

ふれあい お お つ

142

URL <http://otsu.la.coccan.jp>
Eメール ohtsu-shakyo@jcom.home.ne.jp

大津地区社会福祉協議会
発行人 会長 鈴木立也
編集 広報部 会
横須賀市大津町3-20-16
Tel・Fax 046-834-2487
印刷 文明堂印刷株式会社



《山梨県新倉山浅間公園にて》筒井美恵子さん撮影

新春を迎え謹んで
お慶びを申し上げます



令和時代の新春を迎え、今年も宜しくお
願い申し上げます。

昨年のご存じのように四月で平成時代が
終わり、五月一日からは新しく令和元年に
変わりました。

十月には国内外に即位を宣言する「即位
礼正殿の儀」が歴史を継承した儀式として
厳粛に行われました。

改元になったからと日常の生活が変化す
るわけではありません。新元号の誕生によ
り新しい気持ちで古来からのしきたりを大
事にして引き継いでいきたいと思えます。

近年、若い世代には西暦の方が馴染み深
いので和暦は無用と言う声もありますが
和暦はその時代の歴史から学んだことを
「日本の心」として大事に残してきました。

「即位礼正殿の儀」において宣言された
ことにより、令和時代が平和で国民の幸あ
る元号であることを期待しながら感謝の人
生を送りたいと思えます。

大津地区社会福祉協議会

会長 鈴木 立也

第31回 福祉標語



最 優 秀 賞
馬堀中学校3年 森 美優さん

今年度の福祉標語は、馬堀中学校にお願ひしました。



9月26日に学校及び大津地区社協関係者で選考会が行われ、全校生徒230名の中から、3年生の森美優さんの作品が選ばれました。

11月14日の表彰式では、大津地区社協鈴木会長より賞状と賞品が授与され、森さんは「自分がなかなか声をかけることができなかつたので、できるよくなれたらいいな」と思つて標語にしました」と話してくれました。

馬堀中学校は、学校目標を「愛される人となれ」(笑顔・あいさつ・おもいやり)としています。

その目標が実践されている優しい中学校だと感じました。2006年より校友会、在校生、PTA、地域の方が参加して、ホタル博士の大場信義さんの指導のもと、馬堀自然教育園と隣接する敷地に「ホタルの里」を作り、毎年6月に「ホタル観賞会」を開催している自然豊かな中学校です。(児童福祉部会)



優 秀 賞

信じ合い 生まれる絆の あたたかさ 3年 波津久優光

思いやりのフリー 始めてみませんか 3年 久保賢太郎

手を伸ばし 笑顔の花の 種をまこう 3年 藤田いぶき

大丈夫 心を軽く する言葉 3年 関谷 夢渚

持ちますよ あいさつがわりの おもいやり 3年 渡邊 大地

笑顔はね 優しい気持ちになる言葉 2年 菊池 海優

優しさに 笑顔でかえす ありがとう 2年 村松 鷹

手をつなぐ ひろひろすけ 思いやり 2年 大澤 桃葉

誰にでも できるいいね 思いやり 1年 田上日菜夏

「どうしたの」その一言で 救われる 1年 バンダリ亜加里

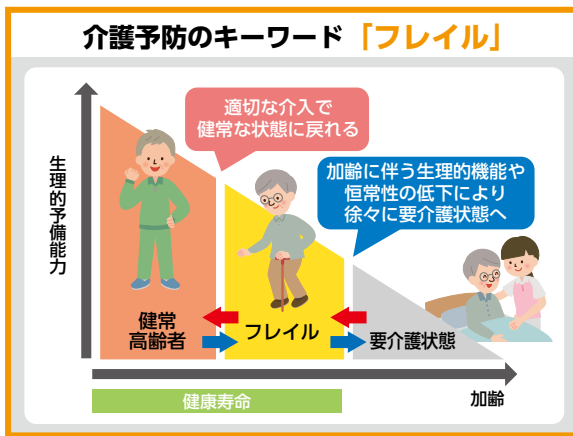
(望洋小学校4年の時にも優秀賞を受賞！)

児童福祉部会研修会

フレイルってなんだらう？

10月15日、大津コミセン体育室にて、部会員38名が参加して「フレイル予防のお話と体操」を日本体育協会公認、体操マスター称号コーチの斉藤真佐代先生に教えていただきました。

「フレイル」とは年を取って心身の活力（筋力・認知機能・社会



とのつながりなど）が低下した状態のことをいいます。健康な状態と要介護のちよūd真ん中の状態のことです。フレイルを予防して健康寿命を実現するためには大切な3つのポイントがあります。それが、栄養

（食・口腔機能）・運動・社会参加です。これらが相互に影響しあっており、特に社会参加の機会が減少すると、フレイルの最初の入り口になりやすいことがわかってきたそうです。

お話しの後には実際に身体を動かしてみました。先生の体操は、とても楽しく、ラジオ体操のナレーションが東北弁でユニークでした。音楽もノリやすい曲ですぐに動ける体操なので、1時間があっという間に経ちました。

よこすか健康長寿の替え歌
こうさぎとかめのメロディーで

お家の段差に気を付けて
お部屋の床を片付けて
転ぶと危ない歩くとき
どこかに手をつきふんばって
お家でお風呂に入るとき
風呂場の温度差気を付けて
早朝 夜中や食後避け
ぬるめのお湯でじんわりと
お家でお食事するとき
お口の中は八分目
きれいな姿勢でよくかんで
食後の歯磨きわすれずに

作詞：横須賀市高齢福祉課介護予防係

(児童福祉部会 N)

根岸小学校で「車椅子体験」

11月28日、障がい者福祉部会のメンバー16名は根岸小学校4年生の86名を対象に、車椅子の体験学習を行いました。今回は悪天候のため体育館でした。

初めにスタッフが、車椅子の仕組みや各部位の機能の説明をし、体育館いっぱい、道路の角、段差、坂道、S字カーブなどを想定した模擬コースを設け、二人一組

になっての実習です。生徒たちは、最初は戸惑っていましたが、徐々にコツをつかむことができました。この体験から、乗っている人の身になって、丁寧に、そして言葉掛けをこまめに行うことにより、安心してもらうことの大切さも学び、ハ心地を抱えた人に対する思いやりの心、寄り添う心を育てるのに役立つことと思われま

す。障がい者福祉部会 H)



令和時代のボランティアの在り方

11月27日、大津コミセンで、鈴木立也会長を講師に地区社協の研修会が行われ、76名の参加がありました。会長の経験談に基づく内容で、令和の時代における①人生100歳時代の課題②貧困児童と児童虐待③令和元年の民生委員の改選、の三点を軸に福祉課題が語られました。

025年の後期高齢者の増大に伴い高齢者の孤立化、認知症の増加が見込まれ、仲間作り、身体を動かす・頭を使う・社会とのつながりの大切さ。②は格差社会を背景とする貧困児童と児童虐待という悲しい現実を回避する方法として、「子ども食堂」の活動に期待が寄せられています。③は民生児童委員、社会福祉推進

委員は日ごろから周囲の人に対して関心を持ち、積極的な声掛けなど適度な「お節介焼き」であって欲しい、と話されました。

(取材広報部会 H)



①は目前に迫った2



児童福祉部会の、ひとり親世帯を対象とした「みかん狩り&バーベキュー」を11月17日に津久井浜の志村観光農園で行いました。参加は14家族32人で、津久井浜駅からみかん園までハイキングや送迎バスで向かいました。川沿いの遊歩道を歩きながら子ども達は「魚がいる、鳥がいる」「あれはキャベツ」など興味津々で元気に歩いていました。

大正琴の演奏



高齢者福祉部会

昼食会は、シャロームのお弁当が大変好評で楽しい時を過ごし、会話も弾むなど交流が図られました。出演いただいた六団体の皆様、ありがとうございました。皆様の演奏を見させていただき日頃より努力を重ねられていると思えました。高齢者だから出来ないではなく、高齢者でも何事にもチャレンジ精神が必要と感じさせられました。

(高齢者福祉部会 亀井)



美味しかったお弁当!



秋晴れの9月25日、一人暮らし高齢者をはじめ、自治会長・町内会長等総勢280名の参加のもと、三年に一度の観劇会が大津コミセンで開催されました。出演団体は、大津ボランティアセンターに登録されている六団体の皆様の演劇と共に、参加者もマジックショー・合唱・手話に加わり、一日中笑いと拍手が絶えませんでした。



手話と歌の時間



楽しい交流会



みかん狩り&バーベキュー

児童福祉部会



遠くに富士山を眺めながら絶好の秋晴れの中みかん園に到着し、美味しそうなみかんを見つけてお土産用の袋に詰めたり、満足するまで食べたりして楽しみました。バーベキューの昼食ではスタンプが汗だくで焼き上げる肉や野菜、焼きそばをお代わりしながらお腹一杯食べていました。恒例のビンゴゲームも行っており、子ども達は用意された景品を手元に元気に帰っていきました。今後も楽しい行事を計画します。多くの皆様の参加をお待ちしています。

(児童福祉部会 菅原)

障がい者福祉部会 交流会



9月18日、障がいのある方との交流会が行われ、参加者91名で「油壺マリンパーク」と「産直センターうらり」に行ってきました。昨年、50周年を迎えた水族館では、いろいろ工夫された水槽の中の魚や海の生き物たちの様々な姿、生活ぶりをじっくり見学、じっくり観察できました。魚のパフォーマンス、魚の餌付けガイドなど催し物も見どころいっぱいでした。おいしいお弁当をいただいていたからは、屋内大海洋劇場「フアンタジアム」で、いるか・あしかパフォーマンスを楽しみました。音響、照明を駆使した大ミュージカルショーで、その踊る(演ずる)姿に、思わず拍手でした。



その後、産直センター「うらり」で新鮮な三浦野菜や魚などの買い物をして帰路につきました。

小雨あり、気がかりな空模様の日でしたが、海の生き物たちからエネルギーをもらって、懐かしい昔話を思い出したり、ゆったりおしゃべりしたり、一緒にお買い物したり...心地よい交流会となりました。

この安心感はスタッフの皆さまの準備、ご配慮のおかげと感じました。

(取材・広報部会 M)



第28回 シャローム ふれあいバザー

11月3日、シャローム走水において「第28回ふれあいバザー」が開催されました。

当日は、あいにくの曇りでしたが、10時の開店前はずでに50人以上の行列ができており、10分繰り上げての開店となりました。

このバザーは地元にしっかりと定着しており来客数も約1600人と大盛況でした。

会場内には、衣類・雑貨類・野菜・食料品など31店舗が所せましと出店していましたが、いずれも破格の価格での販売のため長蛇の列で、閉店時間前にはほぼ完売状態でした。



午後には上地市長が訪れ、鈴木

市社協会長の案内で会場内を回りラーメンを食べたり、餅つきをしたり、各店舗のボランティアに声をかけたりしてバザーを楽しんでいました。



このバザーには、当日だけでも近隣の町内会、大津・浦賀・安浦の地区社協、防衛大学校、湘南学院高校などから約400人のボランティアの参加により成り立っており、いかに地域から愛されているかが分かりました。

そして2時半頃無事に閉店、来場者もボランティアも皆が笑顔の一日でした。

(広報部会 通)

第15回 海風学園 スポーツ大会

10月6日、海風学園の「第15回スポーツ大会」が、今年も馬堀小学校の体育館で行われました。館内は、洗面所などがあり、プロگرام競技の進行もスムーズに行われました。

参加する事に意義があります。が、一生懸命励んでいる姿は素晴らしい、楽しんでる姿は微笑ましかったです。

くす玉が割れた時は大喜びをし、一生懸命駆けたり、応援合戦のダンス、太鼓は練習の成果が発揮され感激しました。



令和元年度 共同募金

民生委員児童委員による街頭募金が京急大津、新大津、北久里浜の各駅前で行われました。

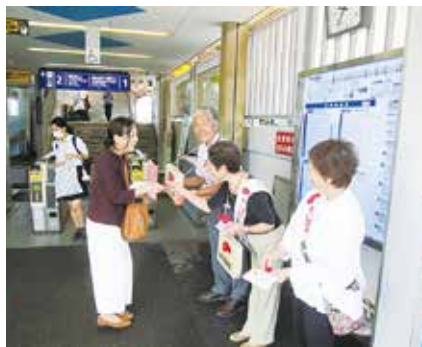
(12月1日現在)

大津地区募金総額 7,708,314円

件数 10,059件

(街頭募金 47,995円)

ご協力ありがとうございました



新大津駅にて

パン食い競争は、私たちボランティアも参加をして、童心に帰る夢中でパンに噛みつき走って大笑いでした。
全員で最後に踊ったダンスはまよとまって素晴らしいものでした。お互い元気で過ごし、また来年も楽しい時間を持ちたいと思います。
(障がい者福祉部会 K)

あなたは「ご存じ」?
避難地と避難所のちがい

10月30日、大津地区連合町内会の主催で自主防災組織勉強会が大津コミセンの体育室でありました。今年台風被害のこともあり、各町内から多くの関係者が出席して、関心の高さを感じました。

この日のテーマは「自主防災組織活動と避難地・避難所について」市の職員による講話でした。

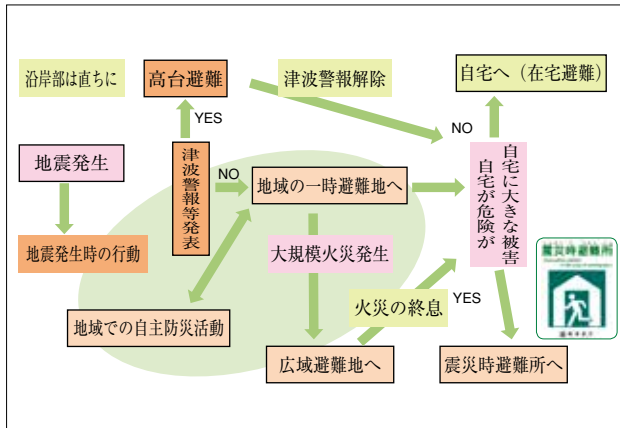
いざ災害が起きたら、私たちはどんな行動をとるべきなのか、資料から紹介します。

《地震発生》

- ① 先ず自分自身を守る行動
- ② 津波の発生がなければ「地域の一時避難地」に行き、自宅に危険がなければ帰る
- ③ 火災が発生したら「広域避難地」へ行く。終息したら自宅に帰る
- ④ 自宅が被害・危険な場合は「震災時避難所」へ行く

《風水害》

- ① 自宅内での安全確保の行動
- ② 自宅に不安のある場合、親戚・知人宅、または風水害避難所（町内会館、コミセン）に避難する
- ③ 市が避難勧告を発令する場合



合、市は避難対象世帯（地域）を指定するので該当者は親戚・知人宅、または「風水害避難所」へ避難する

④ 風雨が強く、夜間の場合は屋内の安全な場所（がけや法面から離れ、2階以上の部屋など）に避難する

風水害は地震と異なり、発生や被害を予測できるので、事前の避難が有効とのこと。災害発生の危険度や切迫性により自主避難をします。

過去の大きな災害で多数の大きな命が近所の人や家族に助けられました。地域の具体的な情報を知っているのは地域の住民です。各町内の自主防災組織を理解

《避難地と避難所 まとめ》

名称	目的	備考	!
とき 一時避難地	地域の防災活動拠点となる	各町内会・自治会で決めておく	
広域避難地	火災の炎や熱から身を守る	一部小中学校のグラウンド、広い公園等81か所	緊急
風水害時 避難所	避難勧告等が発令された時に一時的に生活する	町内会館等、コミセン、小中学校、寺院等287か所	
震災時避難所	自宅を失った人が一時的に生活する 在宅避難者への物資・情報等を提供	市立全小中学校70か所	
	津波からの避難	少しでも高い場所	緊急

し、活動に協力するべきだと強く思った勉強会でした。

ボランティア交流会
活動による喜び

(広報部会 y m)

10月16日、大津地区ボランティアアセンタールに登録しているボランティアの代表と地区社協関係者73名が甲羅に集いました。

鈴木立也会長は挨拶の中で「高齢者が元気でいるには、家の中に引っ込んでいないで、周りとの交流が大事なんです！」と巧みな話術で場を和ませてくれました。

ふれあい相談

日程	1月15日 2月5日 19日 3月4日 18日
	いずれも水曜日です
時間	10:00~15:00
場所	大津ボランティアセンター
電話	046-834-2487
相談員	民生委員児童委員

この交流会に参加して「人のために頑張っていることは、自分を強くし、優しくさせてくれる」と改めて感じた時間でした。

(広報部会 y m)

多岐にわたるボランティア仲間が一堂に会し、和気あいあいと会話がはずみました。筒井コーディネーターの司会で各テーブルから数人の活動紹介があり、その中で共通していたことは「活動して人に喜んでもらうことが自分にとっての喜びになっている」という言葉が繰り返されたことでした。

幸せそうに話される表情を見た時、ボランティアの真髄に触れた思いでした。そして当日会場に入った時に感じた若々しい空気はこの活力に違いありません。近くの席にいた歌指導のNさんは活動の広がりの中で「私、今モチベーションかもしれない」と忙しさの中に幸せ感いっぱい美しい笑顔を見せてくれました。



いきいきサロン 第3回

らんらん・いきいきサロン 一走水地区一

ご近所さんが、気軽に誘い合って交流できる場所を作りたいとの思いから、平成30年1月に活動を始めた「走水らんらん・いきいきサロン」は、親睦と介護予防に役立つ活動为目标に町内会の福祉部が主催しています。対象者は走水の、伊勢町・上町・仲之町・南町の方で、開催日は、毎月第三木曜日、参加しやすいように3か所の町内会館を順番に使用しています。

— 活動内容 —

- ◆走水水源地でお花見
- ◆ちぎり絵 ◆脳トレ
- ◆シニアのおしゃれ
- ◆「かねよ」でランチ
- ◆四国のお遍路の旅の話
- ◆走水神社を知ろう！
- ◆美術館まで歩きましょう



などなど、できるだけ地域性を意識した企画で実施しています。また、サロンでは皆さんと一緒に歌を楽しんでいます。[横須賀市歌]は毎回唄い続けていてテーマ曲のようになっています。



走りだしたばかりのサロンですが「毎月出かけるのが楽しみ、次回はな～に？」と喜んでくださる方の言葉を励みに、これから色々な理由で出てこられない方や、男性が参加しやすい企画を工夫しながら、井戸端会議のようなサロンを続けていきたいと思っています。

「らんらん・いきいきサロン」スタッフ 菱倉みち代

《川柳》

横須賀川柳協会合同句集『独楽』より

ふれあい広場

老いたればいつもニコニコ従わず
 占いも手相も外れ無事に古希
 生きる術笑う忘れる分ち合う
 寂聴は老いても色気持てと説き
 あの頃はときめき今は不整脈
 ゴミ出してわかる人柄誠実さ

飯田文子
 大浦義昭
 渡辺初子
 青木たかし
 村岡敦子
 酒井利明



ありがとうございます

社会福祉のために温かいご寄付をいただきました。
コーポ湘南大津 匿名様

おおつボラセンだより 第23回 ボランティア募集

和楽器を演奏されるボランティアを募集中です。(団体・個人どちらでも)
上記以外にも活動に興味のある方は下記にお問い合わせください。



問い合わせ先
大津地区ボランティアセンター
☎ 046 (834) 2487

編集後記

令和2年が始まりました。昨年4月からの大津地区社協は厳しい予算状況のなかで、創意工夫を図りながら、本号で紹介したように各種交流事業や地域福祉の推進のための様々な事業を行って来ました。新しく始まる年も引き続き、住みよい大津のまちづくりのための活動を進めていく予定です。
さて、昨年の読書週間に久しぶりに神田・神保町の古本まつりを見に行ってきました。今でも、時折古本屋街をぶらつくると若い頃に戻った気分になり、神保町界隈を歩くことにしています。

若い頃にはかたい本を探し回っていましたが、今は本探しというより、数年前までは地元で安くてうまいと人気のあった天井屋に行ったり、近年はカレーの町となった神保町のカレーの食べ歩きを楽しみにしています。

最近の人はあまり本を読んだり買ったりしないといわれていますが、古本まつりに集まる老若男女を見ると、日本人の本好きに改めて驚かされます。

本といえば、昨年は終活の一つとして学生時代からの本を整理し始めたのですが半分ほど処分したところで、やはり捨てがたい気持ちになって止めてしまいました。あとは、残された者たちに処分してもらおうことになりそうです。

(広報部会 K)

