

# かんしや



12月号

お互い助け合う「感謝」の気持ちと「諫早市社会福祉協議会」の意味を込めて名付けました。末永く皆さまに愛される広報紙を目指しています。

2020  
Vol.184

## 人とつながり 地域とつながる



諫早農業高等学校のひとり暮らし高齢者宅訪問

国は社会のあり方として「すべての人々が地域、暮らし、生きがいを共に創り、高め合うことができる『地域共生社会』の実現」を掲げています。

市内では、人と人とのつながりや互いに助け合う地域共生社会の実現に向けた人々の活動があります。

今回は、世代や分野を超え住民同士のつながりを大切にした、諫早農業高等学校の地域の高齢者宅訪問、諫早市立中学校連合生徒会のプルタブ回収活動、点訳友の会「ムッツゴロ」の点訳活動を紹介いたします。



諫早農業高等学校の生徒によるお弁当の調理



中学校連合会生徒会プルタブ寄贈



点訳友の会「ムッツゴロ」点訳活動



# 手作り料理が世代をつなぐ

## ～諫早農業高等学校のひとり暮らし高齢者宅訪問～

### ● 25年の取り組み

諫早農業高等学校生活科学科3年生は、「地域とのかかわりを通して、人と人とのふれあいの大切さを学び、地域を支える人を育てること」を目的に、ひとり暮らしをしている高齢者のお宅を訪問しています。平成7年から始まり、25年の間で各高齢者を訪問した回数を合わせると、延べ2,000回を超えています。

今年は、一時訪問活動を自粛していましたが、7月から活動を再開。30人の生徒たちが2人から4人ずつ10班に分かれ、12軒の高齢者宅を訪問し、心と心をつなぎ支え合うことの大切さを学んでいます。例年は学校で調理した昼食を高齢者宅で盛り付け、高齢者と高校生が食卓を囲み楽しい時間を過ごしていますが、10月の訪問では、新型コロナウイルス感染予防を考慮し、お弁当を届けました。

### ● 手作りの料理で相手を思いやる

食材は同校の農業科学科やバイオ園芸科が育てた新鮮な野菜や、動物科学科の卵、食品科学科が製造したジュースを使用するなど、校内でのつながりも広がっています。

料理は、栄養バランス、食べる量や食べやすさを考え、高齢者ごとに盛り付けを工夫しています。

生活科学科3年の酒井結理さんは、「新型コロナウイルスの影響で、今回は一緒に食事をすることはできなかったが、お弁当を食べて元気になってくれたら嬉しい」と話されました。



手作りのお弁当とお便り

### ● 「お元気ですか通信」が話題作りのきっかけに

学校の近況を伝える生徒手作りの「お元気ですか通信」は、今年10月で213号になりました。

生活科学科3年の坂本美玖さんは、「文面を読みやすくするために字を大きく太字にしたり、封筒のデザインは季節を感じ取れるようなものにしたりするなど、高齢者のみなさんが読んで楽しめるように作っています」と話されました。



生徒が作った「お元気ですか通信」

### ● 高齢者とのふれあいで互いに支え合う心を学ぶ

交流が続いている塚元愛子さんは、「生徒と会うのは生活に潤いが出て、活力をもらえ、今日が待ち遠しかった。少しの間でも一緒に話ができることは嬉しい。来月も楽しみ」と喜んでいました。

生徒も、高齢者からは、ヨモギ餅の作り方などを学んだり、諫早大水害の体験を聞いたりすることで、地域への愛着心を育むことにもつながっています。

12月になると、3年生と2年生と一緒に高齢者宅を訪問し、活動の引継を行います。また、2年生に引き継いだ後の3年生たちも、進路決定の報告に訪問するなど、交流が続いています。同校の白濱先生は、「卒業後は地元で就職する生徒が多い。この活動を通して地域とのつながりを持ち、互いに支え合うことの大切さを学び、温かみのある人に育って欲しい」と話されました。



会話に花が咲きます

# 誰かのために 何かをしたい

諫早市立中学校連合生徒会

諫早市立中学校連合生徒会が、平成18年度から取組んでいるプルタブ回収活動。

「誰かのために何かをしたい」との思いから始まったこの活動も今年で14年目を迎えました。

## チリも積もれば宝となる

10月28日（水）に諫早市立中学校連合生徒会から300kg、数にして60万個のプルタブが届けられました。

これまでの回収量の累計は、10tを超え、実に車椅子約13台分に相当します。

諫早市には、現在約13万4千人が住んでいます。住民のみなさんが1か月に1個ずつプルタブを集めると、年間で16万8千個のプルタブが集まることになります。それは、車椅子約1台分に相当します。

一人の力は小さいけれど、みんなで力を合わせれば大きな力になります。



## 回収率アップの工夫

市内の中学校の中でも、ズバ抜けた実績をあげているのが、長田中学校です。

同校生徒会では、回収箱に目盛をつけて目標達成量の見える化や回収実績に応じた校内表彰を行うなど、アイデアを出し合いながら回収活動を続けています。また、地域を巻き込んだ回収活動も行っています。

同校生徒会の金原治親くんは、「自分たちの活動が人の役に立つことは嬉しい。これからも、みんなでアイデアをだしながら取り組んで行きたい」と話してくれました。

## 今、自分にできること 考えてみませんか？

何らかのかたちで社会に貢献したいと思っても、なかなか実行に移せない人。負担が少なく気軽にできるボランティア活動を探している人。いろいろだと思えます。

ボランティアは、活動内容の大小ではなく、人が人のために自分から何かしようとする気持ちこそが大切です。

忙しい毎日を過ごしている人、年齢や性別に関係なく、自分にできるボランティアがあります。地域での声かけも見守り活動につながる立派なボランティアです。小さなアクションが、住みやすいまちづくりにつながってきます。今、自分にできることから、ボランティアはじめてみませんか。

## プルタブでつなぐ 地域の輪

長田中学校では、生徒がプルタブの回収を地域全体での市民活動として行っています。

最初は、校内だけで活動を始めましたが、回収量が増えず、生徒達のモチベーションが低迷、活動が停滞した時期もありました。そこで、思い切って地域のみなさんに協力を依頼し、長田地域内にある公民館、スーパー、出張所などあらゆるところに回収箱を設置することになりました。設置も回収も各町内に住んでいる生徒が担当しています。

地域の方々の協力もあって、平成24年度には、1年間の回収量が初めて約100kgを超え、現在も続いています。地域の皆さんの気持ちがつまんだプルタブの集計作業に生徒達の力も入ります。



## 6つの点がつなぐ人と人との思い ～点訳友の会「ムッツゴロ」の活動～

皆さんは、点字を見たこと、触れたことがありますか。

点字は、目の不自由な方が指先の感覚により読み取る、縦3点、横2点の6つの点を組み合わせた文字です。自動販売機や駅の切符売り場など身近なところで目にする機会もあると思います。

「点訳友の会ムッツゴロ」（西村砂知会長）は、平成3年12月に設立され、今年で30年目を迎えるボランティア団体です。現在、会員数は29名で、広報「いさはや」や長崎新聞コラム、JRの時刻表等を点訳し、24名の目の不自由な方に生活情報を届けています。

今年は、新型コロナウイルス感染予防の観点から、会員が自宅で点訳したものを別会員に届け、校正した後、各会員が担当する方に手紙を添えて郵送しています。

点訳を利用している山田キクヨさんは、「毎月、点訳された広報いさはやが届き、諫早市の情報がわかりとても助かっている。会員からの季節の話題や体調を気遣う手紙は、心が温まり嬉しい。今後も点訳を利用したい」と話されました。

西村会長は、「自分たちの活動が少しでも心の支えとなれば嬉しい。点訳を通した心のつながりを大切にしていきたい」と熱く語りました。



### 📌 上山荘南館のお風呂再開 📌

上山荘南館では、大浴場の利用を再開しました。

館内には、お風呂のほかにも大広間をはじめ、マッサージ器などがあり、会話や仲間づくりも楽しんでいただけます。

すてきな交流の場としてご利用ください。



**利用対象者：**市内に居住する概ね60歳以上の方

**入館料：**160円

**入浴時間：**午前10時から午後3時

問い合わせ先  
上山事業所（23-2488）

### 📌 豆知識講座「医療と介護のお気軽座談会」 📌

#### 在宅医療ってなあに？ ～最後まで自分らしく暮らすために～

自宅で医療と介護を受けながら、自分らしく生活できる「在宅医療・介護」とはどのようなものかを一緒に考えます。諫早市在宅医療・介護連携支援センターの職員がお話します。

**日時：**令和2年12月10日（木）  
10時30分から11時30分

**場所：**上山荘2階研修室

**対象者：**市内に居住する概ね60歳以上の方  
(10名程度)

**参加費：**上山荘入館料として160円

**申込締切：**12月3日（木）

問い合わせ先・申込先  
上山事業所（23-2488）

### 📌 第55回 📌

#### 歳末たすけあい演芸大会 ご観覧ください

歳末たすけあい募金運動の一環として、チャリティーの演芸大会を開催します。

観覧料は、すべて歳末たすけあい募金へ寄付いたします。

皆さまのご来場をお待ちしております。

**日時：**令和2年12月6日（日）  
12時30分開会

**会場：**小野ふれあい会館  
多目的ホール

**観覧料：**200円

**予定演目：**舞踊・日舞・剣舞  
・詩吟など

問い合わせ先  
長崎県共同募金会諫早市支会（24-5100）

## ふれあいいきいきサロンでつながる住民の輪 ～小栗地区社会福祉協議会～

小栗地区社会福祉協議会（木谷純一会長）では、高齢者の生きがいがづくりと介護予防のため、11箇所のふれあいいきいきサロンを開催しており、そのうち10箇所が月2回以上行われるなど、地区内で高齢者を支える活動が活発に行われています。

新型コロナウイルスの影響を受け、一時活動を自粛していましたが、感染予防対策をしながら活動を再開しています。

### 1. サロンを通して町民がつながる

「小ヶ倉町いきいきサロン」は、平成11年から活動をはじめ、現在利用者17人、ボランティア7人の方が利用。ゆっくりとおしゃべりをしながら楽しんでいきます。

新型コロナウイルスの影響で町のほとんどの行事が中止される中、7月から再開したふれあいいきいきサロンは、高齢者や町民が交流し情報交換ができる貴重な機会となっています。

### 2. サロンが町民の交流の場のきっかけ

サロンでの活動は、集う高齢者やボランティアの交流にとどまりません。ふれあいいきいきサロンの利用者が、町で管理する小ヶ倉ダム近くの公園の花壇にひまわりなどを植えて整備しています。咲かせた花を町民が楽しむなど、サロン参加者と町民が協力し交流するきっかけになっています。

### 3. これからの想い

サロンの代表者の馬場美左江さんは、「昔からの付き合いのある気心の知れた仲間といつまでも話をしながら楽しく過ごしていきたい。サロンは皆が集まれるいい機会なので、これからも長く続けていきたい」と語りました。

木谷会長は、「各サロンそれぞれの雰囲気大切にしながら、高齢者の福祉の充実のため続けていきたい」と語られました。



## 県内初設置大村市災害ボランティアセンターでの本会職員の活動

令和2年7月豪雨により被害を受け、大村市に設置された災害ボランティアセンターを支援するために、本会は職員を派遣しました。

諫早市、大村市、雲仙市の3市社協は、「県央地域社会福祉協議会災害時相互応援協定」を締結し、災害時に人的・物的支援を行うことを取り決めております。災害用資材と車輛の貸し出しを行うとともに、7月10日～7月22日までの13日間で、延べ11名の職員を派遣しました。被災された方々に対して大村市災害ボランティアセンターの運営支援にあたりるとともに、職員自らも現場で復旧支援活動を行い被災地域の早い復興を担いました。

昭和29年1月の開院から半世紀にわたり、新しい命の誕生に携わっている「安永産婦人科医院」。宮下昌子院長に「妊娠・出産との向き合い方」について話をうかがいました。

●女性目線の心配り

妊娠・出産は、命の誕生という神秘的で、すばらしいできごとです。しかし、妊娠中の女性は、喜びや嬉しさはもちろんですが、不安や心配もつきまといます。予期せぬ妊娠や、経済面、仕事の両立など妊娠の不安や悩みは尽きません。女性医師として同じような悩みを経験してきたからこそ、女性の皆さんの気持ちに寄り添っていきたくと思っています。



●妊娠SOS！一人で抱え込まないで！！

妊娠や出産の不安を抱える女性を支えようと今年4月、諫早市内で「諫早いのちを大切にする会」を発足しました。思いがけない妊娠や周囲の反対、経済的な理由から出産をあきらめる人。一人で抱え込んだまま病院に行けず自宅出産する人。様々な理由から、助かる命を救えないことがあります。かけがえのない大切な命を守るために、相談や出産資金の援助を行っています。一人で抱え込まず、相談してください。

●出産前のママ友づくりで情報キャッチ

妊娠～出産～育児が楽しい、嬉しい、充実していると思って頂けるよう「ママさん教室」を開催しています。出産前の心の準備をしつつ、ママ友をつくるきっかけになればと思っています。地域を超えた仲間づくりを楽しみながら、SNS等では得ることのできない地域の身近な情報をキャッチして欲しいと思っています。

●話せばスッキリ、悩みを共感

診察の待ち時間に親子でリラックスした時間を過ごしてもらえるよう、院内に遊びの広場「AHIRU（あひる）」を開設しています。常勤の保育士が子どもを遊ばせながら、ママの子育てに関する悩みの聞き役を務めています。帰りにはスッキリとした表情です。これからも一人ひとりに向き合い、楽しい子育てのサポートができればと思っています。

安永産婦人科医院

諫早市泉町17-22  
TEL 22-3719

安永産婦人科



～自分のために みんなのために～ 新型コロナウイルス感染予防の取り組み

マスクを着用  
しましょう



うがいや  
手洗いを  
念入りにしましょう



こまめに  
換気  
しましょう



編集  
発行

社会福祉法人 諫早市社会福祉協議会

〒854-0045 諫早市新道町948番地  
TEL0957-24-5100 FAX0957-24-5101  
ホームページ <http://isahaya-shakyo.jp>

(諫早市社会福祉協議会で検索ください)

Facebookを開設しております♪最新情報を発信中!!



諫早市社会福祉協議会



12月のふれあい福祉相談

日常生活における様々な心配ごと・悩みごとなど、何でもおたずねください。  
財産、権利擁護など、法律上の悩みごとなどをおたずねください。

無料専門相談

開設日	12月18日(金) 弁護士
開設時間	午後1時30分～4時
場所	諫早市社会福祉協議会 電話 24-5100

※専門相談は、10日前までに予約をお願いします。

諫早市社会福祉協議会だより「かんしゃ」では、広報紙に関するご意見、地域で行われる福祉活動や行事の情報を皆さまから募集しています。