



# 特集 地域で支える、長寿社会 ～それぞれの現場から～



日常生活の中で  
できないところを補うことで  
自立する心を養う。



ホームヘルプサービス事業

「Wさん、お部屋の空気を入れ換えますね」。お身体が不自由なために、自分で窓を開けられないWさんにやさしく声をかけながら、ホームヘルパーの吉村れい子さんはまず、ベランダ側のドアを開け、新鮮な空気を部屋に入れました。

ホームヘルパーの仕事は、身体の不自由な方が心身ともに豊かに快適に暮らすために、本人にできない日常生活動作を補うこと（A.D.L.）にあります。求められるものが人それぞれに違うため、それをいち早くキャッチすることが大切だとか。

現在、城東区内で活動するホームヘルパーさんは43人。高齢者や身体障害者の方々、約200人の日常生活の援助を行っています。個人のプライバシーにふれる仕事だからこそ、要援護者との信頼関係が重要。「相手を尊重し、全てを受け入れれば、自然とこちらも受け入れていただけます」。外出できなかった人が出かけられるようになるなど、その方なりの進歩があった時が一番嬉しいと、皆さん口を揃えて話していました。

「私たちの仕事をよく家政婦さん代わりに勘違いされることが多いのですが、もっと正しく理解していただきたいと考えています。時にはあえて用事を残して帰ったり、簡単な家事をお手伝いいただくことで、その方なりの自立心を養うことが大切なんです」。

日常の業務についてチームで報告会を行い、課題や悩みを一人ひとりで抱え込まないよう、先輩のヘルパーさんが若い方の相談に乗ることも。こうしたヘルパーさんたちのストレス解消の一つが、仲間で開催するバーベキュー大会や花見の宴を開くこと。「私たち自身の心も身体も健康でなくっちゃね（笑）」とお話いただきました。



音楽を通して、  
おとしよりの心と  
心のコミュニケーション

音楽ボランティアグループ<もくれん>は、歌を歌ったり、音楽に合わせて身体を動かしたり、また鳴子や鈴といった簡単な楽器を演奏することで高齢者の方々とコミュニケーションを図ろうと活動するボランティアグループです。ももとは大阪市の音楽ボランティアグループ<くびき>で研修を受けた方々が自分たちの住む城東区での活動をめざして結成したもので、その後、ビューローの登録ボランティアもメンバーに加わりました。大阪市音楽ボランティア<たまゆら>を主催する原谷千穂さんのご指導のもと、老人保健施設「幸成園」をはじめ、老人福祉センター、特別養護老人ホーム「城東園」などを拠点に活動されています。

2か月に1回訪れる「幸成園」では、参加希望者が多いために順番待ちされるおとしよりの方もいて、「今度は私の番だからね」と早くからボランティアグループの来訪を心待ちにされていました。「里の秋」や「浜千鳥」といった懐かしい歌をみんなで歌ったり、音楽に合わせて手の指を開いたり閉じたり。血液のめぐりをよくする一種のリハビリですが、ご本人たちは子どものように目を輝かせて楽しまれていました。ボランティアさんはそれぞれおとしよりの間に入り、一人ひとりに語りかけるようにリードしています。「身体や脳の機能が十分に動かなくなるおとしよりに、音楽という刺激はとても大切」と原谷さん。ゲームや雰囲気に合わせて、懐メロばかりでなく、クラシックも取り入れるなど随所に工夫されています。城東区のボランティアさんたちも、こうしたさまざまな手法を原谷さんから学ぼうと真剣。ボランティアを始められたきっかけは、ご自分のお母さまが亡くなる前に周囲の方に親切にされたからとか、ボランティアに参加することで自らの言語障害を克服したそのお返しにとそれぞれですが、口を揃えられたのは「参加された方に涙を浮かべて『また、来てね』『楽しかったよ』と別れを惜しまれると、本当に嬉しい」ということ。輝くような笑顔が印象的なみなさんでした。



音楽ボランティアグループ  
<もくれん>

年齢を重ねるにしたがって食事づくりがおっくうになり、食欲が出ないのをいかに簡単にすませるおとしよりがいます。城東区の多くの校下社協では現在、心ふれあう町づくりをめざして、毎日の基本となる食生活を支えようと、地域で暮らすおとしよりの食事サービスを実施しています。とりわけ一人暮らしや寝たきりのおとしよりに、食事サービスを通してコミュニケーションをとるよう心がけられているとか。もちろん、こうした活動のすべてはその地区のボランティアによって運営されています。なかには、食事後にさまざまなレクリエーションを用意したり、消防署や警察署、保健所に協力をお願いして、おとしよりに対する防犯・防災、健康に関する指導を行っている校下社協も。4人に1人が65歳以上という超高齢社会を迎える21世紀。まず、隣近所に暮らすおとしよりに目を向けることから始めた校下社協の地道な活動は、これからの地域福祉のあり方を指し示しているように思えます。



老人食事サービス

まずは、隣に暮らす  
おとしよりの  
地域で支えあうことから。

同じ趣味を通じての  
仲間づくり



老人福祉センター

表紙でご紹介した老人福祉センターの囲碁・将棋の集まりは、会則を定めたようなサークル・グループではありませんが、センターの方で用意した場に同好の方々が集まり、自然と決まった世話役の方が運営をお手伝いされています。励みになるのは、年に3回開かれる大会。うち1回は区の代表を決める大切な大会となっています。ご自分たちでお互いに段位をつけて掲げられるなど、自主的に活動を管理されています。なかには、気の合った者同志、センターからの帰り道で一杯飲みに行ったり、一緒に旅行されたりすることもあるとか。城東区老人福祉センターには、このほかに定期的な社交ダンス教室や民謡教室、俳句教室、フォークダンス教室などが開かれており、同じ趣味を通じての仲間づくりに一役買っています。



諏訪校下社協の活動の一つ、諏訪サッカークラブは、昭和57年に当時の諏訪小学校長が子どもの体力づくりと学年間の交流を目的に始めたもので、現在、学年別の男子6チームと女子1チームの全7チーム、総勢150名の大世界。ヘッドコーチの喜連川さんはじめ9名のコーチ陣はすべて地域のボランティアで、それぞれに職業を持つ社会人。ふだんの練習は、火・木曜の放課後と土曜の午後。さらに年間200試合に及ぶ対外試合のため、日曜もほとんど濡れてしまいう忙しさだが、「シュートを決めたり試合に勝った時の子どもたちの笑顔を見ると、やっけて良かった」と話していた。

## 子どもたちの笑顔がエネルギー源です 諏訪校下社協

昨年度は6年生チームが大阪市長杯で初優勝するという快挙を成した。後に続けと、後輩たちの練習にも熱が入る。当面の目標は1月の市会議長杯と2月の市長杯だが、「勝負になるとつい力が入り、時には怒ることもありますが、一番大切なのは楽しんでやるということ」と語る喜連川さん。子どもたちのイキイキとした表情が、何よりもそれを物語っていた。

中学生の息子さんもクラブの卒業生。現在は一人の娘さんが女子チームに所属しており、家族ぐるみでサッカー三昧の日々を楽しんでいる。



# ● じょうとう社協NEWS ●

## 満80歳以上の おとしよりに ご長寿のお祝いを いたしました。

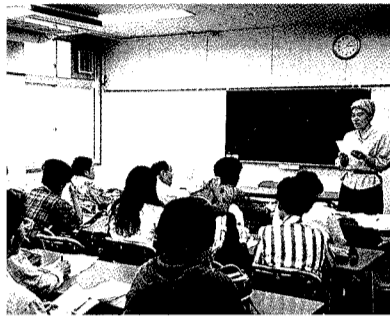
毎年9月の高齢者福祉月間運動として、今年も区社協では、満80歳以上の方や金婚式を迎えられたご夫婦にお祝い品をお贈りしました。平成8年度現在、城東区の80歳以上のおとしよりは4495人、144組の金婚夫婦がおられます(区社協調べ)。各校下社協ごとに敬老会や友愛訪問を実施して、地域のおとしよりの長寿をお祝いました。

## 硬貨募金運動 今年も1000万円を突破。 ご協力ありがとうございました。

城東区独自の活動として、昭和41年から始まった“硬貨募金運動”。第31回目を迎えた今年度も1000万円(10,029,984円)を突破しました。集められた募金は区社協や校下社協の地域福祉活動の助成金として使われます。ご協力ありがとうございました。

## 「心の病」をテーマに ボランティアスクールを 開講しました。

ボランティアの募集・育成を目的に開講されるボランティアスクールの今年度のテーマは「心の病



9月25日に行われた開講式の様子

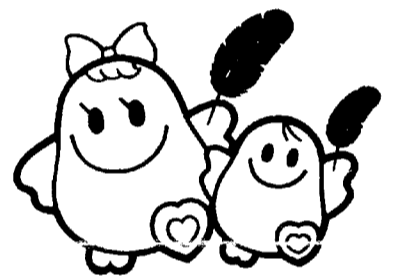
を考える～ともに生きるために～」。多くのボランティアが、ふだんの活動の中で実感する心の問題にテーマを絞り、昨年9月25日～11月26日までのうち3日間、各専門家を講師にお招きして行われました。

まず、9月25日は和泉中央病院精神科医師の鍵本伸明氏に「心の病を考える」について、10月23日はつつみクリニックのケースワーカー、山本納氏に「心の病とともに生きるために」をお話いただいた後、最終回の11月26日には城東区精神障害者作業所“ハウス・ウィング”との交流会が開かれました。

## 赤い羽根共同募金運動 「50年目のありがとう」

昭和22年、戦後の荒廃した社会の中で芽生えた“助け合い・自助”の精神から、全国で「第1回国民たすけあい共同募金運動」が行われたのが、赤い羽根募金運動の始まりです。それから昨年は50年目。城東地区でも「一人じゃない、みんな一緒に生きていく」をスローガンに掲げ、戸別募金や街頭募金などに一生懸命取り組みました。地域の方々をはじめ、大阪信愛女学院や公立の全小中学校の児童・生徒さんが熱心に募金活動をしてくださっており、昨年も2千万円を超える寄附金を集めることができました。ここに、あらためてお礼申し上げます。

愛ちゃん と 希望くん



©中央共同募金会

### ボランティア・ビューローから

平成4年10月に、ボランティア活動を援助・促進するために開設されたボランティア・ビューローでは、ボランティアの養成をはじめ、登録ボランティアの需給調整、情報交換などを行っています。

平成8年11月現在、100名余り、18グループが活動されていますが、高齢社会が進むなか、その数はまだまだ十分とはいえません。ビューローでは、お年寄りの話相手や通院の外出介助、家事・身の介助など、少しの時間でもボランティア活動に参加いただける方を募集しています。お問い合わせは下記まで。

■城東区ボランティア・ビューロー ☎935-0535

# ● 善意銀行だより ● おしらせ ●

平成7年12月23日から平成8年12月11日までに、次の方々から預託がありました。

### <金銭預託>

- ・電機連合松下精工労働組合 大阪支部様 .....30,000円
- ・永和信用金庫 杉の子会様 .....50,000円
- ・ユニティ様 .....28,054円
- ・大阪ガス(株) 小さな灯大阪支部様 .....100,000円
- ・前田卓彌様 .....400,000円
- ・MOAみんなのチャリティチャンス 実行委員会様 .....50,000円
- ・秋田逸雄様 .....50,000円
- ・城東遊技業組合様 .....800,000円
- ・フォスター電機(株)様 .....96,454円
- ・城東区寝たきり予防推進協議会 みどりの会様 .....10,000円
- ・NTT京阪支店様 .....10,000円
- ・(財)日本公衆電話会 大阪城東分会様 .....10,000円
- ・中野京子様 .....30,000円
- ・飯田ふみ子様 .....10,000円
- ・大阪東部ヤクルト販売(株)様 .....10,000円
- ・(財)日本公衆電話会 大阪守口支店 対応分会様 .....15,534円
- ・匿名 .....595,000円

## 新春たこあげ大会

たこのコンテストをはじめ、創作たこの展示、たこの病院、もちつき大会、ぜんざいコーナーなど楽しい催しをたくさん用意しています。ふるってご参加ください。

と き ■1月19日(日)

午前10時～12時

ところ ■蒲生公園

※雨天の場合は催しを変更し、区民ホールで開催します。

問合せ ■城東区民ホール

☎932-2000



## 成人の日 記念のつどい

晴れて新成人となられた皆さんの人生の門出を祝って「成人の日記念のつどい」が開催されます。お誘い合わせのうえ、ご参加ください。

と き ■1月15日(祝)午前10時～

ところ ■城東区民ホール

対 象 ■昭和51年4月2日～昭和52年4月1日に生まれた方

問合せ ■区役所区民室教育係

☎932-1351

## 心配ごと相談・法律相談

城東区社会福祉協議会では、区民の皆さんの心配ごとや法律に関する相談を受けており、それぞれ民生委員と弁護士が相談員として応じています。

【心配ごと相談】

毎週月・水・金曜日。午後1時～4時(受付は午後3時まで)。

【法律相談】

毎月第4金曜日。午後1時～4時。  
※法律相談は1日10名までです。で、応募者が多数の場合は午後1時に抽選によって決定します。

## 編集後記

今号より「城東区の社会福祉」の紙面が新しくなりました。中面で、長寿社会を支える方々の活動を実際に取材、紹介させていただいています。同じ地域に暮らすおとしよりが安心して生活できる町づくり。そのために、私たち一人ひとりが始められることはいろいろあるように思えました。今年もいい年でありますよう、心からお祈り申し上げます。