会報 ふれあい
第150号　平成24年7月1日
発行　せきがやふれあいの会

※電話相談・簡単修理は、月曜～土曜（午前）自治会館にお電話下さい（℡784－4447）。主に高齢者向けです。
※ふれあいの会の催しは、送迎可能ですので事前に自治会館にお申し込み下さい。

簡単修理事例

■ 庭木の剪定の後片付け

ご本人の甥が剪定した庭木の枝を適正な長さに切り紐で縛る、またはゴミ袋に収めることでゴミ出ししやすくしました。枝をまとめる際に高齢者の運搬を考慮し、適切な重さに収めるよう配慮しました。

■ ベランダの窓が閉まらない

窓がレールから外れていたので元に戻しました。網戸も外れていたのを戻しましたが、枠がグラグラしていたので、修理（業者依頼）が必要な旨伝えました。

■ 網戸の張替え

網戸を使う季節なので、張替えの依頼がきていますが、現在はニュートンカチが一枚 2500 円で張り替えてくれる（材料費込み、取りに来て、届けてくれる）ので、これをお薦めしています。ただし、作業日数が数日（3日～1 週間くらい）かかるのを予め考慮する必要があります。

なお、小さな穴が空いている程度なら、マジックテープ式の補修材料で修理可能です。（坂口）

第23回「ふれあいティータイム」　「健康寿命」について

厚生労働省は、介護が必要なく自立して元気に過ごせる期間を示す「健康寿命」を延ばす目標を「健康日本２１」に盛り込みました。2010 年の神奈川県の健康寿命は男性 70.90 歳（全国 12 位）、女性 74.36 歳（全国 13 位）となっています。わが国の平均寿命は戦後の食生活の改善などで飛躍的に延び、いまや世界有数の長寿国になりましたが、生活習慣病や認知症になるお年寄りの増加が深刻な問題になっています。今回は西金沢地域ケアプラザの看護師さんに健康寿命を延ばすポイントをお話していただきます。

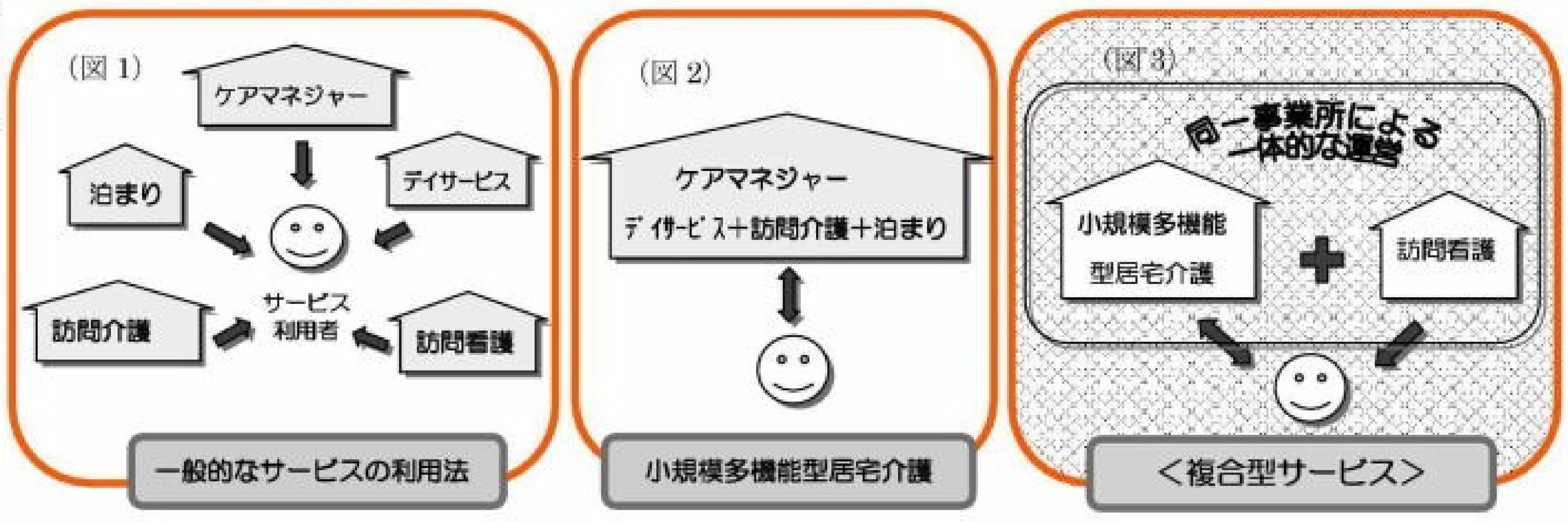
日時：7 月 24 日（火）　13:30～
場所：自治会館１階　会議室
講師：西金沢地域ケアプラザ　吉村氏

「ふれあいティータイム(映画　天井桟敷の人々)を見て」

今回の映画は前評判Ｂと思っていたら、会場は大入りで満足度Ａだ。映画は 1945 年フランスの作品。その頃は第二次世界大戦の影響で大変なのに、こんなおしゃれな映画が作れたものだと感心してしまう。監督は、マルセル・カルネ、モノクロで３時間を超す大作だ。舞台は 19 世紀パリ、芝居小屋が立ち並ぶ犯罪大通り。売れないパントマイム役者やストリップの芸人や俳優たちの織り成す恋の物語だ。大作映画「ベン・ハー」や「戦場にかける橋」などと並ぶ名作。最後までお尻の痛みを忘れ得たのは、映画の面白さの故だろう。　山崎

新しい介護保険サービスについて　<複合型サービス>

一般に複数のサービスを利用する時は、別々の事業所（施設）のサービスを組み合わせて利用します（図１）。『小規模多機能型居宅介護』は、通い・訪問・泊まりの３つのサービスが一つの事業所（施設）で行われます（図２）。ケアマネジャーもその事業所の職員です。『複合型サービス』は、そこに更に 訪問看護 も組み合わされた新しいサービスです（図３）。訪問看護ステーションは小規模多機能と別施設になることもありますが、運営する事業所は同じなので、サービスの組み合わせに融通がつけやすく便利です。利用料金は、介護認定の結果により違います。（西金沢地域ケアプラザ　吉村）



※訪問看護（看護師など医療行為ができる方）　※訪問介護（ヘルパーさん）

紅花会　第6回紅花会（認知症の人と家族の会）の集い

平成２４年４月に介護保険制度が改正されて、各種サービスの利用者負担額が変わりました。又新しいサービスが創設されて、国は重度の人でも在宅で暮らせるように、日中・夜間を通して随時対応を行う訪問介護・看護サービスなどの計画を進めて行くようです。金沢区はまだ対応出来る事業所は少ないようですが、訪問医療をして下さるお医者さんも共に増えて、両者が密に連携して見守って下さると、本人・家族にとって大変心強く助かると思います。

第６回紅花会の集いを下記の要領で開催いたします。（中山）

日時 ： 7 月 27 日 （金） 13:00～15:00
会場 ： 西金沢地域ケアプラザ（ボランティアルーム）　　直接会場にお越し下さい。

ちびっ子の皆さんお元気ですか？　今年も本格的な夏がやってきました。夏休み等で、色々なお出かけのプランをお持ちだと存じます。「ちびっ子集まれ！」にもその半日だけ割いていただき、是非皆さんの元気なお顔を拝見させてください。一人でも多くのちびっ子の皆さんが参加されますよう スタッフ一同お待ちしております。（深見）

日時:7 月 27 日（金）10:00～11:30　　場所:自治会館　1階 （℡784－4447）

円海山歩く会

7月の計画　集合場所:奥座公園　出発時間:午後3時 （雨天中止）

☆7 月 9 日（月）ゆっくり比較的近いコースを歩きます。　　約 1 時間半
奥座～関谷奥見晴台～自然観察センター◎～アキアカネの丘～ミズキの谷～奥座

☆7 月 26 日（木）緑地内のハイキングコースを楽しみます。　約 2 時間半
奥座～動物園裏口～おおやと休憩所◎～（ビートルズトレイル）～関谷奥見晴台～奥座　◎トイレ　　　野呂

緑道さんぽ

漢点字ボランティア（アンの会）

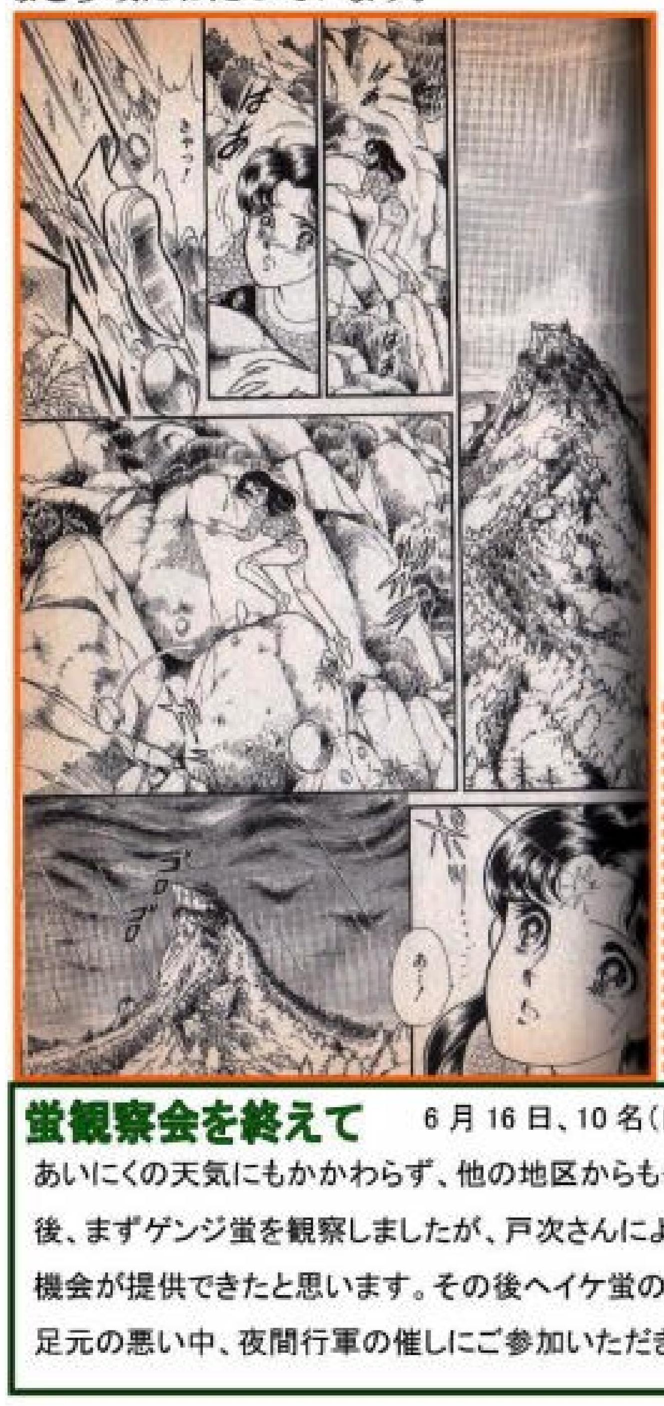
視覚障害者が使う点字は、漢字を仮名に変え、点で表現したものです。盲学校ではこの仮名点字を教えています。しかし、例えば、「きしゃの　きしゃが　きしゃした」という仮名だけの文で理解できますか？　元の文章は「貴社の記者が帰社した」です。仮名点字では日本語の文章の正しい意味を理解する事が出来ないと感じた一人の盲学校教師が漢点字を考案し漢字交じり文の点字ができました。

漢点字は、漢字を偏と旁に分解し点字化したものです。しかしすべての漢字が点字化されていないので、点訳者がその都度、漢字を分解し数式を使って説明を加え点訳しています。

点訳は漢字交じり文をパソコンに入力する作業ですが、視覚障害者はこれをピンディスプレイという文字を点字に変換するパソコンソフトを使い読んでいます。

私が主宰している「アンの会」は、一人の障害者からの『赤毛のアン』１０巻を読みたいという要望に応えるため設立したものです。

「アンの会」が今までに依頼を受けたものは、読み物は勿論、辞典・鍼灸参考書・古典や漢詩のラジオ講座テキスト・教科書・料理本・パソコンやレンジなど機器の取り扱い説明書、さらには崎陽軒のお弁当メニューなど多岐にわたっています。



点訳で大変な事は、私たちが一目瞭然に理解できる事を文字にしなければならないことです。特に系図、地図などは最も難しい作業です。

これらの点訳作業の中で印象的だったのは、女子中学生からの『ガラスの仮面』という漫画の依頼でした。漫画をどうやって文字にするのか？　散々悩んだ末、漫画の１コマ１コマをドラマの台本のように文章にしました。登場人物のセリフは「 」、気持ちは（ ）、動きは［ ］などカッコで囲んで表し、２３巻を完成することができました。

現在も毎日、朝日新聞の天声人語を点訳していますが、これからも視覚障害者の読書のお手伝いが出来ればとの思いで日々頑張っています。　船田

『ガラスの仮面』２２巻の一部で漫画の点訳したもの

［マヤ、切立った岩ばかりの山を頂上めざし登る］
マヤ　「はあ　はあはあ」ズル「きゃっ！」［足をすべらす］
ガラガラ［足場の石が落ちる］
ポツ…「あ…！」［雨が降り始め］ゴロゴロ

蛍観察会を終えて

6 月 16 日、10 名（内、子ども 1 名）の方とともに自然観察の森に蛍観察に出かけました。あいにくの天気にもかかわらず、他の地区からも子ども連れで多数が観察に訪れていました。レインジャーの方の紙芝居を見た後、まずゲンジ蛍を観察しましたが、戸次さんによると今年は沢山飛んでいるとの事で、悪天候の中来ていただいた方には良い機会が提供できたと思います。その後ヘイケ蛍の谷でも蛍観察ができ、南丸公園に戻ったのは 8 時 30 分を過ぎていました。足元の悪い中、夜間行軍の催しにご参加いただきありがとうございました。（野々山）

緑道さんぽ

岩手県ボランティアに参加して

土台だけが残る広範な被災地を見て、「見にきてよかった」ただそう思った。たった、2 日間だが、その土地に足を運んで感じることは横浜にいては感じられない。一日目は屋内の瓦礫撤去、2 日目は草取りと積み上げられたヘドロの撤去、大いに体力が必要な作業だった。腐臭のするヘドロを 20 余名のボランティアで片付けることができ、現地の方の「ボランティアの方の姿を見るだけで元気付けられる」という言葉に嬉しくなり、快い達成感に疲れも吹き飛んだ。

今は力仕事だけでなく、被災者のコミュニティづくりを支援する活動も行っている。今回も土俵つくりや花壇の植え付けの募集があった。中高年ばかりでなく、20―30 代の青年も日本全国から来ている。釜石の人口は半分に減った。もともと過疎だったところに若者は殆どいない。既に今年 3 回目のボランティア参加となる小澤氏の話では交通の不便な仮設住宅に閉じ込められた高齢者の生活支援ボランティアのニーズは奥地に行くほど切実だという。今回参加した方達の多くは日常的にボランティアを実践し、ボランティアが生活の一部になっている。ボランティア活動に必要なのは雄弁ではなく、体が先に動く能力であることを目の当たりにした。

遠野は、震災直後から、岩手県の救援活動拠点になった。「遠野まごころネット」は、全国からボランティアを受け入れ、被災地のニーズとのマッチングを行い、陸前高田・釜石・大槌に送りだしている。映画「ホーム」のロケ地になった遠野ふるさと村、座敷わらしの住む曲り家での宿泊もわくわくする体験だった。自家製どぶろくは芳香豊かな一品だった。美人管理人さんのもてなしも再度、足を運びたくなるだろう。

わずかなお金を落とし、地元の人と少しだけ話をし、被災地にちょっと寄り添っただけだが、善意を形に表すことは、大切なことだと感じた。善意と感謝する気持ちが希薄になればコミュニティは崩れ始める。合理性と効率が支配する現代は人間として当たり前の気持ちが人々の心から抜け落ち、弱者が切り捨てられていく。人々の善意と感謝の気持ちが出会うところにボランティアがある。自分の心に芽生えたささやかな善意を形にしていくこと以外にできることはないと改めて感じた。

宿泊地　遠野ふるさと村

そして、支援の中で「心が喜ぶ働き方」を見つけ、事業家・漁師として被災地に移住する青年が少なからず存在することを知って、その芽が大きく育って欲しいと願わずにはいられなかった。　坂口

同郷の集い

４月２２日、イギリスにゆかりの方集まりませんか、の呼びかけに１４名が集まりました。イギリス滞在経験は、１週間から７年までと多彩でした。

転勤で長期滞在した方はもちろんのこと、イギリス文学がお好きな方、お父さんの転勤で少女？だった頃滞在した方、これから大学の寮に入って数週間過ごしてみたいという、元少女の方まで多彩な顔ぶれでした。呼びかけ人の宮本夫人の入れてくださる English　Tea と本場のクッキーをいただきながら、和やかな時間を持つことが出来ました。（ふれあいの会、野々山）