社協だより 萩

Vol.65

2016
4/1

子どもたちと共に 地域を元気に

21世紀を担う子どもたちが健やかに育つためには、家庭や地域で子どもたちを見守っていくことが大切です。
また、子どもたちが活動することで、地域全体が元気になっていくのではないでしょうか。
誰もがお互いに守り守られる、そして住みやすい地域を、子どもたちと共に育てていきましょう。

高齢者虐待の防止
共に幸せであるために

1月31日にサンライフ萩で第6回高齢者虐待防止研修会を開催しました。生き活きネットみすみ代表、山田妙子さんが次の相談事例により講演されましたので、その一部を紹介します。

小6女子 母が介護で苦労

小学6年生の女子。祖母が認知症になり、母が苦労しています。

祖母は1年ぐらい前に認知症と診断され、デイサービスに通っています。最近は薬を何回も飲んでしまったり、外出した私と母に何度も電話をかけてきたりします。腰が痛いからとデイサービスを休み、「今までで一番痛い」と言って、母を30分おきに呼びます。

「痛いのを治すためにデイサービスに行くんでしょ。休んじゃだめよ」と私が言っても休もうとします。でも、家ではすたすた歩いています。

私は受験生なので、なかなか手伝えません。ストレスがたまり、たまに祖母にどなっている母の姿を見るのはつらいです。

私は不自由なく暮らせていて、勉強をさせてもらえます。でも、仕事をして頑張って私を支えている母がつらそうにしているのが、私にもつらいです。

文句ばかり書きましたが祖母のことは好きです。どうしたらよいでしょうか。

この相談を読んで…

小学6年生の女子が大好きな祖母の介護をされる母親の姿を通して、介護者である母親への思い、祖母への思いを小さな胸が張り裂けそうになるくらい思い、悩んでおられる様子が伺えました。介護は介護する者、介護される者だけの問題ではなく、家族、関わりある人をも巻き込んだ問題でもあると言えるでしょう。

この相談から見えるもの

この相談は、虐待の5つの種類でみると、「心理的虐待」があるのではないかと思います。ご家族は「虐待!?そのような気持ちで接したことはない」と、反対にご立腹されるでしょう。毎日の生活の中で、一生懸命に介護されていることは十分理解できますが、認知症の症状は、ご家族の状況を理解することが困難であり、その時は納得されても忘れてしまうことは、常です。そのことが「怒鳴っている」「きついことば」「何度言ったらわかるの…」と、なってしまうのでしょう。

逆に認知症を持つご本人にとっては、「何度サインを出したら、私のことをわかってくれるの」「きつい言葉には、きつい反抗、拒否的な行動」と、家族の関係が空回りを始めます。この関係が長く続くことで、身体的虐待へと発展しかねません。

虐待の種類

身体的虐待	要介護者の身体に外傷が生じたり、生じるおそれのある暴行を加えたりすること。
ネグレクト	要介護者を衰弱させるような著しい減食や長時間放置したり、擁護を著しく怠ったりすること。
心理的虐待	要介護者に対する著しい暴言、拒絶的な対応をしたり、心理的外傷を与える言動を行うこと。
性的虐待	要介護者にわいせつな行為をしたり、わいせつな行為をさせたりすること。
経済的虐待	要介護者の財産を不当に処分したり、不当に財産上の利益を得たりすること。

虐待防止法は、虐待者を罰するための法律ではなく、虐待を防止するための法律です。虐待の芽に早く気づき、虐待の芽を摘み取ることが必要です。

共に幸せであるために

この相談に対する哲学者の回答は、「人生においては、世話する者とされる者は時と共にかわっていくのです。つまり、苦労は取り除くべきものではなく、分かち合うものなのです。」と書かれていました。なるほど、いつかはこのお母様も、どなたかに介護される日がくるということでしょう。

お孫さんもいつしか介護者の立場になられることもありえます。その時はきっと、母親の介護されていた姿がお手本となるかもしれません。また、低年齢の時にこのような環境で成長することは、生涯にわたる深刻な影響を及ぼすのです。このように虐待は「虐待者」、「被虐待者」だけの問題ではありません。

私たちは「愛情」を持って育てていただきました。「愛情」を持って人とかかわり、接していく、この小さな心がけが、「共に幸せであるために」必要なことだと思います。

第4回 明るく楽しい介護川柳

11月11日の「介護の日」にちなみ、現在、介護している人、介護されている人を地域で温かく見守り、励ましたい、そんな想いで明るく楽しい介護川柳を募集しました。ジュニアの部は市内小中学校から264人409作品の応募があり、高校生・一般の部は32人72作品の応募がありました。入賞した作品と、萩川柳会大場孔晶会長の講評を紹介します。

【萩市長賞】

助けよう 世界支えた 皆さんを

福栄中　水津　未来

視野の大きな句です。世界を、日本を、萩を支えてくれたお年寄りを、今は助けようと訴えています。老人を嬉しくさせてくれる句です。表現にも無駄がない佳句です。

頑張れと 親の介護は 天の声

杉村　勝一

親に育てられ、やがて老いた親を介護します。この巡り合わせは、天の声と聞いて介護を尽くす。介護の奥義でしょう。

【萩市教育長賞】

車いす 押す手あなたの 足となる

椿西小　井町　賀空

穿(うが)ちのある考えの確かな、表現の的確な句です。良い句ですね。

せわぁない せわあないよと 背をさすり

田中　美晴

この言葉には、温かい労りの心が籠っています。リフレインの重ね言葉で思いが強く伝わってきます。今回応募者の中で一番若い方の句ですが、世代を繋いでゆく嬉しさも感じました。

【萩市社会福祉協議会長賞】

おじいちゃん 何がほしいの 指さして

明倫小　大野　愛斗

言動がままならぬ、おじいちゃんの介護をしている姿が目に浮かんできます。介護をしてないと詠めない句ですね。強い優しさの感じられる句です。

共に泣き 共に笑って 介護道

福井　正明

泣き笑いを共にするというところに介護道があります。介護道という表現が面白いですね。

【萩川柳会長賞】

自分かもと 思う心で 接しよう

福栄中　菅成　海光

自分が介護されるならと思って、介護をするという素晴らしい心。介護をされる人もする人も、至福ではないでしょうか。

されるより 介護ができる 幸せよ

松田わかこ

介護は決して楽なことではありません。それをポジティブに受け止め、幸せだと思うことこそ大切なのではないでしょうか。

【井上剣花坊顕彰会長賞】

介護って 一番最後 恩返し

椿西小　古川　千尋

人は万物によって生かされています。また、関わりのある全ての人のお陰で生きています。介護は、つまるところ恩返しだという心が素晴らしいと思います。「一番最後」の表現は、子どもらしくて面白いですね。

介護する 私をだれか 介護して

斉藤　充子

老老介護、介護をしている私も間もなく介護してもらう身になるのでしょう。でも、誰が私を介護してくれるのでしょうか。訴えの切実感が迫ってきます。

緊急あんしんカード

あって良かった

萩市内で約3千人の方が、緊急連絡あんしんカードを利用されています。
毎年、新しく作り変えていただいているのは、いざという時に役立てるため、最新の情報を救急隊や医療機関へ渡したいからです。
今回、民生委員、実際にカードを使っている方、救急隊員からの声を紹介します。

民生委員の方からの声

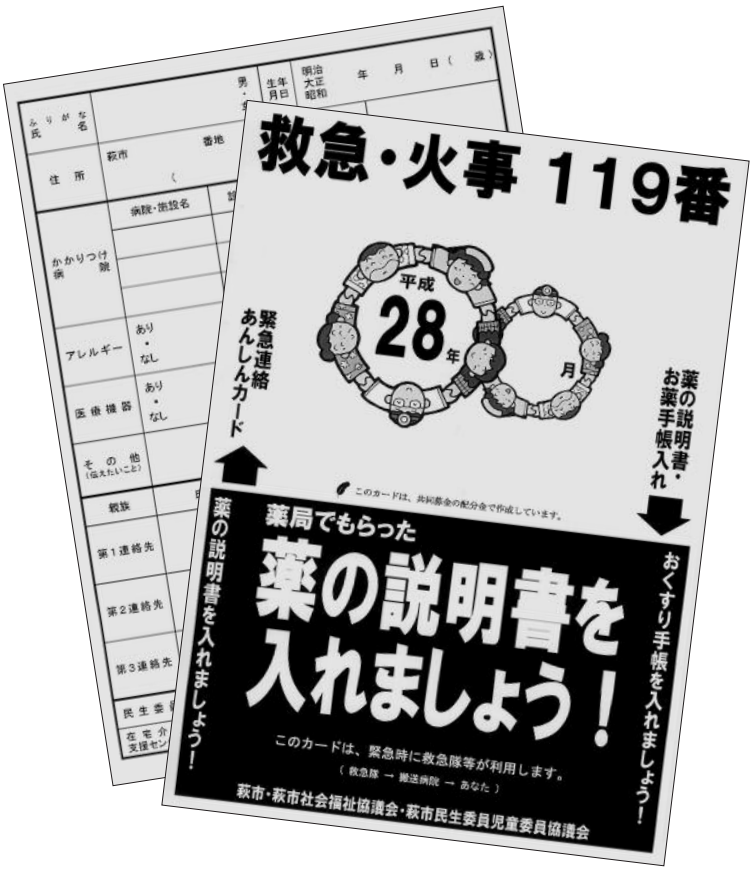
近くに救急車が来たとき、民生委員という立場上、ご本人の様子を聞かれることがあります。
持病はあるか、どこの病院がかかりつけなのか、親族はいらっしゃるかなど、とっさに返事ができない場合がありますが、このカードがあれば、それらの情報を伝えることができます。
このカードを配付すると、「記入することが面倒だ」とおっしゃる方もいらっしゃいますが、「ご自分の安心のために、ぜひ、書いてください」とお願いするようにしています。
また、「今年もあるかね」と言われる方もおられ、あんしんカードが浸透してきているのではないかと感じています。

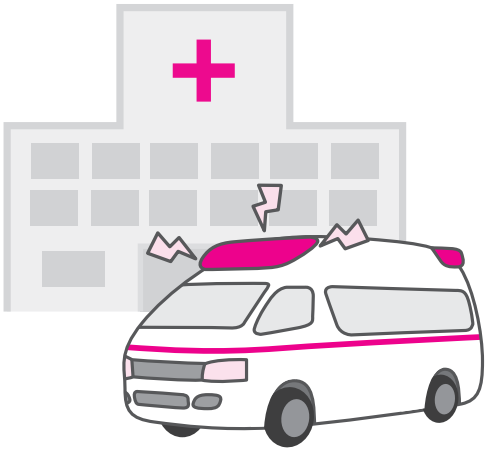
あんしんカードを使っている方からの声

声も出せないくらい具合が悪くなり、カードのおかげで、治療に役立ち本当に助かりました。
普段、健康だと自負していた自分が、このカードをまさか活用するなんて、と考えていたのですが、自宅の冷蔵庫に貼っていて良かったです。
自分自身の健康を過信しすぎていました。このカードをこれからもお守りとして使っていきたいと思います。

救急隊の方からの声

救急車を呼ばれた方の中には、言葉がしゃべれない状態の方もおられます。そのようなときにあんしんカードがあることがわかっている場合は、カードを取って病院へ向かいます。また、民生委員の方やご近所の方からカードを渡していただくこともあります。
このカードは、基本情報が記入されていますので、病院の選択のときなどに利用することがあります。病院では、家族への連絡などに活用されているようです。
自分の命を守るため、カードには必ず記入をお願いします。





事務局から

今年のカードは緑色です。配付されたら必ずご記入ください。
このカードは、共同募金の配分金で作成されています。

身体の元気はお口から

たかすぎ てっぽう ぱんぱんぱん

今や、平均寿命は80歳を超えています。しかし、健康である年齢（健康寿命）は、平成22年の資料によりますと、男性が70歳、女性が73歳で、平均寿命と9年、12年の差があります。誰もが健康で長生きするための一つに、口を健康に保つことがあります。なぜ「口腔ケア」が健康で長生きすることにつながるのでしょうか。

歯あわせ健口の集いに参加して

萩地域　M・Sさん

私が「歯あわせ健口遅口言葉」に出会ったのは、民生委員として地域のお年寄りのお世話をしている母の影響からです。

私の祖母は現在103歳です。4、5年前に誤嚥性肺炎を患い、入院生活を余儀なくされましたが、この頃の私はなぜ、誤嚥が肺炎に繋がるのかよく分かっていませんでした。

しかし今回、松隈先生のお話を伺って、口腔ケアの大切さと口腔ケアが健康寿命を延ばすことがとてもよく理解できました。私たちは日頃、身体については大変気を使い、健康診断に行きます。しかし、歯については、むし歯ができたときや痛みがあるときだけではないでしょうか。身体の健康診断と同じように、健康寿命のためにも歯と口腔のケアが大切だと思いました。

周囲の人たちにも、今回学んだことを伝え、皆が健康に過ごすことができる社会に貢献したいものです。

口腔ケアは元気な秘訣!!
～元気なお口づくりを始めよう！

西地域包括支援センター　保健師　白井　ひろみ

人間は、年齢を重ねるにつれて「食べること」への関心が高まってくると言われています。しかしながら、残念なことに「口腔機能」は衰えていきます。

かむこと、飲み込むことが不十分になると、食べたいものが食べられない、口から食べられないなど「食べること」への満足感が得られなくなります。また、お口の動きには「かむ、飲み込む」以外に、「唾液を分泌する」「言葉をはっきり話す」「呼吸をする」「表情を豊かにする」など、大事な役割があります。

食べることやコミュニケーションのための機能を維持することは、体を元気にするだけでなく、地域社会との交流の機会を増やし、心身共に豊かで充実した生活が送れるようになりますが、その働きが衰えてしまうと、ＱＯＬ（生活の質）が低下するとともに、十分な栄養が取りにくくなり、体力や免疫力低下につながり、高齢者にとって大きな問題となっている誤嚥性肺炎や認知症のリスクを高めてしまいます。

萩市では、介護予防が重視されたことを契機に、平成18年度から行政、歯科医師会、社会福祉協議会が連携して「いつまでもおいしく食べる」を目標に、「口腔ケア」に取り組んでいます。衰えてしまう「口腔機能」を維持・向上していくために、市民の皆さんが「かかりつけ歯科医」をもち、専門的な治療、清掃、アドバイスを受けるとともに、日常的な口腔ケアを行うなど、自身のお口の健康づくりに関心を高めていけるように、地域のサロンや老人クラブ等へ出前講座を行ったり、住民を対象とした歯あわせ健口の集いを開催して、口腔ケアや健口体操、歯あわせ健口遅口言葉（お口の体操）の普及啓発活動を行っています。

全身の健康の入り口である口と歯の大切さを認識し、年を重ねても自分らしくいきいき過ごすために、元気なお口づくりを始めましょう。

善意銀行
ありがとうございます

香典返し・玉串料返し・花料返し

寄付者の承認を得たもののみを掲載しています。
※平成27年12月１日～２月29日受付分（敬称略）

氏名	住所	備考	金額
萩			
山中　正喜	三見明石	母／松子	金一封
浅野　和繁	長山	父／哲夫	金一封
清水　秀男	倉江の３	父／五郎	100,000円
松尾　玲子	三見石丸	夫／宣夫	金一封
有田　浩	江向４区の２	父／千男	金一封
橋本　武子	椎原の１	義母／静子	金一封
松本　宏明	北古萩１区の１	父／善雄	金一封
白石　豊	土原１区の１	母／滿枝	金一封
奥川　太一	三見浦５	弟／芳昭	金一封
堀　満	大井港中	母／文子	金一封
三好　一敏	瓦町の１	父／敏夫	金一封
坂本　孝良	玉江浦２区の３	母／ミツ子	金一封
岡村　久夫	上野の１	母／ハル子	金一封
吉光　玲子	大島赤穂瀬前	父／傳藏	金一封
寺田　博志	玉江浦１区の１	母／阿女	金一封
冨田　好夫	松本市の２	母／花子	金一封
石飛　悦子	越ヶ浜６区の２	母／ナスエ	金一封
山本　隆司	目代	父／茂	金一封
荒木タミ子	無田ヶ原の１	義母／ヨシ子	金一封
塩屋　妙子	三見浦１	夫／隆昌	金一封
長岡　利憲	大島沖手	父／三枝	金一封
長岡　定	大島常村	父／兌年	金一封
本常　耕作	越ヶ浜１区の１	母／静江	金一封
花田　博史	無田ヶ原口の２	母／八重子	金一封
柴田　実	前小畑１区	父／尚	金一封
小野　貴子	大井港浜の２	夫／洋太郎	金一封
齋藤眞里枝	三見石丸	父／滿	金一封
小林　啓剛	鶴江２区の１	妻／廣子	金一封
引地　昇	見島１区	父／正勝	金一封
雑賀　浩繁	見島９区	父／健	金一封
中村　昌廣	三見浦１	義母／キヌ子	金一封
片岡　眞里	中ノ倉の３	母／三輪エミ子	金一封
山影シゲノ	香川津の１	姉／大田ヤスエ	金一封
桑原　真葵	上野の２	父／篠田芳昭	金一封
時山　元彰	玉江２区の２	母／和子	金一封
永安　英資	浜崎新町の２区	母／美代子	金一封
上田　実男	三見浦３	母／キヨ子	金一封
長岡　定	大島常村	母／ミツ子	金一封
中村　保政	大井羽賀	母／トシ子	金一封
好川　憲昭	大屋の２	妻／瞳	金一封
山田　憲一	玉江浦２区の３	父／勲	金一封
森田サチ子	三見浦４	夫／秀正	金一封
河村　輝夫	長山	姉／中村貞子	金一封
松村　郁子	無田ヶ原の２	夫／幸輔	金一封
渡辺新一郎	濁淵	妹／公子	金一封
佐伯　哲朗	上野の２	母／ミヤコ	金一封
大田　和夫	雑式町	父／徹雄	金一封
金子　公昭	城東北区の１	母／惇子	金一封
瀬畑　米子	見島６区	夫／貞道	金一封
水津　初枝	無田ヶ原口の２	母／タツ	金一封
金子　正博	河添の２	父／三郎	金一封
金子　哲也	中津江の１	母／ミヨ子	金一封
林　康年	雑式町	母／キミエ	金一封
濱村　幸彦	見島８区	母／為子	金一封
田中　康公	見島２区	母／勝代	金一封
吉賀千代子	河添の２	夫／正弘	金一封
中村　和正	玉江浦１区の３	母／シヅ子	金一封
川上			
今地千代枝	遠谷	夫／忠嗣	金一封
中村　傑	笹尾	父／昭	金一封
末益　英俊	三徳	父／俊二	金一封
田万川			
山本ヤス子	下中町	夫／巖	金一封
木原　豊	小川５区	姉／原田節子	金一封
大賀　美子	小川10区	夫／三男	金一封
鎌田　政康	要一	母／セイ子	金一封
中村　壽子	小川16区	母／満代	金一封
中嶋　春生	八幡	妻／節子	金一封
登城　真治	湊	父／義和	金一封
福冨　清行	船橋市高野台	兄／好太	金一封
有田　靖志	尾浦	父／正登	金一封
岩本　恭一	下中町	母／由美子	金一封
河村　照夫	小川10区	母／タルヨ	金一封
田中　誠	倉敷市中庄	母／ユキコ	金一封
むつみ			
堀田　幸子	下領	夫／農夫也	金一封
末成　孝行	野田	妻／正子	金一封
山本　保孝	野田	母／初子	金一封
蔵田　正子	後井	父／茂夫	金一封
長嶺　勝	花見	義母／寺山キミエ	50,000円
須佐			
村田　俊之	浜田市田町	父／忠一	100,000円
谷本　弘夫	水海	妻／孝子	金一封
髙村　伍成	弥富９区	母／怜子	金一封
山縣セツ子	松原	夫／満雄	金一封
橋本　光子	山根丁東	夫／郁夫	金一封
堀　俊彦	入江	父／三郎	金一封
中村　俊一	弥富４区	父／友一	金一封
村田　仁史	下三原下	父／武臣	金一封
旭			
大庭　忠夫	上横瀬	父／清次	金一封
佐久間三重子	佐々並市	夫／正明	金一封
野村　謙司	矢代	父／啓一	金一封

廣田　幸子	舞谷	母／春江	金一封
杉山　淳一	長小野	父／清忠	金一封

福　栄

大田　一彦	紫福長尾	父／一信	金一封
岡　芳隆	永井	母／富子	金一封
阿武　一美	江向３区の３	父／康延	金一封
柴田ミエ子	桜	母／都千代	金一封
三好　巖	黒川	母／亮子	金一封
中村　満	栗原	母／ハマ子	金一封
阿武　祥司	下莚野	祖母／富士子	金一封
藤原　幸江	蕪根	夫／正雄	金一封
井町荘太郎	畑	母／政花	金一封
三海　節子	鎌浦	夫／時夫	金一封
勝間田盛明	栗原	母／知恵子	金一封
阿武　智巳	西宗	母／トキコ	金一封
中村八千代	東宗	夫／昌夫	金一封

一般寄付

萩

氏名	住所	備考	金額
ガールスカウト山口県第18団	河添の１	社会福祉へ	10,000円
匿名		社会福祉へ	3,000円
匿名		社会福祉へ	30,000円
山口県立萩看護学校ボランティア部	堀内２区の3	社会福祉へ	30,290円
田中　龍雄	大島赤穂瀬先	見舞返し	金一封

川　上

岡村　正治	山田	交通遺児へ	金一封
木村イツ子	山田	見舞返し	金一封
阿武　賢治	笹尾	見舞返し	金一封

田万川

池田　清臣	小川14区	見舞返し	金一封

旭

ふれあいレストランさざなみ 代表 田上善治	成川	社会福祉へ	100,000円
有限会社アイフィット山口	山口市平井	社会福祉へ	10,000円
竹下　政数	パークタウン		金一封

（香典返し・一般寄付合計　122件　4,510,133円）

物品寄付

萩

氏名	住所	物品名
小田　陽子	江向１区の２	車いす、血圧計
山根美江子	城東南区の１	タオル　他
ティーエスアルフレッサ株式会社	濁淵	車いす３台

田万川

匿名		電動カー

旭

有限会社マルオ	蔵屋	JCB商品券

善意銀行は、地域福祉活動推進の貴重な財源となっています。どうかご協力ください。

お　知　ら　せ

ボランティア活動をサポートします

【ボランティア活動保険】

自発的な意思による無償のボランティア活動が対象です。ボランティア活動中や自宅からの往復途上の事故、熱中症による障害、地震などの天災によるケガや損害賠償責任を補償します。

●**補償期間**　加入手続き翌日～平成29年３月31日
●**掛　金**　基本タイプ　１名あたり300円より
　天災タイプ　１名あたり450円より

【ボランティア行事用保険】

地域福祉活動やボランティア行事において、参加者のケガや賠償責任を補償します。

●**掛　金**　１名あたり28円
　最低掛金560円より
●**問 合 せ**　萩市社会福祉協議会

チャイルドシート貸出の終了

本会では、チャイルドシートが老朽化し、安全性に不安がありましたので、貸出事業を平成28年３月31日をもって終了しました。

第６期 脳の健康「楽習会」開催

脳の健康「楽習会」は、認知症予防として簡単な読み書き、計算をしています。参加される方も、サポーターの方も、いつも笑顔が絶えません。今年度は、７月から開催します。

●**募集期間**　４月１日～５月31日
●**対 象 者**　介護保険の認定を受けていない方20名
●**学習期間**　７月６日～12月21日
　毎週水曜日　10時～12時
●**会　場**　萩市総合福祉センター
●**会　費**　月2,300円(テキスト代込み)
●**申込み先**　本所(tel 22-2289)

法と福祉のセミナー開催

地域福祉と法律相談センターをつなぐことを目的とし、「法と福祉のセミナー」を毎年開催しています。今年のテーマは、「生活困窮者への支援」です。生活困窮者自立支援法の解説と事例について、説明します。

●**日　時**　６月28日㈫　14時～16時
●**場　所**　サンライフ萩
●**入 場 料**　無料
●**主　催**　萩法律相談センター

地域の福祉活動 Report 地域密着

相手も安心、私たちも楽しい

はぎボランティアの会

この会は、福祉関係のボランティアとして昭和49年に発足しました。

はじめは、社会のお役に立ちたいとの一念で、視覚障害者の皆さんに点字、萩市報の録音と勉強を重ね、交流会を行い、要望を聞いたりして試行錯誤の連続でした。

老人施設の掃除、老人給食の配食、また献血の受付け、そして視覚障害者の方の外出、通院等のガイドヘルプと幅広い活動を行うために、平成元年に再結成して、本格的にボランティア団体として歩み始めました。

介護保険制度が始まり、資格の世の中へと変わり、専門的な活動はなくなりました。そこで、老人クラブや障害者のスポーツ大会の手伝い、24時間テレビと共同募金の募金活動、歳末助け合いの門松カードの作業など、いわゆる何でも屋のグループになりました。

住民参加型ボランティアや独居の方へお話し相手ボランティアもしたり、有志で銭太鼓の練習をして福祉施設へ慰問活動も行っています。

現在会員は20数名ですが、「生涯現役」「私たちにできることを」「相手も安心、私たちも楽しい一日であったと思うことを」モットーに仲間と共に続けていきたいと思います。

志のあるあなた。一緒にボランティアしませんか。

M・K記

問い合わせは萩市社会福祉協議会（0838－22－2289）へ。

発行　社会福祉法人　萩市社会福祉協議会　http://www.hagi-shakyo.or.jp/
〒758-0041 萩市江向356-3 TEL 0838-22-2289 FAX 0838-22-2026【本所】0838-22-2289【川上事務所】0838-54-2645【田万川事務所】08387-2-0277【むつみ事務所】08388-6-0237
【須佐事務所】08387-6-2204【旭事務所】0838-56-0856【福栄事務所】0838-52-0338