

こころなっつ 第8号

発行 社会福祉法人名古屋市昭和三区社会福祉協議会
〒466-0051 名古屋市昭和三区御器所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:052-808-0429 FAX:052-808-0421
E-mail:libertad@mbp.nifty.com

特集 病院と地域の新しいつながり



地域と病院 病室に笑顔を届ける道化師「ポッチ☆アダマスと愉快な仲間達」

私たちの健康と生命を守る病院。生活になくはならない病院ですが、地域とどのような関わりをもっているかご存知ですか？ ある病院では、地域住民が様々なボランティアをすることで、患者が快適に過ごせるよう支えています。またある病院は公開講座を開くなど、地域に開かれた存在を目指しています。今号では病院と地域の新しいつながりを紹介します。

入院患者を元気づけるために、名古屋第二赤十字(八事日赤)病院ではさまざまなボランティアが活動を行っています。「ケアリングクローン」のボランティア「ポッチ☆アダマスと愉快な仲間達」もその一つです。「ケアリングクローン」とは病院や福祉施設などでのケアを必要とする人を、ユーモアで元気づける道化師の活動です。「ポッチ☆アダマス」とは病院や福祉施設などでのケアを必要とする人を、ユーモアで元気づける道化師の活動です。「ポッチ☆アダマス」とは病院や福祉施設などでのケアを必要とする人を、ユーモアで元気づける道化師の活動です。

入院患者を元気づけるために、名古屋第二赤十字(八事日赤)病院ではさまざまなボランティアが活動を行っています。「ケアリングクローン」のボランティア「ポッチ☆アダマスと愉快な仲間達」もその一つです。「ケアリングクローン」とは病院や福祉施設などでのケアを必要とする人を、ユーモアで元気づける道化師の活動です。

訪ねて、状態を見ながらマジックやバルーン、音楽などを披露します。はじめはクラウンの突っ込みで驚かすような子どもらい、徐々に部屋の外まで見送りに来るまでになります。クラウンの魅力を中谷さんに聞きました。「赤い鼻をつけてただけで、そこに日常とは違う空間が生まれます。人々に喜んでもらうことで自分も元気がもたれるんです。笑いは手話ではないのです」と話す中谷さん、子どもが笑うことで付き添っている親にも笑みがこぼれます。「子どもはこんな笑顔見たことない」と言う母親の言葉が印象的でした。退院が決まった子どもには歌や踊りをプレゼント。「うれしい別れ」にクラウンにも安堵の表情が浮かびます。

【問合せ先】代表 中谷さん
TEL:090-9904-4323

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三区のため、住民のみならず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。

「ポッチ☆アダマス」小児科病棟に色鮮やかな衣装をつけたクラウンの集団が集まると、子どもたちの表情が一気に華やかになります。また、動けない子どもたちのために個室を二つひとつ



(特集コーナー P.2へ続く)

ロープを使ったマジックを披露

昭和三区の四つ葉のクローバー Clover of four-leaves

自然と笑顔があふれる ボランティアグループ「やまのて会」

八事日赤病院のボランティアルームで活動する「やまのて会」。病院内で患者さんが使用するタオルを巻いたり、看護師さんから依頼を受けて患者さん用の手袋を作ったりするなど、病院の裏方としてなくてはならないボランティアグループです。昭和51年に発足した当初は7名だったメンバーも今では67人。目に15人程度のメンバーが日替わりの顔には笑顔があふれています。

「空いた時間を有効に使いたい。人のお役に少しでも立てれば」などボランティアをはじめたきっかけはみなさん様々ですが、「働くことは健康の秘訣」と話すメンバーは、看護師だった頃、入院中の子どもには成長発達を促す「精神的看護」が必要だとの想いを強くし、この活動を始めました。子どもの笑顔に母親が喜び、母親のその表情に子どもが癒される…。病院にひとときのやすらぎの時間が流れます。

※「やまのて会」ではメンバーを募集しています。詳しくはP.2の病院ボランティアリストをご覧ください。



1日に3,700枚ものタオルを巻きます

子育て編 入院中の子どもたちを元気づける「おはなしグループ「ぼしえと」」

おはなしグループ「ぼしえと」は、15年前から名古屋大学医学部附属(名大)病院の小児科病棟で活動しています。メンバーは7名で、いずれも子育てを経験した40〜70代の女性。月2回の活動日には、プレイルームに子どもたちを集め、前半の30分は絵本の読み聞かせや紙芝居など、後半の30分は工作をします。子どもが

楽しんでいただけでなく、付き添っているお母さんたちの息抜きにもなります。「お母さんには子どもを病気にしてしまったという自責の念があるので、私たちが悩みの聞き役になることもあります」と話す代表の近藤さんは、看護師だった頃、入院中の子どもには成長発達を促す「精神的看護」が必要だとの想いを強くし、この活動を始めました。子どもの笑顔に母親が喜び、母親のその表情に子どもが癒される…。病院にひとときのやすらぎの時間が流れます。

※「おはなしグループ「ぼしえと」」ではメンバーを募集しています。詳しくはP.2の病院ボランティアリストをご覧ください。



身を乗り出して紙芝居に見入る子どもたち

医療ソーシャルワーカーをご存知ですか？

病気が怪我をした場合、患者だけでなくその家族もさまざまな問題を抱える可能性があります。そうした問題の解決を目指して、専門の相談員である医療ソーシャルワーカーが配属されている病院が数多くあります。

- 医療費や生活費をめぐる問題
 - 在宅療養の環境をめぐる問題
 - 福祉制度をめぐる問題
- など、患者とその家族の社会復帰をめぐるあらゆる問題に対応します。



病院を支える ボランティアを養成

地域と病院 聖霊病院カトリック社会事業室

杖中にある聖霊病院では、ボランティアを希望する人のために養成講座を開いています。今年の4月で17回を数え、この講座を受講した人たちがボランティアとして活動しています。ボランティア希望者は病院内にあるボランティアグループに入り、昭和48



病院を開放して 地域のため目指す

地域と病院 かわな病院



昨年行われた認知症に関する講演会

かわな病院では平成16年から年に1〜2回、地域講演会を開催しています。うつや認知症、メタボリック症候群などがテーマで、医師などの医療関係者が住民の質問に直接

地域に根ざした医療に従事しています。最近は一歩一歩高齢者が多いため、病気を視野に入れながら治療することが不可欠です。「病院にこもるだ

答えます。身近で関心のある事例とあわせて、講演会には多くの人が詰めかけます。かわな病院は訪問診療をはじめとする在宅ケアの支援を行うために、地域と病院をつなぐために発足した地域医療福祉連携委員会が企画。通院患者や病院関係者の絵や写真が展示されてきました。院内に飾られた作品は、患者やその家族の癒しとなるだけでなく、絵を見るために地域の方たちに気軽に病院に来てもらうきっかけとなっています。

ボランティアグループです。現在、全てのボランティアグループをあわせるとボランティア数は130名です。ボランティアを希望する方は様々で、ある男性ボランティアは、難病の子どもの病で救われた経験があり、その恩返しの意味も込めてボランティアを始めたそうです。「ありがとう」の言葉がうれしいと顔をほころ



「貴重な時間と労力を提供して下さるボランティアさんには感謝の気持ちで一杯です」と話す矢沢さん

ばせません。多くのボランティアが活動の後はすがすがしく元気になるという口にするそうです。病院とボランティアの間をコーディネートするカトリック社会事業室の矢沢さんは、「ボランティアさんがいることで助かって

地域講演会

「メタボ退治で健康生活 —メタボリックシンドロームと特定健診・保健指導—」
講師：かわな病院 亀井克典院長、外来看護師、管理栄養士
日時：7月下旬(予定) 場所：川原コミュニティセンター
入場料：無料

【問合せ先】 かわな病院 梶川さん TEL:761-3225

院内ギャラリー展示作品募集

病院内にあなただの作品を展示しませんか？
期間などご相談ください。



病院から情報発信

病院から発信される医療情報を有効に活用しましょう。下記の2病院だけでなく、多くの病院で自由に情報が閲覧できるようになっています。



名大病院の患者情報センター 広場ナディック

患者情報センター 広場ナディック(名大病院)

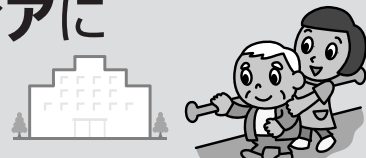
医療関連書籍、ビデオ、DVD、患者会資料、インターネット、医療用かつら・補正下着の展示
閲覧時間：月～金曜日、午前10時～午後4時(年末年始・ゴールデンウィーク除く)

八事日赤情報プラザ(八事日赤病院)

医療関連書籍、インターネット
月～金曜日、午前9時～午後5時(祝祭日除く)

あなたも病院ボランティアに参加してみませんか？

病院はボランティアの活動に支えられています。患者が安心して病院で過ごせるお手伝いをあなたもしてみませんか。



病院	ボランティアグループ	活動内容	活動日時
聖霊病院 【問合せ先】 カトリック社会事業室 矢沢さん TEL:832-1181	みどりの会	患者が使用する清拭タオルたたみ、衛生材料作り等	月～金曜日、午前10時～午後2時
	あおぞら会	受付での案内、リハビリの送迎、車いすの整備・整理等	月～金曜日、午前9時～正午、午後1時～4時 土曜日、午前9時～正午
名古屋大学医学部 附属病院 【問合せ先】 医療サービス課 患者サービス掛 土本さん TEL:744-2854	外来グループ	来院者の案内・移動の介助、患者用図書室(つくし文庫)での本の貸出し等	月～金曜日、午前8時30分～11時30分 ※ただし、祝祭日及び年末年始(12月29日～1月3日)を除く ※最低3か月以上継続でき、原則として週1回以上・1日3時間(隔週可) ※活動前にオリエンテーションを実施
	ぼしえっと	小児科病棟入院中の子どもへの絵本の読み聞かせ、紙芝居、工作等	第2・4水曜日、午後3時～4時
名古屋第二赤十字病院 【問合せ先】 医療社会事業部社会課 村手さん TEL:832-1121(代表)	外来ボランティア	外来患者の案内、車いすでの患者移送等	月～金曜日、午前9時～正午、午後1時～5時 週2～3時間程度(隔週可) ※活動前にオリエンテーションを実施
	介護ボランティア	移動、手洗いの介助、ベッドメーカー、配膳等 ※介護ボランティア講座の受講が必要	月～金曜日、午前9時～午後4時の間
	やまのて会	清拭タオルたたみ、布製品等の補修、ミンナかけ作業等	月～金曜日、午前9時～正午、午後1時～3時
	やごとひよこ隊	小児科病棟入院中の子どもへの工作指導等	毎週水曜日、午後7時～8時



名古屋マック(アルコール・薬物依存リハビリセンター)

施設長 福岡さん

「同じ境遇の仲間と一緒に頑張ります」

専門家に聞く 健康長寿のための習慣

長寿大国と言われる日本ですが、いくらの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。



お酒は「百薬の長」と呼ばれますが、度を過ぎると精神的・身体的に依存するようになります。酒量コントロールできない「アルコール依存症」にまでなってしまうと、様々な症状に悩まされ、社会生活を送ることはおろか、最悪の場合死にいたることもありま

す。アルコール依存症者数はおよそ300万人と言われ、高齢者の割合が増加してい

ます(健康日本21)。依存症になる人は、意志の弱さや怠惰な性格が原因と考えられがちですが、誰にでも起こりうる精神疾患のひとつと考えられています。発症までの期間や酒量、症状には体質によって個人差がありますが、いったん発症してしまうと、そこから自力で回復することは困難です。医療機関と社会復帰施設の連携の中で、仲間

名古屋マック

【問合せ先】社会福祉法人AJU「自立の家」名古屋マック
スタッフ全員がアルコール依存症からの回復者です。
＜デイケア＞
内容:ミーティング、各種作業、レクリエーション
開放日時:年中無休
午前9時～午後6時
(日曜は午後1時30分～6時)
料金:無料 場所:北区金城1-1-57
TEL・FAX:912-5508

二年前に退職しましたが、その後、数多くの講座を受講する中で友人を得たことは大きな喜びです。今は自由になる時間を思う存分楽しんでいきます。好きな読書にどっぷりつかり、趣味の茶道・陶芸に親しみ、初心者ゴルフに励み、飼い猫とたわむれています。ある資格をとることが密かな目標ですが、これからはそのための勉強も始めたいと思っています。また、ボランティア活動にも参加していきたいです。まだ区内のボランティア事情がよく分からないので先輩の方々に指導いただきながら、できることから始めたいと思います。今まで関わりの薄かった地域の中での活動に参加し、

セカンドライフ開拓史



第一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す。

開拓団員 No.4 前田 順子



陰ながら役に立てれば嬉しいです。誰かに必要とされているという思いは自分が生きる喜びに通じ、学ぶことも多いでしょう。三月に名古屋四百年時代検定を受けましたが、知らなすぎた名古屋の歴史・文化にふれることができました。経験を生かしたガイド活動もしてみたいと思います。人生の楽しみはこれからです。

自分らしく生きていきたい

障がい者・健常者の区別なく、自分が望むような生活を営むことのできる社会。そのための「ノーマライゼーション」について広げていきます。



スポンジからデコレーションまですべて手作りする

「カフェ・ギャラリー寸心」では、精神障がいを持った方たちが、作業を通して体力・集中力・コミュニケーション力を養い、一般就労を目指しています。15種類の手作りスイーツを置く、町のケーキ屋さんとして営業しています。作業所として様々な

【問合せ先】カフェギャラリー寸心
営業時間:平日、午前10時～午後7時、日曜、午前10時～午後4時(祝日定休)
場所:昭林区御器所通2-17-1 岩田ビル1F
TEL:745-5582

子育てママとパパの味方 子どもの、みいっつけた!

子どもと一緒に楽しみ、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.1 ママの笑顔がいっぱい 「ここにこNOAHくらぶ 子育てサークル」

子育てサークルや子育てサロンといえば子ども中心のものが多いなか、昭林区在宅サービスセンターで活動している「ここにこNOAHくらぶ 子育てサークル」は、ママが中心の育児サークルとして平成19年1月に発足しました。サークルのテーマが「内から外からキラキラママを目指して」とあるように、ママ自身が学べ、そして笑顔になれるようなプログラムがたくさん用意されています。お花見やウォーキングなどのレクリエーションのほか、フラワーアレンジメントやメイクアップ、クッキング、ヨガなど専門の講師を招いての講座、また、田植え体験や稲刈り体験など普段あまり体験できないようなプロ



親子クッキング。クレープ作りで夢中になる子どもたち

ラムもあり、毎月参加される親子も多いそうです。サークルの担当スタッフ玉腰さんと織田さんは、「子育てをすることで大切なことは、ママ自身が楽しく笑って子どもと向き合うことだと思います。でも一人では不安や悩みも多く、なかなかそれができませんよね。サークル活動を通して、少しでも自分たちが楽しく笑っていられたら成長できればと思っています」と話してくれました。ママの笑顔は子どもにも伝わります。キラキラママを目指して一度のぞいてみませんか?

<ここにこ NOAH くらぶ>

活動日時:毎月第1土曜日、午前10時～11時30分
場所:昭林区在宅サービスセンター2F(昭林区御器所3-18-1)他
参加費:500円(プログラムによって材料費がかかる場合があります)
対象年齢:0才～(年齢制限はありません)

【今後の予定】
6月7日(土) フラワーアレンジメント
7月5日(土) コーピングで楽しく子育て
8月2日(土) リフレクソロジー(足つぼマッサージ)
9月6日(土) 親子クッキング
10月4日(土) リフレッシュ・ストレッチ
※参加はすべて申し込みが必要となりますので下記までお問い合わせください。初めての方もお気軽にご参加下さい。スタッフも募集中。
問合せ先:織田朱美さん TEL:090-9022-9044
E-mail:oda.oda.oda.a@docomo.ne.jp



岐阜県にある田んぼでのお米の収穫

賛助会員

「地域福祉のサポーター」募集中!!

昭和三区社会福祉協議会は、「誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくり」をめざして、地域の皆様からご協力いただく賛助会費、共同募金、その他寄付金や名古屋市福祉基金からの助成金などを財源として、地域福祉活動を推進しています。

一人ひとりの力は小さくても、たくさん集まると大きな力となります。

社会福祉協議会の活動をご理解いただき、趣旨にご賛同いただいた方はぜひ賛助会員になっていただき、お支ください。皆様からの賛助会費は、学区福祉推進協議会の活動やふれあい給食サービス、広報紙の発行、ボランティア活動の推進など、様々な事業に役立てさせていただきます。



賛助会費が使われたボランティア交流会の様子

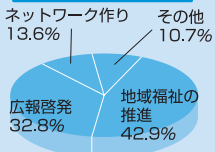
個人会員
1口 1,000円(年額)

法人・団体会員
1口 10,000円(年額)

平成19年度実績
4,286,000円

■個人会員 1,579件
■法人・団体 151件
2,536口 175口

賛助会費のつかいみち



「昭和区をこんなまちにしたい!」あなたの声を聞かせてください

～「昭和区社協・第2次地域福祉活動計画」策定にむけて～

「活動計画」とは、様々な住民の方々を感じている「昭和区をこんなまちにしたい」という想いを丁寧に話し合い、そのために「どんなことをしていくか」を具体化することです。昭和区社会福祉協議会では、平成16年度に策定した「第1次地域福祉活動計画」の期間が平成20年度に終了することに伴い、第1次計画の良かった点・反省点をふまえて平成21年度以降の新たな「第2次地域福祉活動計画」を策定していくことになりました。

計画を作る体制としては「策定委員会」と「作業部会」が核になります。いずれも社会福祉に関心のある昭和区民のみならず、社会福祉関係団体、保健・医療・福祉関係者、行政職員、社協職員等がメンバーとなり、作業部会で話し合ったものをさらに策定委員会で議論していく、計画案を作ります。キーワードは「地域住民の参加」です。



作業部会の様子

計画を作る方法

- 1 「昭和区をこんなまちにしたいか」「何を大切にしたいか」を考える
- 2 「どんな課題があるか」を整理する
- 3 課題を解決するために「どんなことができるか」を考える
- 4 これらを整理し、議論し、深めていくことで、5年後の昭和区の地域福祉の目標や取り組みを「計画」としてまとめる。

※6月以降は、3「どんなことができるか」についてさらにテーマごとのワーキンググループに分かれて話し合っていきます。テーマが決まったらホームページなどでもPRします。この機会にもっと多くの区民の方にも加わっていただきたいのです。昭和区地域福祉に関心のある方、一緒に力を出していただける方は、お気軽に社協までご連絡ください。

問合せ先: 昭和三区社会福祉協議会
TEL:884-5511 FAX:883-2231

投稿王国

写真「昭和区の私のいやしスポット」



昭和区であながいやされる場所はどこですか? 皆さんから寄せられた写真の中から1点をご紹介します。

御器所緑道
撮影者: 森八(88才)
「教会へ行く道すがら、新緑が美しくシャッターを押しました」



次号の投稿内容は、「写真・笑顔」です。皆さんのまわりの笑顔を写真に撮って、住所・氏名・年齢・電話番号をお書き添えの上、8月末日までに昭和三区社会福祉協議会までお送りください。採用された方に、図書カード千円分を差し上げます。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。



手軽につくって 栄養いっぱいのお料理レシピをご紹介します!

お料理レシピ

vol.8 ゴーヤと豚しゃぶのどまみそ丼

ゴーヤはビタミン、ミネラルが豊富で、苦みの元は胃腸を刺激して食欲を増進させる働きがあります。夏に不足しがちなビタミンB1を豊富に含む豚肉と合わせて、夏ののりきるオススメレシピです。

●材料(4人分)

- 豚しゃぶしゃぶ用肉 300g
- ゴーヤ 1/2本
- aタレ
- 赤みそ 大さじ1
- ごまだれ おおさじ2
- 酢 小さじ1/2
- しょうが 小さじ1

●作り方

1. ゴーヤは種と中ワタをしっかり取り除き、薄切りにする。
2. 鍋に湯を沸かしてゴーヤと豚肉をそれぞれ別にゆで、水気をきる。
3. ご飯の上に2をのせ、aのタレをかける。

管理栄養士: 玉霞明子

ポイント!

苦みをやわらげるためには、ゴーヤは縦半分切って、スプーンで中ワタをしっかりと取り除きます。また、薄く切れば苦みを感じにくくなります。

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。

集まれ! ボランティア「第15回ボランティア交流会(15周年記念)」

ボランティアをしている方はもちろん、興味のある方やこれから始めたいと思っている方も大歓迎。ぜひお越しください。

- 日時: 6月22日(日)、午後1時～4時 ■場所: 昭和三区役所講堂(2階)
- 内容: ボランティアグループによるステージ発表、活動紹介のパネル展示など。ボランティア連絡協議会の15周年を記念して、大阪教育大学の新崎国広准教授の講演と参加者同士の交流も予定。
- 入場料: 無料 □主催: 昭和三区ボランティア連絡協議会
- 問合せ先: 昭和三区社会福祉協議会 TEL:884-5511

第26回昭和区の福祉まつり

- <シンポジウム>
- 日時: 6月29日(日)、午後1時～4時15分 ■テーマ: 「私にとって“ともに生きる地域”とは」
- 座談会司会: 天野雄雄さん(俳優) ■出演: 区内福祉関係者のみなさん
- <前日祭(映画会)> ■日時: 8月23日(土)、午後2時～
- <福祉まつり> ■日時: 8月24日(日)、午前10時～午後3時30分 ■会場: 昭和三区役所
- 主催: 昭和三区福祉まつり実行委員会 ■問合せ先: 昭和三区社会福祉協議会 TEL:884-5511

ボランティア募集中!

- 問合せ先: 昭和三区社会福祉協議会 TEL:884-5511 FAX:883-2231
- ① はつらつクラブボランティア
高齢者はつらつ長寿推進事業(名古屋市委託事業)を区内8会場(吹上、八事、広路、滝川、御器所、松栄、白金、川原学区)で65歳以上の方を対象に実施しています。参加者と共に、プログラムに参加しながら職員のお手伝いをしてくださるボランティアを募集中。必要なのは、体力と気配りと明るい笑顔。明るく楽しく介護予防事業に協力してください!
- ② おもちゃ図書館ボランティア
おもちゃの貸出しや子どもと一緒に遊んでくれるボランティアを募集中。子どもと遊ぶのが好きな方、一度見学にお越しください。
■開催日: 第1日曜日・第3日曜日、午後1時～3時30分 ■場所: 桜山こいの家(昭和三区下町町1-3)
- ③ 音訳ボランティア
「こころねっグループ」では、広報など昭和三区版と「こころねっ」の音訳テープを視覚障がい者向けに製作しています。音訳に興味のある方、一緒に活動しませんか

寄付

次の方々より本会へご寄付いただきました。寄付金は昭和三区社会福祉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す。

- 横田和之様 ●名古屋ヤクルト販売株式会社様
- 匿名様3件

自分も楽しむボランティア、色々ありますね。Y.A. 高齢者と若い人、色々な人とのふれあいが出来る地域に。M.H. いろいろな人や病院の思いが届くといふ今号です。K.E. 病院が病気がなくても気軽に集まれる場所になるといいですね。T.T.

編集後記

「こころねっ」第8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い合わせください。

社会福祉法人名古屋市昭和三区社会福祉協議会

問合せ先: 〒466-0051 名古屋市昭和三区御器所三丁目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「昭和三区系統(右まわり・左まわり)「荒畑」下車

<http://www.showaku-shakyo.jp>