



「介護の社会化に思う」

常任理事 栗原節子

豊かな自然に恵まれた風光明媚な陸前高田市で生を受け、高校卒業まで過ごしました。実家の目の前を走るJR大船渡線と並行する国道48号線を横断するとすぐ海で、高田松原海水浴場までは徒歩15分ほどでした。私の原風景は、独特の気仙弁と碧い海です。

兄3人と姉2人おりましたが、今は3番目の兄と姉と私の3人だけになってしまいました。17歳違いだった長兄は、あの日の波にのまれ行方が分からないままです。実家が流失し菩提寺も被災してしまった混乱の中、その年のお盆前に身内で葬儀を行いました。私は今もどこか割り切れない気持ちを引きずっています。8年の歳月が流れてふるさとの復興を徐々に実感出来るようになりましたが、私の心の復興はまだ終わっていません。

姉は岩手で元気に過ごしておりますが、仙台市内に住む3男の兄が、2年前の5月に自宅で右大腿骨頸部骨折の怪我をいたしました。救急病院に搬送され人工骨頭置換手術を受けましたが、術後にはつなぎ服とミトンを着け、身動きも不自由そうで痛々しい様子を見ているのは辛いものでありました。

リハビリを終えて2カ月後に退院しました。ショートスティを経て今は、特別養護老人ホームに入所して車椅子を利用しながらの生活をしています。要介護3で認知

症状もある為、面会に行くと会話が弾み笑顔が見られる日もあれば、話している内容を聞きとれない時もあります。その日の朝刊を持参すると必ず目を通してくれます。好きな山野草の写真集や、手に取りやすいように小アルバムにした昔の家族写真をベッドサイドに置き、時折眺めているようです。兄の奥さんは少しでも長く現状維持を願い、週に数回通って話し相手をしています。老々介護をしている兄夫婦を少しでも支えたく、私に出来ることを手伝いながらさりげなく見守っています。

面会に行くと、施設の職員さんたちはきちんと挨拶をしてくれます。落ち着いた雰囲気があり、利用者さんに対する声かけが静かで言葉遣いも丁寧です。職員さんの教育が行き届いているなあ、と感じ安心感があります。多忙な業務の中にあるにもかかわらずその真摯な対応には頭が下がります。

東日本大震災の前年に99歳で世界した母も、10年近く岩手県内の介護施設でお世話になり最期まで過ごしました。母の場合も、兄も、それぞれ家族の介護だけでは難しい環境にありました。一万人市民委員会の理念でもある「介護の社会化」がここまで進んだことに感謝しておりますと共に、今後も更なる介護サービスの向上を願っております



これからの介護予防の姿

～～～ 生活支援・介護予防サービスの更なる充実に向けて～～～

すべての高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるため、高齢者自身が生活支援の担い手として社会的役割を持つことにより、生きがいや介護予防にもつながるよう高齢者の社会参加を促し、生活支援・介護

予防サービスの更なる充実に向けて、地域の中に生きがい・役割をもって生活できるような居場所と出番づくり、支え合い助け合い等各種各様の支援活動や地域づくりに取り組んでいる団体を紹介します。

～～～ ご存知ですか？～～～
あなたの地域の福祉活動

宮城野区
田子西地区

Open Village
ノキシタ

オープンビレッジ「ノキシタ」が令和元年5月15日（水）宮城野区田子西地区にオープンしました。地域住民、高齢者、障がい者、子どもらが集い、自分の居場所と役割を持ち自分らしく元気に暮らせる地域拠点として共生型複合施設として開設されました。

この取り組みは東北大学やJAGES（日本老年学的評価研究機構）との共同研究として、介護予防や認知症予防につながる超高齢化社会のサステナブル*なまちづくりモデルを目指しています。補助金や助成金に過度に依存することなく、住民や民間企業の力を活かして社会課題解決につなげるまちづくり、多様な未来のライフスタイルを作っていくチャレンジとしてスタートしています。



※サステナブル(sustainable)：持続可能であるさま。特に、地球環境を保全しつつ持続が可能な産業や開発などについていう。



この地区には震災後に大きな災害公営住宅が2棟建てられ、新しい住民による町内会（コミュニティー）もできている。以前からの町内会との交流など各地域の住民から、みんなが集まる場所が足りないとの声もあったとの事。そこで、社会的弱者（高齢者、障がい者、子ども）も普通に社会参加ができ、健康でみんなが過ごせる居場所（スペース）をとるコンセプトの基、まちづくりがスタートしました。

新しく生まれた“ちいさなまち” OpenVillage「ノキシタ」は

- ◆人や活動が結びつき、温かな輪(和)を育てる交流スペース「コレクションスペース」（運営：株式会社Ai Nest（アイネスト））
 - ◆“野菜を美味しくたくさん摂れるお店”障がい者就労支援カフェ「ノキシタカフェオリーブの小路」（運営：NPO法人シャロームの会）
 - ◆多様な人と人との関わりの中で子どもたちを育てる企業主導型保育園「シャロームの杜ほいくえん」（運営母体：NPO法人シャロームの会、委託運営：株式会社ペンギンエデュケーション）
 - ◆障がいのある方を地域の中で、さまざまな障害福祉サービスで支えるサポートセンター「Tagomaru」（運営：社会福祉法人仙台はげみの会）
- の五つの施設が中庭を囲んで構成されている。まちはメイン道路にも面していて、建物の軒が深く突き出て軒下で雨宿りもできそうである。



まち全体はバリアフリーで保育園の子どもたちが中庭や路地で自由に遊べ、向かいの災害公営住宅からこどもたちの様子を見に散歩に来たりしている。

だれもが気楽に立ち寄れるカフェ（火曜～土曜 10:00～16:00）からは中庭の眺めもいい。コレクティブスペースにはさおり織の機織りが3台、キッチン、和室もある。利用券を購入してから利用する。（詳しくはお問合せ 022-385-7931：ノキシタ）

ノキシタの運営には町内会、近隣の方、各事業所の代表が集まり話し合い、アイデアを出し合い運営に役立てている。

住民でパーソナルトレーナーの方が振り付けしたノキシタ体操は健康体操として皆に親しまれている。中庭のハーブも摘み取りOKですとのこと。



交流スペースでは月単位でイベントがある。ノキシタランチ会は毎週月曜日にキッチンを使って、開催されている。町内の人と一緒に作りたい人、食べることに参加したい人、それぞれ自由に参加し、おしゃべりをし、食べながら食育について情報交換をしたりと楽しい時間を過ごしていますと参加者が話してくれた。（材料費、350円）

保育園では行事やお誕生会への参加を地域の皆さんにも呼びかけしている。

対応して下さった“Tagomaru”センター長の安藤さんは企業 の力や住民の力、官の力、そして法人の社会貢献などがうまく織り込まれ、地域力が高まり、社会的弱者が地域に包摂され、どんな人でも“その人らしく”心も身体も健康に暮らせるまちづくりを目指して行きたいと話してくれました。



◆◆◆わたしの今とこれから◆◆◆

これから挑戦？

宮城野区 森 みさを



仕事一辺倒だった私は、順番に廻ってくる市政だよりや回覧板の配布、夏祭りのバザーに協力する程度の町内会への参加でしたが、今年から環境衛生という係を引き受けました。活動内容はごみ置き場の清掃、ネットの補修、公園の草取り、地域内のごみ拾い等です。

ある日、宮城野環境事業所から町内会からの推薦で、クリーン仙台推進員として委嘱されました、との連絡がありました。

（環境衛生の係が自動的になったようです。）

ごみの減量、リサイクルの推進のため、市と各町内会が協力して行っている事業のようで、推進員として活動するにあたっての基本姿勢や活動の方法、行政との協働のあり方などの勉強会もあります。

家に居る時間が増えて、タンスに眠っている着物や、洋服、押し入れの布団類、食器、瀬戸物や戴き物の品々など、捨てるに捨てられずにいたものが気になり始めていたところでしたので、『資源とごみの分別研修会』に参加することにしました。

私達の町内会執行部も高齢化が進み、2年かけて世代交代しました。若い世代の町内会執行部の皆さんは、現役で仕事をしながら地域のために頑張っています。私もこの機会に勉強し、少しでも町内会活動に協力したいと思っています。

「子犬の預かり保育」

青葉区 岡元 美鶴

生後六十日過ぎの子犬を預かることになった。近くに住む娘が飼い主。家族が帰って来る朝から夕方まで預かります。柴犬メス、名前「まめこ」排泄は糞が



来ているとの事でしたが、なかなか排泄シートの上とはいかず失敗続き。これまた失敗した時の後始末が一番手がかかります。

でも「可愛い姿と仕種で、子犬はその大変さを忘れさせてくれるのですね」それから自分の体ほどもある「スリッパ」が好き。ブンブン振り回して遊び、もう履けません。家具など何でも「かじる」これには困ってしまいました。

半年がたち、散歩が大好き、私の健康維持も合わせて、たっぷり時間を取り「まめこ」が満足するまで付き合います。公園三ヶ所、七千歩ほど歩きます。夏休みに入り、娘家族が家に居るようになり預かり保育も、一時お休みです。ほっとする半面、一日の生活に「彩り」がなく、子犬とはいえ夫婦の心に「愛しい」存在となりました。夏休みが終わり、一回り大きくなって又通ってくることでしょう。

「最近感動したこと」

塩釜市 柏倉 二男



私は現在日中殆どどの時間を車いすで過ごしている。

居宅サービス計画により、訪問看護、訪問リハビリを週に1回づつ、医師の往診は月に1回の実施である。

又訪問入浴は週に1回ベッドの傍で実際に手際よく行われ、まさに至福の一刻である。

「わたしの今とこれから」

青葉区 川村 勉

1 数年前に一万人市民委員会を紹介して頂き、調査員をさせてもらっていますが主任調査員になったばかりの頃、グループホームに「情報の公表」と「地域



密着型サービス評価」に行った時のことでした。

調査開始の時点になってから「情報の公表」の関係書類が準備されていないことが分かりました。

「事前の連絡で、準備の調整はできていた」との私の思い違いからでした。頭が真っ白になりました。

そこから、私達調査員とホーム管理者、そしてはるばる同席していたホーム経営責任者とも、関係資料を四方八方探し回りました。見通し真っ暗な中、ベテラン調査員はいつもと変わらない明るさで、テキパキと探し出していきました。

こうして新米主任の私は救われました。

2 ボンヤリの私ですが、今でも調査員のスゴサに気付かされることがよくあります。

にこやかな姿の中におそろしいチカラを秘めている方々なのだ〜と、思いを新たにします。

これから同行して頂く調査員の方にも訪問するホームにも、なるべく迷惑掛けないようにしたいと思っています。

結構人の出入りは多く暇をもてあますということはない。

ただこのような生活の中で改めて考えると、仕事とはいえ看護師も介護師もわたしのことを我がこと以上に理解しようとつとめ、その思いに添うべく気遣ってくれるその姿勢にはただ、ただ感謝のほかはない。

「声を大にして言いたい事」

太白区 若松 芳陽

これで良いのか？

(道端の雑音・8月15日・記)

74年前の終戦の日、私は、旧制

中学1年生12才だった。

8月15日の前後は、お盆である。



仏教では、先祖の霊を迎えると共に心静かに身近な死者を偲ぶ日である。

74年が過ぎた今、政界に目を向けて見ると、安倍政権が登場し6年半が過ぎ、この間色々な問題がありました。まずは、「森友・加計学園問題」に始まり「公文書改ざん」「虚偽答弁」「データの捏造」「傷患者雇用の水増し」「毎勤統計不正問題」そして「老後の2000万円問題」さらには「年金制度の不安問題」などなど。

また、国外に目を向けて見ると、世界の情勢は変化し、最近特に中国、北朝鮮、韓国などアジア諸国の関係がギクシャクして、不安な環境にある日本。

そして今、平和憲法下の日本ではあるが、「改憲」に安倍首相が異常なまでに意欲的である。「これで良いのか。」この時代逆行を許してはいけない。

安倍内閣の今後の姿勢をしっかりと見極めて行く必要がある。

「今、大切にしていること」

太白区 村田 耕造

国営みちのく杜の湖畔公園エコキャンプみちのく自然案内人、桜の木々が取り囲むエコキャンプ場周辺を中心に親子の自然体験活動。

木の葉や樹形などを探して見つける「フィールドビンゴ」、ハイイロチョッキリ虫は、熟したドングリに穴をあけ産卵。小枝を切って実を落とす。発見して驚く姿。

聴診器を木の幹にあてて、聞こえてくる音に耳を澄ます、「木の鼓動」風の音、葉っぱのなびく音、鳥のさえずり。

「私の健康法」

太白区 島田 廣子

平均寿命が毎年更新されていて、人生100年時代ともいわれています。

そして、現代は死にたくても生かされる時代にもなっています。



しかし、寝たきりのままの生活と、死ぬ間際まで自分で判断ができ自分で動ける生活とでは、大きく違います。自分の事は自分の責任ですので、健康には色々気を付けています。

- ①12年前より真向法体操を始め、週1回教室に通い、自宅では毎日しています。
- ②3年前より西野流呼吸法の教室に週2回通っています。
- ③5年前よりシニア健康体操で、体育館に週1回通っています。
- ④ボケ防止のため、英会話教室に週1回通っています。
- ⑤食事にも気を付け、夫が育てている低農薬野菜をふんだんに食べています。野菜はほとんど自給自足です。

これらの事を楽しみながらしております。

現在、孫が大学生から0歳まで10人おり、8人は近場に住んでおります。大きい孫たちに対しては、時にはアッシー君になり、小さい孫たちに対しては時々預かり保育になります。そのためにも、自分が健康でいなきゃと思っております。

自分が毎日元気で楽しく生活していれば、みんなが幸せになると思っております。

色々な方のエネルギーを頂きながら、寿命まで元気で楽しく暮らしたいと思っている今日この頃です。

自然の息吹に耳を澄ます。様々な命を感じて、元気になっていくと語る親子の笑顔。活動を通して、自然と関わりながら様々な生き物が、私達と共に生きていることに「気づく」ことが大切である。



「わたしの今とこれから」

宮城野区 佐藤 直子

今年令和元年の直近の出来事を書いてみたいと思います。

宮城県漢詩連盟から推薦をいただき、8月1日、2



日に東京湯島聖堂斯文館での漢詩作の研修会に参加させていただきました。

8つの県から1名ずつ、男性4名、女性4名の参加となりました。お話をいただいた時は、8月盛夏のことでもあり少し躊躇しましたが、このような機会はそうあることではないと思い、出席させていただきました。6月頃から5時起きして勉強し、先輩の方からのアドバイスで苦勞してようやく1首作詩し、大石先生に添削指導をいただいたものと、所定の辞書数冊を持参して猛暑の中、臨みました。

講師は石川忠久先生の「対句の面白味・律詩の味わい」を資料に沿って始まり、律詩の妙味は何といっても対句にあること等をお話しされました。後半は日原傳先生の講座と、翌日まで「江都夏景」等のお題で詩作の宿題が出て何とか1首提出した。2日目後半は日原先生の講座、その後は参加者全員での合評がありました。私は1首が精いっぱい寝不足でしたが、一晩で2

首、3首作詩の方もいました。ちなみに私の愚作を書きますと

「江都夏景」

晴雲微微暑衣天

緑樹蔭濃満耳蟬

此集新号文墨会

聖堂老幹不知年

晴雲微微たり暑衣の天

緑樹蔭濃やかなり満耳の蟬

此に集う新号文墨の会

聖堂の老幹年を知らず(聖堂内の老木)

次に日原先生、皆さんで講評をいただいた後の作は

「湯島聖堂」

晴雲微微暑衣天

權樹蔭濃満耳蟬

此集令和文墨会

聖堂碩学不知年 (80歳を越えられた石川先生のこと)

起句の「微微」は再考の余地ありで、後の題と結句の「聖堂」も字が重なり、これもまた再考の余地あります。

その後、閉校式、修了書の伝達があり、場所を変えて懇親会があり、そこで色々なお話をすることができ、またの機会にお会いできるといいねと散会しました。もっと行きたいところ、見たいものがありましたが、暑い、重いで帰路につきました。有意義な2日間でした。

「今、大切にしている事」など

利府町 田中 由里子

今、大切にしている事など

人との絆です。若い頃から、人とのコミュニケーションが苦手でした。克服する為に、心掛けている事は、「人の話を最後まで聞く。頭から否定せず、素直に分らない事は何う」です。一万人市民委員会は、人の優しさを心から感じられ、これからも関わっていけたら嬉しいです。

地域で何か活動していますか

15年以上交通指導員として、町からの要請を受けて、主に、子供達の通学時間帯に交通指導を行っています。

婦人会活動や水泳協会の一員

として、水泳大会の審判員等、

微力ながら参加しています。又、

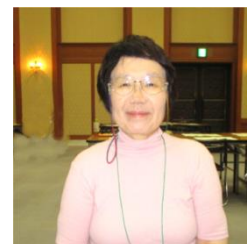
地域生活支援コーディネーター

として、高次機能障害の方の会

(地域)の立ち上げにも関わっています。

最近、気になった出来事

高齢ドライバーの交通事故等やあおり運転です。自分一人の問題では、解決が出来ない事だと思います。地域の交通機関の問題等も関わっていると思います。又、調査に何う時等は、どうしても車の使用が多いので、同乗者がいる事も考慮するととても気になります。



理事会模様

◆2019年度第2回理事会

★令和元年7月24日(水)、仙台市生涯学習支援センターにおいて第2回理事会が開催されました。

主な活動報告、審議事項は次のとおり

- 1、2019年度各事業進捗状況報告並びに提案審議事項について
 - 1) 地域支え合い活動
 - 2) 令和元年度各種評価活動請書・活動費について
 - 3) 情報の公表制度訪問調査活動
 - 4) 地域密着型サービス外部評価活動
 - 5) 福祉サービス第三者評価活動
 - 6) みやぎ介護人材を育む取組宣言認証制度第2段階確認調査活動
- 2、広報、財政、組織、総務関係について
- 3、諸会議、研修会などの実施・参加状況と今後の計画について
- 4、その他

◆2019年度第3回理事会

★令和元年9月18日(水)、仙台市生涯学習支援センターにおいて第3回理事会が開催されました。

主な活動報告、審議事項は次のとおり

- 1、2019年度各事業身長状況報告並びに提案審議事項について
 - 1) 地域支え合い活動
 - 2) 情報の公表制度訪問調査活動
 - 3) 地域密着型サービス外部評価活動
 - 4) 福祉サービス第三者評価活動 他
 - 2、広報、財政、組織、総務関係について報告・審議
 - 3、諸会議、研修会などの参加状況と今後の計画について
 - 4、その他
- (詳細については事務局備付けの議事録を閲覧願います)

◆よろず相談会のご案内

2019年(令和元年)9月から12月までの開催日程は下記のとおりです。

☆開催日程

- ・ 9月25日(水) 相談役 安田廣治司法書士
- ・ 10月25日(金) 相談役 武田貴志弁護士
- ・ 11月21日(木) 相談役 安田廣治司法書士
- ・ 12月17日(火) 相談役 武田貴志弁護士

『フォローアップ研修会』模様

◆令和元年度情報の公表制度調査員養成全体研修

★令和元年8月28日(水)、仙台市シルバーセンターにおいて、令和元年度情報の公表制度調査員養成全体研修が開催され、①介護サービス情報の公表制度について ②調査のポイント、調査事務について③令和元年度作業工程、公表システム変更点、事業所通知内容について ④独自項目について などについての研修が行われました。



◆情報の公表 2019年度第1回フォローアップ研修会

★令和元年9月20日(金)、仙台市生涯学習支援センターにおいて、情報の公表2019年度第1回フォローアップ研修会が開催され、①調査計画、調査員マニュアル、調査員報告書変更について②調査の注意点について③その他 などについてのフォローアップ研修が行われた。





ゴミを捨てる人と捨てる人

会 員 曾 根 務

残暑が厳しいある日、菩提寺での法話会に参加するため仙台駅から東に向かって歩いていたら、東八番町通りで二人の男女がタバコの吸い殻やゴミ等を捨てていた。

着ているジャンパーの背中を見たら、アンパンマンミュージアムのネームがプリントされている。「そう言えばこの通りの500mほど北側にミュージアムがあり、キャラクターの石像が数体設置されているから従業員が清掃をしているのか!」と思いながら歩くこと約10分でお寺に到着。椅子に掛け、汗を鎮めながら何気なく壁を眺めたら、榴岡小学校4年生の子供達からの「弟子入り留学・お礼の手紙」が貼られていた。

その中にある『ゴミを捨てる人間ではなく、捨てる人間になるように教えられ、自分もそのような大人になりたい』との感謝の言葉が記されているのを読んだ。

間もなく川崎から来られたS上人の法話が始まり、その中で紹介されたのは2017年に埼玉の女子高生Nさんが、警察から表彰されたとの新聞記事。

その内容は、『学校からの帰宅途中、信号機に近い車道に散乱している多くの紙類を発見。一旦は見ても見ぬふりをして通り過ぎしたが、近くのコンビニでゴミ袋を買ってその場に戻り、信号待ちで車が止まるのを待ちながら散乱していた紙類の拾い集めを繰り返し、一人で大きな袋3つを集めたとのこと。間もなく、その場を目撃した車の運転手からの通報で駆け付けた警察官の顔を見たNさんは、安堵感から突然、大粒の涙を流した。』とお話してました。

僅か1時間程の間で接したゴミに関わる3件の話ですが、会社の仕事として捨てていただろう二人、教えられたことを心掛けようとする子供の手紙、危険を承知で懸命に行動した高校生がいたことに、「私だったらやらない、出来ない」だろうと反省するとともに、胸が篤くなるものがありました。

私は子供時分、父母や姉二人から厳しく躰けられたことから、一人娘にも同様に、厳しい躰を強要（現在言われる子供への虐待・・・!!）した記憶がある。幸いにも娘はそれを糧に、期待に応える成長を見せてくれた。前述した小学生やNさんの家族は、どのような育て方をしたのだろうか。

最近、テレビで大きく報道されているあおり運転や、仙台市内でも多く見られるながらスマホは、大きな事故に結びつく恐れのある行為です。またバスの中では、高齢者等の優先席や二人用座席の手前に悠然と座りスマホに没頭している中学、高校生やサラリーマンの姿を見受けることがあります。

このような自分本位で常識に乏しいと思える人達にも、このゴミ3例を素直に受け止めて欲しいと願わずにはいられない。

この先短い私ですが、残された日々は父母等の躰を振り返り、この3例に習った『ゴミを捨てる人よりも、捨てる人』と、普段感じている『バスの中での譲り合い』等を出来る範囲で実践して生きたいと感じた時間です。

また、私もあと3年生きれば後期高齢者。高速道路の上限速度も60km、80kmだけでなく、私には無用の100km、120kmの区間が出来ていることや、市街地の30～50km制限区間を60～70km程度で飛ばす車も見受けられることから、運転操作ミスによる事故を起こさないことや、あおり運転をされないようにするためにも、免許証の自主返納を何時にするか、自問せざるを得ないのが現実です。

『怪訝^{けげん}そう もの言いたげな^{ひと}他人を見て 笑顔で^{こうぶつのかん}応える 勇気持ちたし』（巧警務勸二浄土宗戒名）

【編集後記】

今年より編集委員の一人になりました柏倉です。よろしくお願いいいたします。

一万人市民委員会に入会後いろいろな経験をさせてもらっています。昨年は公表制度の調査でたくさんの方に指導をしていただきました。さらに今年は外部評価をやります。それに加えて編集委員も始めました。マジック・仙台城・瑞鳳殿のガイドをもやっています。各方面でいろいろな方に出会い多くのことを楽しみながら学んでいます。

さて、私の一万人市民委員会との出会いは仲野さんの紹介でした。両親の施設探しに使ったHPに一万人市民委員会がかかわっていることを知ったからです。

利用者の立場に立ち施設を紹介するのに少しでも役に立てばと考えて入会しました。これからも皆様のご指導とご協力をよろしくお願いいいたします。（柏 倉）



特定非営利活動法人
介護の社会化を進める
一万人市民委員会宮城県民の会

編集委員

荒井 勝子 阿部 洋子 大坪 俊男 柏倉 勝
兼平 幸雄 工藤 俊廣 本田 裕子 前田 泰子