

発行 亀山市民生委員児童委員協議会連合会
編集 連合会広報部
亀山市羽若町545(総合保健福祉センター内)
☎0595(82)7985

市長懇談会

みなさんの声を届けました (令和3年11月5日)



各地区の民生委員児童委員協議会の会議の中で、地域のみなさんからお聞きした声を集め、市長に届けました。

市長から、市独自の取組や、県・国へ働きかけることなどが話され、これからも市民のみなさんの声を聴く場として懇談会を続けていきたいと思いますとのお話をいただきました。

懇談会のテーマ

- ① 交通手段について……乗り合いタクシー、バス路線、ライドシェア創設の支援
- ② コロナワクチン接種について…細かな支援
- ③ ICT教育について……児童・生徒や先生への支援
- ④ オンライン授業について……タブレットの管理、端末や通信料への支援
- ⑤ 通学路の安全確保について……道路の安全確認と子ども・大人への安全教育



民生委員児童委員協議会連合会全体研修会を開催 (令和3年11月1日)

特別講演 「ひきこもりについて～長男と向き合った23年とこれから～」

KHJ三重県支部「みえオレンジの会」支部長 堀部 尚之さん

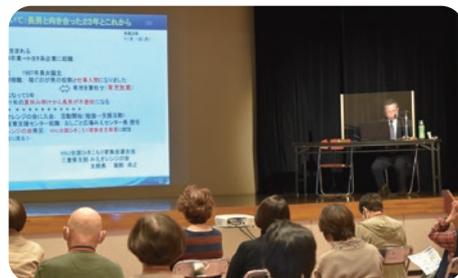
回復につながる 8つのキーワード

- ・当事者の目線で考える
- ・「働け」「がんばれ」は禁句
- ・「悲劇の主人公」からの脱却
- ・できることとできないことの共有
- ・夫婦仲良く
- ・親は人生を楽しもう
- ・父親が本気で
- ・親が変わらないと子は変わらない

相談窓口の充実と周知、相談がつながった時の支援体制の構築に向け、これからも取り組んでいきますと話されました。

中1の夏から引きこもり状態にあった息子さんとの生活の中で、親が変わってきたことを赤裸々に語っていただきました。引きこもった年月だけ回復に時間がかかるというお話に、家族だけに背負わせるのではなく、私たちに何ができるのか、まずその1歩がこの研修会だと感じました。

これを受け、亀山市健康福祉部地域福祉課の西秀人さんから、「亀山市におけるひきこもりの実態及び今後の取組について」報告がありました。ひきこもり状態にある人は10代から60代まで世代を問わず、期間も10年以上の長期に及ぶ方が3割強みえます。市の調査やヒアリングを通じ、ひきこもりサポート事業として、



各地区の活動報告

関地区



加太小学校 6年生の社会科授業に参加 (令和3年5月25日)

民生委員・児童委員、主任児童委員5名が加太小学校の授業に参加し、100周年を記念して制作された紙芝居「山田のじいちゃんは民生マン」を6年生の児童に披露し、民生委員・児童委員の役割や活動内容について話をしてきました。児童の質問に答えたり、地域での活動や体験談を話したりして、加太を支えていく子供たちと楽しく充実した時間を過ごすことができました。児童との触れ合いを通して、今と昔の教育内容の変化に気づかされた一日でした。



認知症予防・脳トレミニ二研修 (令和3年8月19日)

認知症とは、数分、数時間前の出来事が思い出せなくなったり、日常生活の簡単な動作が今までどおりにできなくなったりする症状を指します。老化とともに人間の体と脳の機能は衰えていきます。そこで認知症の主な症状や手助けに必要なこと、また、亀山第2地域包括支援センター「もくれん」の利用方法等について研修を深めました。

さらに、脳の活性化を図るため脳トレにも挑戦しました。

表

1	1	7	5
8	8	7	6
7	7	8	8
1	1	6	5

裏

2	3	4	2
2	3	4	2
3	4	5	6
3	4	5	6

1)左図のように正方形の紙をおりスジを付ける。
数字を書き、赤線のところに切れ目をいれる。
紙を折り同じ数字を4個にする。

例

1	1
1	1

3	3
3	3

2)鏡文字を書く 例 う ⇒ こ

3)さかさま言葉を書く(*左手でも書く) 例 まめまき ⇒ きまめま
皆様も是非脳トレに挑戦してください。

中部地区



防災安全課出前講座研修 (令和3年10月14日)

社会福祉センターにおいて、亀山市役所防災安全課防災安全グループの主査 安江卓哉さんを講師に招き「防災安全研修会」を、感染防止対策に万全を期して開催しました。

主な研修内容

- ・自分の命は自分で守ることの大切さについて
- ・自助・共助・公助の必要性について
- ・防災マップで安全チェック・確認して災害に備えることについて
- ・家族で避難場所等の確認について
- ・非常袋の準備の必要性について



受講して、自助・共助・公助の必要性・重要性について再確認をしました。中でも特に公助だけをあてにするのではなくて、自助・共助といった家族や地域での人と人の繋がりが防災には最も大切であることに気づかされました。民生委員・児童委員として微力ではありますが地域づくりに関わっていきたいと思います。

皆さんも市から配布された亀山市総合防災マップに目を通していただいて、防災について再度チェックをお願いします。また、地域での防災訓練には積極的に参加しましょう。



西部地区



児童発達支援研修 (令和3年8月10日)

月1回の定例会の時間に講師を招いてミニ研修会を行いました。

テーマ ①児童発達障がいとは ②どう関わればよいか
 講師 児童発達支援・放課後等デイサービス エイド
 取締役 山本 真司 さん 保育士 杉本 義幸 さん

発達障がいは脳機能の発達に関係する障がいであることやそれぞれの障がいの特性と、関わり方について学びました。

質疑応答と意見交換では、民生委員・児童委員として関わる中の苦労話などが話され、学校・地域・家庭の連携の必要性など様々な課題も見えてきて中身の濃い研修となりました。



北部地区



防災コラム 地域防災について考えよう

近年、地球温暖化による海面水温の上昇で局所的な豪雨が頻発しています。台風の大規模化も心配されています。

令和3年の夏、西日本では線状降水帯が発生し中小河川の氾濫により避難所に行けない人が多くいました。大災害に見舞われる度に自分が住んでいる所の地形を調べてみようと言われるようになりました。現在の地図に昔の地図を重ねると良いと言われています。自然災害の未然防止の為に地名を手掛かりにして土地の特性を検討しておくことも必要になります。自然災害のヒントは「地名」にあります。これはかなりの確率で当てはまる様です。例えば中島は川に挟まれた地域、～新田これは湖や潟、浅瀬を埋め立てた土地。谷、沢、平(谷の中の平らなところ)～ヶ丘(谷の中の丘)もあるので地域の防災地図をよく見る事が大切です。

「次に被災するのは自分！」と思い、普段から住んでいるところの特徴をよく知ってそれにあった備えをし、近隣住民とよく話し合い、早め早めの避難を心掛けましょう。

【野登校区 内田秀美】



健康づくりをはじめませんか



令和3年7月13日 北部地区の定例会において長寿健康課健康づくりグループの指導のもと「プラス10から始める健康づくり」のワンポイント健康体操の講習が行われました。日頃あまり体を動かしていない私でしたので、どんな体操かなあ～と思っていたのですが、始まると意外と簡単な体操で、皆笑顔で楽しそうに体を動かしました。座って行う体操では(お腹横側の運動)手を胸の前で組み、右ひじと左ひざを近づける様に足を上げて体をひねる、反対側は左ひじと右ひざを近づける。これは腰痛予防だそうです。その他、色々な体操が行われました。プラス10分で家庭で出来る簡単な体操だそうです。終わってみれば心地良い疲れに皆満足そうでした。長寿健康課の皆様、この企画をしていただいた北部会長様、有難うございました。

【井田川校区 國分 誠】



主任児童委員は地域の子育て応援団

主任児童委員は、子育てを社会全体で支える「健やかに子どもを産み育てる環境づくり」を進めるために平成6年1月に制度化されました。地域の民生委員・児童委員との連携を進めながら、子育ての支援や児童健全育成などに取り組んでいます。

こんな心配ごと、悩みごとはありませんか？



一人で悩まず相談下さい。

必要なサービスや機関の情報を提供します。

亀山市には10名の主任児童委員がいます。市内の保育園、小学校、中学校や市の関係機関との連携を図り、様々な行事や会議等にも参加し、子どもが安全に健やかに育ち、子育ての家庭が養育の不安を和らげることが出来るよう日々活動しています。

「これで良いのか?」「こんなときはどうしたら良いのかしら...」「相談する人もいないし...」など、子育てに不安や負担を感じていることも多いと思います。子育てに悩み、困ったときには気楽に声をかけてください。



各地区の主任児童委員

地区 (小学校) (中学校)	名 前
西部地区 (亀山西・神辺・白川小学校) (亀山中学校)	大杉 美紀 上村 孝典
関 地 区 (関・加太小学校) (関中学校)	倉田 圭子 田中 愛子
中部地区 (亀山東・亀山南・昼生小学校) (亀山中学校)	宮崎 道子 田邊 弥生 松尾 みち子
北部地区 (井田川・川崎・野登小学校) (中部中学校)	植田 明子 佐久間 茂子 佐藤 典子

※ご相談は地区にこだわっていただくなくてもかまいません。

高齢者 実態調査

ご協力ありがとうございました

高齢者実態調査にご協力をいただきありがとうございました。この調査は市の高齢者の世帯状況を把握し、統計資料や福祉サービス適正利用につなげるほか、地域での高齢者見守り活動を支援するため、毎年市の依頼を受けて実施しているものです。

令和3年度の実態調査対象人数は65歳以上13,463人、75歳以上6,767人です。得られた実態調査結果を基にして地域での高齢者見守り活動や福祉サービスをさらに実りあるものにしていきたいと考えています。

笑顔で優しく調査にご協力をいただきありがとうございました。

令和3年度人数

実態調査対象人数

65歳以上 13,463人

75歳以上 6,767人



高齢者の身近な相談窓口 地域包括支援センターの役割について

「きずな」
センター長 藤本泰子

昨今の高齢者の増加に伴い、家族の介護に関することや、ご自分の生活上の相談など地域包括支援センターの相談件数が増えてきています。また、相談の内容も、健康に関することや、金銭に関することや、又は近隣地域との関係など、相談の内容が多岐にわたるため、支援内容も複雑化しています。

そこで、相談支援体制を充実・強化するために、地域包括支援センターを2か所増設し、あいあい内にありました地域包括支援センターを、2か所の地域包括支援センターの連絡調整や後方支援を行う、基幹型地域包括支援センターとして開設いたしました。

地域包括支援センターの役割は、個々の相談支援だけでなく、相談内容から住んでいる地域の課題を見つけ、それを解決する仕組みづくりを担っています。

今年度の相談のなかで、認知症を患い一人で家から出て行ってしまおうという相談が複数ありました。家族や福祉の専門職等で話し合い、対策を模索する中で、担当地区の民生委員・児童委員さんに相談したところ、地域の自治会長さん等に声をかけていただき、地域の皆さんに対し、認知症への理解を深める機会である、「認知症サポーター養成講座」を開催することができました。講座に参加された方から、「我々もいつ認知症になるかもわからない」「人ごとではない、自分のこと」「今どうしたらいいかしら」といった声が多く聞かれ、日頃の散歩のときでも皆に声をかける等、地域での見守り体制づくりの一端を担うことができました。地域型と基幹型2種類の地域包括支援センターが誕生しましたが、お互いに連携し、その地域に合ったしくみづくりを行っています。

「こんなことを相談してもいいのかしら」などと悩まずに、まずはお気軽にご相談ください。お待ちしております。

亀山第1地域包括支援センター 「ぼたん」 栄町1487番地167 ☎ 0595-96-8686

亀山第2地域包括支援センター 「もくれん」 東町一丁目3番7号 ☎ 0595-97-3331

亀山市基幹型地域包括支援センター「きずな」 羽若町545番地(あいあい) ☎ 0595-83-3575



功績が認められ 3名が受賞 されました

長年の功績が認められ民生委員児童委員3名が表彰を受けました。亀山市社会福祉協議会から会長表彰を國分 誠さん(H22.12.1～H25.11.30、H28.12.1就任～現在に至る)が受賞され、また、全国民生委員児童委員連合会会長表彰(永年勤続民生委員・児童委員表彰)を小林 智子さん、宮崎道子さんの2名(H22.12.1就任～現在に至る)が受賞されました。ますますのご活躍をご期待申し上げます。

お元気さん紹介

今回ご紹介するのは、
西部地区のお元気さんです。



羽若町に ^{いしかわ} ^{まさかず}
お住まいの **石川 正一** さん(86歳)

趣味はゴルフ、もう50年くらいやっています。
元気の秘訣は毎日好きなことをすることかな…。
庭木の手入れは毎年の年中行事、全部自分でやります。

焼杉と竹を使って灯籠
を自分で作って玄関に飾
りました。



小川町に ^{いとうしづこ}
お住まいの **伊藤志津子** さん(94歳)

元気の秘訣は野菜作りで体を動かしていることかな…。

認知症予防のためにダンスや詩吟の集いに参加して、たくさんの友人との会話を楽しんでいます。

また、二部取っている新聞は毎日メガネなしで読み、新聞の来ない日は寂しいので主人の遺した趣味の本を読んで過ごしています。



取材 2021年10月

次号は関地区のお元気さんです。

亀山散歩

亀山サンシャインパーク

自然豊かなハイウェイオアシスをあなたのペースで外周・ウッドデッキブリッジ・キッズランドなど歩いて楽しんでみませんか？

●場所／三重県亀山市布気町801-1 JR 亀山駅より車で10分

*自動車、自転車でお越しのお客様へ

北パーキングもしくは西パーキングをご利用ください。



編集後記

亀山市民生児童委員の広報部会では、年2回の広報誌を発行しています。広報の役割は皆さんに亀山市の民生委員・児童委員、主任児童委員の活動や福祉について知っていただくことです。私たち広報部員は、取材活動を通して活動への理解を深め、人・地域・行政機関とのつながりを広げながら楽しんで活動してきました。取材や原稿作成にご協力いただいた皆様には心より感謝申し上げます。

