

さかえひがし
ふれあいネット 栄東

心を込めてふれあいお食事会開催

栄東地区福祉のまち推進センターでは、10月30日、二年ぶりに「福まちふれあいお食事会」を開催しました。一人暮らしの高齢者と福祉協力員の交流を深め、楽しいひと時を過ごすイベントです。感染防止のため、今回は、2部制にして参加者81名を分けて開催しました。

プログラム1番目は、札幌歯科医師会の歯科衛生士・木本恵美子さんです。「健口美生活を始めよう」というテーマで、お口の健康にも十分注意を払って健康生活を送りましょうというお話と簡単なお口の体操の手ほどきを受けました。2番目は、介護予防センター栄、丘珠の若本さおりセンター長の指導で健康体操です。新型コロナウイルスの影響で体を動かす機会が減っていた高齢者の皆さんは、座ったままの軽い体操で心地よい汗を流しました。

メインのお食事会は、今回、大事をとってお弁当の持ち帰りとしました。来年こそは、通常の交流会の再開を誓ってイベントを閉じました。



さりげない見守りを！福まち研修会

11月18日、「個人情報取り扱い・見守活動研修会」を日の丸会館で開催しました。最初は東区社会福祉協議会の滝谷朋子さんから、福まちで保管する「65歳以上名簿」の取り扱いについてです。地区内の町内会では、多くが見守活動をしており、対象者の名簿づくりに活用するため、その留意点などを熱心に聞いていました。

続いては、同センター事務局次長から地区の見守活動の状況や方法、異変を発見した場合の対応などのお話がありました。隣近所の方々が、一人暮らしの高齢者の生活上の変化をさりげなく見守っていくことが活動の基本であり、身の丈にあった活動をしましょうと呼びかけていました。



この日参加した28名は、町内会長や福祉部長、福祉協力員などで日ごろから町内の高齢者の見守活動を実践している方々です。研修を受けた町内会長からは、「65歳以上名簿を活用し、福まちのアドバイスや民生委員とも情報交換しながら、私の町内でも取り組みを前進させたい」という力強いお言葉をいただきました。

見守りは「構えず、負担をかけずに」－福まち調査から

栄東地区の町内会にご協力いただいた「栄東地区一人暮らし高齢者の見守活動調査(令和3年9月～10月実施)」がまとまりました。これは、地区内の見守り活動状況を把握し、今後の栄東地区福祉のまち推進センターの活動の参考とするため実施したものです。

●地区内の24町内会が見守活動を実施

回答のあった34町内会のうち、一人暮らし高齢者の見守り活動を実施している町内会は24団体ありました。見守対象は概ね75歳以上としているのが19団体で、70歳以上が2団体、73歳以上と80歳以上が各1団体という結果でした。

見守対象名簿は17団体が作成し、作成していない7団体も比較的小規模で把握が容易か、マップで代替している団体も。見守頻度は、月1回以上の訪問が10団体、不定期・年数回が8団体、年1回が3団体、2か月に1回が2団体と続いています。訪問はしないが日常生活の異変に気をつけているのが1団体ありました。

また、訪問だけではなく、敬老会などの一人暮らし高齢者が参加できる行事の開催が10団体、高齢者が参加できるサークルなどの実施が5団体、日常生活の異変に注意を払っている団体が18団体あり、見守方法も多様化しています。

福祉マップは、20団体が作成していますが、うち更新していない団体が10団体あり、また、活用法についても「見守担当の配置検討」が2団体、「会長・福祉部長の情報共有」、「新規のチェック、災害時の活用」、「緊急時の活用」、「民生委員との協力を活用」、「世帯の再確認」が各1団体とあまり有効活用されていない実態が浮き上がりました。

◆一人暮らし高齢者の見守り活動の有無

活動している	24団体	70.60%
活動していない	10団体	29.40%

◆定期的な訪問（電話）による見守頻度

月1回以上	10団体
2か月に1回	2団体
不定期、年数回	8団体
年1回	3団体
電話、日常生活上の異変調査	1団体

●個人情報の壁や担い手不足が深刻

自由意見等では、「見守りは特別構えず、近所のさりげない気配りでよいのではないか」、「特定の方に見守りのストレスをかけずにご近所の皆さんが見守り、不審な場合は、会長など役員が連絡する体制をつくっている」など、構えず、負担をかけない見守りが長続きの秘訣という意見がありました。

一方困りごとでは、「(在宅していても)電話に出てもらえない」、「新型コロナ禍で活動が停滞し、どのように活動すべきか悩んでいる」、「新型コロナ禍で訪問を差し控えている。十分な見守りができていない」のほか、「役員の高齢化、担い手不足で町内会組織の存続について検討中。見守り活動の余裕はない」、「役員の後継者

不足で見守り体制の維持が困難」、「人手不足ですべてを会長が兼任している」と言った深刻な声もありました。

さらには、「名簿を作成するための個人情報の入手方法、どの程度見守りすべきか、何かあったらどこにつなげばよいのか、よくわからない」という声も。

このほか、「担当を決めても負担が多く、住民全員で見守りする体制を令和3年4月からスタートさせている」という状況にあった取り組みを進めている団体もありました。

町内会においては、「役員のなり手がいない」、「活動に参加しない、協力的でない」、あるいは「町内会に加入しない」ということが、大きな課題になっていますが、一人暮らし高齢者の見守り活動にも大きく影響しているのではないのでしょうか。見守りは「特別に構えず、負担をかけずに」がキーポイントになりそうです。



見つめ直して実り多き人生を。終活セミナー開催



「終活って、死に方を考えること」。それは全くの誤解です。終活セミナーは、「人生の最後を考えることで”自分”を見つめ直し、今をよりよく、自分らしく生きる」ためのセミナーです。

栄東地区福祉のまち推進センターでは、10月から終活セミナーは実施していますが、11月27日には、東老人福祉センターを会場に民生委員・児童委員向けと一般向けの2つのセミナーを開催しました。講師は、終活の大切さに気づき、自らアドバイザーの資格を取得された主任児童委員の加藤佳子さんです。

高齢者には、誰にでも様々な心配事があります。例えば親や配偶者の医療・介護のこと、相続のこと、預金や保険のこと、お墓のこと、お葬式のことなどです。これらを事前に自分のライフスタイルに照らして考え、計画し、準備して老後生活の不安を解消し、いきいきとしたセカンドステージを送りましょうというのが「終活」の真のねらいと言えましょう。講師からは、「ら・し・さノート」という自分でつくる終活ノートをテキストに主な項目についてワンポイントの解説があり、参加者からは「凄くわかりやすかったです。今後の生活を考え、自分らしさを見つけない」という感想もありました。今後も機会を見てセミナーを継続してまいります。

講師からは、「ら・し・さノート」という自分でつくる終活ノートをテキストに主な項目についてワンポイントの解説があり、参加者からは「凄くわかりやすかったです。今後の生活を考え、自分らしさを見つけない」という感想もありました。今後も機会を見てセミナーを継続してまいります。



栄緑小で昔あそび交流会

11月29日に栄緑小で、子どもたちと高齢者の「昔あそび交流会」が開催されました。小学校の授業の3, 4時限目に合わせて、1年生と2年生合計91名が参加し、2回に分けて実施されました。まず、高齢者側の自己紹介と先生から子どもたちへの質問があり、「昔遊びで知っているものは？」と尋ねると「ビー玉やメンコ」、「お手玉やあやとり」、「だるま落とし」など元気な答えが返ってきました。その後、4~5グループに分かれて「お手玉」「だるま落とし」「あやとり」「けん玉」「紙でっぼう」のコーナーで高齢者に手ほどきを受けながら楽しく遊び、時間を忘れてあっという間の交流会でした。

最後に、子どもたちから合唱が披露され、一生懸命歌う可愛らしい子どもたちの姿に参加した皆さんも思わずほっこりです。次に、福まちからは子どもたちにノート



と学校にけん玉と手づくりのお手玉のプレゼントがありました。心を込めた手づくりおもちゃなどに子どもたちも大喜びでした。テレビゲーム時代ですが、昔遊びに興じる子どもたちの笑顔は、今も昔も変わらないようです。

栄東地区福祉のまち推進センター事務局：東区北41条東14丁目1-1 東老人福祉センター内



栄東地区の皆様、あけましておめでとうございます。

私ども福まちは、地域の諸団体と協力しながらともに地域で支え合う福祉のまちづくりを目指してまいります。どうぞ今年も変わらぬ地域の皆様のお力添えをよろしくお願いいたします。

(左写真は役員会等のメンバー)