



特定非営利活動法人
ニッポン・アクティブライフ・クラブ
 事務局:大阪市中央区常盤町2-1-8MIRO谷町4階 〒540-0028
 電話06-6941-5448(代表) FAX06-6941-5130

ホームページ <http://nalc.jp> **毎月1回 10日発行**
 Eメール編集室...kaiho@nalc.jp

子ども未来財団とナルクがフォーラム

地域の育児支援に男性の役割が重要

柏市の団地で在宅の医療介護体制が成功

12月8日午後1時から、東京都港区の友愛会館で、子育て支援者向けの大規模研修が「いきいき生涯現役フォーラム」と銘打って行われました。主催は「ナルク」と「子ども未来財団」、後援は連合本部でした。

冒頭、金子順一氏(前厚生労働省事務次官)が「超高齢化する大都市圏の課題」と題する基調講演を行い、日本の高齢社会を世界に先駆けた長寿先進国と考え、これから高齢化問題が深刻化する中国やアメリカなどに参考になる「元氣な高齢者が支える地域社会づくり」や、「シルバー人材センター、ワーカーズコレクティブ」などで働く多様な場を開発していくこと、訴えました。

そのあと、白梅学園大学の山地憲夫教授、全国シルバー人材センター大山宏部長から、子育て支援と世代間交流についてプレゼンがあり「地域の子育て支援の強化と、夫の子育てへの参加を促すため、ワークライフ・バランスを実践してもらえる企業の理解と支援が望まれる」と結ばれました。最後に東大の木村清一さんが、千葉県柏市で成功した地域包括ケアの街づくりについて、東大と柏市、UR都市機構(旧住宅公団)の3者が提携して、医師会を巻き込んで実現した先端的取り組みが会場の注目を集めました。これについては本文の中で詳細を報告したいと思います。

柏市、UR、東大と3者共同による地域包括ケアシステムの実現

団塊の世代が75歳以上となる2025年を目前として、厚生労働省や社会保障制度改革国民会議が旗を振っている「地域包括ケアシステム」の街づくりが、はかばかしい進展を見せていないなかで、

東大の木村清一氏(写真)から報告があり、会場の大きな関心を集めた。

柏市の中高年のキャンパスがあつて、早くから高齢社会のあり方や、高齢者の生き

季の輝き



大原女

写真・隈井九州男

一方、市内に古くからある豊四季台団地が40%を超える高齢率となつていて、独居世帯が多く、孤独死の発生が問題になるほか、団地の建て替えも課題になつており、これら3者に介護予防や生き



熱心に講師の講演に耳を傾けるご出席の皆さん

がいや労働について総合的な研究がなされてきた。

③在宅の医療・介護

を組み合わせて「長寿社会の街づくり」と名付け、プロジェクトを作り、知恵と金を出し合った。柏市の地域包括ケアシステムは

①介護を必要としない元氣な段階では、支え合いの生活支援インフォーマルサービ

柏市での地域包括ケアシステムの構築



東大高齢社会総合研究機構作成資料より転載

がいを得る手段として、1日2〜4時間、週2〜3日の、勤務を勤めている点である。特養や施設の食堂でワークシェアリング(仕事の分かち合い)を行うなど、短時間勤務や隔日勤務など選択肢を拡大すること、雇用確保を目指している。さらに就労を希望する人を対象に「生きがい就業セミナー」を開催して雇用につなげている。

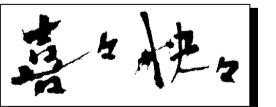
また団地の空き地や屋上にミニ農園を作つて、農業労働の就労を推奨している点に評価したい。

フォーラムに参加して

ナルク高畑会長談

柏市は団地の建て替え時期を上手く利用できたのと、東大キャンパスが市内にあり、一緒にプロジェクトを組めたのが大きい。しかし、なんとなつても軸になつたの

は市の担当者ではないだろうか。一度、木村先生をお訪ねして、もっと詳しくお聞きしたい。市が情熱をもつて、地域包括ケアシステムづくりに着手すれば、柏市のレベルまで、きつと到達できるはずである。ただ自治体によって温度差があるので、低い所は市民参加で引き上げていかねばならない。ナルクの各拠点に、そのリード役を期待したい。



「全国」の拠点を飛び回つて、おれ、家に余りおられず、変です。が、こちらには、なにもない。周りに結構な年記念総会とか、△研修会に行くとか、△多くの会員に直接会つてお話しができるからである。ナルクの理念に惚れ込み、時間預託制度の魅力にとりつかれた方々が、それぞれの地域で懸命にボランティア活動されている姿に接すると、ナルクを創つてよかったと心底思う。でも中にはイベントだけやっついていて、同好会・クラブ活動など楽しむことに熱心で、自己顕示欲が強く、地域の助け合い活動などを一切やっていない方にお目にかかる。と、正直言つてがっかりさせられる。ナルクへの入り口はそうであつても、早い機会に本命のボランティア活動に参加してもらつた掛けを考へてもらわないと困るのだ。無償を基本とした双方の助け合い時間預託ボランティアはナルクにしかない。否、それをやらないのなら、ナルクではないのである。(高畑敬一)

車座ふるさとトーク

安倍内閣の粋なプラン

国民の声を聞いて政策づくりに

昨年、11月14日、大阪府立文化会館で「車座ふるさとトーク」大阪版が開かれた。...



「ふるさとトーク」の席上、安倍総理や大臣自らも現役の若い人たちが、政府が今の年金給付を守って...

おらが拠点の 熱いひと

京都拠点 岡崎重民さんの巻

麻雀中は表情を変えずに、クルに牌を打つ岡崎重民さん(99)だが、この時はいつもと違い、口元を緩ませた。

「お祝い」の賞状をはじめ、会員からの花束、額入りの絵や写真、麻雀招待券などなど、抱えきれないほどの祝い品が贈られたのだ。

「みんなと麻雀のできる事が嬉しい。僕の生きる力になつてい」と笑顔を見せる。年4回催す大会に何度も入賞するなど、判断力や頭の回転も健在だ。



とは、昨年10月10日に99歳の誕生日を迎え、所属する「ナルクことこの会・健康麻雀サークル」で祝った「白寿の集い」のこと。高畑会長から届いた「この時」...

つれづれの記

人間にとって一番ひどい病気は...

特別養護老人ホームで「介護保険市民オンブズマン」として活動を始め、10年以上になる。きつかけは九州で暮らしていた母の晩年であった。



傾聴し、観察。そして気づいたことを施設に橋渡しし、課題をひとつひとつ解決すべく活動してきた。携わって10年以上、少しずつだが、私たちの活動がお役に立っている。確かに変わってきたと自負する面と、これは今もまだ...

ナルク用語辞典

=利用者・提供者=

ナルクの柱である時間預託活動は、利用者と提供者がいなければ、成りたちません。例えば、足が不自由で、外出もままならない人は、車で病院に連れて行ってもらうたり、車椅子で買物に付き添ってもらうたりして日常生活を過ごすことができます。それは車で送迎や、車椅子を押してくれるボランティア提供者がいるからです。この利用者と提供者の需給を上手に調整するのが、コーディネーターです。

「ナルク(NALC)」とはNPO法人「ニッポン・アクティブライフ・クラブ」(Nippon Active Life Club)の通称です。

20周年行事まであと3か月 宮城での支援活動と交流会

20周年記念行事まであと3か月になつたので紹介したい。宮城での支援活動と交流会の予定は、本大会の支援を、と、各拠点の会員、の熱き思いが結集した姿になっている。現在、記念行事は、全国の各拠点から1200名を超え、本大会、宮城、福島、各拠点を中心に検討されている。東日本各拠点を中心に検討されている。東日本各拠点を中心に検討されている。

表1 仙台地区での支援活動・慰霊碑巡り(5月25日)

コース	出発地
Aコース 閑上入口→閑上湊神社→荒浜小→慰霊塔→総会会場	仙台空港
Bコース 荒浜慰霊塔→荒浜小学校→総会会場	JR仙台駅
Cコース 荒浜小学校→荒浜慰霊塔→南浦生被災地→総会会場	JR仙台駅
Dコース 仙台市宮城野区出花2丁目での記念植樹	JR仙台駅

Dコースは5月27日の「慰霊碑巡り半日コース」とほぼ同じ

表2 交流会プログラム(5月26日)

演目	出演者(敬称略)
J&Bコーラス	関西地区拠点有志
釜石あの日あの時甚句	藤原マチ子
東日本大震災遺児作文朗読	黒木麗子
ジャズ演奏	石巻北高校
磯節	水戸拠点
民謡	原田直之
頑張れ援歌	高橋樺子、仮設住宅居住者

表3 被災地訪問活動(5月27日)

コース	集合時間
1日コース 仙台駅→大川小→女川町→石巻市→仙台駅	8時15分
半日コース 仙台駅→荒浜→名取市閑上→仙台駅	9時00分



荒浜慈聖観音

市町村と提携する助け合い

常務理事 寺井正治

介護保険法は、第6期事業計画(平成27年度～平成29年度)の審議が進められている。現在まで「通所介護」は、全一歩の介護保険サービスに外し、活動である。市町村とは「小山市軽度生活援助事業」の委託契約をあらかじめ年間契約し、個々の利用者は市からの連絡などにより決定し、ナルクの会員がサービス提供の仕組みである。具体的には、内容的には「通所介護」であるが、見守り支援であったり、買い物、通院などの外出支援、ゴミ出し、電球の交換、換気扇や窓ガラス、網戸等の掃除、部屋の掃除、食事の準備等の家事支援、また代筆、代読、話し相手等々介護保険ではカバーできない訪問支援である。

ちよつと聞いて

コーディネーターのつばき



寝屋川拠点では、1か月に預託活動者は全員の延べ4割、奉仕活動者は延べ2割の活動実績を出しています。今まで頑張ってきた活動を、今更なりの思いで頑張っています。

活動されていた会員が、高齢化のため運転免許を返上する方が増えたこともあり、外出介助(散歩)や送迎活動が無理になってきました。提供できる内容は減りましたが、高齢者に合った新しい提供活動が出るのを期待しているところです。

10月早々、4人の会員が入院されました。お一人は独居高齢者、脳梗塞の緊急入院でした。会員宅に配布している「困った時のナルク担当者連絡先」を妹さんが気づき、地域担当者に連絡を入れてくれました。子供の世話にならず、有料老人ホームに入居される人も出てきました。入居当座はすぐに友達もできず、ワルムの部屋では何もすることもなく、やる気がでない、寂しいと言われます。人はいくら強がっていても一人では寂しいものです。会員同士で話し相手の訪問など、優しく思いやりの心で付き合っていくべきです。

介護保険制度の地域支援事業として市町村が地域の実情に合わせた取り組みを決め、29年度末までに3つのコースで被災地の訪問活動を行う。訪問型支援としては、杖方拠点と杖方市とは「在宅生活援助事業」の委託契約。茨木市は「茨木市高齢者こいっしょサービス事業」の委託契約。茨木市とは「茨木市高齢者こいっしょサービス事業」の委託契約。茨木市とは「茨木市高齢者こいっしょサービス事業」の委託契約。

「高血圧は薬を飲み続ける」と思いがちですが、薬で無理に下げなくても、生活や体質の改善により、自分で血圧をコントロールできる場合があります。薬を飲み続けることで、逆に体調不良を引き起こすこともあり、薬で血圧を下げることで、疑問を感じている方も多いのでは。どうあっても、数値を下げて、実身体の中の問題を抱えたままの生活を繰り返してはなりません。



TEL (06) 6934-0255 (ナルク係) 受付/平日9:00~17:00 ※土日祝及び時間外は録音テープにて対応。
FAX (06) 6934-5563 24時間受付
先着30名様プレゼント!!
イラスト付で読みやすい!

「高血圧は薬を飲み続ける」と思いがちですが、薬で無理に下げなくても、生活や体質の改善により、自分で血圧をコントロールできる場合があります。薬を飲み続けることで、逆に体調不良を引き起こすこともあり、薬で血圧を下げることで、疑問を感じている方も多いのでは。どうあっても、数値を下げて、実身体の中の問題を抱えたままの生活を繰り返してはなりません。

住まいのお困り事はありますか? 提携会社

- 新築・建替え ★加藤工業公務 守口市 06-6901-1474 (リフォーム全般)
- リフォーム ★インテルナ山本 門真市 06-6909-2371 (インテリア&リフォーム)
- 屋根・壁の塗替え ★上堀塗装工業 守口市 06-6991-2318 (外壁塗装)
- 水周り入替え ★興津商店 大阪市港区 06-6582-0393 (屋根の葺き替え・点検)
- ★壺阪工務店 奈良地区 0744-52-4410 (リフォーム全般)

住まいのサポート人好(ひとよし) ※どんな事でもまずは「人好」にご相談ください! 電話番号: 06-6105-2294 携帯: 080-3850-1849

読者の広場

俳句

「亀岡」

湯豆腐や 互ひの顔はおぼろにて 押本年真

守り札 娘に求む紅葉晴れ 笠井紀子

久しぶり 綿虫の飛ぶ日和かな 杉本賢信

湯豆腐と 昼酒似合う南禅寺 中山一新

湯豆腐にて 晚酌すすむ夫婦かな 成田賢次

ありなしの 風に動きぬ雪ぼたる 西本郁子

湯豆腐や

豆腐にこだはり回り道 丹羽静代

峡の宿 湯豆腐囲みし句友かな 長谷川笑子

散紅葉 古刹の庭も女子多し 松本恵子

百円で 買ふ幸せや雪婆 山田三三子

「茂原」 神だけが 知る吾が余命冬つらら 小守武男

歓声に 黒富士遠く冬の暮 渡辺ハル子

境内の 香りはほのかに残り菊 木村コウ

寒鯉のひれの動きも にぶりけり

随想

パラソル喫茶で思わず涙

「宮城」 林茂

パラソル喫茶の応援で 来仙する各拠点の方を、 3日目は必ず被災地へ ご案内している。

昨年8月、寝屋川の方々と大川小学校を訪れたとき、思わず涙してしまふ情景にぶつかった。我々の少し前に到着した70名の中生と想われ、大惨事の説明を受けていたが、しばらくすると大きな泣き声が聞こえてき

記者レポート

「宮城」 仮設住宅代表と懇談

パラソル喫茶の会場確保や招集などでお世話になっている仮設住宅の役員の方々と懇談会を11月9日に開きました。

「千歳」 市民芸術祭で文化奨励賞

ナルク千歳拠点の成富恵以子事務局長が昨年11月、チトセ市民芸術祭で、千歳市文化団体連絡協議会の選定した文化奨励賞を受賞し、晴れの舞台で表彰の栄に輝いた。

「栃木」 どんぐり育苗の出前授業

11月18日、ナルクの会員14名が市内の小学校で「どんぐり育苗」の出前授業をしました。

「水戸」 今年も「愛パーク祭」に参加

11月2日(土)、第25回愛パーク祭が開催され、今年もナルク水戸から30名がボランティアとして参加しました。

「各務原」 お茶会ますます盛況

11月12日、月例会のお茶会が催され、23名が出席し、1つの座敷では入れきれず、用意したお菓子もぎりぎりの状態でした。

「かすさ」 私の子育て ボランティア 「南横浜」 大胡忠男

私には昭和43年、労働組合活動を始めた頃、ボランティア活動にも興味を持っていました。

た。1か所だけでなく、あちらこちらから聞こえてくる。思わず見ると、少なくとも3人の男子生徒が号泣していた。背中には手を添える女子生徒の姿。私は声が止むまで直視していたがなかなか止まず、つられて泣き出す女子生徒もおり、辺りは若い泣き声が溢れていた。

感な年頃の純粋さを久しぶりに目のあたりにした。亡くなったあの74名のうちの多くも、3度の春を経て、中学生になっていたのだと思うと、その無念さは、何度頭を下けても悲しみの尽きることはない。

器作りに専念する 「かすさ」 倉富久仁彦 私は昭和43年、労働組合活動を始めた頃、ボランティア活動にも興味を持っていました。

私は現在、趣味の陶芸に力を入れています。これも妻から公民館活動に誘われたのがきっかけです。

私の子育て ボランティア 「南横浜」 大胡忠男 横浜市では、中学校学区ごとに、地域ケアプラザが設置されています。

「とがち」 乳幼児への読みかせ活動 ナルク「とがち」では、子育て支援の一環として、乳児への読み聞かせと、絵本のプレゼント活動を続けている。

「かすさ」 孟宗竹の切り出しに挑む 毎年実施されている「君津市生涯学習フェスティバル」にナルクも、一緒に食べます。

日頃のお礼と20周年のご協力をお願いするため宮城拠点から林代表以下5名が出席し、8名の役員の方々と食事を共にしながら、3時間半にわたり和やかな雰囲気、話し合いをいたしました。



作品を前にした成富さん (写真右側)

「足尾に緑を育てる会」

「各務原」

「とがち」

「かすさ」

「南横浜」

「かすさ」

「かすさ」

団体賛助会員 (5口以上・敬称略)