

発行責任者：富士根南地区社会福祉協議会



根南福祉だより

36号

(広報部)

地区社協推進委員の役割について再確認 推進委員研修会

推進委員研修会が8月28日、根南公民館において開催されました。推進委員62名アドバイザー6名の68名が参加し、推進委員の役割や、今、推進委員としてできることは何かなどについて研修し、スキルアップを図りました。

講話1では、地区社協における推進委員の役割について、市社協の橋村氏から、講話2では、住み慣れた地域で元気にいきいきと暮らすために、富士根南地区の健康面での現状と課題について、市健康増進課の林田さんから

ら講義を受けました。その後、高齢になってから富士根南地区に引越してきた女性の生活実態の事例から推進委員や地区社協、地域としてどのようなことができるのかグループに分かれて討議を行ないました。皆さん自分のことのように捉え、真剣に考え、良い意見が続出しました。討議結果の発表を聞きながら、推進委員としての役割を再確認できた研修会でした。



アンケートより

高齢男性、一人暮らしの方に推進委員として、どのような支援をしたらよいか考えてしまいました。

去年は初めてだったのでよく分からなかった点もありましたが、一年の経験を経て少し前へ進めました。やってみなければ分からないものです。

福祉はすぐに良くならないが、時間をかける、人との繋がりも大事にする。何かの集まりに出席すれば何か1つでも得ることができることを痛感しました。

困りごと解決の仕組みについて 視察研修

7月24日、地区社協として初めての視察研修に磐田市の福田地区社協へ福祉委員、事業部員等、21名で行ってきました。

福田地区社協では日常生活の「ちょっとした困りごと」を住民の支えにより解決しようと「ふくでせいかつ応援倶楽部」を組織し、困りごとに対応しています。1時間500円の有料サービスですが、人気1位は衣類の洗濯・整理、次に掃除・片付け、草取り・草刈りの順に利用が多いとの事です。

根南地区社協でも こうした困りごとにより悩む人を支えられる体制ができれば、地域の信頼度が上がり、いつまでも安心して暮らし続けることのできる地域となります。

研修の様子



全員で記念撮影



三世代交流ふれあいまつり

三世代交流部長 村松眞由美

11月27日、朝起きると昨晚からの雨がまだ降り続いていました。昨年の「ふれあいまつり」は台風のために中止となり今年も天気を気にしていましたが、台風でないだけよしと思うことにしました。

雨のためか開会式の時間が近づいてきても参加者の出足が鈍く、心配していたけれど根南小の児童が集まるにつれて保護者が次々と集まってきました。校長先生や教頭先生も来ていただきとてもありがたい事だと思いました。

ステージ発表では、根南小4年生の元気いっぱいな歌と花笠踊り、根南中伝統文化部の現代曲を

平成30年度の三世代交流ふれあいまつりが10月27日、富士根南中体育館で開催され、654人もの皆さんが参加され、世代間のふれあいを楽しみました。

アレンジした箏の演奏、吹奏楽部の素晴らしい演奏、子供たちのパワーあふれる発表は感動しきりでした。根南女連の皆さん自作の紙芝居では山宮浅間神社の歴史を学びました。

ふれあい交流では健康チェック、軽スポーツ、茶道コーナー、バルーンアート、健康・福祉相談コーナーどれも盛況で一安心しました。

昨年開催していないだけにいろんな不安がありましたが、みなさんの協力を得て「ふれあいまつり」ができたことに感謝します。ありがとうございました。



根南中学生会による司会



根南小児童花笠踊り



根南中箏の演奏



健康チェックコーナー



軽スポーツコーナー



大岩明倫保育園園児の絵の展示



バルーンアートコーナー



茶道コーナー



根南中吹奏楽の演奏

最高の時間でした。この行事は私たち夫婦は初めて参加しました。長男の子どもが根南中学校に入学したからです。とてもありがたいです。これからも長くお願いします。(70代女性)

これから高齢化社会になっていくので、三世代の交流が少なくなると思うので、年に数回あると楽しみになります。

(40代女性)

アンケートより

子どもを巻き込んだ行事は両親や祖父母等と一緒に参加できるので良いと思います。施設の人たちを招待するなどして、とても良いと思います。(60代女性)

同じ地区、地域で暮らす仲間として、助け合える人づくりに大変ではありますが、引き続き頑張っていたきたい。(60代男性)

平成30年度福祉講演会

参加者121名

身近な医療と地域のつながりを学ぶ！ 研修部長 高橋朝子

平成30年度の福祉講演会は、「いつまでも自分の家で過ごすには」～地域におけるかかりつけ医としての役割～をテーマに9月22日(土)13:00～15:00富士根南中体育館1階で開催しました。講師は富士宮中央クリニック院長の瀧本晃司先生に講演依頼致しましたら、快く受けてくださいました。

関心の深い医療の話で身近に感ずることばかりでした。いつまでも自分の家で過ごすには、

地域での福祉のつながりの大切さやかかりつけ医があるといいですね。そして年に一度の定期健診を受けていろいろと相談することも大事ですと話されました。

講演を終わって皆様からとても分かりやすい話でよかったと言葉を頂きました。

ふれあい、支え合い、学びあい、とても大切です。ご協力いただいた方々に感謝申し上げます。



散歩して、体重を減らそうと気持ちはあっても、実行に移らない。先生の話の中で、週1～3回続けるだけで良いこと。屋外での運動を考えていたが、部屋の中でもできること。本当にやる気が出ました。楽に続けるぞ。
【60代男性】

参加者の声

瀧本先生の専門的な立場から丁寧な説明と聞く姿勢のある先生は患者の幸せにつながります。
【60代男性】

実例を挙げながらのお話しはとてもわかりやすい。内容が身近にある話題で、身にしみて聞くことができました。【60代女性】

転ばず、寝込まずを目標に暮らしたいと思う。運動が大切だと知り、これからは頑張ります。【70代女性】

年に一度は健診を受けましょう



瀧本先生資料より



定期健診

- ・「健康だから病院なんかにかかったことがない」は本人が言っているだけ
- ・脳梗塞、脳出血、大動脈解離などは発症する直前まで全く症状なし
- ・糖尿病は10年放置してから症状が出現する(悪くても10年は症状が出ない)
- ・早期発見早期対応で10年後の大病は予防できる(今は残念ながらピンピンコロリは少ないです)

運動運動と言っていますが・・・

- ・有酸素運動が効果的
- ・息が切れない程度、できれば15分以上
- ・歩くだけが運動ではない
- ・「陽気が良くなったら歩く」と言って上手にできている人をほとんど見たことがない
- ・毎日行おうとすると3日で終わってしまう
- ・屋内でいいので、週1～3回程度から始める
- ・上手にできれば体重が減るはず

富士根南地区福祉の課題



1. 富士根南地区の特徴は？

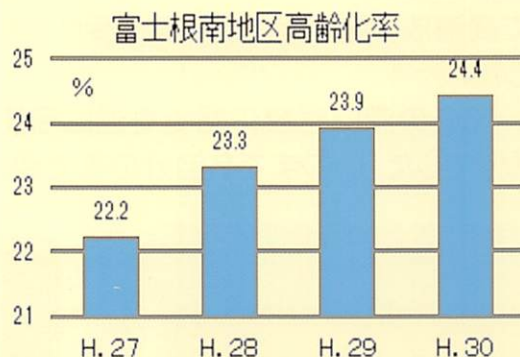
富士宮市内14地区社協の中で

- ・最も人口が多い。 ・最も世帯数が多い。 ・最も出生数が多い。 ・2番目に高齢化率が低い。

これを見る限り、本地区は福祉の面でそれほど深刻な課題はないように見えますが、一概にそう楽観視できません。やはり本地区も他地区が抱える課題を持っているのです。

2. 富士根南地区各エリアの実情

- ① 小泉エリア：転入者が多く、自治会への未加入世帯が増加している。
- ② 杉田エリア：高齢化率が高く、単身高齢者・高齢者のみの世帯が増加している。
- ③ 大岩エリア：子育て世代が多く、若年層の核家族化が進んでいる。



3. 富士根南地区全体における福祉の課題



① 高齢独居者の増加

高齢化率は他地区に比べ低いとはいえ、平成27年～平成30年を見ただけでも2.2%増加しています。しかも平成29年度の意識調査の結果から、見守り対象者の家族構成に関して、一人暮らし・夫婦のみの世帯が全体の5割を占めているという事実から、今後高齢独居者の増加が懸念されます。

② 自治会未加入者の増加

いろいろな理由があるとは思いますが、自治会加入率が年々下がっていることに危惧を感じます。これは当然のことながら、自治会未加入者の増加を意味します。

③ 孤立死

見守り対象者のうち、一人暮らし・夫婦のみの世帯が全体の5割を占めていること、自治体未加入者が増加していることから、住民どうしのつながりが希薄化しつつあるように思われます。このことから今後本地区でも孤立死が懸念されます。

④ 子育て中の母親の孤立化

子育て対象となる0～14才までの人口比率が、他地区より比較的大きいこと、若年層の核家族化が進んでいること、自治会未加入者の増加の事実から、子育て中の母親の孤立化が懸念されます。



4. 富士根南地区社協の役割



こうなるとそれぞれが抱える課題を共有する場や、その課題を解決する活動を行う組織が必要不可欠となってきます。その場が富士根南地区社協なのです。この地域には「子育てサロン」や「寄り合い処」「見守り活動」などがあり、いろいろな活動をしていますので、気軽に参加してみたいかがでしょうか。