

NPO法人 共に歩む市民の会 会 報

共に歩む市民の会広報委員会

通巻 第49号

〒241-0022

横浜市旭区鶴ヶ峰 2-1-16

☎045-953-6727

2017 年 7 月 15 日 発行

「民生委員のこと」



國井 淳子

なんとなくほっとぽっとに出入りしているうちにすっかりほっとぽっとの一員になっていたような気がしている理事の國井ですが、ここに関わるようになったそもそものきっかけは民生委員としてでした。

今年は民生委員制度創設 100 周年を迎え、7 月には天皇皇后両陛下をお迎えしての民生委員制度 100 周年記念全国大会も行われました。11 月には神奈川県の大大会がパシフィコ横浜で開催されます。

そんな機会にここで民生委員について少しお話させていただこうと思います。民生委員は国から委嘱される唯一の公的ボランティアです。委嘱状は厚生労働大臣名でいただきます。横浜市長名で担当地域を任命されます。私の場合は旭区担当となります。細かく言いますと、旭区は 20 の民生委員児童委員協議会に別れていてそのうちのひとつ鶴ヶ峰地区西民生委員児童委員協議会に属し、15 名の民生委員と 2 人の主任児童委員と共に活動しています。各民生委員はより細分化された担当地域を受け持っています。私の担当地域の中にほっとぽっとが含まれています。

さて、100 年前に創設された民生委員制度ですが目的は「国民がより良く生きるために手助けする」ということです。一人暮らしのご高齢者が増加している昨今、民生委員は高齢者のお世話係と思われる節もございますが、それだけが民生委員の仕事ではありません。正しくは民生委員・児童委員と言われているように子ども達の健全な発育のためにも尽力します。障がいのある方たち、生活困窮者と言われる方々、困ったことがあってもどこに SOS を出したらいいのか分からないと言う方。そんな方々の手助けができたかと日々活動しています。

実際には私が直接手助けをすることはまずありません。一人で全て引き受けていたら私自身がパンクしてしまいますので。民生委員となってから何度となく受ける研修、会合を通して得た知識、人脈をたよりに行政との橋渡し、関係機関を紹介することが私の仕事だと思っています。ドラマの時代劇や、時代小説に「差配さん」というのが出てきますが現代版差配さんと言うのが一番ぴったり来るのかもと思っています。私達は準公務員として守秘義務があります。もし何か困ったことがありましたら、どうぞお気軽にご相談下さい。

「当事者が当事者に関わるということ」

ほっとぽっとピアスタッフ 澤田 高綱



季節の変わり目になり、特に今年は体調を崩される方が多いと聞きました。私も3、4月はきつかったように感じています。

季節の変わり目という事も精神を病むものでしかわからない感覚があり、心身のバランスが崩れることでの辛さや悩み、前へ進めない自分を責めたり、焦ったりして余計に悪循環になるということがわかっていても、という感覚は健常者にはなかなか理解できないような体験があると思います。

健常者と呼ばれる人が関わり寄り添う事と、気持ちが近い者で同じような悩みや経験をしている当事者同士の関わり寄り添う事のほうが、お互いの悩みの納得のしやすさ、気持ちを分かち合いやすさ工夫など、気持ちの上がり方は違うと普段の活動から感じています。

例えば、キャラバン隊かめ（地域移行地域定着支援）の活動は、地域の当事者が地域の生活を語るとは、身近に感じるからだと思いますが積極的に話に参加してくれたり、より話が具体的になったり、お互い共感して話し合うができるという地域に対しての安心感が退院に前向きになることがあります。

また、共に歩む市民の会と家族会の方たちと関わる訪問チームの活動でも、家に引きこもっている方であったり、本人にとって見えない世界をどれだけ一緒に寄り添い気持ちの分かち合い、考えたり悩んだりする関わりが前へ進むためのモチベーション作りになり、一緒に行動することでリカバリーのきっかけになっていると思います。

ほっとぽっとの電話当番もやるようになりましたが、人によって違いますが当事者と話している方が気持ちが楽になるという方もいます。

私が今働いている、てとてリンクよこはま訪問看護ステーションにおいても他職種の方たちと共にチームとしてどうやって利用者の方のニーズにこたえ、リカバリーをしていけるのかを一緒に考え行動するという気持ちの共有がいかに素敵なことで必要なことかを実感しています。

そんな活動を通して感じることは、精神の障害だからこそお互いの気持ちが共感しやすく寄り添いという当事者同士だからできる信頼感や肯定感という目には見えないお互いのリカバリーへの関わりが出来るのだと思います。

最近の私は行政や医療職や支援職、他のピアの方たちと関わりが多くなりましたが、それぞれの立場が同じ課題に共に検討し共に実行する共生こそが本当に必要な関わりとなつて共に歩んでいければと思います。



「家族としてボランティアとして」

昼食ボランティア 鈴木幸子

一昨年 12 月 29 日突然長男が緊急入院となり ICU の一晩夜明け待つ時間の長かった事。

救急隊の皆様、病院のスタッフの対応のよさに感謝でした。5 日後の退院、自宅にもどりその後通院していた日向台病院入院、次男より「病院におまかせしてゆっくり休むように。これからは兄貴のことはぼくがやるから！！」のことばに涙する。長女も三人の子ども達で忙しい中を支えてくれました。私はすっかり体調を崩し介護の仕事、28 年で退職しました。

区役所福祉課の窓口へ行くと顔をみるなり「あなた、すぐ心療内科へ行きなさい！！」と紹介してください。よき先生に出会え 4 ヶ月の通院で終了。一年が経過しすっかり元気を取り戻しました。その間、ほんとほんとスタッフの方々、ご利用者さんにやさしく支えて頂き又相談室利用を声かけして下さり感謝でした。

家族会、たまり場、よりよいコミュニケーション SST にも参加し学びの場を頂き生活面で実践させて頂いてます。息子は一年間の入院を終えて自立支援センター内「ハイツかもめ」に入所。自炊、外出、外泊、見学、ミーティングなど細やかなスタッフのサポートに感謝です。独り暮らしに向けて訪問介護し（薬チェック）ヘルパー派遣あり、安心感が生まれます。いつも手元に折り紙を。無心になれる時間とのこと。先日千羽鶴をプレゼントしてくれツートンカラーの鮮やかさに感動！！この趣味が大きく羽ばたく日を祈っています。



第 13 回 NPO 法人共に歩む市民の会総会報告

2017 年 6 月 10 日(土)13 時 30 分～15 時 市民の会の第 13 回総会がぱれっと旭で開催されました。印象に残った点を中心に報告します。

2016 年度の事業報告（1 号議案）では、「市民の会」と「ほんとほんと」とが共同で今までの活動の見直しを行い、お互いが理解を深めるための研修会を開催したこと。理事会では、「市民の会」の今後の在り方について検討が重ねられたことが報告された。

2017 年度事業計画・今年度の基本方針（3 号議案）では、「法人ビジョン委員会」を設置し、法人の事業展開と法人組織の基盤強化を具体的に検討して行くことなどが提案され、新理事に田中梨奈さん、小田敏子さんが退任し後任に佐藤極美さんが承認されました。出席者からは、多くの質問がなされ、活気のある総会でした。「市民の会」の再生の年になりますよう会員の方々のご協力を切にお願いいたします。

第 2 部「当事者ニーズ調査（まとめ）報告」は、この膨大な調査を中心的に推し進めてきた滝本さん、深井さん、澤田さんから当事者の生の声を中心に報告がなされた。内容については、改めて報告会と報告書が作成される予定とのことなので大いにご期待ください。

2017年7月～10月 共に歩む市民の会・ほっとぽっと スケジュール

★やみなべ会（市民の会会員のつどい）7/26(水) 9/27(水) 18時～ 場所：ほっとぽっと本館2階
毎回、バラエティに富んだゲストをお呼びする予定。お気軽にご参加下さい。（國井淳子）

★『魅惑（みわく）のアダルト大喜利（おおぎり）』旭びあくらぶ文化班+ほっとたつはな亭合同企画
日時：8月5日（土）13:30～16:00 場所：ホッとぽっと別館サロン

参加・見学無料 予約不要 お問合せ⇒文化班ピア・和田、スタッフ・川田

文化班は死んでいなかった！ 眠れる獅子がついには起きた！ 今回は、「ほっとたつはな亭」のメンバー（地域のレジェンドたち）と一緒に、歌あり、ピアノあり、カルタあり、大喜利ありと混沌（カオス）の世界が繰り広げられるスーパーエンタテインメントショー。伝説をつくります。（和田公一）

★旭びあくらぶ 花火大会 お問合せ⇒ピアスタッフまで

日時：8月12日（土）18:30～ ほっとぽっと玄関前の公園 参加無料・予約不要

年に一度の宴です。花火とスイカがあなたをお待ちしております。おいで～。おいで～



★影絵芝居 by スミリール 音楽と舞踊と精霊の島々、インドネシアの影絵芝居がやってくる！

日時：9月27日（水）14:00 開演予定 お問合せ⇒スタッフ川田まで。

とても素朴で、かつ、なかなかの迫力。ジョーク交えながらの語り口、日本語で上演です。

（久喜さとみ・ほっとたつはな亭メンバー）

★今年もやります！ あけぼの会（旭区家族会）バザー お問合せ⇒あけぼの会・志澤

日時：10月15日（日）旭区民まつりの日 ほっとぽっと別館にて

<理事会報告>

（第56回）H29年1月10日（火）18:30～ 理事10名 担当職員1名出席

- ①事務所等館内配置の件 ②H28年度決算の件 ③職員体制の件 ④苦情解決規則の件
- ⑤市民の会今後のあり方の件 他

（第57回）H29年2月16日（木）18:30～ 理事9名 監事1名 担当職員1名出席

- ①H29年度ほっとぽっと事業計画・予算の件 ②就業規則・給与規定改定の件 ③職員体制の件
- ④利用者苦情対応の件 ⑤市民の会今後のあり方の件 他

（第58回）H29年5月16日（火）18:30～ 理事9名 監事1名 担当職員2名出席

- ①H28年度法人事業報告・決算の件 ②同・法人事業計画・予算の件 ③役員改選の件
- ④総会開催の件 ⑤生活支援センター課題検討（局）の件 他

（今回から、担当以外のほっとぽっとのスタッフがオブザーバーとして参加）

編集後記

☆快く原稿をお寄せ下さった鈴木さん、澤田さんへ感謝。長らく会報づくりに協力して下さいました早間さんに心より感謝申し上げます。（高野）

☆永らくお待たせいたしました。やっと49号をお届けすることができます。これから広報委員として尽力しますのでどうぞ優しく見守ってくださいます（國井）

※ 募 集：会報づくりに関心のある方を募集しています。