

オアシス21

No. 96

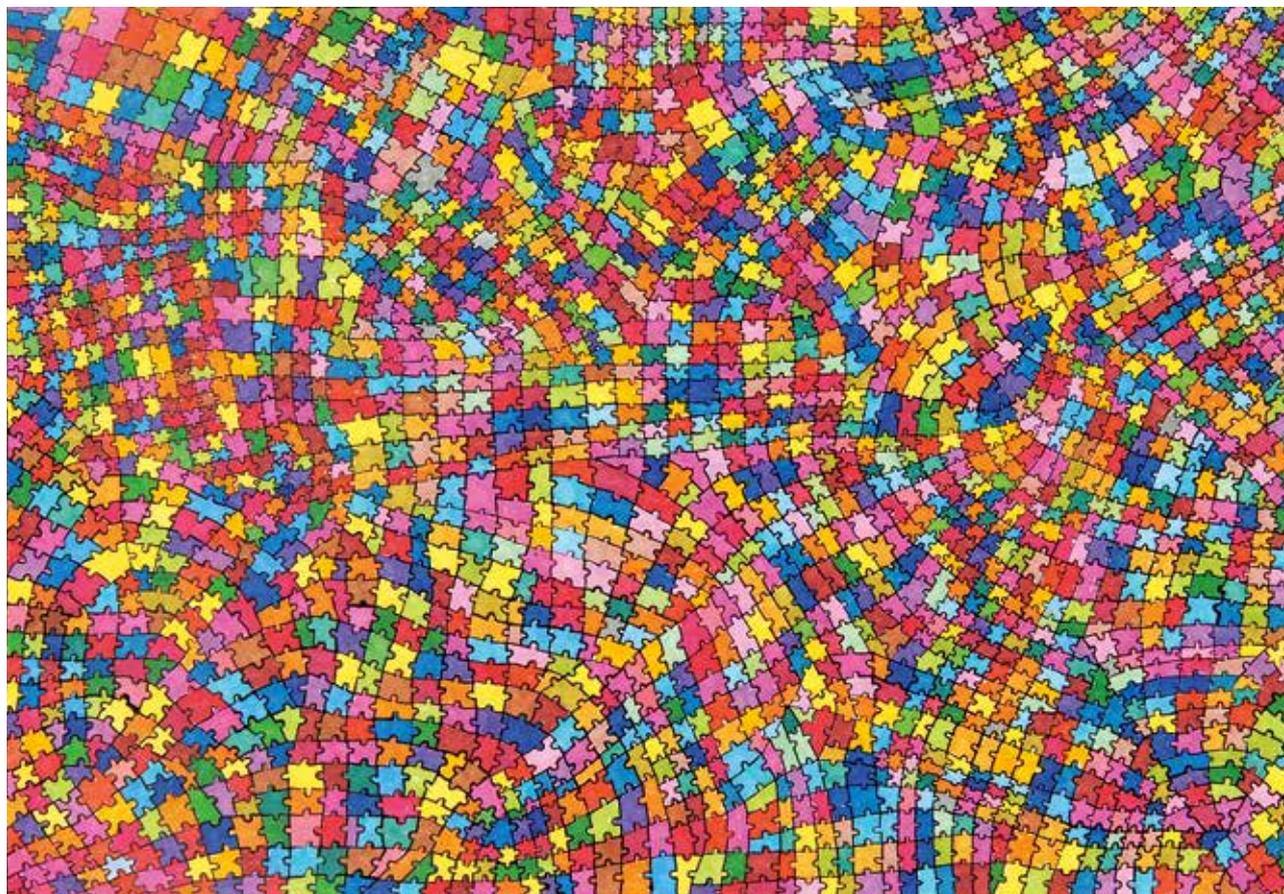
令和3(2021)年
3月

CONTENTS

巻頭特集 新潟県の形 パズル開発 -堀川強さん
——きらっ人インタビュー (2・3面)

福祉にいがた 第823号(10~16面)

- 表紙絵、たろきちさん4月号から担当
—しゅんすけさん、1年間ありがとう
- 地域紡ぐ—地域たすけあいネットワーク(三条市)
- 赤い羽根情報—雪国応援「あったか雪募金」



絵 しゅんすけ「パズル3」(えかき・新潟市西区)

まらっ

人

インタビュー

ほのかに木の香りが広がる市町村の形をしたピース。合わせると新潟県になります。地元への愛着を育みたいと、長岡造形大学修士課程の堀川強さんが開発しました。

ご当地ならではの 遊び方いろいろ 楽しみながら新潟博士に

堀川強さん

これは「新潟ばるた」といいます。楽しみながら新潟を学ぶパズル型の教材です。遊び方は3種類。県内30市町村のピースを新潟県の形に組む「パズル」。読み札を読んで、ピースを取る「かるた」。ピースを積み上げる「タワー遊び」。遊びから一文字ずつ取って「ばるた」です。

ばるたを使ったワークショップを、これまで県内で48回開催し、子どもから大人まで延べ千百人が体験しました。子どもはパズルやタワーを完成させるまで熱中します。市町村名で駄洒落を言ったり、「怪獣みたいな形」と見立てたり。いつの間にか地域名と特徴を覚えていきます。一方、大人は出来たパズルを見ながら「合併前はもっと細かく別れていたよね」「国道はどこを通っている?」なんて話が盛り上がるんです。

他にも「毎年、夏になると長岡に花火を観に行くんです。孫に自分の思い出や知識を伝えたい」という方もいました。「手を動かしながら地理情報と記憶を紐づけることは、脳のストレッチになりますね」という感想もいただき、幅広い世代に使ってほしいと思っています。

新潟なんて何も ない 県外へ出る友人たち

高校卒業時に、友人達が「新潟は何もない」と言って就職や進学で県外に出るのを、寂しい気持ちで見送っていました。新潟の魅力を知れば、いつかは戻りたいと思う人が増えるのではないかと。愛着を育むツールを造りたいと思いました。

所属する研究室の指導教員、福本壘助教が造っていた「防災トランプ」という

プロフィール 堀川 強さん

燕市出身。長岡造形大学大学院修士課程造形研究科造形専攻1年。福本研究室在籍。合同会社omoshe代表。平成31年度の同大学優秀卒業論文に「地域愛着形成を促すコミュニティデザインツールの開発と評価『新潟ばるた』を事例として」



遊びながら防災を学ぶ教材から着想を得て、最初は自分も遊びと学びを掛け合わせたご当地かるたを研究しました。

参考にした群馬県の「上毛かるた」は、県民のほとんどが知っている聞き驚きました。読み札を暗記して、名所や偉人などスラスラ言えるんです。自分もオリジナルのご当地カードを開発しましたが、知識を伝えることに執着してルールが複雑になってしまつて。周囲のご指摘からもつと直観的に手で触れる立体的なパズル型へ発想を転換しました。



初めはご当地カードを考えたが「ルールが複雑」と研究室の仲間から酷評されてしまった

地元愛あふれるスポットが 読み札になった

新潟ばるたを開発し活動を進める中で、ご縁があつて神奈川県横浜市磯子区の「磯子はるた」や、石川県の「石川ばる

た」の製作依頼をいただく機会に恵まれました。日本青年会議所石川ブロック協議会では「新型コロナウイルス禍で、まずは家族単位で故郷の魅力を考える場づくりを」と、地域の魅力発信事業にばるたを活用いただけたことは嬉しかったです。

石川ばるたの読み札を制作するとき、インターネットの検索で引かかるような観光名所も魅力の一つですが、そこに住む人にしか分からない魅力が眠っているのではと考え、石川の方々に読み札を考えてもらうことにしました。

これは思ったより面白いことになりました。例えば「吉野谷の一億円トイレ白山市」「世界最古のおにぎり中能登町」など、僕が知らなかった情報が挙がつてきたんです。ふるさと創生事業や化石の発見といったマニアックでも地元で親しまれている話題は、実際の認識に寄り添っている分、受け入れられやすいと感じました。参加者の意見から、読み札が複数できました。住んでいる地域を改めて考え語り合うきっかけに、ばるたを活用してほしいです。

地域を知ることが 愛着につながる



ピースを積み上げる「タワー遊び」：長岡市希望が丘コミュニティセンターにて(2019年撮影)時間を競うのも楽しい。放課後クラブなど子どもの居場所で活用が広がっている



かるた遊びに使う読み札「新潟ガイド」。各市町村の人口や面積のランキングも記載。ランク順位を点数にできる。パズルを組む手がかりに、ピースに方位と数字が刻印してある



「パズル遊び」：
長岡市 日吉児童館にて(2019年撮影)



「かるた遊び」：
長岡市 しろうまる食堂にて(2019年撮影)

新潟ばるたの問合せ 合同会社 omoshe

長岡市渡里町4-16-302 <https://omoshe.co.jp>
TEL 080-8727-6522 堀川さん

「このごろ、耳が遠くなってきた…」ということはありませんか? 「年のせいだから」と放っておかず、補聴器をうまく活用してみましょう。きこえる状態を維持することは、脳の活性化へつながるそうです。

新潟県補聴器キーパーソンに教えていただきました。

まいにちの暮らし けんこう 応援団

本町ふるまち耳鼻科 院長 佐藤 斎さん

補聴器

略歴 1987年 新潟大学医学部卒業 医学博士
新潟大学医学部附属病院 講師、カリフォルニア大学サンディエゴ校
リサーチフェローを経て、2008年から現職。
厚生労働省主催 補聴器適合判定医師研修会修了(第635号)
補聴器相談医・新潟県補聴器キーパーソン

所属学会 日本耳鼻咽喉科学会 日本聴覚医学会
Association for Research in Otolaryngology 他



本町ふるまち耳鼻科 新潟市中央区上大川前通六番町1212-1
tel.025-210-8520 <https://honcho-furumachi.jp/>

Q

加齢による難聴にはどのようなものがありますか?

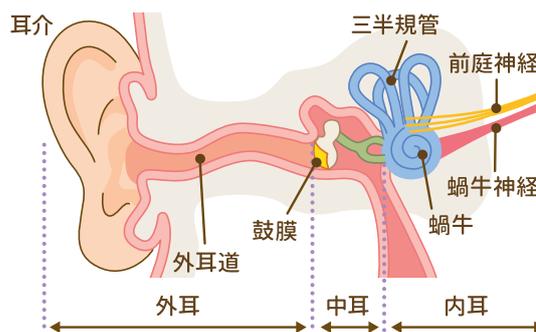
A 「高い音からきこえが悪くなる」
「両耳の聴力が同時に下がる」
「ことばが割れてきこえる」などが特徴です。

加齢による難聴は、耳の奥の蝸牛という器官の衰えによるものです。まず高い音が左右同じようきこえにくくなります。さらに、ことばが割れてきこえるようになり、小さな音の変化がより強調されて響いて、大きな声がやかましく感じられます。

変化は、年齢を重ねるに従って若い頃から少しずつ進みます。本人よりも周りが先に、「何だか最近、きこえが悪いんじゃないの?」と気づくことが多いです。本人はそれを受け入れず、あるとき急に不自由になったと感じます。それは、きこえの状態が普通の会話音をきく能力を下回ったからです。

ボリューム不足に音の響きが増えると、「小さな声、不明瞭な発音がきき取りにくい」「大きな声がかん高く響いて困る」「電話での会話が困難」「会合で大人数での会話がきき取れない」と感じます。

補聴器の話題は、本人からよりも身近な方々から先に声が上がります。まずは周囲の声に素直に耳を傾けてください。



Q

音や会話が
きこえづらさや、
どんな困ったことが
起きますか？

A

コミュニケーション障害や
認知症の引き金になる可能性があります。

「きき取りにくいからいらする」「周囲から無視されているような気持ちになる」、
「きき取りに不安があり、他人に話しかけられると緊張する」「コミュニケーションに参加
できない気がする」など、外部との交わりを避けるようになりがちです。



さらに困ったことに、難聴で音が脳に届きにくくなると、脳がいつの間にか刺激が少ない状態に慣れて仕事をさぼってしまいます。それが精神活動を低下させ、認知症発生のリスクにつながるのです。

Q

補聴器ってどんなもの？
試してみたいです。

A

管理医療機器です。
補聴器相談医のいる耳鼻咽喉科に相談しましょう。

補聴器は、医薬品医療器械等法に基づく、電子器機で管理医療機器のクラスⅡに分類されます。

補聴器に興味を持ったなら、訪れるのは、補聴器屋でも電気店でも眼鏡屋でもありません。大切なのは補聴器の知識ではなく、自分の耳ときこえの状態を正確に知ること。そのためには補聴器相談医(以下、相談医)の資格のある耳鼻咽喉科専門医の診察を受けてください。

治療が必要な病気がないか調べた上で、補聴器が選択肢にあがってくるからです。相談医は、純音聴力検査と語音聴力検査という最低限2つの検査をします。

難聴の程度、補聴器の効果予想、公的補助の対象かが分かります。検査結果を受けて、患者さん、相談医、認定補聴器技能者立ち会いのチームで、医療機関で時間をかけて患者さんに合った補聴器に調整します。



補聴器の特性測定装置

Q

補聴器を使わない？

A

何度も試聴や調整ができます。
脳のリハビリにもなるため前向きに検討しましょう。

補聴器は、失われた蝸牛の機能を取り戻すものではありません。残された機能を最大限呼び覚まし、さぼっている脳に新たな刺激を入れるために使う医療機器です。

自分のきこえに合わせた補聴器を選んだら、実際に装用して調整します。貸出試聴も行い、実生活で感じる不具合をさらに調整し、検証を繰り返します。購入は一つ一つ問題を解決して、納得してからです。

また、購入されなかった方からは「きこえないのも、補聴器で効果があるのも分かったけど、なくても生活には困らない」という言葉を多く耳にします。

加齢性難聴において補聴器の装用は、認知症のリスクを減らす脳のリハビリともいえます。これまでたくさん働いてくれた耳をいたわって、補聴器で聴覚情報を脳に呼び戻し、認知症のリスクをはね飛ばし、素敵なシニアライフをエンジョイされてはいかがでしょうか。



令和3年度も開講 3会場の受講生募集

感染対策 万全 講座は「健康関連」充実

シニアカレッジ新潟（石上和男学長、事務局・新潟県社会福祉協議会）が令和3年度も新潟、長岡、上越の3会場で開講されること

に決まり、受講生を募集しています。困難な時代の中でも「学び」への意欲を失わないシニアたちをお待ちしています。

新型コロナウイルス感染拡大により、令和2年度は入学式も卒業式も予定より遅れました。令和3年度について運営委員会で協議し

た結果、少人数で活動する機会が多い「実践講座」は感染防止のため断念せざるを得ませんでした。

しかしカレッジ全体については、消毒の徹底や広い講座会場の確保など感染対策に万全を期した上で開講することにしました。事務局は「安心して受講してほしい」としています。

新年度の講座は2年間の「基礎応用課程」だけで、

シニアカレッジ新潟で高い関心を集める「健康関連」講座を充実させる方向となりました。

講座の数は1年次、2年次とも「学長特別講義」を含め、16科目です。

1年次では「気軽にできる健康体操」や「社会・人のつながりと健康寿命」「薬と健康」薬の知識と上手な使い方、「救命救急の基礎」などとなっています。2年次では「お口の健康と体の健康」「目の健康維持の秘訣」「認知症・転倒予防と健康づくり」「高齢者のストレス予防と対策」などが開講されます。

このほか、国際化の時代にふさわしい「他国の文化にふれる」や、自然災害が相次ぐ時代を見すえた「自然災害と自助力・共助力」など、今を生きるための知恵やヒントにあふれた講座も見逃せません。

募集人員や開講時期など「募集要項」については7ページをご覧ください。



上越会場で卒業の記念撮影＝令和2年、高陽荘



長岡会場で起立する卒業生たち＝令和2年、アトリウム長岡



令和2年の新潟会場卒業式
|| 新潟ユニゾンプラザ

令和3年度「シニアカレッジ新潟」募集要項

I 講座の種類、募集人員、会場 ※短期の実践講座は開かれません

- 基礎応用課程（2年間） ・新潟会場（募集2クラス各60人）……新潟ユニゾンプラザ（新潟市中央区上所）
 ・長岡会場（募集50人）……アトリウム長岡（長岡市弓町）
 ・上越会場（募集30人）……高陽荘（上越市西城町）

II 開講期間

1年次 6～10月 2年次 5～10月

III 募集期間

3月15日から4月16日

IV 受講料

○基礎応用課程…年額6,600円

V 基礎応用課程の主な講座

1年次	2年次
人に好かれる話し方・聴き方	新潟県の歴史（新潟、長岡、上越）
高齢者が知っておきたい法律	良寛さんに学ぶ
いまニイガタで世界遺産を考える	心地いい暮らしのための整理整頓術 ～これからをどう生きるか～
音楽の力	地球温暖化問題について
交通事故防止と地域安全活動の実際	賢い消費者～悪質商法の被害にあわないために～
他国の文化にふれる	高齢者の健康づくりと食物～老化を防ぎ若さを保つ食事～
薬と健康～薬の知識と上手な使い方～	目の健康維持の秘訣 ～輝く視界をいつまでも！～
気軽にできる健康体操	お口の健康と体の健康
救命救急の基礎	高齢者のストレス予防と対策
社会・人のつながりと健康寿命	認知症・転倒予防と健康づくり
社会福祉サービスの基礎	成年後見制度と日常生活自立支援事業
介護の基本と認知症	障がい者たちの「働く」はどのようにして可能になったのか？
自己表現と関係づくり	実践者から学ぶ地域福祉と協働
生きがい探しと地域づくり	自然災害と自助力・共助力
私もできる!!身近な子育て支援	話してみよう、私たちの地域活動～活動実践者との交流～
学長特別講義	

VI 入学案内・申込用紙

シニアカレッジ新潟の入学申し込みは、インターネットでも受け付けています。

シニアカレッジ新潟で検索してください。

シニアカレッジ新潟 URL <http://www.fukushiniigata.or.jp/koureisya/>

入学案内や申込用紙をご希望の方は、84円切手を貼付した返信用封筒（長型3号12×23・5cm）に、ご自分の郵便番号・住所・氏名を明記の上、下記「問い合わせ先」にご請求ください。

VII 問い合わせ先

シニアカレッジ新潟事務局（新潟県社会福祉協議会 地域福祉課内）

〒950-8575 新潟市中央区上所2-2-2 新潟ユニゾンプラザ3階 ☎025-285-1400

世界に一枚。思い出の写真を油絵調オリジナルアートに。

ボン de アート とは…

写真に筆で描いたような表現になるようにデジタル加工を行い、当社独自のニス加工を施すことで油絵調のアートにするサービスです。

詳細・お問い合わせ・ご注文は、専用サイトまで

pondeart.com ボン de アート

島津ホールディングス株式会社 <https://www.shimazu-hd.co.jp>

スマホで撮影したスナップを油絵調に。思い出の瞬間をこのアートに刻みこむ。

A3サイズとA3サイズ+サインの2種類

イキイキ! ハツラツ! 元氣人

げんきびと

テニス

二宮 修 一さん 五泉市



Q. テニスを始めたきっかけ、競技歴は?

— 高校入学時に硬式テニス部に入りましたので、およそ55年。飽きもせず、楽しく続けています。

Q. テニスの楽しいところ、魅力は?

— 男性でも女性でも、ペア同士気持ち良い汗を流すことができ、何歳からでも、何歳になってもプレーができます(私は今71歳)。様々な世代と一緒に練習することで、世代を超えた交流の機会が生まれています。

Q. 練習はどれくらい?

— 雨の日や予定のある日を除けば、ほぼ毎日練習や会員制クラブでのゲームを行っています。

Q. 得意なショットやパターンは?

— フォアハンドストロークからの、前衛の横を抜くストレートが決まると、爽快です。

Q. 同年代に向けてのメッセージを。

— 何事も「継続は力なり」だと思っています。スポーツだけでなく、脳の活性化を図りましょう。



特養などの高齢者施設、訪問介護、障害者の支援施設、こども園 など

職員が
お願いや苦情を
聞いてくれない

職員の言葉遣いや
言い方がキツく
嫌な思いをしている

施設内でケガをしたが
職員の説明や対応に
納得できない

福祉サービスについて、事業者にも相談しても解決しない、また、話しにくい場合は

新潟県福祉サービス運営適正化委員会

〒950-8575 新潟市中央区上所2丁目2番2号 新潟ユニゾンプラザ3階

TEL.025-281-5609

相談無料

秘密厳守

FAX.025-281-5610

メールアドレス kujou@fukushiniigata.or.jp

第26回「にいがたねんりんピック」

実施13競技一覧(予定)

種目	開催日	会場
テニス	5月3日(月)	新潟市庭球場
ソフトボール	5月8日(土)	新発田市下高関運動公園
ダンススポーツ	5月9日(日)	新潟市鳥屋野総合体育館
ゴルフ	5月25日(火)	越後ゴルフ倶楽部
ゲートボール	5月26日(水)	上越市高田城址公園陸上競技場
ソフトバレーボール	5月30日(日)	新潟市秋葉区総合体育館
ソフトテニス	5月30日(日)	五泉市粟島公園テニスコート
卓球	5月30日(日)	燕市吉田総合体育館
弓道		5月中予定
ペタンク		5月中予定
バウンドテニス		6月中予定
太極拳	9月20日(月)	新潟市西総合スポーツセンター
剣道	10月3日(日)	新潟市秋葉区総合体育館

※表は2月15日段階です。日程はさまざまな事情で変更される場合があります。

にいがた
ねんりん

5月から順次熱戦 13競技「岐阜」目指す

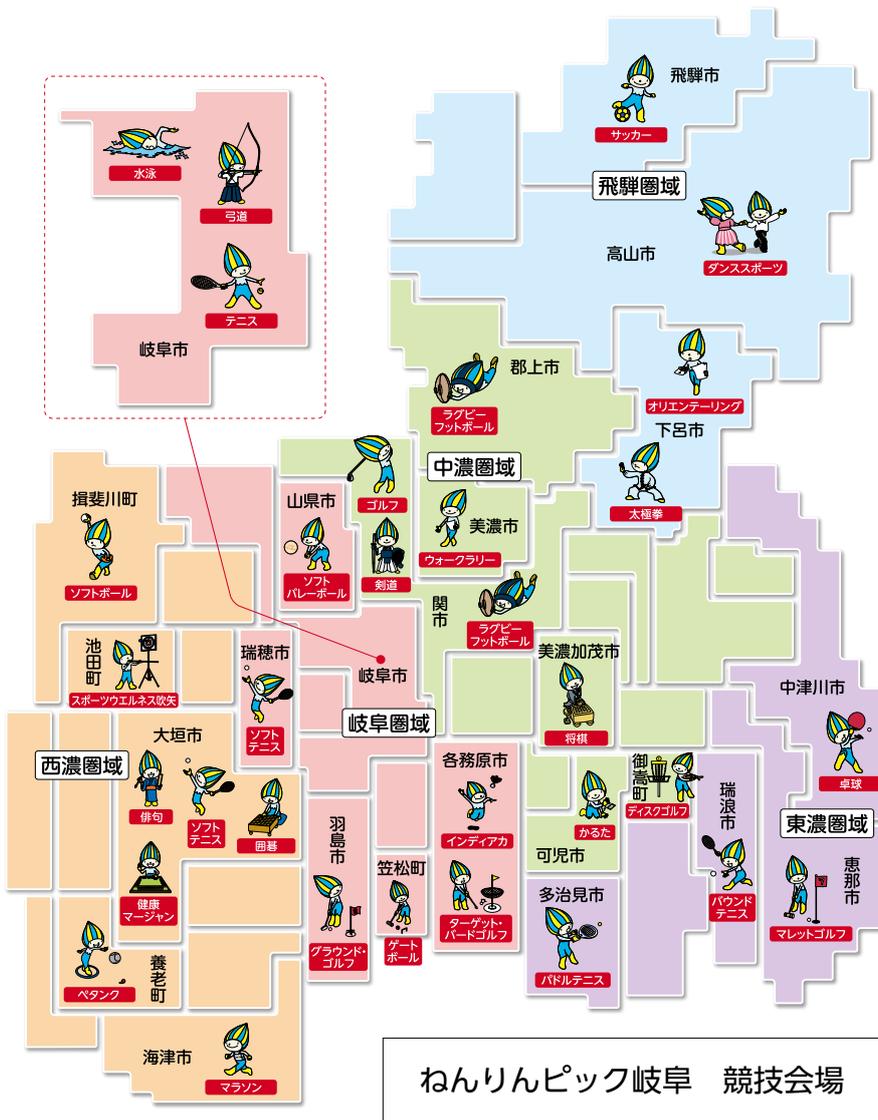
第33回全国健康福祉祭さ
ふ大会(ねんりんピック岐
阜2021)へ県内から出
場する選手の選考会を兼ね
た「第26回にいがたねんり
んピック」(新潟県社会福

祉協議会主催、新潟県・新
潟市など共催)が5月から
順次、県内各地で行われま
す。
種目は卓球やソフトボー
ルなど13競技です。出場資

格は60歳以上です。新型コ
ロナウイルス感染対策とし
ての各競技のガイドライン
に十分留意しながら開催す

る予定です。
ねんりんピックは、ス
ポーツや文化交流などを通
じ、触れ合いと活力ある長
寿社会づくりに寄与するこ
とを目的に毎年行われ、全
国からパワーあふれる約
1万人のシニアが集い、熱
い戦いを繰り広げます。

「清流に 輝け ひろが
れ 長寿の輪」をスローガ
ンとする「ねんりんピック
岐阜2021」は、コロナ
禍による1年延期を経て、
10月30日(土)に開会式を
行い、競技は10月31日、11
月2日、岐阜県内42市町村
で実施される予定です。



令和2年度

<http://www.fukushihoken.co.jp>

ふくしの保険

検索

全国200万人加入!! 日本国内でのボランティア活動中のケガや賠償責任を補償 ボランティア活動保険



保険金額・年間保険料 (1名あたり)

保険金の種類		プラン	基本プラン	天災・地震補償プラン
ケガの補償	死亡保険金		1,040万円	
	後遺障害保険金		1,040万円(限度額)	
	入院保険金日額		6,500円	
	手術保険金	入院中の手術	65,000円	
		外来の手術	32,500円	
	通院保険金日額		4,000円	
地震・噴火・津波による死傷		×	○	
賠償責任の補償	賠償責任保険金 (対人・対物共通)		5億円(限度額)	
年間保険料			350円	500円

商品パンフレットは
コチラ



(ふくしの保険
ホームページ)

団体割引 20%適用済 / 過去の損害率による割増引適用

<基本プランに加入される方へ>

基本プランでは、地震・噴火・津波が起因する死傷は補償されません。

◆災害ボランティア活動の参加は、「天災・地震補償プラン」への加入をおすすめします。

※被災地でのボランティア活動では、予測できない様々な事態が想定されます。二次被害への備えとしても、あらかじめ「天災・地震補償プラン」に加入いただきますと、より安心してボランティア活動に参加いただけます。

ボランティア行事用保険 (傷害保険、国内旅行傷害保険特約付傷害保険、賠償責任保険)

地域福祉活動やボランティア活動の一環として行われる各種行事におけるケガや賠償責任を補償!

送迎サービス補償 (傷害保険)

送迎・移送サービス中の自動車事故などによるケガを補償!

福祉サービス総合補償

(傷害保険、賠償責任保険、約定履行費用保険(オプション))

ヘルパー・ケアマネジャーなどの活動中のケガや賠償責任を補償!

● このご案内は概要を説明したものです。お申込み、パンフレット・詳しい内容のお問い合わせは、あなたの地域の社会福祉協議会へ ●

団体契約者 社会福祉法人 全国社会福祉協議会

〈引受専事 損害保険ジャパン日本興亜株式会社 医療・福祉開発部 第二課 保険会社〉

TEL: 03 (3349) 5137

受付時間: 平日の9:00~17:00 (土日・祝日、12/31~1/3を除きます。)

損保ジャパン日本興亜は、関係当局の認可等を前提として、2020年4月1日に商号を変更し、「損保ジャパン」になります。

取扱代理店 株式会社 福祉保険サービス

〒100-0013 東京都千代田区霞が関3丁目3番2号 新霞が関ビル17F

TEL: 03 (3581) 4667 FAX: 03 (3581) 4763

営業時間: 平日の9:30~17:30 (12/29~1/3を除きます。)

● この保険は、全国社会福祉協議会が損害保険会社と一括して締結する団体契約です。

〈SJK19-12919 2020.2.10作成〉



えかき・たろきち「日」

福祉にいがた
表紙絵作者

たろきちさん 4月号から

しゅんすけさんと交代

新潟県社会福祉協議会が発行する機関誌「福祉にいがた」と「福祉にいがた オアシス21」の表紙絵の担当は、えかき・しゅんすけさんがこの3月号で終わり、4月号からは、えかき・たろきちさんに交代します。来年3月まで1年間の予定です。

たろきちさんは新潟市西区の福祉作業所に通う30代男性で、筆先の器用さを見込んだ職員に勧められ、3

年ほど前から、絵を描き始めました。「たろきち」は好きなお笑い番組に登場した犬の名前だそうです。作風は緻密で、色使いは大胆です。彩色せずモノクロ画にもこだわります。作品はファンタジックな風景画などのほか、人物や動物をあしらった、ユニークな絵も目を引きます。

表紙絵を飾ることについて、たろきちさんは「皆さんに楽しんでもらえたら」と話しています。

一方、しゅんすけさんには昨年4月から1年間、担当していただきました。

緻密な筆運びで、優しさにあふれた作品が多く、読者を楽しませてくれました。1年間、ありがとうございました。

しゅんすけさんの表紙絵のダイジェスト版を掲載します。ご覧ください。



みたらせ潟 2020

4月号



たのしい日々はたかからものになるよ
5月号



7月号
チューリップ畑とさる吉くん



8月号
さがた大水泳大会



くるみ

9月号



10月号
阿賀町でくるみみさぎょう、わいわいわい



ヒカリ

11月号



ともしび
12月号



1月号
ひつじがむにやむにやむにや...

しゅんすけさん 表紙絵ダイジェスト

高齢者総合相談センター・認知症コールセンター

令和3年1月までの相談まとめ

◆高齢者総合相談センター

令和2年4月から令和3年1月の間に、高齢者やその家族等から1,438人、延べ1,890件の相談が寄せられています。

相談者の84%が女性、16%が男性で、電話による相談が96%を占めています。

相談内容で最も多いのは、経済・生活に関するもので、42%となっています。日常生活上の心配ごとや困りごとについて、身近に聞いたり話したりできる相手がいらないという背景があるようです。

◆認知症コールセンター

令和2年4月から令和3年1月の間に、349人、延べ620件の相談が寄せ

られています。当センターを開設した昨年度(同月時点)と比較し、相談者数・相談件数ともに1.4倍ほど増加しています。

相談者は女性が70%、男性が30%で、半数以上が両親(父母)に関する家族からの相談、次いで配偶者に関する相談、本人からの相談と続いています。

～ お気軽にご相談ください ～

相談時間：月～金(祝日除く) 9:00～17:00

≪相談無料、秘密厳守≫

新潟県高齢者総合相談センター

☎025-285-4165

新潟県認知症コールセンター

☎025-281-2783

■相談分類別 (上段：相談センター件数 1,890 件/下段：コールセンター件数 620 件)

(単位：件)

保健・医療			福祉サービス			経済・生活					法律				家族・家庭																
相談センター：80件 コールセンター：398件			相談センター：127件 コールセンター：121件			相談センター：793件 コールセンター：13件					相談センター：264件 コールセンター：14件				相談センター：602件 コールセンター：70件																
自殺	医療関係機関	認知症	医療	精神衛生	趣味・余暇活動	その他	施設・機関・窓口	福祉用具・住宅改修	障害福祉サービス	介護認定・サービス	その他	仕事	住宅・設備	土地・不動産	税金	年金・保険・手当	生計(生活費)	その他	人権	虐待(高齢・障害)	金銭・サラ金	借地・借家	成年後見	相続・財産	家庭・離婚・扶養	その他	近所・地域	夫婦	家族	人生(単身)	
35	3	5	11	15	11	24	32	39	2	5	49	650	36	16	22	16	21	32	57	12	7	48	13	17	83	27	185	60	45	265	47
10	0	29	316	29	14	4	5	16	0	100	4	3	0	0	0	3	3	2	0	2	0	0	7	3	0	6	7	9	47	1	

■相談内容の例

高齢者総合相談センター	<ul style="list-style-type: none"> ○高齢のきょうだい同士で暮らしており、収入も少ない。今後の生活が心配。 ○夫(妻)との関係にストレスを感じている。相手の心理が分からない。 ○勤務先の同僚から心ない言葉をかけられ、気持ちが収まらない。 ○高齢の両親が、近所付き合いもなく家にこもりがちになった。この先を心配している。 ○入所先の感染症対策で、親と面会できない日々が続いている。親の状況が分からず不安。 ○ケアマネジャーや居宅介護支援事業所を選ぶ際のポイントがあれば教えてほしい。 ○スマートフォンに届いた迷惑メールについて聞きたい。 ○遺言書の書き方や相続について相談したい。
認知症コールセンター	<ul style="list-style-type: none"> ○認知症の親が、何に対しても反発してこちらの言うことが伝わらず困っている。 ○認知症の家族が、朝昼晩以外の時間も関係なく食べてばかりいて心配している。 ○家族に認知症のような症状があり、本人に専門機関の受診を勧めるが口論になってしまう。 ○認知症に起因する症状が強くなることもあり、退院後に自宅で介護する自信がない。 ○認知症の親の対応、自身の家庭の問題など、すべて自分一人に負担がかかっており大変。 ○自分が認知症ではないかと疑っている。どこで診てもらったらいいのか知りたい。 ○認知症の診断を受けた。周囲への告知や免許の返納など、どのようにしたらよいか。

認定NPO法人

地域たすけあいネットワーク

(野島理恵子理事長 〓 三条市本町6 〓)



活動拠点「かじまの家」の前で、野島理恵子理事長〓と、前理事長の加藤裕子さん

信濃川と五十嵐川の合流点近くにある三条市本町6。古い住宅街の一角に、昭和初期建築の町屋をリニューアルした「かじまの家」がたたずんでいます。旧町名にちなむ「かじま

ちの家」は、平成11(1999)年にスタートしたNPO法人「地域たすけあいネットワーク」(以下「地域ネット

ト」の拠点です。法人は令和2年4月に認定NPO法人となりました。

「誰しも年齢を重ねても自分の家で暮らしたいと思う。そのお手伝いとして高

支え合う仕組み築く

齢者の在宅支援を進めたい」。語るのは設立当初からのメンバーで、前理事長の加藤裕子さん。

「困ったときはお互いさ

ま」をモットーに当初からたすけあい事業を重視。身体介助や家事代行、草取り、雪除け、通院介助など幅広い支援を続けてきました。

きめ細かい対応も心がけ、利用者宅へ出向いた際、例えばごみ出しなど、15分300円で「ワンポイントサービス」に応じます。

支援を受けるには事前に利用会員であることが必要

ですが、地域ネットは柔軟に対応してきました。「困っているならまず手を差し伸べる。入会手続きはその後でいい」と加藤さん。こうした姿勢を続けた結

果、利用者たちから「本当に助かりました」と感謝されるが多くて、うれしい」と理事長の野島理恵

子さんは語ります。利用会員にはこのほか、障害者総合支援法や介護保

険の制度に基づく事業、デイサービス事業も提供しています。

一方、提供会員が「地域ネット」に参加するメ

ニューや仕組みも豊富です。

介護福祉士などの資格を持つ人は「介護保険」「障害者総合支援」事業に携

わってもらっています。一方、そうした資格がない市民に対しては「できること」で「できる時間」での参加を提案し、誰でも参加できる仕組みにしています。

「私も高齢になったら支

◆メモ◆

【認定NPO法人「地域たすけあいネットワーク」三条市本町6ノ3ノ76 〓 0256(34)2448 〓 info@sohonet.net 〓 事務所開所月―土曜午前9時―午後6時 〓 会費 個人は入会金1千円、年会費2千円

◆事業を(利用する) 家事代行、草取りなど、配食 〓 福祉有償運送 〓 障害者総合支援法―居宅介護 〓 介護保険―訪問介護、デイサービス ◆事業・運営に(参加する) 介護保険事業、障害者総合支援事業(ともに有資格者) 〓 たすけあい事業(資格なし可) 〓 クラブ、行事など 〓 コミュニティカフェ、わくわく食堂(子ども食堂) 〓 土間シヨップ

地域共生社会の実現へ向け、NPO法人などの活動を紹介します。 〓 随時掲載 〓

えられたい。今はまだ動けるから、支える側でいたい」と語る加藤さんは理事の傍ら、ヘルパーとして今も駆け回っています。

支援を求める人を、余力ある人が支える。家族で支え、地域で支える―。

「地域ネット」は希薄になつた「支え合い」をよみがえらそうと挑戦し続けてきました。そして今、「支え合いの輪」は三条の地に、着実に広がりつつあるようです。(15ページへ)



会員らのさまざまな手作りを販売する「土間ショップ」

地域たすけあいネットワーク

認定NPO法人「地域たすけあいネットワーク」(三条市)は、多彩な活動が目まぐるしく行われています。

その一つが活動拠点「かじまの家の」の玄関先にある「土間ショップ」です。

改装前の旧町屋にあった土間を改造して「お店」にしました。ここでは、会員が生産した野菜や米、モチ、

土間ショップやカフェ、食堂

自由議論で活動多彩

さらに手作りした布製品など多彩な商品を並べ、市民には「気軽に買い物」と呼び掛けています。

開店時間は月・土曜の午前9時～午後5時。

新型コロナウイルスの感染拡大により、一時休止となりましたが、「かじまの家」ではカフェや食堂も営みます。

食事やコーヒーを楽しむコミュニケーション「ふらっと」は火・

木・土曜の限定で開店します。

子ども食堂も毎月第2、第4の日曜日に開きます。

なぜ「地域ネット」の活動は多彩なのでしょう？

理事長の野島理恵子さんは「ここはミーティングや委員会がたくさんあって、いろんなことを話し合っています。誰かが『こういうの、あったらいいね』と発案すると『じゃあ、やってみない？』とやっていくのです」と話します。

自由な議論と発案を尊重する雰囲気。それが「地域ネット」の多彩な活動の秘訣のようです。



新型コロナウイルスの感染拡大による生活への影響が増している。

大都市を中心に緊急事態宣言が出され、行動自粛が求められた。その一方、外食や日帰り旅行も再開する動きも見られ、長引くコロナ禍で自粛

成果の「見える化」

疲れや気の緩みも指摘される。

自粛の成果が出るのは2週間後とされ、日々発表される感染者数がすぐ減るわけではない。ところが、私たちは今すぐに成果がほしいと感じてしまい、将来の成果はとてもし小さな価値のように感じられる。

成果がすぐには目に見えない。

自身の「変容」にも有効？

い状態が続くと、だんだん耐えられなくなり、これが気の緩みにつながっていく。

そのため、自粛の成果をより目に見える形で示すことが人々の行動変容にも有効とされている。例えば、市街地の入出の減少数など、自粛の効果が身近に感じられる数値を日々公表することも自粛継続に効果があるとされる。

もちろん「見える化」しただけでは何も変わらない。「見える化」して見えた結果を基に、具体的な行動にどう落とし込むかが肝要だ。

ダイエットが難しいのも同じ原理かと思う。1日2回体重計にのって数値を「見える化」して、滞りがちなランニングなどの行動計画をしっかりと履行したい。自分自身も行動変容できたらいいな。

(貴浩)



新潟ユニゾンプラザ情報

【主な設備の紹介】



カメラ付きマイクスピーカー

大型モニターにつ
なぐことで、参加者
も画面共有をする
ことができ、ZOOM
などを使った会議
では人数分のパソ
コンを用意する必
要がありません。



会議の様子

◀ 120度広角カメラにより会場全体を映し出せます。また、マイクとスピーカーも付いているので、音声の集音・拡声もスムーズに行えます。

貸ホール・貸会議室は新潟ユニゾンプラザへ

多目的ホール、大会議室、大・中・小研修室など用途や規模にあわせてご利用いただけます。無料の専用駐車場（220台）を完備しております。

◆貸室の利用申込方法

ユニゾンプラザホームページよりお申し込みください。貸室の予約状況も公開しています。

URL：https://www.unisonplaza.jp/

【インターネットサービス】



4、5階の各会議室でインターネットを利用できる環境を整備しました。

インターネットの使用料は無料。

無線LANルーター、有線LANも無料で貸出を行っています（数に限りがあります）。

—館内の多目的ホール、各種会議室、福祉の店パレット、図書館は新型コロナウイルス対策を励行しています—

着る、筋肉

INNOVUS Every

ISO 14382 認証取得

介護のサポートに、マッスルスーツエブリィを一
持上げ時や中腰時の腰の負担を軽減

電力不要
でもパワフル

本体軽量
重量3.6kg

簡単着脱
10秒以内

低コスト
リース契約可

訪問/デモ承ります！

(代理店)
つなぐ・つたえる・つくりだす

株式会社テクノアソシエ 新潟営業所

新潟県三条市西潟24番1号

Tel: 0256-38-3981 担当: 宮川

E-Mail: taedi105@technoassocie.co.jp

http://www.technoassocie.co.jp/product/muscle_suits.html

編集後記

「福祉にいがた」の取材で、三条市の認定NPO法人を訪れた。前理事長の女性には私の名刺に目を凝らしてから「私ですよ」。マスクを外した顔に驚いた。高校時代の同級生だ。ほぼ半世紀ぶりに会った。

高校時代、彼女は剣道部に入り、部活で一緒の同級生と結婚した。夫君は私の小中高の同級生。中学の同級会などで「妻は元氣だ」と聞かされていたが、思いがけず再会するとは…。

取材を通じ彼女は、希薄になったとされる「地域の支え合い」の構築に尽力してきたと知った。高校時代の生真面目そうな性格が重なった。活動は地域に根付き、同級生として誇らしかった。思いがけない再会と思えば心は、しばし昔に戻った。福祉に關したひとときと想っている。

(佐)

ご意見感想お寄せください

「福祉にいがた オアシス21」について、ご意見、ご感想、知りたいテーマなどございましたら、右記までお寄せください。

◆〒950-8575

新潟市中央区上所2丁目2-2 新潟ユニゾンプラザ3階
新潟県社会福祉協議会企画広報課

◆ファクス 025-281-5528

◆Eメール oasisu@fukushiniigata.or.jp

福祉にいがた

オアシス21

第96号 令和3年3月発行

発行・編集 社会福祉法人 新潟県社会福祉協議会
制作 島津印刷株式会社

〒950-8575 新潟市中央区上所2丁目2-2 (新潟ユニゾンプラザ3階) TEL.025 (285) 1400

〒957-0000 新潟県新発田市富塚1419 TEL.0254 (27) 2101

ISSN 0917-8236