



発行
平群町
長寿会
ふれあい
情報部

高齢者相互支援事業部の事業

「おしゃべり食堂」開設と経過報告

副会長・高齢者相互支援事業部長
奥田 徹

高齢者相互支援事業部が新設され一年が経過しました。
事業部活動の一環として「おしゃべり食堂」を開設しましたので、開設までの経緯と成果などについてご報告します。

2019年5月17日(土) 事業部委員
8名で第1回役員会を「かしのき荘」で行いました。

岡 会長からは、各地区高齢者の担い手として、益々多岐・多様な化する生活上のニーズに適切に対応していくためには、健康で元気な高齢者がそうでない高齢者の支援を担う「高齢者相互支援体制」の確立が喫緊の課題であり、長寿会会員同志が住み慣れた地域で安心して住み続けられる、長寿会地区ごとに「日常生活困りごと」の支援グループ(チーム)を編成、支え合い体制の構築をして欲しいとの強い要望がありました。

(身体介護は、介護保険制度の領域です)ので対象外となります)そこで、具体的な支援策として持ち上がった編成の内容は

一、見守り活動チーム

五月台長寿会
前会長 永田 文人

五月台は戸数41戸の閑静な住宅地です。長寿会員は現在16名ですが、高齢者や体調に難がある方々を除くと会の組織だった活動は人数的に難しく、地域に集会場がないこと、当会の持つ問題点もあって例会や会員の懇親会等は行っておりません。然し乍ら、こじんまりした地域

(従来の友愛活動部が担当)

- 二、外出支援チーム
- 三、生活支援チーム
- 四、集いづくりチーム
- 五、災害発生時(緊急時)の避難支援チーム

の5案を、今後具体的に立案し実行できるよう部員一同で構築していくことを決定しました。

また、岡 会長からは、2019年度

みずほ教育福祉財団助成事業 地域支え合い応援」事業の紹介があり、老人クラブが目指す友愛活動5項目の中に*多様な通いの場づくりが右記4項の集いづくりチームと同じであり、応募し採用されて20万円の助成金が支給されました。

一、「食堂」の開設計画と準備

①目的

高齢者の孤食防止と昼食を中心に高齢者の交流の場としたい。

であることから、会員の動静は把握しやすいし、会員の方々は自治会を基盤として近隣の方々との交流や助け合いなど長年に亘る絆があつて、当会の活動の不足部分を補っていただいています。

一方、会員には連合会クラブを楽しむ人も多く、また中央公園が近いことから何名もの方々がウォーキングを楽しみ、中央体育館で体力の維持、増進をはかる人達もいて、会員の健康に対する関心は

②開設場所・椿台某家別宅。
★名称・おしゃべり食堂

③整備と環境づくり(ふれあい新聞12月号前田副会長記事参照)

④住宅外回りの整備

住宅の両サイドは色んな樹木や雑草で通るのも困難、貝塚いぶきは手入されてなく伸び放題、根が張り過ぎて、枯れが進んでおり、幹は大きく傾き道路を狭くしていました。

⑤住宅内

不要な物品を移動させ、拭き掃除、バルサン等で害虫駆除し仕上げ。

⑥食器類、備品

女性スタッフが煮沸消毒、また20人用食卓、椅子、消火器、冷蔵庫、電動ポット、割烹着等、をみずほ財団助成金で購入し、10月のオープンに備えました。

⑦住宅内の環境整備と気温

整備は9月1日(日)から3回実施、幸い若干気温が下がりはしたが、猛暑続きで会長はじめスタッフはバテ気味でした。

二、町保険課管理栄養士・堀中温子様による調理実習と健康管理、食事から始まる認知症予防等の講義受講

三、ボランティア、調理スタッフ、食器類の寄付

ふれあい新聞で募集、約10人の方が応募(主に椿台の方)、食器

類、調理器具等20人の方から寄付がありました。

四、第1回「おしゃべり食堂」開催

10月20日(日) 食事代@300円でカレー、モヤシとわかめのナムル、柿、コーヒード、41名来場

五、第2回「おしゃべり食堂」開催

11月17日(日) 炊き込みご飯、豚汁、ミソハンパーク、野菜サラダ、みかん、コーヒード、43名来場

六、第3回「おしゃべり食堂」開催

12月13日(日)、食事代@300円、おでん5品(たまご、厚揚げ、大根、ごぼてん、こんにやく)、白菜漬物、大学芋、コーヒード、ごはん、40名来場

七、第4回「おしゃべり食堂」開催

1月19日(日) 食事代@300円 カレー、モヤシとわかめのナムル、白菜漬物、りんご、コーヒード、33名来場

八、第5回「おしゃべり食堂」開催

2月16日(日) 食事代@300円、炊き込みご飯、ハンパーク、みそ汁、みかん、コーヒード、41名来場

九、第6回、コロナ・ウイルス感染予防のため中止、非常に残念。

防のため中止、非常に残念。

十、来場総数157名(平均40名参加)

十一、食事会の感想は

①美味しかった。

②また来たい。

③多く作るから美味しいのか
④皆とおしゃべりして美味しいのか等々好評でした

十二、成果

①開店前に来場され、時間終了後も話がつきませんでした。
②ボランティアの輪が広がった。
③気楽に来られ皆さんと一緒にの食事が出来ることは素晴らしい高年齢者同士のコミュニケーション(裏面に続く)

甘口辛口

先日の朝日新聞の川柳欄に「働けよ 払えよ そしてコロリ逝け」という句が掲載されていた。◇撰者のコメントには「高齢者本人が 自虐的な気持ちで作ったのである」とあった。◇まもなく傘寿に届く私には、笑って共感できる心境にはとてもなれず、複雑な思いにさせられた。◇現在、日本には高齢者が多すぎる、要らない、邪魔だ！社会保障費が大変なんだ、支える現役世代の苦勞を察してくれ！◇こういう高年齢者軽視の風潮が、超高齢化社会下で、少しずつはびこってきて

ているのではないかと。◇確かに、高齢化社会の到来は、医療費や社会保障費の増大を招き、現役世代の負担増を招く。◇社会に負担をかける高齢者や障害者は居ない方がよいという、人間の尊厳と基本的人権を全く無視した粗暴な思想や風潮は決して許されるものではない。◇過日、神奈川県の高齢者施設津久井やまゆり苑で入所者大量殺傷事件を起こした被告の犯行動機は◇「意思疎通のできない障害者は殺した方がいい」という、身勝手な一方的な思い込みによるものだった。許せない！

令和2年4月度 老人福祉センター「かしのき荘」利用表

日	曜	集会室(2階)	和室(1)	会議室(2)ロビ	会議室		小会議室(1)		新館・会議室	
					午前	午後	午前	午後	午前	午後
1	水	初香	台 貞向体障(午前)			短歌	長寿会三役会	からだとあたまの体操	ア	ロ ハヨーガ
2	木	力ラオケ	囲 碁	<ゆーあいサロン>	カームスイング	グラウンドゴルフ	伝承交流部(手品研究)		健康麻雀	
3	金		将 棋			編 物	長寿会本部役員会		太 極 拳	ウクレレ
4	土				囲 碁 有 志		日赤奉仕団			第 九
6	月	樺	原 囲 碁						扁 剣 の 会 健 康 体 操	
7	火	椿	台 将 棋		俳 句			わかばの会		
8	水		貞向体障(午前)		リフォーム手芸		身障福祉会	からだとあたまの体操	ア	ロ ハバソコン
9	木		囲 碁		アートフラワー		和 歌 朗 詠 英 会 話	クラブ代表者会議	新 舞 踊	
10	金	緑ヶ丘	将 棋		茶 道 絵 手 紙		グラウンドゴルフ	レクダンス	グラウンドゴルフ	
11	土	ふれあい			健康麻雀有志			ウクレレ	オカリナ	
13	月	福貴・若井・越木塚	囲 碁		小 筆 民 謡				健 康 体 操	
14	火	若葉	台 将 棋		若 葉 台 詩 吟	身 障 福 祉 会	わかばの会	コ ー ラ ス	フォークダンス	
15	水	梨	本 貞向体障(午前)			川 柳	楽 農	ア	ロ ハ	からだとあたまの体操
16	木	力ラオケ	囲 碁	<ゆーあいサロン>		友 禅	伝承交流部(手品研究)		扁 剣 の 会 吹 矢	
17	金		将 棋		編 物		布遊び		太 極 拳	ウクレレ
18	土				健康麻雀有志		ふれあい情報部	ウクレレ	ヨ ー ガ	第 九
20	月	光ヶ丘	囲 碁						健 康 体 操	
21	火	月見台	台 将 棋		俳 句 折 り 紙		ローズタウン若葉台		健康麻雀	
22	水	福貴畑・久安寺	囲 碁		リフォーム手芸		身障福祉会		ア	ロ ハバソコン
23	木	下垣内	囲 碁		アートフラワー		和 歌 朗 詠 英 会 話		新 舞 踊	
24	金	信貴畑・樺原	将 棋		茶 道				長寿会理事会	
25	土	ふれあい			オカリナ	健康麻雀有志	健康麻雀有志	わかばの会	ヨ ー ガ	
27	月	吉	新 囲 碁		小 筆 民 謡			ゲートボール	健 康 体 操	
28	火	御陵	苑 将 棋	<ゆーあいサロン>		詩 吟		わかばの会	コ ー ラ ス	フォークダンス
30	木		囲 碁						吹 矢	

次回のふれあい新聞は4月28日(火)に印刷発行

※陶芸クラブは4月6日と13日(月)9:30~(ふれあい交流センター)

※春季日帰り旅行は中止します。

令和2年3月20日 現在

(表面より) ました。		お知らせ 健康部	
◆第110回「健康ウォーク」 ・日時 4月28日(火) ・集合 中央公民館 9:30 ・行き先 四ツ辻古墳、石床神社 ・申込 不要、当日7時前予報 降水確率40%以上中止		十三、反省 ①開催場所の考慮、出来れば来やすい場所平坦道路。 ②車の駐車しやすい場所。 十四、総括 今回、おしゃべり食堂開催に際して多くのボランティアの皆様、地元椿台の皆様、長寿会の皆様、ご支援、ご協力に感謝します。ありがとうございました。連合会で初めての試みでしたが、ご来場の皆様方に満足していただいたと思っています。他の地区でもぜひ実施を切望します、	
お知らせ 編集部 ◆かしのき荘閉館継続 ・新型コロナ肺炎予防のため(4月末日まで) ◆連合会 定例総会 ・令和2年度5月15日(金) 総合文化センター10時 ◆舞台発表会 ・「総会」に引き続き開催 5月15日(金) 12時30分 ・総合文化センター			

楽しみなクラブ活動 短歌クラブ 岡本 類子 今年一月に、短歌クラブに入会しました。お誘いを受けた時は、尻込みするばかりでしたが、クラブ代表の大村さんは「いつも話しているそのままを書けば出来る」とその言葉に導かれて、米寿越えて短歌の知識も作法も、全く無知なのに入会しました。 下手上手はどうでもいい、思ったままを書こうと、度胸を決め、しかし、やるからには、まあ楽しんでと、軽い気持ちでクラブの様子や、身の回りの事を短歌にしてみました。		(短歌) 布と針教えを乞いて干支作り俵とネズミ9個も仕上ぐ (布遊び) ブツと吹くスポーツ吹矢年問わず車椅子にてパーフェクトの人 (吹矢) 下手でいい下手がいいのよと励まされ下手な絵手紙毎月友へ (絵手紙) カレンダー埋まるが嬉し老いてなを今日行く所(教育)今日用ありて(教養) 最後まで自立で居たき希み秘めエ ンディングノートまた書き直す 声交わす隣人の居て今日もまた良きこと有そ予感が嬉し 拉致されし娘の無事帰国待ちわびし母今日逝きぬ無念あふるる (ニュース)	
---	--	--	--

新型コロナウイルス・ウイルス 肺炎大流行 「新型コロナウイルス」肺炎が世界的に大流行して、感染予防対策に各国とも必死に取り組んでいます。当初は病気だけでなく経済的にも大打撃となる「状態」を予想した人は少なかったようです。市民生活まで大きな障害となっており、今回は「出口」が見えてこないのが特徴的で残念なことです。 長寿会活動も会議やクラブ活動のほか、憩いの場となっていた「かしのき荘」が4月末まで閉館となり、全ての活動が停止状態となりました。感染するのは、特に高齢者が中心ですから、大勢集結することが禁止される訳です。感染は飛沫感染として人から人へ伝染するので、予防には先ず集結するこ		とに配慮が必要になります。 幸い奈良県下には「陽性」の患者は少ないですが、大阪に近いので通勤や娯楽のために交流が盛んになることが予想されます。 検査の結果、万一「陽性」であっても、持病がない限り重篤化することは少ないようです。罹病すると致死率は意外と低く、入院しても退院する人も多いようです。 守るべきは、平素の「健康づくり」の基本である免疫力向上に留意する生活習慣と、人込みの中ではマスクを着用し、帰宅後は丁寧な手洗いが不可欠です。また「マスク」は予防効果よりも他人に感染させないために必要です。今やエチケットです。 (編集部 扇田修身)	
---	--	--	--

短歌クラブ(順不同) 巡りくる弥生はわれの生まれ月もの芽めばえ生気みなぎる 野木 宗信 冬枯れの木立の中で飲むコーヒ―密か楽しむ私のカフェ 飯田 陽子 特産の菊の模様の下水蓋踏むを畏れてその淵通る 魚住 潤子 如月のローカル電車客まばら 老女がひとりスマホ見ている 大村 三郎 声交わす隣人の居て今日もまた良きことありそ予感の嬉し 岡本 類子 年末と年始かけての不幸ごとあまりに続き侘びし正月 小東 隆子 青空に浮かぶ雲間に忽然と消えたセスナの行方を探す 左近 育子 吾が胸に医大五年の孫娘聴診器あて二十歳を笑う 芝田ユク子 寒中に耐えて咲く花人生と重ね合わせし凜と「わびすけ」 徳原 友子		川柳クラブ 今回の題詠は「旅」です 人生とは長い旅、気長くゆつくりと参りましょうよ。とは言うものの新型コロナ・ウィルスなど突然世界を恐怖に陥れるなんざー許しておけない。早く退治したいもの・・・高齢者の皆様方気をつけましょう。 また来てね宿のおかみは愛想よい 藪内 照香	
---	--	--	--

旅先で出会った美女と恋におち人力車きもの姿の外国人 山田 謙造 あちこちと行ってきました夢の中心人生は上り下りの孤独旅 難波 尊志 懐かしいなあ修学旅行の枕投げ 大村 三郎 寅さんが又もふられる旅の空 松井 友博 どこの旅温泉三昧フロの素 徳原 友子 歌のようにいい日旅立ちしたいもの 浜崎 晴美 旅の宴お膳に並ぶ持病薬 藤井 信夫 カード増え手もちぶたさな券売機 藤田 利治 羽根伸ばし又折り畳んで帰路につく 宮崎多喜代 旅先で拾ったこの人わが亭主 左近 育子 道連れといさかいながら半世紀 高橋 秀尹 ゆつくりと世界遺産を旅したい 宮前 敏子		俳句クラブ 三月のかしの木句会 (五十音順 循環) 地を割りて競ぶごとくに芽吹きけり 岡本 豊子 山城の風鳴りあたる竹送り 澤波百合子 「竹送り」は修二会(お水取り)の籠松明に使われる竹が山城の藪から切り出されて二月堂に送られること。	
--	--	--	--

種袋母の癖字のメモ残る 中川 克己 春浅し柵にかけたる鍬と鎌 野木 宗信 老幹の梅まばらなる旧家かな 花岡 安子 真青なる空を汚さず初燕 本谷眞治郎 梅林に海きらきらと和歌の浦 三船 忠志 山笑ふ緑木立の無き広場 宮本 洋子 やわらかき日差しに目覚めいぬふぐり 乾 フジ子 底泥を打ちたる野鯉水温む 岩城 和子 ひと気なき広場に揺るる半仙戯 はんせんぎ 江崎 俊夫 「半仙戯」は「ブランコ」のこと。 半ば仙人になったような気分になる遊びという意味から。 おくやみ 令和2年2月20日から3月19日の間に左記の会員の方がご逝去されました。 生前を偲び、謹んでご冥福をお祈り致します。		鳥飼 市子様(68) 月見台地区 堀田 義夫様(84) 西宮地区 植田 壽子様(87) 下垣内地区 森尾ヒサエ様(96) 信貴畑地区 糸藤 正士様(85) 竜田川ネオポリス地区 岡田 光弘様(80) 西宮地区 長寿会連合同	
--	--	---	--