高齢者あんしん見守りネットワーク広報紙

「諏訪町ゆっと」

発行日
平成２２年１２月吉日　創刊号

発　行
『諏訪町ゆっと』運営委員会

【創刊にあたって】

最近、高齢者に関わる話題やニュースが増えていると多くの方が感じていらっしゃるのではないでしょうか。私たちの住む街諏訪町では現在、住民の４人に１人が高齢者（６５歳以上）で、さらに今後１０年以内に３人に１人が高齢者となることが確実視されております。

このように急速な高齢化の中、高齢者が住み慣れた地で安心して末永く暮らせるようにするためには**地域に見守りネットワークが是非とも必要**であるとの考えのもと、諏訪町に関わる福祉団体やボランティア団体が中心となって「諏訪町ゆっと」を今年の４月に立ち上げました。

このネットワークはその名の通り**「地域住民が ゆるやかに つながり ともに暮らす」**ことをモットーとしており、地域住民が「ゆっとボランティア会員」となって高齢者の見守りを行なうものです。日常の生活の中で隣り近所の高齢者にさりげなく気配りと目配りをし、異常・異変に気付いたら専門機関等に連絡をすると言うのが見守りの中身です。

現在、約１００名の方がボランティア登録会員として活躍しております。住民の誰もができるボランティア、そんな簡単な活動でありながら、独居や高齢者の世帯が増え続ける今、果たす役割はとても大きいものがあります。つまり、「諏訪町ゆっと」の目指すところは、**住民自治による共助・共生の街造りに向けた啓発運動・心の街興し**であると考えております。

本広報紙「諏訪町ゆっと」の発刊が、ゆっとボランティア会員間にとどまらず諏訪町住民との間にも心を通わす情報紙として親しまれ、ネットワークの拡充に繋がりますことを願っております。

「諏訪町ゆっと」代表　**小松　健二**

【最近の話題】

木々も色づき、いよいよインフルエンザや風邪が流行する季節となってまいりました。皆様体調はいかがですか？

私共の周りでもインフルエンザに罹る方が少しづつ増えてきているようです。

外出先から帰ってきた時のうがい・手洗いはもちろん栄養のバランスのとれた食事の摂取や十分な睡眠に心がけましょう。そしてちょっとでも体調がすぐれない時は無理せず医療機関を受診しましょう。

そしてもう一点、体調を崩す原因となりやすいのが水分の不足です。暑い季節は沢山汗をかいたりして、意識的に水分をとることが多いと思います。

しかし、意外に盲点となるのが冬場です。あまり汗をかかなくなるため、ついつい水分をとらなくなります。特に高齢者の場合、こうしたことから脱水症状を引き起こし、ついには肺炎で入院などということも、間々あります。冬場でも空気の乾燥や暖房の使用により体内の水分は外に出ていくものです。こまめにお茶を飲むなど水分補給をしましょう。

【お電話ありがとうございます】

先日、事務局である社会福祉協議会に、ゆっとボランティアからお電話がありました。

「もう何年も顔を見ていないご近所の方にお会いしたのだけど、声をかけても返事がないし、ずっと家に閉じこもっていたのかしら」

地域包括支援センターに連絡したところ、その方はすでに介護保険の認定を受けていて、サービスを利用していることが分かりました。

後日、事務局からボランティアにこのことを報告すると、安心されたようでした。

些細なことでもかまいません。こういったお電話をお待ちしています！

目指そう、安心安全の街「諏訪町」を！

【編集後記】

広報紙『諏訪町ゆっと』創刊号が完成いたしました、いかがでしたか？

この広報紙は、７人の広報担当が知恵を出し合いながら作ってまいりました。全員初めての作業なので不十分な点が多々あるかと存じますが、この誌面が運営委員会と「ゆっとボランティア」の皆様や住民の方々との架け橋になればと強く願っております。

ご意見・ご要望や投稿など大歓迎ですので、何かありましたら事務局までご連絡下さい。これからもご協力のほどよろしくお願いいたします。（広報部会　鈴木）

【事務局】東村山市社会福祉協議会　まちづくり支援係
諏訪町担当（TEL０４２－３９４－６３３３）

【創刊に寄せて】

地域で自ら発足し、自ら見守りを行なうために、諏訪町や高齢者に関わる多くの方々で構成された「諏訪町ゆっと」は平成２２年４月１０日に誕生し、早や半年になります。この間、「諏訪町ゆっと」では諏訪町にお住まいの皆様が地域で安心した暮らしが続けられるよう、**「『ゆ』るやかに『つ』ながり『と』もに暮らす。」**の主旨を実践するとともに、会員を更に増やすために各方面に声を掛け説明に出向くなど活動を続けてまいりました。

さて、個人主義の台頭そのものを決して否定するものではないのですが、煩わしさや面倒さを敬遠し、また他人の領域に踏み込まないことがエチケットといった風潮が浸透して久しく、この結果、近隣同士の付き合いが減ってしまいました。年齢を重ねると、体力や気力が衰え、今まで当たり前に出来ていた日常生活に難儀することが出てきます。今まで出来ていたことが出来なくなることは生物のなりたちからみてごく当然のことであって決して恥ずかしいことではありません。

ところが、地域のつながりが希薄になった現在、他所様にお願い事をするのも憚られる状況が出てきました。人間は社会を構成する生物であり、助け合うことができるのも人間ならではの大きな特徴であります。「諏訪町ゆっと」の活動は、その原点であると思いますし、「諏訪町という一括りの家族」とするならば、とても大きな意義を持っているのだと考えています。

「ゆっと」は市内唯一の組織で、まだ他町にはこのような組織はありません。今後の地域見守りの組織を立ち上げるに際しても、パイオニア的存在となることでしょう。今後力強く前進することを願っておりますし、行政として応援と協力を続けてまいりたいと思います。

東村山市　健康福祉部　高齢介護課長　野々村　博光

ゆっとボランティア募集！！

ボランティアなんて初めて、という方でも大丈夫！『諏訪町ゆっと』の活動は、諏訪町で暮らす高齢者の皆様が安心して地域で生活出来るよう見守ることです。

事前のオリエンテーションや研修などもありますのでご安心下さい。

活動に興味がある方は、事務局である東村山市社会福祉協議会　まちづくり支援係　諏訪町担当（TEL０４２－３９４－６３３３）までご連絡ください。多くの皆様のご参加をお待ちしております。

【これまでの取り組み！】

「諏訪町ゆっと」では、平成２２年４月１０日に第１回ゆっとボランティアのオリエンテーションを兼ねて発足会を行いました。

当日は、多くの皆様にお集まりいただき、東村山市高齢介護課長の野々村　博光様の『高齢者福祉の現状と課題』と題したミニ講演の他、諏訪町保健推進員会による血液サラサラ体操、寿会コーラス部によるコーラスのアトラクションもあり盛大な会となりました。また、オリエンテーションについては、その後も４回ほど開催され、現在では、約１００名のボランティアの皆様に登録して頂いております。今後も引き続きネットワークの拡大に向けて積極的に取り組んでいきたいと考えておりますので、ボランティアの皆様のご協力をお願いいたします。

オリエンテーションの様子

野々村高齢介護課長のお話の様子

寿会によるコーラス

保健推進員会による血液サラサラ体操

【これからの予定】

諏訪町ゆっと運営委員会では「諏訪町ゆっと交流会」を下記の通り開催します。ゆっとボランティア会員の方はもとより、地域住民のどなたでも参加できる交流会です。

日　時　　平成23年2月26日（土）　午後1:30～3:30
場　所　　社会福祉センター（諏訪神社前）　2階 会議室

「諏訪町ゆっと」の活動状況報告と活動をより深めるための情報交換を中心に、茶話会的な雰囲気のもと気楽で堅苦しくなく誰もがリラックスして参加できる内容で開催します。「諏訪町ゆっと」の活動にご興味のある方は奮ってご参加ください。お待ちしております。