

私の健康法



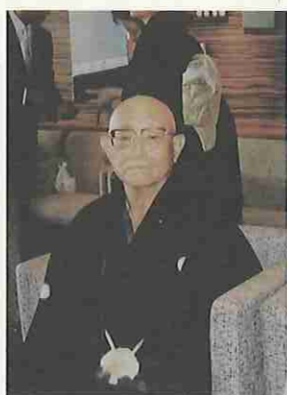
岡田カネ子 (90歳)
(片瀬海岸1丁目)

西を見れば富士山、南は大島、思い出多き我が里山に立つ。ここが私の生まれ育った湘南。今は茅ヶ崎里山公園になっておりますが、昔は小出村芹沢と言っていました。空気がきれいでとても良いところ。私の健康法と言えば、朝6時に

私の体験談

犬山清一郎 (84歳)
(片瀬3丁目)

片瀬に生まれてもう傘寿を過ぎ、昭和から平成になり早や30年。太平洋戦争中は空襲ばかり。爆撃機は日本の大砲が届かない距離を悠々と飛んでいた。聞こえてくる唸るB29。横浜も空襲を受け、平塚では火薬所が狙われた。空が赤く染まり、爆撃の規模の大きさを子どもながらに実感した。我々は何事も出来ず見過ごしていた。赤山にも砲台を作ったが、なす



起きて6時半に竜口寺にお参りに行き、夕方は友達と片瀬川のほとりをしゃべりながら散歩して、スバナ通りを帰り1日が終わります。毎週月曜日と木曜日の午前中は、かたしばかりですがボランティアに行き、そこで皆とお茶を頂き帰ってきます。私は、何か自分が役に立っていると思えばいちばん幸せなんだ、と自己判断をして楽しい日々を過ごしております。これからも今の私の健康法で明るく生きていき、毎日を過ごせたらと願っております。

へいあん片瀬鵜沼

わたしたちの街の施設ご紹介

国道467号線沿い、「ミネベア前」バス停から1分のところに昨年の4月にオープンした、小規模多機能型居宅介護・グループホーム「へいあん」を訪ねました。3階建てで、1階は定員18人の通いサービスのスペースになっております。訪問したときには広く明るくリビングで数人の方がくつろいでおられました。

サービスは「通い」が中心ですが「通い」から連続して「泊まり」のサービスを利用することもでき、この場合の定員は9人です。他に「訪問」や「配食」のサービスも組み合わせ、利用者と家族のニーズに答えられるように心掛けていくとのことでした。住み慣れた土地で、心穏やかに過ごしていける融通性のある対応が感じられました。2階と3階は、それぞれ定員9人の認知症対応型グループホームです。2階のリビングでも数人の入居者の方々が談笑しておられ、私たちもしばらく合唱の輪に加わるなど、一緒に楽しいひとときを過ごしてきました。



住所 藤沢市片瀬390-115
電話 0466-555-5575
(担当 遠藤 氏)

☆次号からも地区内にある施設を訪ねてみたいと思います。

編集後記

今回初めて編集作業に参加し、自分が住んでいる地域で福祉に関わり、活動されている方がこれほど多くおられることを改めて知ることができました。この福祉活動を地域の方々にお知らせする「しあわせ」発行の大切さを痛感致しました。(中藤)

片瀬社協だより

しあわせ

平成30年12月10日発行
編集・発行
片瀬地区社会福祉協議会
藤沢市片瀬3丁目9番6号
片瀬市民センター内
☎ 0466(27)2711



介護保険で対応できなかったら...

生活支援ってなあに？

前々号「しあわせ」51号で介護保険のこれからの考える特集掲載いたしました。今回は、片瀬地区を中心に、介護保険では対応できない生活支援・家事支援等を行っている「片瀬地区福祉ボランティア・しあわせ」を訪ね、スタッフの方々に話を伺いました。

Q 立ち上げたのはいつですか。
A 介護保険が始まった平成12年の6月に設立しました。今年で18年目になります。
Q きっかけは何ですか。
A 介護保険が始まった後も対応できないものがあるのではないかと、今後、高齢化が進むと思われ、ちょっとした手助けを必要とする人が増えるのではないかと考えたのです。

Q 「しあわせ」と名付けたのはなぜですか。
A 片瀬公民館分館と併設されている「しあわせ荘」の方に相談したところ、当時の担当の方が事務所や電話を提供してくださる等、色々協力してくださいました。そ



ここで、「しあわせ」と名付けることにしました。
Q 有償にしたのはなぜですか。
A 有償にするか無償にするかは、最も議論されたところですが、サービスの受け手と担い手がお互いに

に尊重しあって、対等な人間関係を保つために有償としました。
Q 具体的にどんなサービスが受けられるのですか。
A 生活に関係するお手伝いが基本です。掃除、買い物、食事の仕度、ガラス拭き、診察券出し、薬の受



片瀬市民センター近くの魚屋さん2階が事務所となっています

け取り、裁縫、ゴミ出しなどです。
Q 利用するにはどうしたらよいのですか。
A 会員になっていただくことが必要です。会員制であることでお互いに責任を持つことができると考えています。
Q 会員の利用頻度はどのような感じですか。
A 月1回から数回です。また、1回ぎりの要望もあります。
Q 他にどんな活動をしていますか。
A 会員対象に「あじさい交流会」「うたいましよう会」「新年会などを開催しています。皆さんと一緒に料理してお食事したり、体操したり、ピアノの生演奏を聴いたり、とても楽しい会です。この会が、外出のきっかけになつたらいいな、という思いもあります。



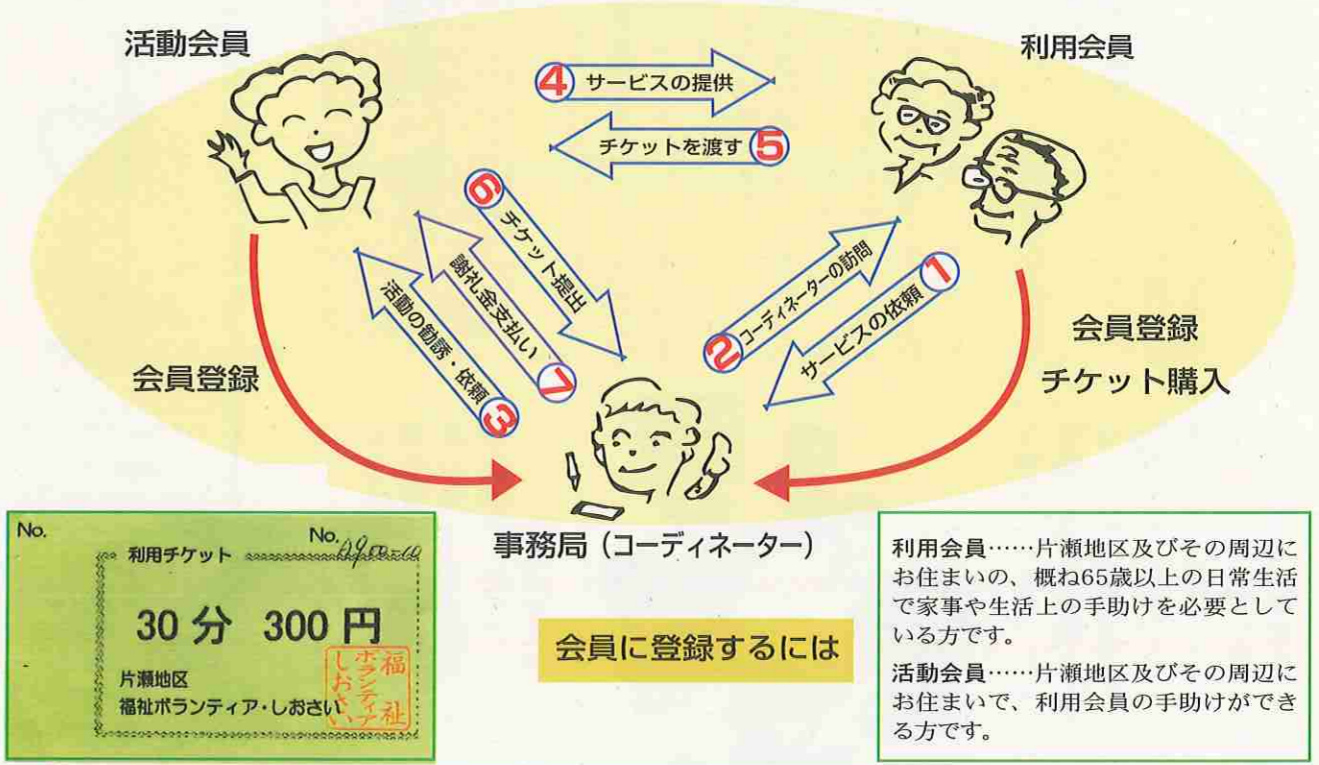
Q 今後、活動を続けていく上での課題はありますか。
A 活動会員が高齢化し、需要に対応しきれなくなっています。新しい会員も少しずつ増えてきていますが、高齢化が進み、依頼が増えることも予想されるので、みなさんの声に応えられなくなる場合もあるのではないかと懸念しています。



スタッフの方々

月に1回でも、またはほんのわずかな時間でもよいのです。私たちと一緒に活動していただける方を求めています。

活動のしくみと流れ



利用会員……片瀬地区及びその周辺にお住まいの、概ね65歳以上の日常生活で家事や生活上の助けを必要としている方です。
 活動会員……片瀬地区及びその周辺にお住まいで、利用会員の助けができる方です。

お問い合わせ 60-9328 (事務局TEL & FAX) 月~金曜 9:30~12:00



高齢化問題は今後ますます重要な課題となっていくと思われ、介護保険にばかり頼れない現状の中、大切なのはやはり地域の助け合いなのではないでしょうか。しおさいを利用されている会員さんの中には、知った顔が来てくれるという事で安心感を抱く方も少なくないようです。
 「片瀬地区福祉ボランティア・しおさい」はパンフレットに載っている『住み慣れた地域で、家での日常生活を続けていく為に、同じ街に住む同士ささえあつていきたい』という言葉を大切に守りながら活動していると思えました。

しあわせとは

前から予定した東京行きの日のことである。天候は薄曇りで緊急の要件も入らず、日本橋で映画を観ることにしたのだ。カンヌ映画祭で受賞した評判作で、面白そうな内容の予告編をテレビで見た。家内と二人での映画は、最近に限れば珍しい。むしろ一緒にJRに乗ることが久しぶりであった。
 藤沢駅のホームは比較的すいてはいたが、座りたいたのでホーム前方へ移動した。一人二人が列を作っているが、「座れるな」と思った。近くのベンチには、サラリーマン風の男性やカートを引いた女性が座っていて、車両が到着する前にそるそるベンチから立つところだった。



小さな幸せ 林 陽生(片瀬4丁目)

戦略として、前から二、三両目に並ぶことにした。一人二人並び始めた程度だった。すぐに、辻堂方面から近づく列車が見えた。先頭車両が減速しながら目前を通過する。席はポツポツ空いている

ぞ。しかし予想より多いのではないかと、乗客が「列の前に開いたドアから数人が下車し、空いた席は乗車した人で自然に埋まった。」横濱で座れるかも」と思った。すぐに隣駅の乗客が近づいたとき、目前に座っていた二人連れのサラリーマンが、私たちに席を譲るために同時に立ち上がり「どうぞ」といった。「アツ大丈夫です、すぐ空くでしょう」「いや、どうぞ」とやり取りした。私「だいたい顔を見ればわかりますよね、年齢は」「そんなことはないです」私は自分の白髪を指さして「わかるよね」と笑った。彼らは同じ藤沢から乗車したサラリーマン風の二人だった。

この日の帰路、同じことがもう一度起こったのである。発車間際に乗った江ノ電で、前に座った若い女性が突然立ち上がり「どうぞ」といってドアのところへ移動した。ポツカリ空いた空席に私たちは「ありがとうございます」と、後ろから大きい声で言った。彼女は少し照れ臭そうにしていた。

他地区社協活動の紹介 〓 鶴沼地区社会福祉協議会

- 「鶴沼を賑いで 一番の福祉の街」
 9月1日現在で人口56,924人、世帯数24,954件で1kmに10,172人が暮らす人口密集地で年間約500人増加しています。鶴沼地区社協は役員、民生委員、理事の総勢172人で多くの事業を8つの部会に分けて活動しています。
- 高齢者福祉部
 - ・敬老会の開催
 - ・世代間交流の開催
 - ・市老連加入老人クラブ会長との交流会
 - 青少年福祉部
 - ・青少年交流の開催
 - ・世代間交流の開催
 - ・交流の開催
 - ・集いの開催
 - ・ベタンの開催
 - ・ク&カローリ
 - ・新入学児童に贈り物
 - ・祝いの贈呈
 - 地域福祉部
 - ・医療講座
 - ・健康講座
 - 生活福祉部
 - ・ふれあいレクリエーション
 - ・ふれあいバス旅行
 - ・車椅子操作体験と手話講座研修会
 - 総務部
 - ・要保護世帯に年末見舞金の交付
 - ・さつま芋の栽培
 - ・公民館まつりでの地元野菜販売
 - ・理事研修
 - ・理事会
 - ・赤い羽根共同募金
 - ・年末助け合い運動
 - 鶴沼災害ボランティアセンター運営委員会
 - ・コーディネーター養成講座
 - ・センター設置運営訓練
 - ・他地区防災訓練視察研修
 - ・業務マニュアルの作成
 - ・センター支援者の会設立
 - ボランティアセンター「ささえ」
 - ・訪問支援活動
 - ・ふれあい支援活動・研修会
 - ・ボランティア講座
 - ・支援会員の集い
 - 広報部
 - ・広報紙「まどい」発行
 - ・社協理事情報誌「くげぬま社協通信」発行
 - ・公民館まつりにパネル製作展示



鶴沼地区最大の行事 敬老会 炭坑節でスタッフ一同輪になって大変な盛り上がり