

# 民児協 あこう



支えあう 住みよい社会 地域から

第 67 号 令和 7 年 秋号



## 民生委員児童委員行動宣言

1. 安心して住み続けることができる地域社会づくりに貢献します。
2. 地域社会での孤立・孤独をなくす運動を提案し行動します。
3. 児童虐待や犯罪被害などから子どもを守る取り組みを進めます。
4. 多くの福祉課題を抱える生活困難家庭に粘り強く接し、地域社会とのつなぎ役を務めます。
5. 日頃の生活を活かし、災害時に要援護者の安否確認を行ないます。

全国民生委員児童委員連合会





# 民生委員・児童委員 各地区活動報告

## 赤穂地区「元気に挨拶！今日も頑張ります！」

赤穂地区では、毎月2回赤小と赤中の登校時間に合わせて児童や生徒の安全と交流を目的に正門や通学路に交代で立っています。「おはよう」の声かけに、笑顔と挨拶を返してくれる子ども達です。赤中の挨拶運動は、坂の下に立つのが恒例でしたが、立つ位置を考えてはどうかという意見が出て、交通量の多い通学路に立つことになりました。危険な場所がよくわかり、見守りの大切さを実感した次第です。



## 城西地区「暑い日が続く毎日、安否確認を兼ねて訪問」

短い梅雨が明けて、猛暑日が続くなか、「安否確認」で訪問活動を実施しました。熱中症予防の注意喚起のお知らせと、冷やして食べてもらう「豆」などの入った寒天、を持って対象者を訪ねました。「この暑さ、いつまで続くんやろ」「水分をしっかりと取ると、トイレが近くなるし…」など。涼しくなるのが待ちどおしいという声が行く先々で。「最近の暑さに体がついていけないわ」と言いながらも、元気なお顔が見られてホッとしました。

## 御崎地区「活動報告」

御崎地区では、民生委員と福祉推進委員が協力して様々な活動をしています。5月ひとり暮らし高齢者ふれあい交歓会、年間3回（6・11・2月）の友愛訪問、また12月にはお餅を持って高齢者の方を訪問します。その他、研修会を開催し福祉についての知識を深めるとともに、親睦会などで仲良く協力しながら地域での活動が行えるようにしています。写真は9月に行ったモルック大会の様子です。ペットボトルを利用した手作りスキットルで室内でのモルックを楽しみました。



## 坂越地区「施設見学」

坂越公民館から車に分乗し、3施設見学へ。3施設とも名前もよく聞いたことがある施設でしたが、なかなか施設内には入る機会がなく、いい機会になりました。「老健あこが」は、市民病院に隣接した施設で、多くの方々が通所されいろいろな器具等で訓練されていました。「白鳳会プラザ」と隣接の「玄武会ヒルズ」へ移動。それぞれの施設が、異なる対象者に向けたサービスを提供しておられました。3施設ともお忙しい中丁寧に対応いただきありがとうございました。



## 塩屋地区「研修・・・形を変えて」

例年の研修はバスを利用したものでしたが、諸般の事情から室内での学習会の形をとりました。市の「早かごセミナー」の中から日常生活に即した内容に変更し、いずみ会の方とフレイル予防の調理実習を実施。さらに美化センターのごみ処理の現状と減量・分別・資源化を企画しています。また、避けては通れない相続問題や老後生活の心配等を専門家の先生方による講演会を実施予定です。研修で得た情報を、地域の方々と共有して、お役に立てるよう活動してまいります。



## 高雄地区「3年間ありがとうございました」

11月で3年の任期を終えます。振り返るとコロナが落ち着き、給食サービスをはじめ、友愛訪問、三世代交流餅つき、ふるさとまつりなど色々な行事が再開しました。福祉推進委員が力を合わせ、衛生面を考慮しつつ献立を考えた「手作りお弁当」みなさんから「ありがとう」「おいしかったよ」の言葉をいただき、なによりの励みとなりました。11月で給食サービスは終了しますが、これまでと同様「たかお」の精神「たすけあう かかわりあう おもいあう」で、人と人のつながりを大切に福祉推進委員一同活動していきたいと思っています。



## 西部地区「活動報告」

西部地区は、7月に友愛訪問として、ひとり暮らし老人・高齢者世帯を対象にそうめんセットと挨拶文を持参し、見守り・相談活動を行いました。又、高齢者を対象に各地区のいきいきサロン・いきいき百歳体操などの集まりの場を活用し、健康体操・認知症予防研修・ゲームなどを社会福祉協議会・地域包括センターの方に協力をいただき、各種の催しに取り組んでいます。ただ、年々、高齢化が進み、参加者が減少傾向になっていることが課題です。



## 尾崎地区「雨が降った盆踊り大会」

連日の史上最高気温が各地で記録されている中、8月10日（土）に開催される盆踊り大会は猛暑の中どうなる事かと心配でしたが、当日は雨の予報、会場は体育館に変更となり模擬店担当は仕入れ数に悩みながら準備を整え開店となりました。会場が小さくなった事で櫓も組めませんでしたが音頭に合わせた太鼓を打つ姿を間近で見ながら子供達も踊りの輪に入り大人と一緒に踊ったり、食べたり、飲んだり、ゲームに子供さんからお年寄りまでいろんな形での交流ができました。

## 有年地区「活動報告」

地域福祉活動として続けてきた給食サービスは、11月末で終了となります。お弁当をお届けした際の会話も、回を重ねるたびに理解が深まり信頼感が増していきました。弁当づくりは特に衛生面に気を付けました。栄養士から指導を受け、指摘事項の改善に取り組みました。又、衛生の責任者を決め、注意喚起の徹底を図り進めてきました。給食サービスは終了となりますが、今後は違う形で訪問活動を続けていく予定です。ご利用していただいた地域の皆様、ありがとうございました。



## 広報部会「活動を振り返って」

「暑さ寒さも彼岸まで」とは、「夏の暑さも冬の寒さも彼岸を境にして穏やかになり過ごしやすくなる」ことを表したことわざです。夏の暑さ（残暑）は秋分（9月20日前後）頃まで。最近の暑さを考えた時、懐疑的になるのは、私一人だけではないはずです。こんな時に思い浮かべるのは、自分の担当地区のお年寄りのこと。「〇〇さん、畑で草抜きしてないやろな」「△△さん、家でのおんびりしてるかな」等々。年々、ひとり暮らし、高齢者世帯の登録が増えてくる、古くからある町は登録時期になると漏れのないようにと、細やかな気づかいが必要です。ともあれ「原点回帰」を胸に刻み、広報とも併せ、今の役職を全うすべく職務に励みたいと思います。





## 「おはようございます」 大きな明るい声。

小学生の登校を見守っていると、いつもは元気なのにうつ向いて小さな声だと（今朝はしかられたかな？）と普段との違いを感じることもあります。

子どもによって性格に違いがあり、恥ずかしがり屋な子もいます。うつ向いていた子もいつの間にかしっかり目を見てくれると成長をうれしく感じます。

挨拶のメリットは、コミュニケーションのきっかけになり、相手から返礼されることで自己肯定感が高まるといわれています。

大人の行動を見ている子どものお手本となるように「おはようございます」

## どうする？ スマホとの付き合い方 !!

近年、スマホやタブレットの使用が、生活の一部になっている。便利な反面、長時間の使用が、子どもの脳の発達に悪影響を与えているとの報告がある。

ある大学で幼稚園～高校生を対象に、生活習慣と脳の灰白質等の形状を 3年ごとに調査、スマホ使用時間と脳の発達の相関関係を比較すると、使用時間が長いほど、発達の遅れがみられたとの報告。思考力、集中力、記憶力、心理的には、自尊心の低下、感情の抑制が効かないなど弊害が出ているとの結果であった。それは、スマホへの「スイッチング」が、アルコール依存症同様、快楽物質で、前頭葉の働きに抑制をかけてしまうことがわかった。

しかし、人間の脳機能の回復は、何歳からでも O.K!! という。

その方法は、前頭葉を刺激する行動をすること。①人とのコミュニケーション、繋がりをもつ ②知的好奇心からの挑戦行動 ③頭を使う趣味（読書・将棋・パズル・脳トレ） ④指先を使う趣味（演奏・手芸） ⑤運動（体操・ウォーキング）など、これらは、子どもだけでなく、大人にも有効で認知症予防にも成果をあげている。子どもと一緒に、脳に良い生活習慣を取り入れましょう !!

## 児童福祉部会

この3年間、児童に関する知識を得るべく、「赤穂市の子ども施策」等の講義を受講。知見を得るべく、「アフタースクール」等に参加。また、児童に関わる施設の訪問に行ってきました。

近ごろ、児童に関し心を痛める報道が多いですが、活動する中で課題解決への道は、子どもに関心を持ち、子どもの変化に早く気づき、地域や行政等に早く繋げていくことが大事だと思いました。

この3年間の活動にご協力いただきありがとうございました。

## 障がい者福祉部会

前部長の言葉「障がいのある人とふれ合うことが理解に繋がる」をモットーに取組みました。親睦グラウンドゴルフ大会は地域活動支援センター・相談支援事業所からもご参加いただき、3年間お天気に恵まれ皆さんの笑顔と歓声で大いに盛り上がりました。

6年ぶりに参加した精華園祭は園生、保護者の方と触れ合う事ができた有意義な一日となりました。人とふれ合うことの大切さを学ばせていただいた3年間でした。これからの民生委員活動に役立てていきたいと思います。これまでの活動にご協力いただいた皆様にお礼申し上げます。

## 高齢者福祉部会

今年度も地球温暖化の影響を受けて、毎日高温の日々が続いています。

例年通り、グラウンドゴルフ大会の開催を考えましたが、熱中症になる恐れがあるため、屋外での行事は辞めて屋内で実施する行事に決めました。そこで、何をするか色々なアイデアが出ましたが、したことの無いフロアーカーリングをすることになりました。しかし、会員相互の親睦を諮るとはいえ毎年恒例の様にグラウンドゴルフなどの行事をすることに多少の疑問を感じています。

## 編集後記

今回のこの原稿をもって、広報部長を退任し、ひと段落させてもらいたいと、淡い期待を持っています。

この原稿を書きながら、この間、緊張感をいやというほど感じつつ、さまざまな方々に助けられ、支えられてきたこと、ご無理を承知で依頼したにも関わらず、笑顔で助けられたこと。毎号のことですが、幾度となく、担当者、印刷屋さん、等々を、往復したことを、走馬灯のように思い出しています。

何が自分を動かしたか。それは立場上「停滞させて迷惑をかけられない」の使命感と、何歳になっても「いつだって人生はこれから」と前向きにとらえていたことです。

当初は「大変な役を引き受けた」でしたが、今となっては貴重な「糧」となりました。

この間、支えていただきました各位に心より御礼を申し上げます。