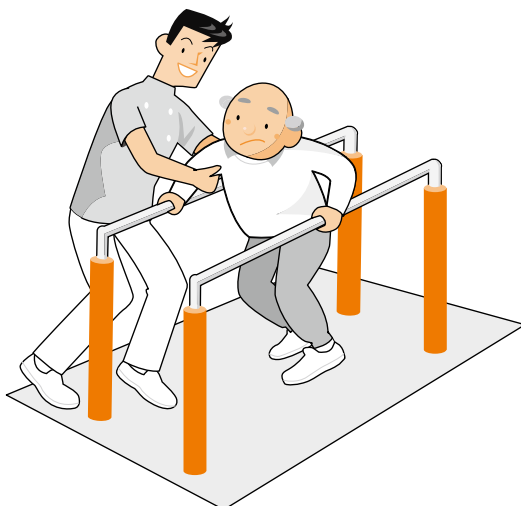
### ○ ショートステイ

介護老人福祉施設や医療施設などに短期間入所して日常生活上の支援や機能訓練などが受けられる宿泊型のサービスです。

サービス費用は介護老人福祉施設と介護老人保健施設によって、また個室か多床室かなども異なっています。

これまでお話ししましたいろいろな介護サービスや、今回の通所型のサービスやショートステイについて、詳しくお聞きになりたい方、利用するにはどうしたらいいのかお知りになりたい方は、ケアマネジャーさんに相談してみてください。利用される方の状態や希望に応じてわかりやすく説明や相談にのっていただけます。

また介護保険を担当している市役所高年福祉課・地域包括支援センター・居宅介護支援事業所も相談にのっていただけます。



## 第23回 みんなと一緒に“福祉とボランティア活動展”

# 盛大に開催 ふれあいの輪がひろがりました!!

平成23年10月15日(土)・16日(日)の両日、一宮スポーツ文化センターにおいて、福祉関係者、施設、団体とボランティアが参加し、本会主催による「福祉とボランティア活動展」を開催。2日間で約5,000人の入場者がありました。

この催しは、市民の皆さんに福祉とボランティア活動に対する理解と啓発並びに参加の呼びかけを目的に毎年開かれています。会場では、それぞれの活動状況や内容が写真・ポスター・パネル等で紹介され、中でもバザー・体験コーナーには大勢の人がみえました。模擬店も好評で全品が売り切れとなる盛況ぶりでした。

また今年も、東日本大震災により被害に遭った東北地方の支援活動として、①まちこん一宮さんのご協力による東北物産品の販売、②入場時の粗品として、15日には陸前高田市にある青松館せせらぎの授産製品を、16日には大船渡市にある朋友館の就労支援事業所製品をそれぞれ500個配布、③大船渡市社協の賛助会員募集の広報啓発を行い、復興支援を図りました。

活動展のしめくくりには恒例となっています「ふれあい餅つき大会」がステージ前でおこなわれ、お餅が来場者に振る舞われました。

皆様方のご協力をもちまして無事開催できました。ありがとうございました。



東北物産品販売コーナー



ボランティアグループ活動発表会

## 元気でお過ごしですか? ひとり暮らし高齢者宅を訪問

社会福祉協議会では、地域の民生委員さんの御協力により、ひとり暮らしの高齢者世帯への友愛訪問を実施しています。この事業は年末に担当民生委員さんに高齢者宅を訪問していただき、安否確認をすると同時に日常生活での悩みごとなどをお尋ねして、ひとり暮らしの方が地域で孤独にならないよう、安心して暮らしていただきたいという願いで実施しています。

対象者に慰問品が手渡され、「これからもお体に気をつけて、元気にお過ごしください。」とやさしい声を掛けられていました。



# 福祉実践教室を開催しています

～いろいろな福祉体験をいかしてね～

社会福祉協議会では、市内の小・中・高等学校の中から社会福祉について学び、各種事業に取り組んでいただく福祉推進校を指定しています。

今年度は65校を指定し、そのうち小学校40校、中学校19校で手話、点字、要約筆記、車いす、視覚障害者ガイドヘルプ等の福祉実践教室が行われています。児童・生徒の皆さんに、ふだんの授業では触れることのできない福祉という分野、特に障害を持つ人たちへの理解を深め、思いやりの大切さを学んでもらっています。

子どもの頃から福祉を理解し、今後の日常的な実践活動への契機とするもので、皆さん真剣に取り組んでいました。



視覚障害者ガイドヘルプ



手話合唱



要約筆記

## 家族介護者のみなさんがリフレッシュしました!

日頃の介護疲れを癒し、支援することを目的に家族介護者リフレッシュ事業を開催し、平成23年10月6日(木)・13日(木)の2日間には28名、11月1日(火)・8日(火)の2日間には18名の方が参加されました。

それぞれ1日目の介護者研修会においては、市の保健師さんによる、「高齢者福祉と介護」、「心とからだの健康生活～うつ予防～」をテーマに保健指導を受け、2日目の日帰りバスツアーでは、屋神温泉、馬籠宿と南木曾温泉にそれぞれ出掛け、在宅介護の情報交換等を話し合うとともに、ゆったりとした時間を共に過ごすことにより、明日への活力を蓄えていただきました。





## 編集ボランティアのページ

●担当編集ボランティア／森 勝己、築城基裕、岩下茂子、石井恵子、東丘美子、小池涼子

# そして「第三の人生」

～あなたが平均寿命 83 歳まで健在ならば～

人は、誕生から幼年期、青年期、中高年期を経て、定年（概ね60歳）を迎えるまでが第一の人生、それ以降を第二の人生と呼ばれてきました。平均寿命が75歳に達したのは1977年頃で「あなたは残された人生の15年間（13万時間）をどう過ごしますか」というようなことがよく議論されました。しかし、男女の総平均寿命が83歳と延びた今日では、定年後の第二の人生が8年間・7万時間余も増え、通算で23年間・20万時間となります。余りにも長くなった今までの第二の人生を見直し、新たに第三の人生と仮称する生き方を模索するべき時代ではないかと思えます。

定年以降は、それぞれの人々が自らの余生の生き方を確立し活躍されています。多くの人々が関心を持つボランティア活動もその一環です。しかし、活動する人の高齢化と時代の変化に伴い、その内容も多岐多彩となり、技術的にも肉体的にもハードな傾向にあります。内容によっては75歳定年制も検討され、採用しているところもあると聞きおよびます。極めて個人的な考え方ですが、以上をまとめてみると下記のようになります。

- 生まれてから企業定年まで 第一の人生・定年 60歳 60年間（53万時間）
- ボランティア活動終了まで 第二の人生・定年 75歳 15年間（13万時間）
- 75歳から平均寿命到達まで 第三の人生・終活？ 83歳 8年間（7万時間）

この先、高齢人口の増加は避けて通れず、まだまだ元気な第三の人生を迎える健全な人の数も増えることも間違いありません。人は誰もが（must do something～マスト ドゥ サムシング～何かをしなければならぬ～）という前向きな姿勢を常に持っています。充実した日々を過ごしている人も多い反面、目的を失って力なく過ごしている人も多く見受けられます。第三の人生が終活のみであっては余りにも寂し過ぎると思います。どこかの国のトップが言ったように「長生きして幸せだった」と言える世の中を実現するためにも、社会の仕組みをどう変えるかを考える時ではないでしょうか。

## 時が過ぎるのは早いもので、私(30才)と弟(27才)による母(56才)の介護生活も二度目の冬を迎えています

母の体調は比較的安定しており、色々な人達の支えもあり少しずつ穏やかな生活が送れるようになってきました。

先日少し悲しい出来事がありました。

近所に住む中年女性から『お母さんは大丈夫？』と声をかけられました。しばらく話していると『あなた達姉弟が気の毒で。もし自分だったら子供にはこんな不幸な思いをさせたくないわ。』と。その方は親切で声をかけてくれたのだとわかってはいます。でも…何だか悔しかった。母は好きで病気になった訳でもないし、好きで介護をされている訳でもない。現状を苦しんでいるのは誰よりも母自身だと日々強く感じています。

それに私達は生活をしていくうえで多少の不自由、不便はあっても幸せです。幸せかどうかは本人が感じる事であって、他人が判断するような事ではないと思うのですが…。

ただ正直、将来の生活に不安がないと言えば嘘になります。

今後（多分？）迎えるであろう結婚や出産による人生の転機。一番の不安は『育児と介護の両立』が出来るかです。

現代では少子化の影響もあり、若い世代でも介護への不安を抱いている人が多いようです。

待ち遠しい春。今年は母と一緒に桜を見に行けたらいいな。

# 介護初心者のレポート3

退院後の被介護者は、家族と病院のソーシャルワーカーとの間で決められたスケジュールに沿って、一日の生活を始めます。

まず、後遺症の程度によって若干内容は変わりますが、1日1回、地域のヘルパーさんが訪れて、ご家族がお願いしておいた事柄（洗濯、ご飯作り、食事の介助、お薬を飲ませるなど）を時間内にしてくれます。しかしヘルパーさんも、他に廻るところがある上に、短い時間でいろんなことをしなければならず、ここでもやはり家族の協力がなければ、とても無理なことが現実です。

連絡事項はノートなどに書いたり、直接電話で話したりもしますが、それでも被介護者がイヤだということには手が出せなく、ご家族にお願いするのが現実のようです。お風呂に入りたくない、リハビリを兼ねた家の中の移動も嫌がる等となると、それ以上の強制力はヘルパーさんにはないので、回復してもらうためにどうしても家族が方法を考えなくてはなりません。

介護が必要になってしまった方は、自分の身体が自由に動かないことにいらだち、お世話をしてくれる人たちについ辛くあたってしまうケースもあります。また、家族の介護で入浴などを行った際に腰を痛めてしまったりなど、そういうケースも多々あります。

また、家に1人でこもりきり、となると、地域との交流が断絶してしまい、その結果認知症を発症してしまったり、悪くなかったはずの足が弱ってしまったりという弊害も起こりえます。

今は家族と同居している方のほうが少ないのかもしれませんが。そういうとき、まめに通って様子を見たり、たまにはきつい言葉で自立のための運動や行動を促すなど、こういったことはやはり家族でないと無理なようです。

お互いが倒れてしまわないように、デイサービスやショートステイを利用するのも、ひとつの方法なのかもしれません。共倒れになってしまつては、本末転倒ですから。

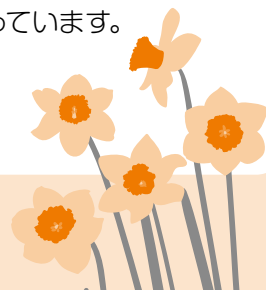
## 「介護と暮らし」実録体験レポート7 ～今年も“鬼門”!?!の“冬”がやってきた…～

今回も私の父の介護生活の紹介を通して、“介護”生活について思案したいと思います。同じような悩みをもつ皆様方の何かのヒントになればうれしく思います。恥筆ですがお付き合いいただければ幸いです。

現状「要介護2」で自意識も低い父の心身機能は衰えるばかりです。

腰椎や背骨の骨粗鬆症による圧迫骨折（再生しない）の状態はここ数週間（11月中旬）でみるみるうちに衰えて、一日中寝床で過ごす日々が多くなりました。（寝たきり状態に限りなく近い）それに伴い認知症状もかなり進んできました。やはり体を動かさないと頭にも血が回らないということなのでしょう。毎年未通例の「介護保険の継続申請」は何とか先週診察を済ませることができましたが、その際の簡単な認知症検査においても明らかに昨年とはレベルが違いました。例えば、「年齢は?」「今日は何月何日?」といった質問に対しても答えることができず、さらに「知ってる野菜の名前をたくさん言って?」についても3品目しか答えられませんでした。（昨年は10品目程度回答）このようなことから素人目にも心身ともかなり状況は進行していることがわかり、もしかして今回は介護度が上がるのではないかと推測しています。また日常生活においては、「あまり食べません!」元々若い時からかなりの偏食（私は骨粗鬆症の一番の原因と推測しています）で食事量も多い方ではありませんでしたが、最近の状況は異常です。さらに一番困っているのは基本的にいつも怒っており、普通の会話が成立しないことです。（元々アスペルガー症候群のためコミュニケーションは不自由でしたが…）さらに紙おむつ替え等あらゆる場面において“暴言と暴力”が普通になってきました…。前回も紹介したようにこのことが普段の世話をしている者（特に妻）の大きなストレスになっています。週1回入浴を兼ねたデイサービスもこのままいくと行けなくなるかもしれません。このような状況ですが今のところ介護する私達も含め何とか生活できていることには感謝しています。毎年冬が来るたびにステージが一段ずつ上がっていたのですが、この冬は一層覚悟しなければならないと思っています。来る寒さ、そして寝たきり以降の具体的な対応を思案し頭を悩ましている毎日です。

では皆様、お体、お心をご自愛されお過ごしください。ではまたの機会に。



平成23年度  
赤い羽根協賛

# 児童生徒作品コンクール



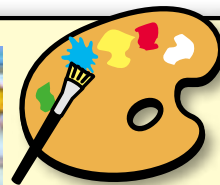
尾西第二中学校3年 坂井 志帆



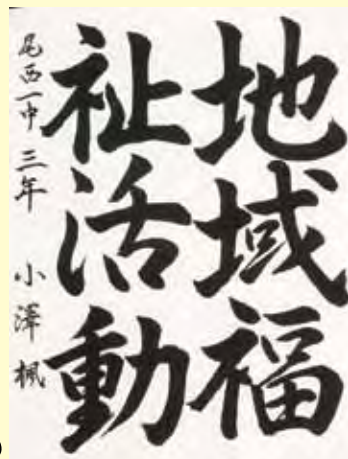
尾西第一中学校1年 原 加奈子



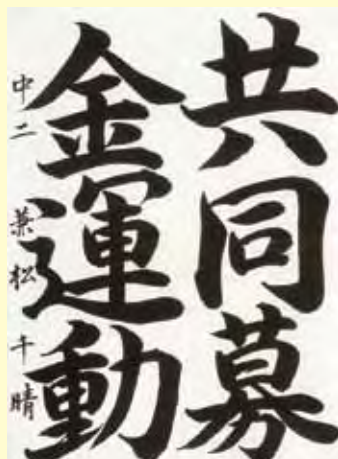
末広小学校4年 奥田 悠里



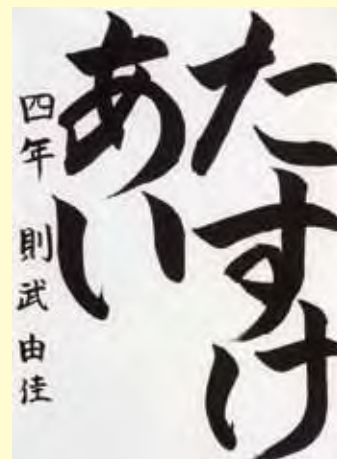
## 特賞



尾西第一中学校3年 小澤 楓



西成中学校2年 兼松 千晴



今伊勢小学校4年 則武 由佳

## 社会福祉法人 一宮市社会福祉協議会 本部

〒491-0847 一宮市大和町宮地花池字中道 9 番地 16  
TEL <0586> 24 - 2940 (代表) FAX <0586> 72 - 5022  
ホームページ <http://www.138sk.org>

### 尾西支部

〒494-8601 一宮市東五城字備前12番地  
(一宮市役所尾西庁舎東館4F)  
TEL<0586>63-4800  
FAX<0586>61-2970

### 木曽川支部

〒493-0001 一宮市木曽川町黒田字西沼51番地  
(一宮市高齢者生きがいセンター内)  
TEL<0586>87-2000  
FAX<0586>86-0309

本紙は目の不自由な方のためにテープに録音し貸出しており、点字版広報も配布しております。ご希望の方は本部まで