

“いざ”という時、頼りになるのは、“身近かに住んでいる人”

進む核家族化と一人暮らし

わたしたちが住んでいる近所を見わたしてみると、お年寄りと一緒に住んでいるご家族は本当に少なくなりました。

わたしたちは、煩わしいことは避けたい、関わりたくないと思っています。ですから毎日の生活を誰からも干渉されずに暮らしたいと願っています。

若いご夫婦の方は勿論、年配の方々もそう思っておられる方が多いと思います。せめて足腰の丈夫なうちは、子供達の世話にはならぬ・・・等と、

しかし、長く別々に暮らした者同志と一緒に暮らすことは大変むずかしいことです。老夫婦どちらか先立って一人になっても、結局子供達夫婦等身内の者と一緒に暮らすことなく、そのまま一人の生活になる方が多いのではないのでしょうか。

この傾向は、高齢化の進展に伴って、年々高齢者の一人暮らしが増加しており、特に最近では男性高齢者の一人暮らしが増加しています。

薄れる近所付き合い

ひと昔前までは、向う三軒両隣の「井戸端会議」や「おかず」のお裾分け、留守のお願い等、親密なお付き合いが多かったものですが、近年はこうした隣近所の付き合いが少なくなっています。

一人暮らしは淋しいもの、心細いもの

高齢者の一人暮らしは、健康に自信があっても、何かと不安で淋しいものです。まして病気がちであれば心細く、どうしても家に引きこもりがちになり、隣近所のお付き合いも疎遠になります。

また、体に支障があれば生活上も何かと不便で、手助けが必要になります。

暖かい手を差しのべ、地域全体で支えよう

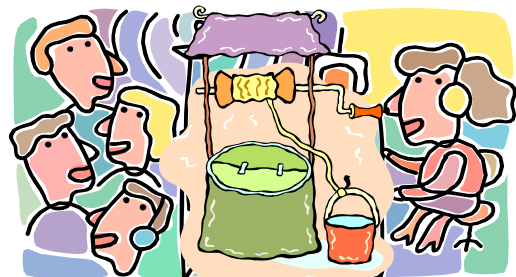
ますます増加する高齢者の一人暮らしの方々には、日頃顔見知りの隣近所の皆さんが、やさしい言葉を暖かい手を差しのべ、支えていかなければなりません。

福祉推進員や町内ボランティアの方々による「お声掛け」

月寒地域には 70 歳以上の一人暮らしの高齢者の方がおおよそ 500 名ほどおられます。

月寒地区福祉のまちづくりセンターでは、各町内会や自治会から推せんされた福祉推進員や町内ボランティアの方々が、この一人暮らしの高齢者の方々にお声掛けを行っております。

やはり“いざ”という時頼りになるのは“身近に住んでいる人”です。ご町内の皆さんもご近所にお住まいの一人暮らしの方を暖かく見守ってくださるようお願いいたします。



政策目標	指標	指標値
1 所得の低い者の経済生活水準の改善	1-1 一人暮らし高齢者の年間所得（120万円未満の者の割合）（-）	男：21.5% 女：37.6%
	1-2 経済的な暮らし向きに不安を感じる者の割合（-）	男：22.9% 女：20.5%
2 健康の増進	2-1 健康上の問題で日常生活に影響のある一人暮らし高齢者の割合（-）	男：23.8% 女：23.5%
	2-2 自分の健康状態を良くないと感じる者の割合（-）	29.3%
3 日常生活の支援の充実	3-1 近所づきあいのない者の割合（-）	男：15.4% 女：6.9%
	3-2 心配ごとの相談相手がない者の割合（-）	男：15.6% 女：5.7%
4 社会参加の促進	4-1 グループ活動に参加していない者の割合（-）	54.7%
5 住宅の質の向上	5-1 最低居住水準以上で設備等の条件を満たす賃貸住宅に住む割合（+）	47.6%

（+）は増加する方が望ましい指標、（-）はその逆
 出典：高齢社会白書 <http://www8.cao.go.jp/kourei/>

子育て支援事業

移動サロン

“あっちこっち あんぱんサロン”

雨にも負けず、夏の暑さにも・・・

8月3日（水）月寒公民館を会場に“あっちこっち あんぱんサロン”が開かれました。

朝方の大雨に、参加者が来てくれるだろうかと心配をしていると、長ぐつをはき、かっぱをきて、かけつけてくれた親子さん。(嬉しかったあー) 小降りになると1組・2組と増え！！組27名の親子さんが遊びに来てくれました。

ブロックコーナー、おままごとコーナー。ボール遊びやペープサートなどに子供達も大喜び。思いもかけず、地域のボランティアの方の手品にまで出会えました。

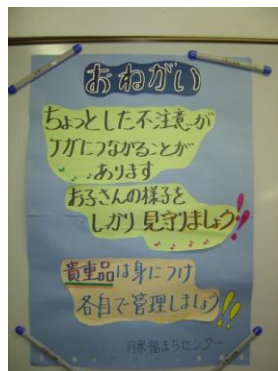
5日（金）には、会場を移し、月寒東会館でサロンが開かれました。公民館のサロンに参加できなかった会館近くの15組31名の親子さんが訪問してくれました。この日は、3日とうって変わって、晴天に恵まれ、30度を超す猛暑に。そんな中、大きな絵本の読み聞かせに目を輝やかせる子ども達。あちこちで広がる交流の輪。真夏の楽しい一時でした。



いろいろ準備したけれど：雨よあがれ全員集合



この手品は十八番：注目！



年明け 1月10日（火）月寒東会館にて

1月12日（木）月寒公民館にて

あっちこっち あんぱんサロン 第2弾を行ないます。

どちらも午前10時から11時45分迄。参加費は無料です。時間内福祉用具の展示説明会自由にご参加下さい。待ってま〜〜す。

あんぱんサロン

月寒地区福祉のまち推進センター内に毎週火・木曜日 10時から15時まで、サロンを開設しています。

狭い場所ですが、

誰かと話したくなった時、

お母さんに会いたくなった時、

気分転換したくなった時、

ちょっと一服したい時、

のぞいてみて下さい。



たまには家と違う場所：お母さんも楽ちん（福まちセンター）

子育て支援事業

子育てママのクッキング

～ママが一番!!!～

11月11日（金）子育て中のお母さんを対象にお料理教室が月寒公民館で開かれました。地元にお住まいの料理研究家市川由香先生の指導の下、18名の若いお母さん達が、新しいレシピに挑戦です。市川先生の軽妙な説明に楽しく手も進み、1時間半ほどでお料理も完成。出来上がった《かぼちゃのはさみ揚げ》・《じゃが芋のピロシキ》・《州浜菓子》、それにお手伝いいただいた食品改善推進委員の方々で作って下さった《鶏ごぼうごはん》を添え昼食です。託児所に預けられていたお子さんもお母さんの隣に戻り、安心したようにごはんを頬張るうれしそうな子供たちの顔がありました。



うまくできるかな：みなさん料理頑張って
(左下の写真が完成品です。おいしそう)

託児室の一こま

お母さんの去った託児室は、一時は子供の泣き声が部屋に響いていましたが、すぐにその声も少なくなり、最後まで泣いていた子も、自らマイカーに乗ると、疲れはて熟睡。場になじめず館内を福まちのスタッフとお散歩する子あり。時々思い出してはベソをかく子あり。中には終始笑顔で遊びに興じていた、親孝行な子供さんに、ボランティアの人達も「手のかからない児だね！」といいながらお相手していました。



託児室の一こま：自分の子より手がかからないわ

子育てボランティアを体験

8月3日、月寒公民館で行われた「あっちこっちあんばんさん」のお手伝いをしました！！
小さい子供たちと接する機会がめったにない私たちは、最初、少し戸惑いましたが、楽しい雰囲気と、のびのび遊んでいる子供たちを前に、リラックスして楽しむことが出来ました☆★
11月7・8・14・15日、豊平区民センターで「子育てボランティア講習会」が行われました！
これから、私たちがボランティアをする上で、役に立つのはもちろん、私たちが母親になったときにも役立つだろう！！と思い、参加させていただきました。今日の子育てのさまざまな問題を知ることができ、とても勉強になりました♪
最後に、週に一度、月寒地区福祉のまち推進センター「福まち」でお手伝いしています！
只今「福まち」のホームページ製作中！！
皆さんこれからもどうぞよろしくお願いたします（^-^）

札幌大学女子短期大学部経営学科秘書専攻 相原・関川

高齢者介護予防事業

福祉用具の展示説明会

“これは便利！身近な福祉用具を一堂に”

9月30日（金）月寒公民館において、在宅介護支援センター東月寒の支援をいただき福祉用具の展示説明会を開催しました。

車椅子やベットから身近な杖や音声増幅器など来場者は年々改良され使い易くなった製品を手に取り、説明員に質問したり試用したりしていました。

また会場では、寝たきりにならないための体操の実技もあり、インストラクターの指導のもと心地よい汗を流していました。



自分にあった福祉用具を探そう

転倒予防教室

“転ばぬ先の杖 演歌体操で今年の冬もバッチリ”

11月7日（月）月寒公民館において在宅介護支援センター月寒の支援をいただき「転倒予防教室」を開催しました。

N・P・O 法人 心・体・食サポート協会西村幸枝理事長を講師に懐かしい演歌のリズムと歌に身も心も酔せながらの体操と軽妙な先生のトークに、満員の会場は楽しい雰囲気、時を忘れるひと時でした。



みんなでやるとやっぱり楽しい運動量も倍増



情報コーナー
Information

年末・年始 休館のお知らせ

12月23日（金）から1月8日（水）まで
1月19日（木）から通常どおり
毎週火曜日・木曜日 AM10:00～PM3:00の間、開館いたします。
休館中のご連絡は、月寒まちづくりセンター
(852-9288)まで

ボランティア募集

福まちには託児ボランティアさんの登録があり、行事のときの託児は勿論、親子遊びのときにも参加していただき、若いお母さんとの世代を超えた交流を行っています。現在、子育てをほぼ終えた40代から、お孫さんを世話しているという70代の方まで25名ほど登録してくださり、ご都合がつくとお手伝いにかけてくださっています。

ボランティアさんは随時受け付けていますので、“こども好きの方”、“ちょっと時間に余裕ができたから何かお手伝いしたいとお思いの方”、ぜひ福まちへご一報下さい。