

ぜひこころをみたら

安原

「若者が持つ地域づくりの可能性と課題」を探る 公民館大会分科会



活動の事例報告を行った分科会

松本市の公民館発足70周年を記念した「未来を拓く自治と協働のまちづくりを目指す研究会松本大会」2日目の1月29日、Mウイングで11の分科会に分かれて地域づくりについて討議しました。

公民館大会分科会

分科会では、松本市から信大生による萩町での『まつもと空き家プロジェクト(ロツピキ)』の活動が報告されました。活動に参加している若者は「自分たちのやりたいことができ、学校では学べないことが学べる」と述べ、地域住民は「若い人の発想力で町を元気にしてほしい」などの期待を寄せている半面、今後どう継続させるかが課題となっています。

飯田市からは、地域を愛し理解して地域に貢献する人材(高校生)を育てる「地域人教育」の取り組みが報告されました。

現在多くの地域活動の場で若者の姿が見られないことが悩みとなっています。分科会



グループワークの意見を交わす参加者

に向けた学習会の中で、若者が地域につながるためにきっかけやコーディネーター、居場所が必要だという方向づけがなされました。

以上をふまえたグループワークでは、「若者が、楽しい」

心にやさしい介護の「コツ」 「負担にならない介護って」



介護のコツを語る三井貞代さん

人生の最期を迎えたいのは、また介護を受けたい場所も、自宅が希望の1位です。しかしデータによると、昭和50年を境に、病院で最期を迎える例が多くなりました。

【希望は自宅】
今後は、さらに高齢者のみの世帯と一人世帯が増えます。

【秘訣は心の健康で】
介護される方の気持ちに立ち、人権を尊重することを忘れてはなりません。身体を清潔に保つことも大事です。食事はその方の状態に合わせて、食べてもらえる工夫が大事です。

介護する側には、ひとりで悩まず、ストレスを溜めず、心の健康が大事だと指摘しました。



2月4日土曜日の午後、社協安原地区支会の、福祉を語るつどいが開催されました。講師は信州大学病院看護部長の三井貞代さん。仕事をしながら家族の介護を続けている三井さん。体験に基づいた分かりやすいお話でした。当日、40人が聞いた講演の一部を紹介いたします。

す。住み慣れた地域で自らもできる努力をする、地域も援助する。家庭内で対応できなくなっても地域内で多岐にわたる生活支援が受けられるような仕組み、「地域包括ケアシステム」という地域づくりの取り組みの紹介がありました。

安原地区「地域ケア会議」 カフェでの相談会を通じて



課題解決に向けて話し合った地域ケア会議の様子

安原地区地域づくりセンター及び松本市中央北包括支援センターは、2月15日、安原地区「地域ケア会議」を開催しました。

この会議は、安

原地区地域づくりセンター及び松本市中央北包括支援センターは、2月15日、安原地区「地域ケア会議」を開催しました。この会議は、安原地区地域づくりセンター及び松本市中央北包括支援センターは、2月15日、安原地区「地域ケア会議」を開催しました。この会議は、安原地区地域づくりセンター及び松本市中央北包括支援センターは、2月15日、安原地区「地域ケア会議」を開催しました。



あさば野カフェに併設される「ちよこつと相談会」

安原地区では、昨年10月から「あさば野カフェ」に併設する形で「ちよこつと相談会」を開催しています。地域包括支援センターの担当者とお茶を飲みながら、気になることを何でも直接相談できる場所になっています。この相談会を通じて、地域にケアシステムの輪が広がり、顔の見える地域づくりにつながっていくことが期待されます。

備えの大切さ学ぶ 山梨防災安全センターで

安原地区公民館委員と、町内公民館長会による合同視察研修が、東日本大震災からちょうど6年に当たる3月11日に行われ、山梨県中央市にある県立防災安全センターで学習を深めました。

公民館運営委員会など各委員会の委員をはじめ町会長や役員、公民館長たち約30人が参加しました。

防災や災害について体験的に楽しく学ぶコーナーを備えた同センターで、担当者は被



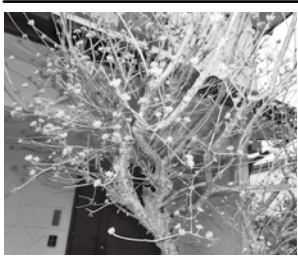
地震体験装置に乗った人たち(手前)と見守る研修参加者

被災した際の安否確認には近所の普段つきあいのが特に重要と強調。近所は「近助」、共

助は「協助」に通じる、としました。

非常持ち出し品には服用している薬や「お薬手帳」、眼鏡などを用意しておくことが大切とも説明。「公助が機能するまで早くて3日。日常の対応と有事の備えをもう一度見直してください」と述べました。

地震体験コーナーでは、震度6弱クラスの揺れを代わる代わる体験しました。東電福島第一原発事故の



春のハルコガネバナ(上)と、秋のアキサンゴ



春のハルコガネバナ(上)と、秋のアキサンゴ。熟した果実にホワイトリカーとグラニュー糖を加えて、果実酒を造り冷暗所で1カ月ほど熟成すれば出来上がりです。滋養強壮、頻尿、寝汗、冷え性、不眠症などに効くと昔から飲まれてきました。野鳥に食べられる前に採集し、果実酒を造り薬効をお試しください。

いちよう並木

「サンシユユ(ハルコガネバナ)の薬効について」

ロウバイ・マンサク・レンギョウ・ミモザなどとともに、早春を代表する黄色い花木、ミズキ科ミズキ属のサンシユユについてのうんちく。春はハルコガネバナ、秋にはアキサンゴの別名を持ち花も実も楽しめる落葉花木です。

ひえつき節に歌われた「庭のさんしゆの木」のこと。枝いっぱい黄色い小花がビッシリ付くところからハルコガネバナ、また、葉が落ち、目に付くのがサンゴのように輝く真っ赤な実、ここからアキサンゴとも呼ばれます。身近で長期間楽しむことができます。