

ふれあいぼけっと  
 いとう れん さん

今月の題字  
 牟礼西小学校 一年

【発行】ふれあいぼけっと編集委員会 (事務局:社会福祉法人 飯綱町社会福祉協議会) / 〒389-1201 長野県上水内郡飯綱町大字芋川181  
 TEL 026-253-8456 / FAX 026-253-2907 / Eメール: iishakyo@ii-shakyo.or.jp

## 上水手をつなぐ育成会交流会



### 主な記事

- 手をつなぐ親の会交流会
- よってけ家
- 社協事業所① (ケアマネ)
- 社協予定表
- いづなの事業所
- ボランティアコーナー
- 自然育児のススメ
- うんちく
- まちがいさがしクイズ
- 新 ささらばさら (④コママンガ)
- りんごのつぶやき

9月22日、小川村の体育施設「びっくらんど小川」を会場に上水手をつなぐ育成会交流会が開催されました。

上水手をつなぐ育成会は、小川村、信濃町及び飯綱町の3町村の手をつなぐ育成会員が加入している会です。

この交流会は、一緒に競技を楽しんで交流することと、日頃運動の機会が少ない会員にスポーツを楽しむ機会を提供することを目的とし、ニュースポーツの「囲碁ボール」と「カローリング」を、5チームに分かれて対戦しました。参加者からは「やっているうちに上手くなって面白かった」等の感想が聞かれ、競技後の昼食会も盛り上がり、貴重なひとときとなりました。

※手をつなぐ育成会とは・・・知的障害のある人とその家族などで作る、福祉の増進を図ることを目的とする団体。

## ～妖精よっちゃんによる「よってけ家」紹介～

僕は『よってけ家』の妖精よっちゃんです。僕は、よってけ家のことなら何でも知っている妖精なのです。よっちゃんこの前、職員と利用者さんの会話を

聞いたんだ。「おつきくなってきた大根の葉にいっぱい黒い虫がついてるじゃん。うーん。どうやって退治しようか。殺虫剤使うのは体に良くないしなあ」「そんなの大したことねーで、大根の上から箒でサラサラと掃けば虫が落ちるから、その虫を指でつまんで潰してしまえばいいんだよ。無理に殺虫剤を使わなくてもいいで」だって。職員が早速言われた通りやったら、もの見事にやつつけることが出来ていたんだ。よっちゃんこの話を聞いたとき「お年寄りの知恵はすごいな」ってビックリしたんだ。

そういえば、日本昔話の中の一つに姨捨山っていう物語があったよな。この話でもお年寄りは知恵と長い経験からお殿様から出される無理難題を解決して息子を助けていたよな。今回の職員もお年寄りの知恵にとても助けられていたね。

ところで、今日はどんなお話が聞けるかな。皆さんも僕のいる「よってけ家」にお出かけしようね。



## ケアマネ訪問記（第7話）

皆さんは、「ユマニチュード」という言葉を聞いた事はありませんか。

新聞やテレビでも紹介されており、ご存知の方もおられると思います。

先日、私が参加した研修で、このケアを知りました。今回は、「ユマニチュード」をご紹介します。

それまで病院や施設に入り、穏やかとは言えなかったご利用者のケアに、「ユマニチュード」を実践したところ、まるで魔法にかかったかのように状態が変わったそうです。

このケアによってベッドから丸二年間起き上がるうとしなかった90歳の女性が楽しげに歩き始めたり、1年近く一言も発しなかった入院中の80代の女性に「手を上げてください」と話しかけたところ手を挙げたばかりか「ありがとう」と言った事例があるそうです。

ユマニチュードとは、その発祥の地フランスの言葉で「人として接する」という意味があり

ます。そのケアの手法は、人間の存在（尊厳）を主眼として、「ケアされる側」と「する側」の絆づくりに必要な以下の4つを基本としています。

\* 見つめること

（相手の顔から20センチくらいの距離で、正面から、目の高さを合わせて長い時間見つめる）

\* 話しかけること

（頻繁に、やさしく、前向きな言葉で）

\* 触れる事

\* 立つこと

（できるだけ立つ様に支援する）

私も日常でのご利用者に対する接し方やケアの方法について、改めて考えさせられる良い機会となりました。こうした考え方やケア方法が普及する事で、「ケアされる側」はもとより「ケアする側」の健康増進につながり、ひいては地域の福祉力向上に繋がっていくのではと思います。

参考：NHK 解説委員会 解説アーカイブス

(<http://www.nhk.or.jp/kaisetsu-blog/700/167909.html>)

# 社協月間予定 ★11月10日～12月10日

月	日	曜日	予定	月	日	曜日	予定
11	15	金	信州発ボランティア・地域活動フォーラム	11	26	火	家族介護教室
	18	月	わくわくクラブ	12	1	日	トン汁フォーラム
	22	金	街中サロン「楽らく」		4	水	認知症の方とその家族の会
	23	土	長野ブロックボランティア市民活動交流会		10	火	わらび会

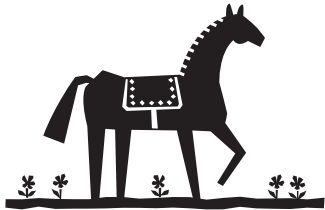
## さんばだより

さんばの部屋のなかでは、作り始めて五年目、来年の干支、馬の図案のお団子アートが始まりました。馬の色の花紙（今のところ黒や茶色）を細長く切つて、ハンドタオルに含ませた水にぬらしながら、小さな丸い球になるように丸める作業から始めます。台紙一面に張り付ける球の数は百や二百では全然足りず、ご利用者様方は真剣そのもので、話し声が聞こえてきません。その分にぎやかに「ま

さんばの庭のへーひつてプー（西洋朝顔へブンリーブルー）は、台風の大風に転倒したものの、丈夫な一本の紐に縋り付いて、炬燵を作った家庭もあるような陽気の中、いまだに青々と見事な夏らしい花を咲かせてくれています。へづの重たさに耐えかねて紐が切れてしまうのが先か、霜によって一瞬のうちにはへづが枯れてしまうのが先か、へづの無事な姿を確認するのが毎朝の日課になっています。（すっかり情が移ってしまつて…）

あるく、丸めるんだー！」「ネズミのあっぱ（なんのことかわかります？）」「みたいな形じやだめえ〜」「そうそう、ウサギのあっぱみたいだねえ〜」と職員の間で切った声が続いてきます。ついついつられて「ウサギやヤギのあっぱは確かに丸いけど大きすぎやしない？それにしても、う〇このことどうしてあっぱというんだろ〜」などと頭のなかでう〇この想像してしまいます。球つきり（この騒ぎ）はこの先、二ヶ月間くらい続くのだろうかと思つてしまいます。

あっぱ、う〇こといえば、さんばとご近所さんで、狸の溜箕（たぬぎのためぐそ）事件がありました。もったいをつけるわけではありませんがまた次回。さんばにきてみて！一緒に球を作りましょう。



## 一人より二人



学校を卒業して社会に出ると、一人前の大人になることが求められます。一人前とは『成人と同じ資格や能力があること、なんらかの技能が一定の水準に達した者に対する評価の言葉』という意味で、多くの方が一人前になることを目指して、日々努力しています。障害を持った方々も同じで、一人前となるように、自立できるように、日々努力しています。

でも、努力しすぎると疲れたり、空回りして自信をなくしたり、人生というのは思うように進みません。そんな時は、一人で頑張るのではなく、二人で協力して、確実に仕事を仕上げていく…。

利用者さんが「一人だと心配だけど二人ならきれいに掃除できる!」と、お互いに足りないところを補いながら笑顔で仕事をしている姿を見ていると、焦って一人前にならなくても、ゆっくりと、助け合いながらステップアップしていく生き方も良いものだと、しみじみと感じました。

**お問い合わせ先 NPO法人SUN 電話: 026-253-0133 FAX: 026-253-0166**

# ボランティア・市民活動コーナー

「消費者団体等活動支援事業補助金」を活用する事業を追加募集します  
～消費者問題に関する学習会や講演会などの実施を県が支援します～

県内の民間団体が実施する、消費者問題に関する学習会や講演会の経費に対して補助することにより、団体活動を支援し、地域全体の消費者問題への対応力向上を図ります。

## 1. 補助対象事業

次に掲げる消費者問題に関する学習会・講演会、啓発活動などを実施する事業で、一般消費者が参加できるもの。

また、事業は原則として補助金交付決定以降に着手し、平成 26 年 2 月末日までに完了するものであること。

- ① 自立した消費者の育成や消費者被害の未然防止に関する事業
- ② 食の安全・安心に関する事業
- ③ その他、消費者問題に関して地域全体の対応力向上が図られると認められる事業

## 2. 補助金

補助対象経費（講師等の謝金・旅費交通費、印刷製本費、消耗品費、通信運搬費、会場使用料）の 10 分の 10 以内（一団体当たりの上限金額あり）

## 3. 応募資格

長野県内に事務所を有する民間団体

（ただし、営利を目的とする団体、宗教活動や政治活動を目的とした団体等は除きます）

## 4. 応募期間

随時募集

その他、詳しい内容については飯綱町ボランティアセンター（Tel 253-1001）にお問い合わせください。

## \*\*\*\*\* お知らせ・募集 \*\*\*\*\*

このコーナーの内容についての問い合わせ・申し込みについては、飯綱町ボランティアセンター（TEL253-1001・FAX253-1002）【担当：内山】までお願いします。

### むれデイサービス ボランティア ～ボランティア募集中～

内容：ご利用者様との話し相手、お茶出し、入浴後のドライヤー掛け、レクリエーションの補助、昼寝用の布団敷き等  
詳しくはNo90のふれあいぽけっとをご覧ください。

### 将棋・囲碁・マージャン ～趣味を活かしたボランティアを してみませんか？～

内容：福祉施設ご利用者様と趣味活動を一緒に楽しんでいただけるボランティア  
詳しくはNo90のふれあいぽけっとをご覧ください。



# 《自然育児》のススメ

〜お手伝いしやすく〜

小さな子どもと暮らしていると「大人のすること」を何でも真似たがる「時期」に出会います。今回は、この真似たい気持ちを導き、子ども自身の育ちへきちんとつなぐ、そんな「お手伝い」のおススメです。

具体的には「自分で」や「お母さんと同じ」をしたがる二才頃から、一緒に食事の用意をしたり食器を洗ったり…お母さんの隣で本物の仕事に関わらせてあげます。この試みは包丁やエプロンなど子どもサイズの道具があると便利ですが、一番大切なものは、一緒にはたらくお母さんの勇気と失敗しても動じない忍耐強さだと思います。

わが家をはじめは、野菜を「根気よく」洗ったり、靴下を「不揃い」に干したり…といった母のまね仕事からはじまりました。失敗しても補いややすい部分からだったと思います。それがやがて、補わなくても仕上げられるようになり、近頃は、野菜

の下準備から火を使った調理、家族皆の食器洗い、お風呂やトイレの掃除など、調子が良いと母以上のはたらきをしてくれるようになりました。

それから他に、お

じいちゃんとその孫と子のふれあいも兼ねて畑へ連れ出したことが幸いして、今や優秀な農作業スタッフに育っています！

いわゆる「お手伝い」を大人の都合ではなく、「子どもが自分一人のできることを増やしている」と考えると、一つ一つの関わりこそが大切な積み重ねだと思えてきます。

そうした「お手伝い」をしている子どもに感じることは、小さいながらも自分自身のはたらきに誇りをもっているということ。そして他の人のためにはたらく喜びに気付いている…ということ。自分のはたらきが他の人、まずは身近な家族の喜びとなり、その人の喜びが自分の喜びにつながっている、そういったことを言葉や知識ではなく、身体と心の深いところの経験として感じ取るように思えます。

わが家の子どもは行事食や季節の料理作りが大好きで、材料の入手（今なら栗拾いやお芋掘り）からはりきってくれます。その先に直接的な美味しさがあることも良いのでしょうか、今までの「子どもの育ちに寄り添う勇気と忍耐の積み重ね」が、やっと実ってきたようで、親心もほくほくです。嬉しい収穫の秋になりました。春の芽吹きから夏の成長が実感できる…そんな季節になっています。

by 唯〇母

## 第89回

### まちがいさがしクイズ解答

- 答え 「右手にかかる葉っぱ」  
「支柱」  
「中央のりんごの葉」  
「りんごの萼」  
「虫」

- |    |    |   |
|----|----|---|
| 山岸 | 由奈 | 様 |
| 相澤 | 一貴 | 様 |
| 大内 | 由貴 | 様 |
| 町井 | 靖夫 | 様 |
| 佐山 | 悠誠 | 様 |

上記の皆様が当選されました。

### 前回まちがいさがしクイズ

#### ★★★ 玉まわしと葉摘みのうんちく ★★★

葉摘みと玉回しはりんごに色をつける為に行う作業で、葉を摘むことで影を無くし、回すことで日の当たらない反対側に色をつけます。

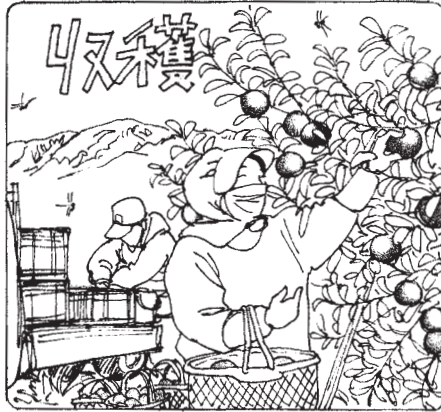
真っ赤に色ついた果実は私たちによりおいしそうな印象を与えてくれます。葉が光合成をして果実に栄養を送るため、役目が終わった葉を複数回に分けて摘む場合や、葉摘みをしないで玉回しだけする農家さんもあるそうです。

また、品種により収穫時期が異なるので葉摘みをしないで玉回しだけ行う種類のりんごもあります。



# まちがいさがしクイズ

—第90回— 今も「まちがいさがしクイズ」に挑戦  
正解者の中から5名様には素敵な景品をプレゼント!



50	389-1201	<ul style="list-style-type: none"> <li>・こたえ</li> <li>・じゅうしょ</li> <li>・なまえ</li> <li>・でんわばんごう</li> <li>・今月号の感想など</li> </ul>
飯網町芋川181 飯網町社会福祉協議会 「まちがいさがしクイズ係」		

左右の絵を見比べて  
5つの間違いの答えが  
わかった方は、左記の  
要領でご記入の上、ご  
応募ください。締め切  
りは、11月11日です。  
【消印有効】

※第89回まちがいさがしクイズの答えと当選者の発表は前ページに掲載してあります。

寄付

荒井 次男様  
お米 60kg

地域福祉の推進に  
活用させていただき  
ます。  
ありがとうございます

## りんごのつぶやき

昔々、インドの山中に飢え苦しむ老人が現われ、それを見た狐と猿と兎が「何とかして助けよう!」と、猿は森の中で木の实や果物を集め、狐は里へ出て魚や墓前のお供えを集め、老人に差し出した。ところが兎だけは何も集められぬまま帰ってきたので猿や狐に責められた。そこで兎は猿と狐に「ここで焚火をしてください」と懇願した。燃え盛る火の前に兎は「私には食料を集めるだけの力がありません。せめてこの私をお召し上がりください」と言い残し、激しく燃える火中に自ら飛び込んだ、という話がある。その老人は神の化身で、他者の為に自己を犠牲にした兎の思いを忘れぬよう、月に兎の姿を刻んだのだとか。

横浜の踏切で、倒れていた高齢男性を助けた女性が電車にはねられて亡くなる、という事故があった。事故後、政府や地元自治体から「他人のために自らの命の危険を顧みずに救出に当たった行為に対し、国民とともに胸に刻みたい」と、感謝状が贈られるという。私は即座に「何か変だ」と感じた。危険を顧みず男性を助けた女性の思いは称賛されるべきだが、政府が自己犠牲を奨励すべきではないし、結果的に女性は亡くなった。いくら感謝状を贈られても女性は帰らない。女性の遺族もつらいが、助かった男性やその家族はもっとつらいだろう。「どうしたら犠牲者を無くせるか、そのために自分なら何ができるか、政府は何をすべきか、国民皆が考えて欲しい」と、官房長官から問い掛けて欲しかった。横浜の事故の犠牲者や遺族、助かった男性や家族はどう考えるだろうか? インドの昔話の作者ならどう答えるだろうか? 皆さんならどう思いますか?