

第 226号

発行日：2018年7月1日
発行人：神立秀明
〒950-2172 新潟市西区内野上新町11810番地3
TEL 代表(025)264-5000
FAX(025)261-4430
在宅ケアセンターゆうばえ内



夕映えの会

住民の声

地域でささえあう

みんな違って、みんないい

あなたも、私も、命の体現者

人権を学びながらの日々



新潟県
人権擁護委員協議会
人権擁護委員
丸山淳子
(五十嵐中島)

人権に関する相談・救済・啓発が人権擁護委員の仕事です。身分は法務大臣から委嘱された民間ボランティアです。私は子育てが終わり、ホームヘルプの仕事をしていました。ボランティア活動をしていた。昨年、西コミ協の方から「やってみませんか？」とお誘いを受け、昨年10月から活動しています。

人権擁護委員制度は憲法制定後までもなく、昭和23年に憲法の中核をなす基本的人権の保障を全うするためにスタートしました。そのお手伝いをするのが全国で1万4千人といわれている人権擁護委員です。各行政区ごとに人員が決められており、西区では7人です。私たちの活動は、

面談、あるいは電話での相談を受けることから始まります。まず、相談者の気持ちをよく聴くこと。もちろん秘密厳守ですので、安心して話していただくことができます。内容によって関係機関を紹介したり、あきらかに人権侵害と認められる場合は、人権侵犯事件として法務局と協力して調査にあたります。

さて、子どもをめぐる悲惨な事件が跡を絶たず、多くの皆さんが心を痛められていると思います。親による虐待、子ども間のいじめ、子どもを狙った犯罪など、子どもの命に直接かかわるような重大な人権侵害には憤りすら覚えます。

子どもは弱くて、他者に訴える術がないのが一般的です。そのため事態がいつそう深刻化する場合があります。私たちは、誰にも相談できず、電話でも相談しにくい子どもたちのために「子どもの人権 SOS ミニレター」の取り組みを行っています。全国の小中学生に配布し、困っていることを書いてもらい、読んで人権擁護委員が返信を書くという取り組みです。守秘義務がありますので、具体的な中身はお話しできませんが、子どもたちが、小さな胸を痛め、生きる意欲を消失してしまうほど悩んでいる気持ちを思う時、私はけなげな子どもたちを本当に愛おしく思います。と同時に、病んだ社会に怒りを覚えます。

人権侵害は子どもたちばかりでなく、若い世代のデートDV、パートナーからの暴力、インターネットの悪用による人権侵害など多種多様です。何故なんだろう、どうしてこんなことが起きてしまうのだろうと思うことがたびたびです。

「人権」って何だろうと思います。「自分らしく自由に生きる権利」ということでしょうか。でもそれは、同時に周りの人も「自分らしく生きる権利を持つている」と認めることでもあります。「人権擁護委員」として活動することは、「人権とはなにか」を考える貴重な機会となりました。

私はこういう時代だからこそ、人と人がつながりあわなければならなさと感じています。小学校で「読み聞かせ(朗読)」のボランティアを始めたのも、子どもたちとのつながりを持ちたかったからです。

「広通江の茶の間」での活動も地域のなかで人のつながりを広げたいから。小学校の子どもたち、茶の間に来てくださる皆さんからパワーをいただく日々です。笑いヨガと合わせ、私の目下の健康の秘訣です。(笑)



認知症の人と家族の会 見学会 6月9日 (土)

利用者様がおひとりお一人輝いていますね!



ハイタッチで生徒をお見送り

「認知症の人と家族の会新潟県支部下越エリア」の施設見学会をデイサービスセンターゆうばえ、シヨートステイゆうばえの里、小規模多機能ゆうばえの家で行いました。

公益社団法人「認知症の人と家族の会」は1980年に結成し、現在では全国47都道府県に支部があります。「認知症があっても安心して暮らせる社会」をめざして、つどい、会報、電話相談等の認知症の人と家族を支援する活動や認知症の理解を広める啓蒙活動に取り組んでいる団体です。施設見学会では、心も身体も元気になっていただく取り組みとして、①配膳、下膳、ドライヤーがけ、飲み物の用意など自身でできる事は自身で

やっていたり、自立への支援」。

②個別、小集団のリハビリ、リハビリの意欲向上のためのポイント制、廊下での60m散歩など「運動」。

③選択制のメニューでのフェルト等趣味活動、やきとり等の調理メニュー、小学生の見送り等「活動」。

「ゆうえい会の「自立への支援」の特徴を中心に紹介しました。

17名の参加者から「非常に良かった」「知り合いに紹介したい」等嬉しい声がたくさん聞かれました。見学会の後のつどいでは、ゆうえい会の次の目標として「地域に出て行く、地域と繋がる」ということについて話をさせていただきました。施設は小学校の隣にあります。私たちが今できる事として今月より下校時利用者で見守り活動をしています。今後は小学生が遊びに来てくれる施設を目指しています。施設のなかで利用者と子どもが交流するような地域にひらかれた、信頼される施設をめざして、今後も活動していきたいと思えます。

(鷲尾圭彦記)

「健やガシニア」してきます!

第52回

ゆうばえのデイに来るのが私の楽しみ
「羽生結弦本」揃えて大ファンよ!

佐藤 正子 (大学南)



主人は大正9年に北海道で生まれ、私は大正13年に味方寄りの白根で生まれました。主人の生家は北海道で呉服商を営んでいましたが、その後は傾き、新潟の村上で育つたと聞きました。北海道に居れば出会うはずのない呉服屋の若旦那さん。誠に、縁は異なるもの味なものです。

先の戦争では、主人はたくさんの同胞とともにシベリヤ抑留の辛酸をなめました。シベリヤ抑留生活の苦労は何度も聞かされました。極寒の地で命を落とした人もたくさんいた中で、よくぞ生き抜いてくれたと思います。

呉服商の若旦那さんにならなかった主人は、鉄道で身を立てました。真面目一方の人で、最後は弥彦駅長として退官しました。

主人は大変多趣味で、書道や変わったところでは押し花作りなどもやっていました。温厚な人で怒り声などはないです。

聞いたことがありませんでした。この人と一緒に生きて良かったと、心から思いました。

ゆうばえのデイサービスには5年ほど通っています。実はここにたどり着くまでは、数か所見学やら体験利用を致しました。主人が亡くなってからのことでも、どうしても馴染めませんでした。ゆうばえでは、私がやりたいこと、やりたくないことを職員の皆さんが良く聞いてくれて、お友達もできました。

主人が亡くなって七回忌の法要を迎えます。一緒にいてくれたらと思う時もありますが、それは詮ない事。

健康の秘訣ですか? くよくよしなめで楽しく生きることと規則正しい生活でしょうか。いつも朝6時に起床、食事は決まった時間にとるようにしています。私の目下の楽しみは就寝前に懐メロを聞くことと、羽生君の本を読むこと。男らしくて可愛いわね(笑)。天からいただいた命、一日一日を慈しんで生きています。



☆連載☆
支え合って
地域スクスク

支え合いのしくみづくり推進員
包括支援センター赤塚 和久井 久光

第3回 『西内野食堂』

「食」を通じた世代間の交流が芽吹いています

今回は、『西内野食堂』をご紹介します。昨年12月に第1回が開催されました。西コミュニティセンターの和室にて概ね2カ月に1回開催されます。参加費は大人300円・小学生200円・幼児無料で予約不要です。

私は6月9日(土)の第4回開催日に初めて参加いたしました。毎回150人分の食事が用意されています。献立、調理、会場設営、接客、遊びのスペース見守りなど全てボランティアさんによって運営されています。また、食材は複数の団体からの寄付や地域住民からの差し入れでまかなわれています。

献立は管理栄養士の資格を持つボランティアさんが立てています。開催日の前々日から食材を集め、その内容をみて前日まで献立作成を仕事・家事の合間に行っているそうです。高齢者は肉料理



を敬遠する傾向があるので、主菜には肉を多く使用するようにしている等、工夫点を教えていただきました。

淡々とお話されていましたが、専門職としてのプロ意識を垣間見る思いをし、その技量を地域活動に活かしておられることに感銘を受けました。

調理場では、ベテラン主婦の皆さんが腕によりをかけて、楽しそうにイキイキと調理されていました。左下の写真は当日のカレーと選べる副菜3品です。私もたいへんおいしく戴きました。

また、子どもたちが遊べるお部屋の用意もあり、初対面の年の違う子どもたちが一緒に遊んでいました。年長の子が、年少の子の面倒を見る場面も見られました。ボランティアさんが子どもたちにブーメラン遊びを教えている姿も微笑ましかったです。2歳と4歳のお子さん連れのお母さんは「おいしかった。そして、安くてありがたい。家にお年寄りがいないので、一緒に食べれてよかった。」と話されており、世代間交流の場にもなっていることがわかり、嬉しくなりました。多くの方に、この体験をしてほしいと感じました。

今回で私の連載は終了となります。今後も、何らかの形で地域の皆様の素晴らしい活動をご紹介していきたいと思います。短い期間でしたが、お読みいただきありがとうございました。



- 〈作り方〉
- ①山芋の皮を剥いてすりおろし、明太子は真ん中に切り込みを入れてスプーンで中身を出す。
 - ②枝豆を鞘から出して山芋と明太子と混ぜる。
 - ③片栗粉を②に入れて混ぜる。
 - ④鍋に油を熱したらスプーンで丸めて揚げる。
 - ⑤ひっくり返して、両面の表面が固まってきたね色になったら完成。

- 〈2人分〉
- ・山芋 200g
 - ・明太子 2腹
 - ・枝豆 (鞘付きで) 一握ほど
 - ・片栗粉 大さじ3
 - ・サラダ油 適量



「枝豆と山芋のふわふわ揚げ」
枝豆のタンパク質に含まれるメチオニンは細胞の老化抑制や免疫力を高める効果があります。さらに肝硬変や動脈硬化などの発症リスクを低下させることもメチオニンの重要な効果のひとつです。旬の枝豆はメチオニンたっぷりの健康食材です。



ゆうえい会
管理栄養士
大屋 綾佳

大屋さんの
ご飯ですよ〜!

2018 **7** 事業所からの お知らせ

◆デイサービス

●白倉様のフェルト講習は毎週木曜日と土曜日です。

■民話朗読 あねさの会
と き 7月19日(木)

◆小規模多機能・ゆうばえの家

●3分間癒しタイム始めました。利用者様が選ぶ活動メニュー。七夕飾り
と き 7月2日(月) 8日(日)

■クレープ移動販売

と き 7月27日(金)
●お茶の間 だら焼きつくり
と き 7月24日(火)

◆ショートステイゆうばえの里

●歩行訓練、実施しています。
■スターバックスコピー
と き 7月10日(火)

■民話 栗っ子とんと

と き 7月30日(月)
●お出かけツアー 予定

◆ケアハウスゆうばえの里

●入居者様の一日の始まりは看護師とのラジオ体操で。

■衣料品移動販売

と き 7月5日(木)
●出前ラーメンの日
と き 7月6日(金)

■越ひかり歌謡ショー

と き 7月26日(木)
●お菓子づくり 予定

地域の皆さまのご来所をお待ちしています。ご一緒に楽しみましょう。

大募集!

西内野盆踊り大会
ゆうばえの会

と き 7月28日(土)
19時

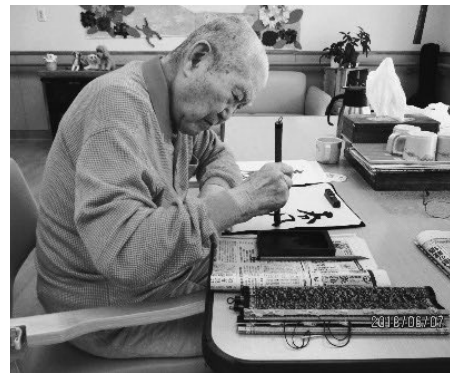
ところ 平和台大通

お申込み 佐々木

☎ 263-3890



気をつけてお帰り!
おばあちゃん、元気でね!



一意専心にして虚心坦懐

職員募集

介護職員(常勤・非常勤)

・ショートステイ

「ゆうばえの里」

常勤:夜勤のできる方

非常勤:日中の介護と送迎

お問い合わせ

TEL 264-5000

吉田までお気軽にお問い合わせ下さい。

ゆうばえ歌壇

陽春のバラのガーデン花ざかり
妍を競って色さまざまに

やすらぎは
デイサービスのカラオケで
王将謳う夫の歌声

食卓をかざりし白いバラの花
ハラハラと散る音も立てずに

今月の投稿者

五十嵐中島三丁目

茜峯様

連絡先一覧

ゆうえい会配食部

☎ 070-4453-5228

(担当:小島明日枝)

夕映えの会生活支援

☎ 070-4314-3980

(担当:神立秀明)



ご寄付お願いします

・古いタオル・シーツ

デイサービス
ショートステイ

ご寄付ありがとうございました。引き続きご寄付お願いします。

編集後記

山田洋二監督の「妻よ薔薇のように家族はつらいよⅢ」を観ました。空き巣泥棒が冷蔵庫に隠しておいた妻のへそくりを盗んでいったことを発端に妻が家出する。姑が一念奮起、家事を請け負うと宣言したもののぎっくり腰。飲み屋のママに家政婦を頼むと、舅の火の始末がもとでボヤ騒ぎ。何とも主婦不在の家は心もとなく、家庭崩壊前夜を思わせませす。編集者も4カ月ほど妻の入院で四苦八苦しただけに、映画の人模様が身につまされました。どこにでもある日本の家庭の様子が、サビの効いた喜劇になるものだと感じました。(M記)