

湘南大庭地区社会福祉協議会

# 福祉のたより

事務局 藤沢市湘南大庭市民センター 電話 (87) 1111

湘南大庭地域の人口 31,660人 世帯数 11,987世帯 (2009年11月1日現在)

育てよう 広げよう 福祉のこころ

社会福祉協議会(略して「社協」)は、私たち地域住民が自主的に参加して組織をつくり、活動に必要な資金を調達し、お互いに役割を分担し協力して活動を行い、地域の福祉を増進することを目的とする民間団体です。

私たちの社協を私たちの手で協力して育み、湘南大庭地区を福祉のゆきとどいた地域にしようではありませんか。

## 男の地域デビュー!

少子高齢化の波は、藤沢市の中でも「若い街」と言われる湘南ライフタウンにも押し寄せています。

毎年百万人が増加する団塊の世代、平成25年には4人に1人が65歳以上の高齢者で占められるようになります。

このような状況の中、長い間の勤めを終えた人達は、その後どのような過ごし方をされるのでしょうか？

湘南大庭公民館では、リタイアされた男性のためだけのサークルが沢山あり、新しい生きがいと新しい自分を見つめ、生涯学習に取り組む大勢の男性がいらつしやいます。

また、地域で自治会活動に取り組み男性もいらつしやいます。第二の人生で大きく羽ばたいて、豊かな老後をエンジョイしてみませんか。

今回『福祉のたより』では『男の地域デビュー』を特集テーマに取り上げました。

男性の皆さん、第二の人生を踏み出す、その一歩を紹介します。新しい世界への跳躍にチャレンジしましょう。

○公民館事業

### 男の広場

湘南大庭公民館は、毎年地域での仲間づくりと生きがいづくりを目的に男性対象の事業を実施しています。今年も毎月1回、主に第4土曜日の午後に、中高齢者20人弱が参加されています。

年齢や職業に関係なく地区内在住者であれば誰でも参加できる「男の広場」は、5月の開講時に事業内容を参加者全員の意見を聞きながら決定しています。

今年のメニューは、うどん作り・生活習慣病対策の講義・デジタルカメラの講習会・史跡散策・カローリング体験等となっております。

次回も4月に応募が開始されますので、地域活動に参加したい、何かやってみたいと思慮検討中の男性の皆さん、奮って参加してくださいね!



会員が男性のみの湘南大庭公民館利用サークル

| NO. | サークル名          | 活動内容                 | 会員数 | 活動実行日     | リーダー  | 電話番号         |
|-----|----------------|----------------------|-----|-----------|-------|--------------|
| 1   | 96だいちの会        | 地域内の男性同士の交流          | 13名 | 月1回       | 風間義男  | 0466-87-1071 |
| 2   | わくわくクラブ        | 地域での仲間づくり、地域文化の振興に寄与 | 22名 | 第1日曜日     | 東 完一  | 0467-51-1494 |
| 3   | 湘南セブンの会        | 料理実習等                | 15名 | 第4日曜日午前   | 増山宏昭  | 0466-88-3408 |
| 4   | 湘南ふれあい21の会     | 地域の活性化に係る活動          | 10名 | 第3日曜日午前～  | 萩葉一治  | 0466-88-2406 |
| 5   | 湘南ゼロの会         | 会議                   | 11名 | 第3日曜日午前   | 大塚 孝  | 0466-87-1893 |
| 6   | 湘南遊牧民          | 総合学習、生涯学習            | 11名 | 月1回       | 大沼 晃  | 0466-33-6033 |
| 7   | 大庭山賊男星合唱隊      | 男声合唱練習               | 34名 | 毎週日曜日午前   | 広浜哲哉  | 0466-36-9554 |
| 8   | 湘南ライフタウン囲碁会    | 囲碁対局、親睦              | 82名 | 毎週日曜日午後   | 宮下和順  | 0466-88-1365 |
| 9   | 将励会            | 将棋対局、親睦              | 14名 | 毎週日曜日午後   | 河原功彦  | 0466-88-2361 |
| 10  | ダイス            | ボードゲーム、TRPG          | 7名  | 月2回       | 嶋田英和  | 0467-53-2304 |
| 11  | 心遊会            | 生涯学習(料理、ハイキング等)      | 27名 | 第3日曜日午前   | 五十嵐晴康 | 0466-34-5918 |
| 12  | 湘南フリーダム        | バスケットボール             | 9名  | 不定期       | 栗原 岳  | 0466-87-3559 |
| 13  | 大庭シニアソフトボール同好会 | ソフトボール               | 31名 | 毎週木曜日11時～ | 小林知己  | 0466-87-5323 |

### サークル紹介

★以下は公民館事業「男の腕まくり」から誕生したサークルです！



#### ♪わくわくクラブ

昭和63年に事業参加者11名が集まり結成されました。活動内容は手作り料理・スポーツ・史跡巡り等で、平成4年には素晴らしい活動報告書を刊行しました。マスコミにも掲載され、当時はかなり注目されたサークルです。現在は第1日曜日に22名の会員で活動しています！

#### ♪心遊会

現在主に60歳代の会員27名で活動しています。毎月第3日曜日に料理やハイキング等を楽しんでいますが、10月は川崎大師方面に行かれたそうですよ！

#### ♪湘南セブンの会

「遊びたい男集まれ」。会の名前はウルトラ親父の集団からです。現在15名の会員が、基本的には4班に分かれて毎月1回(8月を除く)第4日曜日に活動しています。特に料理が好きで魚や野菜にと包丁さばきは一級品、味付けは言うことなしです。その他に1月の七福神巡り、4月のお花見、12月には鍋を囲んで忘年会と、楽しさ一杯です！バスツアーもあり9月の太極拳体験では準備体操でグツタリだったそうです。

#### ♪大庭山賊男星合唱隊



平成4年に発足しました。日曜日の午前9時30分から12時まで、湘南大庭市民センターで練習をしています。月会費は三千円(入会金は千円)で、現在平均年齢67歳の約30名の隊員が「飲み会」も入れながら楽しくやっています！《練習を見学しました》合唱初心者でも全然大丈夫だそうですよ。大変楽しそうですから仲間に入られたらいいかがですか。

★以上、全てのサークルが新会員を募集しています！ぜひ参加される様お勧めします！

#### ◎地域団体役員に就任して



地区生活環境協議会  
山口 幸雄 理事

自治会長を1年やり、その後は一ノ坪公園愛護会を立ち上げ、公園の美化活動に打ち込んできました。その活動を通じて湘南大庭地区生活環境協議会役員の方から声をかけられ、お手伝いをする事になりました。生活環境協議会には美化ネットやポイ捨て無くし隊など、地域の皆様と一緒に活動する事業が多くありますが、男性は地域にいながら地域にいない、地域に話し合いの出来る人がいない、地域のために活動をしていない等のために地域にとけ込めないのではないかと思います。自分のために時間を費やすことも良いが、地域のために時間を使うことも大事だろうと考えて私も定年後に地域のお手伝いを始めました。現在は在住するEブロック自治会の美化ネット、一ノ坪公園愛護会、ペタンク同好会、湘南遊牧民サークル等の活動を行っています。新たに自治会内の65歳以上の方のサポートを目的に仲間と「Eブロック倶楽部」を結成し、皆で飲んだり食べたりにしながら楽しくやっています！

#### ◎自治会長に就任して



小糸自治会  
山添 光明 会長

昨年、当番で町内会の班長の役が回ってきましたが、誰も会長をやる人がおらず私が引き受けることとなりました。最初は何もわからず、とりあえず前任者の引継ぎ事項をこなすことになりましたが、町内会に総会がないことには驚きました。また、毎年役員が交代し一からの出発の繰り返しでは、町内会はなかなか前進できないと思いました。そこで、やれる条件のある人が役員になることと、総会を開催できるように今年会則を改正し(町内会も自治会に名称変更)、言い出しつべしとして私が役員を再度やらせてもらうこととなりました。私は団塊の世代で現在も働いていますが、高齢化の進展や防災・防犯等地域の状況を知る中で、安全安心な地域社会づくりを目指し私に出来ることはできるだけやってみようというチャレンジ中です！



# 平成21年度『湘南大庭地区敬老会』開催!

9月12日(土)午前10時30分から湘南大庭市民センター体育室において行われました。当日は朝から雨でしたが、10台のマイクロバスでのお迎え等で200人弱の出席者がスムーズに会場に集い、写真撮影が行われた後、第一部の式典となりました。

式典は、海老根靖典藤沢市長の『我が国は世界でも屈指の長寿国です。皆様の豊富な知識と経験は本市の宝です。今年の24時間テレビではイモトアヤコさんが124kmを走りましたが、イモトさんは文教大学出身で、湘南台からライフタウンを通学路にしていたことからマラソンコースにライフタウンを加えたそうです。今後も「一生住み続けたい街湘南大庭」の実現のため、ご指導とご協力をお願いいたします。皆様のご活躍とご健勝、ご多幸を心からお祈り申し上げます!』との挨拶を皮切りに粛々と終了。

第2部は、皆様お待ちかねの演芸ステージ。出演サークルは次のとおりです。

- (1) 大庭ジュニアジャギー (ジュニアダンス)
- (2) 大庭民踊サークル (民踊おどり)
- (3) リフレッシュユークラブ (歌って健康法)
- (4) 湘扇会 (古典舞踊)
- (5) 老人クラブ等有志  
合唱♪ボケない音頭、幸せのワルツ
- (6) ラ・メール湘南大庭ハーモニカ (ハーモニカアンサンブル)



- (7) 音色の会 (三味線と唄)
- (8) 大庭八寿花会 (新日本舞踊)

地元演芸サークルの皆様には普段の練習の成果を十分に発揮され、楽しんでいただきました。特に湘扇会の93歳になられる方の素晴らしい舞踊には拍手喝采でした。

今回、出席された3組のご夫婦にお話を伺いました。

♥ 夫86歳 妻83歳 結婚30年♥  
太極拳や体操、カラオケと何にでも興味を持ち、いつも二人で楽しんでます。

妻はいつも10歳以上若く見られるんです!と嬉しそうなお二人でした。

♥ 夫86歳 妻86歳 結婚60年♥  
元気の素はよく寝ることです!いつも一緒なので、なるべくケンカをしないように心がけています。

♥ 夫85歳 妻86歳 結婚60年♥  
妻は要介護1で、週に2回デイサービスに通っています。でも、敬老会にはいつも二人で出席するんです。との旦那様のことばにニコニコと優しい笑顔の奥様でした。

平均年齢が世界一になり年々その記録が更新される日本。急速な高齢化を心配するむきもありますが、人生経験を積み重ね心豊かに成熟した年齢を重ね

ることに幸せを感じられる人生を送りたい、と願わずにはいられません。皆様、来年またお会いしましょうね!  
ボランティアで参加した滝の沢中・大庭中の生徒の皆さん、大変お疲れ様でした!

## ♪ちよつと雑学、敬老トリビア!

- ・60歳 還暦《かんれき》  
60年で千十二支の組み合わせが一回りすることから。
- ・70歳 古稀《こき》  
唐の詩人杜甫の詩「人生七十古来稀なり」から。
- ・77歳 喜寿《きじゅ》  
喜の草体が七十七と書かれることから。
- ・80歳 傘寿《さんじゅ》  
傘の略字が八十と読めることから。
- ・88歳 米寿《まいじゅ》  
米の字が八、十、八に分解できることから。
- ・90歳 卒寿《そつじゅ》  
卒の通用異体字が九十と書かれることから。
- ・99歳 白寿《はくじゅ》  
百の字から一を引くと白になることから。
- ・108歳 茶寿《ちやじゅ》  
茶の字の草冠を二十。その下の部分を米という字に見立て八十八、合わせるると百八になることから。
- ・111歳 皇寿《こうじゅ》  
皇の字を白、一、十、一に分解。九十九を表す白に一、十、一を足すと百十一になることから。



### ★福祉バザー

今年も10月24日(土)と25日(日)に開催されました。

土曜日は小雨混り、日曜日荒天という、あいにくの天候でしたが、地域の皆様方の温かいご協力で6千点以上の寄贈品が所狭しと並べられました。

また、土曜日の午前10時から配付の整理券(300枚)も瞬く間に配り終え、バザーに対するお客様の期待の大きさが感じられました。

整理券を手にした方は「辻堂からバスで来たの。毎年来ているけど、このバザーは良い物が多くて楽しみなのよ」と開場を待ちかまえていました。

そして第1回目の入場、12時30分からの150名のお客様を社協スタッフ、中学生ボランティア一同が拍手でお迎えしました!

衣類・雑貨・ぬいぐるみ・食器類・バッグなど、品数は豊富です。「800円で毛布を買いました。」と嬉しそうなお母さん、オモチャは3個で20円に真剣な顔で選ぶ子供達、子供服は1点100円に子供連れの若いご夫婦が一生懸命選ぶ姿は微笑ましく感じました。

今回のバザーは60万円を超える売上げがありました。必要経費を除く収益金は地区内の福祉関係施設・団体には寄付金を贈呈、また、地区内の寝たきり高齢者・在宅重度身体障害者の皆様には見舞品をお届けします。

なお、収益金の残金につきましては、地区社会福祉協議会の今後の事業活動に充当させていただきます。

福祉バザーの実施には、地区内の自治会・町内会の理事・評議員の皆さん、大庭中・滝の沢中の生徒の皆さん等、多くの方々にご協力いただきました。

◎福祉バザーの結果

|           |          |
|-----------|----------|
| ☆バザー寄贈品点数 | 6,216点   |
| ☆バザー売上金   | 608,000円 |
| ☆バザー関係経費  | 98,214円  |
| ☆収益金      | 509,786円 |

◎福祉バザー 収益金の配分先

- ★マロニエ会・エール湘南・ライフ湘南・グループホームえん・デイサービスセンターこまよせ荘(以上5施設)
- ★かぶとむし・おもちゃのへやメリーゴーランド・湘南大庭地区老人クラブ連合会(以上3団体)

★地区内の寝たきり高齢者・地区内の在宅重度身体障害者(見舞品)



### ジヨワ ふれあいサロン 開きます

みんなで語らい(おしゃべり) 友達の輪を作りませんか

60才以上の方々が、自由に語らい(おしゃべり)のできる場所を設けます。ぜひお出かけください。

○どこで開かれるの

ライフタウン・ジヨワ談話室 (ジャスコ藤沢店3階)

○いつから

- 平成22年
- 1月28日(第4木曜日)
- 2月25日(第4木曜日)
- 3月25日(第4木曜日)
- 4月22日(第4木曜日)
- いずれも午前10時から12時までです。

○参加はどつやつて

参加は自由です。

○参加費は

無料です。

○問い合わせ先

福祉ボランティア活動センター  
「ライフタウン・ジヨワ」  
電話・FAX  
0466-86-11084



毎週月・水・金曜日の午前10時から午後3時まで受付けています。

### ボランティアさん募集!

60歳以上の方々の日常生活上の手助けや生きがいづくり支援に取り組むボランティアを募集しています。

### ボランティアの手助けを 受けたい方募集!

お年寄りの日常生活上の困りごとの手助けや生きがいづくりなどにボランティアの支援を受けたい方を募集しています。

なお、支援費用は無料です。

ライフタウン・ジヨワにご相談ください。  
電話 0466-86-11084

ボランティア活動実績表 (平成20年11月～平成21年11月)

| 相談受付件数       |           | 76 |
|--------------|-----------|----|
| 支援実践件数       |           | 54 |
| ボランティアの種類    | ボランティアの内容 | 件数 |
| A 日常生活の手助け   | 買い物手助け    | 4  |
|              | 電球交換      | 3  |
|              | 草取り       | 13 |
|              | 家具移動      | 10 |
| B 生きがいづくりの支援 | 話し相手      | 2  |
|              | 散歩(運動)手助け | 6  |
|              | パソコン      | 13 |
|              | 折り紙       | 1  |
|              | 俳句 代筆     | 1  |
| 合計           |           | 54 |

# ★地域団体の紹介Ⅱ

## 「湘南大庭地区防犯協会」

犯罪や非行の防止のため自治会・町内会と連携し、住民意識の高揚を図ると共に各種事業を展開しています。

(委員) ◎自治会・町内会防犯部長

◎地区内居住で防犯活動に強い関心を持ち、役員会が推薦し総会で承認された者

(事業) ◎「安全安心で住みよい街

湘南大庭」のまちづくりを目指した各種事業

◎自治会・町内会単位で結成の防犯パトロール隊の運営

◎青パト隊(青色回転灯装備自動車で編成)巡回活動 等

(役員) ※敬称略 ○内は自治会等

会長 田村守孝(小糸東)  
副会長 柳澤知子(睦 会)

福元純博(Eプロック)  
会 計 柿本理恵子(城山第二)

監 事 小川晃弘(Eプロック)  
作山みち子(小糸団地)

山崎利門(湘南スカイハイツ)  
石井正太郎(城 山)

山口恵子(ふじ会)  
遠藤一雄(コーポ城山)

勝俣文男(湘南西部)  
木村安代(シャルマンコーポ)

沼野井あけみ(ささら)  
副島純子(小糸東)

浅見彩紀江(笹 山)



★田村会長のコメント

地域の皆様には、防犯活動にご理解とご協力を頂き、誠にありがとうございます。特に、湘南大庭地区防犯パトロール隊は地域の安全の源になっており、その活動も定着してまいりました。

おかげ様で現在、藤沢北警察署管内の刑法犯罪発生件数は前年同比5%減となっておりませんが、空き巣やひったくり、自転車盗は増加傾向にあります。留守の時は必ず施錠しましょう！自転車も降りたら施錠をお忘れなく！

## ★湘南大庭地区防犯パトロール隊のつどい

8月3日の夜、湘南大庭地区防犯協会の主催により開催されました。

毎年恒例の事業ですが、今回の目玉は何と言っても日本防犯学校校長の梅本正行氏による講演でした。(115名参加)

梅本氏はテレビ等にもよく出演し「防犯の梅さん」として大変著名な方で、犯罪者心理を知り尽くしている予知防犯対策の第一人者です。

多くの現場を見てきた経験を踏まえ、時には笑いを誘うお話には驚かさされたり納得させられたり、すっかり引き込まれてしまいました。

その内容をいくつか挙げますと…「犯人は逮捕されるのが絶対に嫌なので、常に手口を執拗に研究している。例えば空き巣狙いは、侵入先や時間に合わせてスーツや制服、又は作業服を

身に付けて行動を怪しまれないようにしているのが当たり前と思つてほしい。」

「被害に遭う家は、我が家は狙われないだろうと油断が一杯である。」

「夕方まで外出する時はベランダ側のカーテンを少し開け、その部屋の灯りを点けておく。また、洗濯物は干したままにはしない。」

「車を出した後のガレージには自転車我真ん中に置いておく。」

「庭や周囲に音のする砂利を撤く。」

「防犯対策として門灯を早めに点灯する運動の推進や、各家庭のセンサーライトを道路側に向ける等、地域全体を明るくする事が肝心。」

今回は平日の夜間にもかかわらず、補助席を用意するほどの多くの方が参加され、終了後に回収した参加者アンケートは通常例を見ないような絶賛のコメントがほとんどでした。防犯協会にお願いで

が、ぜひ再度梅本氏の講演会を開催し、更に多くの皆様の防犯意識を向上して頂けたらと思います。



## ★合同夜間パトロール

8月25日(火)の夜、地区防犯協会と青少年育成協力会の共催で実施されました。荒天にもかかわらず約130名が参加し、青パト隊の出動に続き4隊の隊長・班長の引率で、巡回活動に

出発しました。地区内での空き巣や車上荒らし等の頻発からか、防犯意識の高まりを感じました。



昔 → 今

## ★湘南大庭地区 防災リーダーの集い

自治会連合会と防災協議会の共催で、9月25日に開催されました。《参加者70名》

今年度の地区防災訓練の実施についての説明後、NPO法人「藤沢災害救援ボランティアネットワーク」森井康夫理事長と水島三千夫副理事長による《講演》地域における防災リーダーの役割》が行われました。

阪神・淡路大震災や中越地震の際のボランティア体験を交えたお話には、災害の怖さや日頃の対策・訓練の重要性を再認識させられました。

地域内には170名以上の防災リーダーがおりますが、災害救援ボランティアの活動に不可欠である災害ボランティア・コーディネーターは16名と少なく、その養成が当面の課題だと指摘されておりました。

### ★慶応大学講演会

「高齢者が使いやすい家電製品とは？賢い家電製品の選び方のコツ教えます！」9月27日(日)

◎たかがボタンひとつ、されどボタンひとつ

講師—慶応大学環境情報学部

福田亮子専任講師

加齢による変化の解説の後、高齢者に適応した便利な機器の実物の紹介がありました。

(レバーで楽に抜き差し出来るプラグや、聴き直し機能を持つラジオ等)さらに、多くの人が家電選びのポ

イントとする、「使いやすいさ↓見やすい・聴きやすい・操作しやすい・わかりやすい」についてお話がありました。

例えば炊飯器:

①置き場所によりディスプレイの位置が、上部・前部・側面部のいずれかを選ぶべき。

②報知音は低めに設定されているが、離れた場所からでも聴き取れるかを確かめるべき。

③蓋を開ける時、湯気が手に当る危険を回避するボタンが本体にあるものを選ぶべき。

④炊飯器の利用法を音声ガイドにする機能を持つ機器を選ぶべき。

### ★介護予防教室

毎年大好評の事業で、50歳以上の男女37名が参加され9月17日から4回コースで行なわれました。また、今回は男性の参加が目立ちました。



◎第1回目は「健康ストレッチ」自分の現在の体力のチェックから、筋力やバランス能力の向上を図るための自宅出来る運動等を学習しました。

◎第2回目は「シニア・エアロビック」音楽に合わせて、「介護予防用エアロビック」を気持ち良く楽しみました。

◎第3回目は「口腔ケア」歯垢、口臭、舌苔等のケアは様々な生活習慣病の予防に繋がります。いつまでも丈夫な歯を残したいものです。



◎最終回は「ヨガ体験」様々なポーズをリラックスしながら。肛門に力を入れて大きく息を吐く事が良いようです。また、ヨガをやると身長が伸びるそうですよ。

介護予防は毎日継続すると転倒や寝たきりを防止することが出来るので、ぜひ励行したいものです！

※2月～3月に今年度2回目の教室が開催されますので是非参加してみてください！

「目からウロコ」という飾りのついた講演会。確かに多機能すぎる家電製品を使いこなせずいたり、オシャレな家電製品ゆえに押しづらいボタンや見にくいディスプレイに不自由したり、と思い当たる事の多かつた2時間でした。



### ★福祉施設・団体との懇談会

11月26日(木)の午後6時30分より、福祉バザー収益金からの寄付金贈呈式と併せて開催されました。

出席者は、マロニエ会・ライフ湘南・エール湘南・こまよせ荘・グループホームえん・地区老人クラブ連合会・かぶとむしの7施設・団体の代表者等。

それぞれの運営上の苦労もよくわかりましたし、障害児やその家族のふれあいを目的としているボランティアサークルの存在を知ることが出来ました。出席された皆様からは「ぜひ見学に来てください。」とのことでした。

### ★学校給食試食会

11月27日の午前10時から、小糸小学校で約20名が参加して開催されました。

はじめに懇談、その後給食調理場の見学を行った後、お待ちかねの試食となりました。

昨今の地産地消ブームからか藤沢でとれた新米のご飯・あじフライ・茹で野菜・けんちん汁・牛乳というメニューで、約六百日ロリーでしたが大変美味しかったです。

新井校長から野菜や魚・米等ではできるだけ地産産を使い「楽しい給食」になるよう苦心されているとのことをお話をお聞きし、また、調理の模様を見学でき、大変実りの多い試食会となりました。



### あとがき

新型インフルエンザに替え、不況の中で下がり続ける家計費にため息をつき、理解しがたい事件事故に憤慨し、心穏やかに暮らすには難しいようです。それでも街にはクリスマスソングが流れ、お節料理の予約募集の豪華なポスターが見られます。ひととき心豊かに楽しみたいものです。

良い年末年始になりますように。

K・K