

こころんねっく

第12号

発行 社会福祉法人名古屋市昭和区社会福祉協議会
〒466-0051 名古屋市昭和区御器所3-18-1
TEL:052-884-5511 FAX:052-883-2231
E-mail:fukushi@showaku-shakyo.jp
URL:http://www.showaku-shakyo.jp

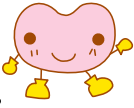
編集 株式会社リベルタ
〒468-0011 名古屋市天白区平針2-1111
A2ビル207号
TEL:052-808-0420 FAX:052-808-0421
E-mail:libertad@mbp.nifty.com

社会福祉協議会ってなに？

社会福祉協議会は、誰もが安心して暮らすことのできる昭和区のため、住民のみなさんと一緒に福祉活動を計画し、実施していく民間の団体です。

マスコットキャラクター「こころん」

あたたかい心で福祉のタネをまく



イメージから生まれました。

高野さんの所属するかわな病院では、地域の健康増進に貢献したいと様々な取り組みが20人ほど集まり、昭和区



専門職同士が 連携する ネットワークが 必要

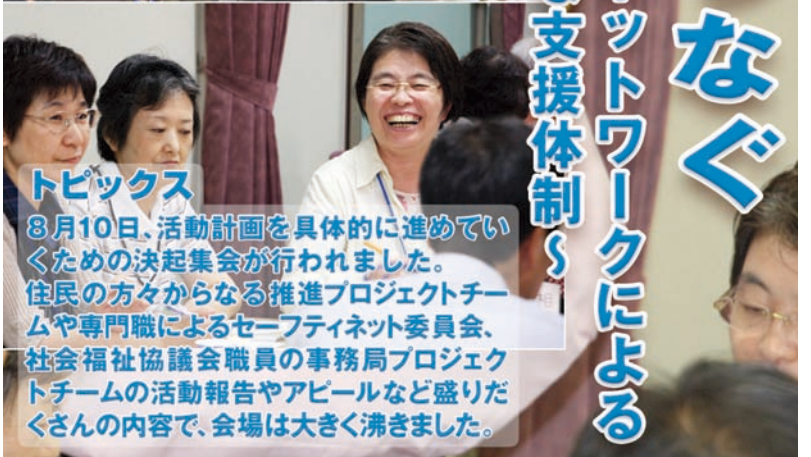
ケアマネジャー(介護支援専門員)の高野さんが、活動計画の策定に関わったのは平成20年2月のことでした。

誰もが支えあい、安心して、当たり前暮らせるまちへ。昭和区社会福祉協議会(社協)では、平成21年度から25年度までの5年計画「第2次昭和区社会福祉協議会地域福祉活動計画」(以下、活動計画)を策定しました。前号ではその概要をご紹介しましたが、今号では活動計画の大きなポイントである「専門職の方々が、専門分野を超え、地域でいかに関わらなければならないか」にスポットを当てます。



特集

専門職と地域をつなぐ



専門職のネットワークによる総合的な支援体制

トピックス

8月10日、活動計画を具体的に進めていくための決起集会が行われました。住民の方々からなる推進プロジェクトチームや専門職によるセーフティネット委員会、社会福祉協議会職員の事務局プロジェクトチームの活動報告やアピールなど盛りだくさんの内容で、会場は大きく沸きました。



(特集コーナーP.2へ続く)

特徴や課題を分析しました。その中で「狭い昭和区なのに専門職同士でも今回初めて顔を合わせた人もいて、横のつながりが薄かったことを改めて実感しました」と高野さん。実際の事例を持ち寄り、検討し合うと「専門職のネットワークがないため、たらい回しになるケースも残念ながらありました。ネットワークがあったら、みんなの力でもっと地域の中で支えることができたい」と、悔やまれます。分析や検討を重ねた結果、今後5年間の活動計画で目指すべき重点項目が見えてきました。それが『情報共有と窓口の充実』、『保健・医療・福祉によるセーフティネットの構築』でした。

「職種や分野を超えて、安心して暮らせる昭和区のためのネットワークをつくりたいです」と話す、高野雅子さん。かわな居宅介護支援事業所 ケアマネジャー(介護支援専門員)

みかちゃんのがーいんぐマイウェイ

No.2 れっぴーてにききは！

作者しようかい●琴子・成人になってからアスペルガー症候群(自閉症の傾向はあるが知的障害を伴わない)の診断を受ける。みかちゃんは自分の分身。

画：琴子

ここに... ①
新装オナタン
ミモル
新色 フェア
ポイント2倍!

母 やせしく キャンペーン
②
みか
じっしゅ

失敗 たった...
てにきは
③

母に やせしく キャンペーン
④
母 やせしく
母 やせしい
母 やせしい
母 やせしい
やさしい母のキャンペーン!
母 やせしく
みか
キャンペーン

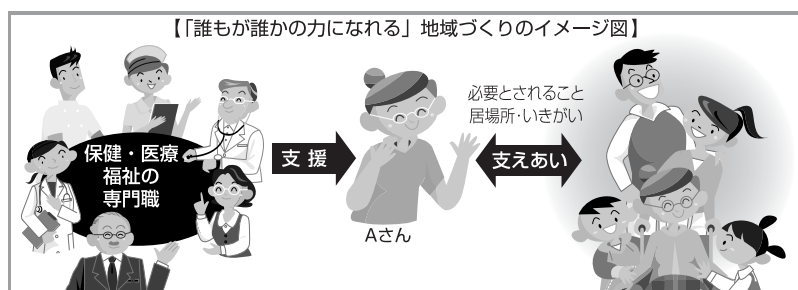
情報冊子の作成を手始めに セーフティ ネットを構築



活動計画策定後、専門職部会のメンバーで「セーフティネット委員会」をつくりました。「情報の共有」の手始めとして、専門職同士が情報を共有し、適切な窓口に確実につなげるための冊子作成にチームで取りかかり始めています。

「施設名と連絡先を羅列するのでは意味がありません。」こんなケースなら窓口はここ“と、具体的に問題解決につながる情報誌の作成を目指しています。

完成は来年度以降になりますが「完成したら、区内の専門職や民生委員さんなど地域の福祉に関わる人たちに、この情報冊子を手渡ししてお伝えしていきたい。そこからさらに、顔と顔がみえる“分野を超えたネットワークが広がる”ことが狙いです」。



とらえ、その社会資源を、どのような形で地域に還元できるかがポイントです。「保健・医療・福祉に携わる専門職の人たちは、地域とさまざまな関わって地域を支えていきたいの熱い思いがあると思います」と、高野さん。さらに、専門職のネットワークに地域住民や行政などの協力も加わり「誰もが誰かの力になり・お互いに支えあう関係」ができるのです(図)。「私たち専門職を、住みよい昭和区のまちづくりのために、どんな有効に使っていただきたいですね」

専門職に聞く！ ケアマネジャー

区内では、さまざまな専門職の方が活躍しています。今回は「ケアマネジャー」さんの仕事にスポットを当ててみました。

「ケアマネジャー(以下ケアマネ)という職業名はよく聞くんですが、どんなお仕事なんですか?」

野田「平成12年に介護保険が施行された時に、新しくできた資格です。日本語では『介護支援専門員』といい、日常的にはケアマネジャーと呼ばれています。介護保険において要支援、要介護と認定された介護サービスを利用する方に対し、ケアプランを作成し、ケアマネジメントを行う職業です」

「仕事の中で特に気を付けている点は?」

野田「福祉や、医療関係で5年以上の実務経験が必要です。その後、試験を受けて研修を受講しケアマネとして登録ができます」

佐藤「介護を必要とされる方々にとって最適なケアプランとなるように、普段の生活や人となりを知り、ケアを受ける方らしさに気を配っています」

野田「ご本人のためですが、介護を行うご家族の希望や要望も十分に考慮しています」

「メンタル的な要素が強いお仕事ですね。佐藤「ご本人やご家族から教えていただく事も沢山あります。ケアマネとして、ご本人たちの気持ちに向き合って仕事をしています」

野田「住み慣れた家や地域の中で、専門職や、ご近所の方が助け合い、その人らしく生活できるようにお手伝いしていきたいですね」



(財)名古屋市長者療養サービス事業団 昭和区ケアマネジメントセンター 管理者 野田美恵子さん(右) 次長 佐藤洋子さん(左)



ケアマネジメントセンターの皆さん。「保健師や看護師の資格を持ち、医療ニーズの高い方への対応が経験豊富です」

地域包括支援センターからのお知らせ

地域包括支援センターでは、もの忘れなどの不安のある高齢者の方を介護しているご家族の方へ、さまざまな支援事業を行っています。ぜひともご利用ください。

(1) 認知症 家族教室 (全6回)

認知症の知識や介護方法、介護保険などを学んでいきます。

開催期間: 10月~平成22年3月(全6回)

●日程 ※申し込みは10月23日まで

| 回 | テーマ | 昭和区西部 | 昭和区東部 |
|---|--------------------|-----------|-----------|
| 1 | ようこそ家族教室へ | 10月29日(木) | 10月24日(土) |
| 2 | 認知症について正しく理解しよう | 11月26日(木) | 11月28日(土) |
| 3 | 介護保険のサービスなどについて知ろう | 12月17日(木) | 12月26日(土) |
| 4 | 介護体験を聞こう | 1月28日(木) | 2月27日(土) |
| 5 | 認知症の方へのかかわりについて学ぼう | 2月25日(木) | 1月23日(土) |
| 6 | まとめ・今後の仲間づくり | 3月25日(木) | 3月27日(土) |

(2) 認知症 家族サロン

介護者同士の交流により、介護負担の軽減を図ります。

毎月1回開催。

※申し込みは電話にて。開催日前日までに各地域の包括支援センターへ。

●日程

| | 昭和区西部 | 昭和区東部 |
|----------|-----------|-----------|
| 平成21年10月 | 10月14日(水) | 10月21日(水) |
| 11月 | 11月11日(水) | 11月18日(水) |
| 12月 | 12月9日(水) | 12月16日(水) |
| 平成22年1月 | 1月13日(水) | 1月20日(水) |
| 2月 | 2月10日(水) | 2月17日(水) |
| 3月 | 3月10日(水) | 3月17日(水) |

(3) 医師の専門相談 (毎月1回)

もの忘れ相談医に、個別で認知症に関する相談ができます。毎月1回開催、要予約です。

※申し込みは電話にて。各地域の包括支援センターへ。

●日程

| | 昭和区西部 | 昭和区東部 |
|----------|-----------|-----------|
| 平成21年10月 | 10月14日(水) | 10月21日(水) |
| 11月 | 11月11日(水) | 11月18日(水) |
| 12月 | 12月9日(水) | 12月16日(水) |
| 平成22年1月 | 1月13日(水) | 1月20日(水) |
| 2月 | 2月10日(水) | 2月17日(水) |
| 3月 | 3月10日(水) | 3月17日(水) |

各地域包括支援センター

- 昭和区西部地域包括支援センター
昭和区御器所3-18-1 昭和区在宅サービスセンター内
TEL:884-5513 FAX:883-2231
【開所日】 月~金曜(祝日休み)
【開所時間】 午前9時~午後5時
【担当小学校区】 御器所・松栄・白金・鶴舞・吹上・村雲学区
- 昭和区東部地域包括支援センター
昭和区滝川町33 いりなかスクエア3階
TEL:861-9335 FAX:861-9336
【開所日】 月~金曜(祝日休み)
【開所時間】 午前9時~午後5時
【担当小学校区】 伊勝・川原・滝川・広路・八事学区

トピックス

包括支援センターでは、区内のケアマネジャーの交流とスキルアップのために定期的に「ケアマネサロン」を開催しています。8月28日に開催されたケアマネサロンでは名古屋市立大学脳神経外科の梅村淳先生を講師に招き「パーキンソン病とその治療、介護」と題して講演を行いました。





長坂眼科クリニック
院長 長坂智子さん

「目の健康のためにも規則正しい生活を」

1年に1回は
健診をしましょう

長寿大国と言われる日本ですが、いくら長生きしても健康でなければ人生を楽しむことはできません。健康を保つためには毎日の生活習慣に留意することが大切です。その秘訣を各分野の専門家に聞きます。



専門家に聞く
健康長寿の
ための習慣

いきいきと活動的に充実した生活を送るためにも、見えにくさを感じたら早めの受診が大切です。例えば、見えにくいことから段差に気がつかず転んでしまいがつ骨折の原因で寝たきりになることもあります。寝たきりになってしまふと、いきいきとした生活を送ることはできません。

受診をすることで、見えにくさの原因を早期に発見することも大切なことです。見えにくさが増えるのは、加齢による白内障からきているものなのか、他の病気からきているものなのか、自身で判断することはできません。徐々に病気が進行している場合、見えていないことを自覚することが難しいからです。高齢者に多い白内障は簡単な手術で治るので心配することはありませんが、緑内障や加齢黄斑変性などは早く治療を開始しないと病状がどんどん進み、手遅れ(失明)になるおそれがあるので注意が必要です。ただし、目の病気の多くは早期に発見し早期に治療を始めれば、失明を限りなくゼロに近づけられます。1年に1回は、見えにくさを感じなくても定期的に健診をする習慣をつけるよう心がけましょう。

【問合せ先】
長坂眼科クリニック
診療時間:月~土曜日午前9時~12時(木曜日は予約手術のみ)、月~水、金曜日午後4時~6時30分
休診日:木、土曜日午後、日曜日
住所:昭和三台町2-22-1
TEL:859-1838

セカンドライフ開拓史

第二の人生を楽しく生きる中高年の方々に、その様子をレポートしていただきました。

開拓団員 No.8 堀井伸夫

5年ほど前に体調を崩し、医師の勧めもあり34年勤務した郵便局を退職した。1年間の療養生活後、これからどう生活したらいいか考えた。

そんな頃、役所の方からデイサービスのボランティアへ誘われ、行ってみた。

デイサービスの職員は30代で、利用者さんから見れば子や孫の世代となる。その点、我々の世代は、利用者さんの話に付いていけるので話し相手になれる。

資格も取り、今ではパート職員である。福祉の世界に入るなんて考えも付かないことだった。週3日ほどの勤務で、結構毎日を忙しく過ごしている。

これからは確実に老人が増え、各地域に老人同士が介護し介護されるような場が必要になってくると思われる。そのためにも今のうちに知識などを身につけたい。

福祉の分野でなくてもいい。自分ができること、好きなことで社会に参加でき、少しでも世の中に役立つようになりたいものである。

自分からできること

障がい者のノーマライゼーションをすすめるために

障がい者・健常者の区別なく、自分が望むような生活をおくることのできる社会。そのためのノーマライゼーションについて広く考えよう。

障がい者が仕事に従事する新発想のネット古書店 小説館 以心堂

不要になった本を集めてネットで売る。障がい者がその作業を行うことで、報酬を得る。そんな新発想の「ネット古書店」。「友人や取引先などから、1カ月に1000冊ほどの本が集まります」と言うのは、ここでの作業を受託する、「自立支援センターるつく」の齋藤さん。障がい者の自主的な頑張りを前提に「社会の力を借りつつ、いかに本を集めるかが成功の鍵です」と、齋藤さん。「将来的にはカフェコーナーを設け、より開かれた空間にしたいですね」

作業指導をする齋藤さん(中)

小説館 以心堂
TEL:836-4400
場所:昭和三台通1-15-1
開設時間:午前9時~午後5時
休日:無休
委託販売している古書販売サイト:スーパー源氏
http://sgenji.jp/

2万冊を超えた豊富な蔵書

子育てママとパパの味方 こどもの、みーつけた!

子どもと一緒に楽しむ、そして何よりママたちが笑顔でいられるように。そんな子育てサークルや子育てサロン、お役立ち情報を紹介していきます。

Vol.5 ママたちの出会いとつながりの場
荒畑・もちの木共同保育の会「あらもちクラブ」

大通りから一本入った路地にある「荒畑・もちの木共同保育室」。定期や一時的な預かり保育を実施しているほか、毎週月~水曜日には、予約も要らず、いつ行ってもいつ帰ってもOKという「あらもちクラブ」を開催しています。曜日によって対象年齢を分けており、月、火曜日は1才半~3才くらいの親子、水曜日は0才~1才半くらいの親子が中心です。特に決まったプログラムはありません。子どもたちを遊ばせながらママ同士がおしゃべりをしたり、子どものことや夫婦関係のこと、義父母との付き合い方までいろいろな相談に



定番のおもちゃや絵本、手づくりのものまで種類は豊富

乗ってもらえたりします。多いときには10組以上の親子が訪れることもあるそうです。また、あらもちクラブではお昼の時間を設けているので、持参すればここでランチをすることもできます。午前中はしっかり遊んで早めのランチタイム。そうすることで、家に帰ってからスムーズにお昼寝ができるとママたちからは好評です。「あらもちクラブは、ママたちの出会いの場

NPO法人 荒畑・もちの木共同保育の会
「あらもちクラブ」

開催日:毎週月、火、水曜日
午前9時30分~午後12時30分
場所:昭和三台鶴舞4-17-29
参加費:無料
※初めて参加される時に登録料として200円(保険代含む)がかかります。
※お昼は持参してください。
※荒畑・もちの木共同保育の会では、1才半までの赤ちゃんと保護者を対象にした「赤ちゃんひろば」や、1才半~3才までの子どもと保護者を対象にした「あそぼう会」、子どもの発達に悩む保護者を対象にした「はぐぐみの会」も開催。詳しくは下記までお問い合わせください。
主催:NPO法人 荒畑・もちの木共同保育の会
TEL&FAX:733-7506

になればいいと思います。ここでおしゃべりをしたり情報交換をしたりママ同士のつながりの時間になればいいと思うので、あえてプログラムは作らずフリーの時間を多くしています」と代表の高瀬さん。仲間づくりも兼ねて、一度訪れてみてはいかがでしょうか?

昭和区共同募金委員会からのお知らせ

赤い羽根共同募金今年もご協力をお願いします。

平成21年度目標額 10,643,000円
一般募金目標額 10,226,000円
歳末募金目標額 417,000円



赤い羽根共同募金運動が10月1日から12月31日まで全国一斉にはじまります。皆様からお寄せいただいた募金は、愛知県共同募金会でまとめられ、約2割は愛知県内の民間社会福祉施設の整備などに活用され、約8割は昭和区社会福祉協議会へ配分されます。

配分金は、子ども会・老人クラブ・女性会・障がい児者団体等地域の団体が行う事業や、ふれあいいきいきサロン事業、子育て支援事業など昭和区内の地域福祉活動に役立てられます。昨年同様、皆様からの温かいご支援を心よりお願い申し上げます。

なお、共同募金の詳しい使い道は、赤い羽根データベース「はねっと」で公開しています。(http://www.akaihane.or.jp/hanett)



今年も区内各地で街頭募金を行います。ご協力をよろしくお願いいたします

第3回赤い羽根チャリティ展覧会開催

今年で3回目になる「赤い羽根チャリティ展覧会」プロのデザイナーやイラストレーター、地域の方、障がい者の方などの絵を展示・販売し、売上の一部を赤い羽根共同募金に寄付します。

皆様、お気軽にお出かけください。日時:10月5日(月)~12月19日(土) 午前9時~午後5時 *日曜・祝日は閉場 場所:昭和区在宅サービスセンター 2階廊下 入場無料 主催:昭和区社会福祉協議会 ミニチュアガーデン



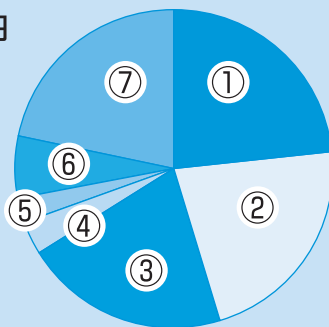
昨年の展示風景



平成20年度募金実績額

赤い羽根共同募金 951万4,620円
一般募金 924万3,408円
歳末募金 27万1,212円

円グラフは募金の使いみちの内訳です



- ① 地域福祉推進のために 221万5,870円(23.3%)
② おとしよりのために 209万3,180円(22.0%)
③ 子どもたちのために 198万2,358円(20.8%)
④ 障がいのある方のために 32万5,000円(3.4%)
⑤ 歳末たすけあいに 24万1,212円(2.5%)
⑥ 共同募金運動推進のために 59万5,000円(6.3%)
⑦ 全地域の福祉推進のために 206万2,000円(21.7%)

投稿王国

俳句「秋」

心なしか涼しかった夏を過ぎ、彩りの秋になりました。一年は本当に早いものですね。あつという間に初雪も降るのでしょうか。

- 炭坑節なれば踊の輪のふくれ <三映子>
ふたり 誕生日夫婦で祝う栗おこわ <光子>

募集&プレゼント

次号の投稿内容は、「俳句・冬」です。季節感あふれる一句を詠んでいただき、住所・氏名・年齢・電話番号をお書き添えの上、12月末日までに昭和区社会福祉協議会までお送りください。採用された方に、図書カードを差し上げます。応募先は右下の問合せ先をご覧ください。お待ちしております。

講座・案内

福祉推進を目的とした各種イベント、行事、講座等(原則無料のもの)を紹介します。

「昭和区子育て広場」のご案内

毎日の子育ての中で、育児に関する不安や悩みを持ったり、育児仲間を求めたりしているお父さんお母さんのために、昭和区の保育所が中心になって保育の専門家がいろいろなプログラムを用意してお持ちしています。親子で楽しいひとときをお過ごしください。昭和区の子育てパートナー查保育協会がお手伝いします。
■日時:11月5日(木)午前10時~12時 ■場所:昭和区役所講堂(2階)※駐車場の確保
■対象:乳幼児と保護者 (はしていませんので、公共交通機関でお越しください。
■内容:赤ちゃん、あそび、絵本コーナー、手作りおもちゃの紹介、育児相談など
■主催:昭和区保育協会 ■共催:名古屋民間保育園連盟、昭和区社会福祉協議会、昭和区役所、昭和保健所
■問合せ先:昭和区役所民生子ども課民生子ども係(1階12番) TEL:735-3902/FAX:731-8900
■その他:事前申し込みは不要、入退場自由です。お気軽にお越しください。

吹上まつり(知的な障害のある方が通う事業所を地域に開放するお祭りです)

■日時:11月8日(日)午前10時~午後1時30分 ■場所:吹上授産所(吹上町1-35-7)
■内容:バザー、模擬店、アトラクション(大道芸、ビンゴ大会など)
■参加費:無料 ■定員:制限なし
■主催:吹上まつり実行委員会(吹上授産所) ■問合せ先:吹上授産所(担当:貝沼、山本)
【ボランティア募集のお知らせ】 TEL:FAX:741-1419

多胎児と年子ちゃんのためのびよちゃんズ

子育てには大変なことがたくさんあります。それも年の近い子だったり、2人だったり、3人だったら...仲間たちと悩みを分かち合い、楽しく子育てができるよう。いざという時に頼れるつながりができるよう。「びよちゃんズ」は、ふたごちゃんや年子ちゃんなどの家族と子どもたちの交流の場です。子どもたちを遊ばせながら、ママ・パパ同士の情報交換をする会です。お気軽にご参加ください。

■日時:11月12日(木)午前10時~11時30分(申し込みは10月13日(火)午前9時~)
平成22年1月29日(金)午前10時~11時30分(申し込みは平成22年1月7日(木)午前9時~)
平成22年3月16日(火)午前10時~11時30分(申し込みは平成22年2月16日(火)午前9時~)
■会場:昭和保健所5階健康増進室
■対象:昭和区在住の未就学の多胎児ちゃんと年子ちゃんとそのご家族(ご家族だけの参加もOKです)
■参加費:無料
■持ち物:お茶などお子さんに必要なもの、母子健康手帳
■申込み先:TEL:735-3961(昭和保健所保健予防課 保健看護担当)

寄付

次の方々より本会へご寄付いただきました。寄付金は昭和区の社会福祉の推進に有効に活用させていただきます。ありがとうございました。
●名古屋ヤクルト販売株式会社様



困ったとき、専門職の方に相談できるというところは、嬉しく、心強いですね。
活動計画に参加出来る人(地域福祉に興味のある人)を募集中です。M.H
昭和区のいいところ、またまた発見してしましました。T.T

編集後記

玉腰先生のお料理レシピ vol.12 キャロット♥パンプキンの豆乳スープ
手軽につくって栄養いっぱいレシピをご紹介します!
目の健康を守るためには、ビタミンやミネラルをたっぷり取ること、バランスの良い食生活が大切です。
【材料4人分】
・ニンジン(中) 1/2本
・カボチャ 1/8個
・玉ネギ(中) 1/2個
・ポイル枝豆 20粒ぐらい
・バター 15g
・豆乳 200ml
・水 500ml
・固形ブイヨン 1個
・塩 少々
【作り方】
1. ニンジンは皮をむき薄い半月切りにする。カボチャは種とわた、皮を取り薄切りにする。
2. 玉ネギも薄切りにして、鍋にバターを入れてしんなりするまで炒める。
3. 2の中にニンジン、カボチャ、水(500ml)、固形ブイヨンを加え、材料が柔らかくなるまで煮たら、ミキサー(フードプロセッサーでもOK)をかけ網を通しておく。
4. 3に豆乳と茹でた枝豆を加え、火が通ったら塩で味を調える。
ポイント!
ミキサーを出すのは手間だけど、そのひと手間をかけるだけでシェフの味が家庭でも味わえます!!
Lea Lea Hale 玉腰明子(管理栄養士)

「こころねっ」第12号はいかがでしたか?



「こころねっ」へのご意見、ご感想をお寄せください。お待ちしております。また、目の不自由な方へ、この情報紙「こころねっ」を録音したカセットテープの貸し出しを行っています(無料)。ご希望の方はご連絡ください。講座案内の掲載についてもお問合せください。

社会福祉法人名古屋市昭和区社会福祉協議会
至鶴舞 ●サークルK ●医療法人交正会 市バス荒畑
至東別院 ●エルトレロ ●瑞雲 龍興寺 ●トヨタカララ 市バス荒畑
●天池 ●ストリンガーハウス ●至御器所
天池通り ●喫茶西アサヒ ●尾陽神社 ●記引接寺
●記宗円寺
昭和区社会福祉協議会(在宅サービスセンター内)
問合せ先:
〒466-0051
名古屋市昭和区御器所三丁目18番1号
TEL:052-884-5511
FAX:052-883-2231
E-mail: fukushi@showaku-shakyo.jp
交通のご案内:
地下鉄:鶴舞線「荒畑」駅4番出口から徒歩5分
市バス:栄20系統・昭和区系統(右まわり・左まわり)「荒畑」下車

http://www.showaku-shakyo.jp