

朝寝坊と引換えに得たもの

三宅 茂樹(大丸)

目覚まし時計不要の生活に浸って二年間。現役時代を懐かしむ気持ちは多々あれど、慌ただしさから開放された穏やかな朝だけは、手放すまいと決めていました。そんな私に舞い込んだボランティア活動が「特別教育支援員」。何やら敵めしいですが、判り易くいうと「児童・生徒がスムーズに学習や学校生活を過ごせるようお手伝いをする人」ということでしょうか。六月末から荏田南小学校で一年生クラスの支援活動を始めました。平日は目覚ましをセットする生活に逆戻りです。学校では日数不足を補うため濃密になりがちな学習内容に、如何に子供たちを集中させるか、先生たちの奮闘が続きます。特に一年生は学校に慣れ親しむ時間もないまま、いろいろ我慢をしているのを見ると、感染流行の一日も早い収束を祈らずにおられませんか。感染防止対策に迫られる先生がたの負担を軽減し、子供たちに安全・快適な学びの場を提供したい。そんな思いの地域の皆さんが集い、多岐の支援活動で学校運営に取り組んでおられます。地域全体で支える大切さを改めて認識しました。

この半年間、社会福祉協議会や民生・児童委員、そして自治会関連の活動も大きな制約を受けています。学校だけでなく、高齢者や障がいを抱えたひとたちへの支援を、どう維持・向上させるか。皆が暮らし易い街だと実感するための行動力が試されていると感じます。小学校のボランティアの話があったとき、そっと背中を押される程度なら、梃子でも動かぬつもりでしたが、社会福祉協議会の皆さんにドンと蹴とばされて飛び込みました。結果として朝寝坊と引換えに、子供たちの笑顔や日々成長する姿を体感しています。ボランティアという構成がちですが、肩の力を抜いて、小さな一歩を踏み出せば、きつと笑顔が返ってきます。ストレッチで肩回りを柔らかくして、自分で自分の背中を押してみませんか。最寄り駅名の「都筑ふれあいの丘」、少し気恥ずかしい響きがありますよね。でも、行き交うひとに笑顔が溢れる、そんな丘の街になれば素敵だと思えます。

さて、生来怠け者の私は、冬になったら朝早く起きるのは難儀やなど、いまだ朝寝坊に未練たつぷりではあります。

老いを楽しむ

小西 詔一(荏田南一丁目)

会報記事を頼まれたが元々明晰さに欠ける我が脳は年々劣化中。断りたいが断れば、心の狭い自己チューがばれそうと思わずハイ！と返事した。

これ迄の掲載記事には知性と品格があり感心しながら拝読した記憶が甦り気が重い。動機不純だったと後悔し落ち込んだ。しかし冷静に考えると傘寿が近い身で何一つ守る程価値の高い物は持って無いと気付きいっぺんに気が楽になった。

① GO TO ウォーク
お上で何やら似たような事を始めたが当方は十年以上前から実施中。妻と二人で毎日七〜八千歩目標に歩き体力増強と心身の免疫力向上に励んでいる。

② 二人とも後期高齢者になり健康上のリスクが高まり不測の事態に備える
男性は家事を女性に頼りつ放しでは、緊急事態に何も出来ず困るので、毎朝トーストに野菜サラダとバナナヨーグルトを付けモーニングサービスと称し出している。更に風呂掃除、ゴミ出しにも任務拡大。夕食メニューの相談と買い物にポーターとして同行している。

③ 知的好奇心を持ち続ける
決して痴的ではありません。自肅中人類と感染症の歴史を学んだ。我々のご先祖様のホモサピエンスは約二十万年前アフリカで誕生し数々の感染症に苦しめられた。
特に欧州では十四世紀以降都市化の進行で、結核・ペスト・コレラが蔓延し深刻な被害を被ったが、人類は公衆衛生や医学の進歩で対応し、現在の我々は過去の悲惨な感染症から生き延びた幸運な先祖の子孫だと知り感動した。
一方病原体も生き延びるのに必死で、変容しながら生き続けており、人類と病原体との戦いは永遠に続くと言われている。

コロナ後の社会はどう変わるのか、米中覇権争いと日本の将来は？等興味は尽きない。
以上の3点に引き続き取り組み老いを楽しみながら共に元気で老後を過ごしたい。

福祉とは

荏田南中学校三年 才田 寛人

僕は、今まで福祉について考えてきませんでした。そこで、あらためて、辞書を使って、福祉について調べてみました。そこには、幸せ、幸いと書いてありました。僕は初めて福祉という言葉の意味を知りました。僕の勝手なイメージでは、お年寄りの人を介護したりすることを福祉というのかと思っていました。けれど、幸せ、幸いは、誰にでも感じることが出来ます。今年はコロナウイルスの影響で学校が休校になりました。外出しない、マスクをする、手洗いをするなど、他の誰かを幸せにするなら、行った人は、福祉をしたことになりました。僕は今まで福祉についての活動など、考えていませんでしたが、今思えばたくさん福祉をしてきたと思うと、とってもうれしい気持ちになります。例えば、僕は、二年生のときに、合唱コンクールがありました。その帰りのときに、重い荷物を持っていた人がいました。僕はそのとき、「ここに座ってください」と言うことが出来ました。その人は「ありがとう」と言ってくれました。こんな小さなことで、幸せにできて、自分も幸せな気持ちになれます。だから、みなさんも、福祉の心を忘れずに、生活してほしいです。

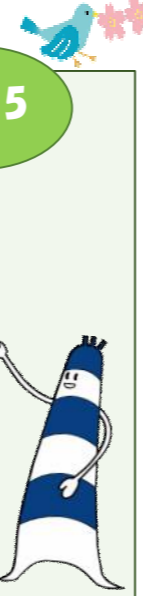


「地域ケアプラザ」ってどんなところ？

葛が谷地域ケアプラザ 生活支援コーディネーター 明間 瑛莉子

コロナ禍をどのようにお過ごしでしょうか。外出を控えることで日頃会っていた友人や、ご近所さんとも会えなくなったり、話す機会がなくなってしまった…という方が多いという話をよく耳にします。ケアプラザでは7月より、感染予防対策を徹底しながら少しずつ事業を再開しています。子育て世代向けの「子育てサロン きらきら」や介護をしている方々の情報交換・集いの場である「介護者のつどい」、その他介護予防のための講座の企画も今後予定しています。
気をつけなければいけないことは、密を防ぐこと、手洗いや消毒を徹底すること、毎日の検温や体調管理です。大人数での集いの場の再開はまだ難しいかもしれませんが、気をつけておくことを想定し、人数規模や実施場所、方法を見直すことで、感染リスクを下げながら再開できる活動もあると思います。今後の活動のこと、ご自身の体調のこと、ご近所さんの気になることなど…ケアプラザでは様々なご相談に応じています。ぜひ、お気軽にご連絡ください！！

TEL:045-943-5951 <http://www.yokohamashakyo.jp/kuzugaya/index.html>



Part15

小規模多機能型居宅介護施設 しょうぶ
都筑区荏田南 3-12-14
(荏田高校前下車 徒歩3分)
電話 045-482-7272
デイサービス・訪問介護・泊りが、同じ施設内でご利用頂けます。お気軽に見学・相談して下さい。

深澤りつクリニック 医療福祉相談室
☎ 045-914-4101 メール: soudan@ritsu-c.com
訪問看護ステーションNOA
☎ 045-914-4003 FAX: 045-913-9345
〒224-0003 都筑区中川中央1-28-19 グリーンエージ202
小規模多機能型居宅介護 Harmony House
☎ 045-530-5070 FAX: 045-530-5217
〒224-0033 都筑区茅ヶ崎東2-12-24
どんなことでもお気軽にご相談ください!

看護師常駐、医療処置対応ができます
通所介護・個室入浴ができる半日デイサービス
ペルーガヘルスケアサロン
電話 045-532-6516
都筑区茅ヶ崎中央 24-12
ライオンズプラザ港北ニュータウン 201
(都筑区総合庁舎バス停前すぐ)
足浴や看護師による爪切りも行っています。
随時見学受付中。介護のこと何でもご相談ください。
担当: 村上・鬼頭

小規模多機能型居宅介護施設 かもいけ
都筑区荏田南5丁目 18-53
(『荏田南』バス停徒歩1分)
電話: 045-942-7961
通い、訪問、泊まりが自由に利用できます。
スタッフ募集中
※介護等について、お気軽にご相談下さい。