福祉さとやまべ
発行　松本市社会福祉協議会里山辺支会
編集　福祉さとやまべ編集委員会
印刷　藤原印刷株式会社

『住み慣れた家で、地域でいつまでも自分らしく暮らす』
～地域包括支援センターの業務から「つながり」を考えてみる～

松本市東部地域包括支援センター　勝山　英敏

「六十五歳以上を高齢者」なんていうと、「私はまだ高齢者ではない！」なんて怒られてしまうかもしれません。「人生百年時代」と言われる昨今ですから六十五歳なんてまだまだ働き盛りの年齢と言えますね。何時の頃からでしょうか、「八十代？お若いですねえ。九十代？まだまだこれからです！」と年齢をお聞きしてそう思うようになったのは。日々、高齢者の方から「生きる力」を感じさせてもらっています。

地域包括支援センターは高齢者の総合相談窓口として、保健師・看護師、主任ケアマネージャー、社会福祉士という専門資格を持った職員が配置され、その専門性を活かしながらご相談に応じています。東部地域包括支援センターは特別養護老人ホームうつくしの里の中にあり、職員四名で相談業務を行っています。「どんな相談が多いのか？」と聞かれたら、正直一言では言えない本当に様々な相談が寄せられます。「包括の仕事っていったいどこまで？」と自問してしまうことも…。それでもどんな相談であっても地域包括支援センターの役割は「困り事が生じた高齢者の生活に寄り添い、望む暮らしのために一緒に悩み、つなぐ」ことなのかな…と思います。私たちは困り事が生じている背景にどんな課題があるのかを把握することから始めます。心身機能の低下が要因か、自宅環境に要因があるか、家族にも課題があるか、地域との関わりはどうか…等。その上で必要な公的制度につなぐ、医療につなぐ、地域の社会資源につなぐ…。そんな中で少しでも望む暮らしに近づけられたら。そんな思いを持ちながら日々四人で悩み、知恵を出し合い、業務にあたっています。

私たち地域包括支援センターの役目が「つなぐ」ことだとして、地域の皆様に今一度考えてもらえたらと思うことは、「つながり」です。タイトルにある「住み慣れた家で、地域でいつまでも自分らしく」と誰もが望むのは、昔からそこに慣れ親しんだ「安心」があるからではないでしょうか。制度があれば全て解決、専門職が関われば全て解決ではありません。そこには、その方の元々「慣れ親しんだ安心」の要素が一つもないからです。私たちの支援に、地域の皆様の「慣れ親しんだ安心」の力を少しだけお借り出来たら、高齢者の望む暮らしがもう少し長く続けられるかな…と思います。

四人で協力して業務にあたっています

『里山辺かるた』よもやま話 ㊸
～六町会の絆だけでは終わらない湯川の流れ～

松本市地域文化財連絡協議会　副会長　小岩井　俊忠

縄手通り沿いの女鳥羽川の水辺は、観光客に憩いの場を提供し美しい水が好評です。この滔々たる流れ、その水の半分は湯川の水ということをご存知ですか。

舟付で取水された大堰は途中で追倉沢・藤井沢の水を取り込みながら、やがて湯川と合流し『湯川』と名称を変え、桜橋上流で女鳥羽川と合流します。渇水期にも豊かな水を女鳥羽川にもたらし、松本市民のみならず観光客にまで恩恵を与えているという訳です。

湯川は「里山辺の六町会の絆をかためている」だけではないのですね。「偉大なり湯川」と叫びたいものですね。

六町会
湯川で結ぶ　絆あり

滔々たる湯川の流れ

「ふだんのつながりから生まれる支え合い」

里山辺地区まちづくり協議会
会長　倉田　治全

九月十九日午後七時より教育文化センターで第二十回「福祉を語るつどい」が開催されました。今回は、災害と福祉について考える機会として、松本市社会福祉協議会の西澤久典氏を講師にお迎えし「能登半島地震の被災地支援から学ぶ～日頃の備えと大切なこと～」と題して講演いただきました。

西澤氏は二月に能登町に出向き災害ボランティアセンターの支援活動をされましたが、その時の体験談を語られました。

能登町は人口一万五千、世帯数七千二百、一人暮らしの方が多く六十五歳以上の高齢化率は五十パーセント以上とのこと。古い家屋も多く地震で倒壊し、道路は陥没、寸断している惨状。訪問したお宅で聞いた話として二例の紹介がありました。

一、六十代一人暮らしの女性

「被災直後から、一か月は強い不安が続き何もする気力が起きず、腰の持病もあり家に引きこもっていて、気持ちがどんどん落ち込んだ。そこに、近所の友達が話相手になってくれて元気が出た。外出したり自分でできる片づけをしたりするようになった。」

二、七十代一人暮らしの女性

「揺れていなくても揺れているような気がする。不安で眠れない。食欲もない。」と言う方に災害ボランティアセンターが近くにあるので相談に来るよう伝えると、大変喜ばれたそうです。

長野市でも五年前の台風十九号災害の後、生活支援・地域ささえあいセンターを立ち上げ、見守り・相談を行うとともに、地域で孤立しないよう、サロン活動等を通じて交流・つながりづくりを行っているとのことです。

松本市社協としても各地区、町会と協力して、災害ボランティアセンターの周知啓発を図るとしておりますので、理解を深めたいと考えております。

被災地の現状を知ることができました

里山辺地区戦没者・開拓物故者追悼平和祈念式典に参加して

町会連合会
林町会長　小岩井　里美

八月二十一日に、里山辺地区戦没者・開拓物故者追悼平和祈念式典が、里山辺公民館大会議室で行われました。遺族、来賓、小・中学生のメッセージ発表者、役員等約六十名の参加者のもと、平和の尊さや命の大切さを後世に継承していく事を考える機会となりました。戦後七十九年を迎えても、この平和祈念式典が続けられている事に感慨を覚えます。

最近、宮崎空港での不発弾の爆発事故のニュースを見ました。戦後七十九年がたつというのに、まだ戦時中の傷跡が出現するのだと、戦争の恐ろしさを痛感しました。戦争が起こると、戦争が終わってもその後遺症が後世にまで残り、傷跡をいつまでも残すことになります。

このような意味合いからも、現在でも行われている平和祈念式典が継続され、戦争の恐ろしさや開拓物故者の過酷な生活を改めて認識し、平和を願う機会となっていることは、意義ある事だと思います。

この会で、山辺小学校六年生の内山海音（みおん）さんと大久保心晴（こはる）さん、山辺中学校二年生の土屋春太郎（はるたろう）さんの平和へのメッセージが朗読されました。平和への願いが込められたメッセージでした。平和について考えるよい機会となった平和祈念式典でした。

皆で献花をしました

編集後記

研修会で、里山辺で活動する有志グループ「寄りましょ」の皆さんを講師に迎え、ポリ袋調理法を教わった。ごはん、おかず、デザートまで出来る。この調理法を日頃実践しておくと災害時の備えにもなると感じた。（M）