

～支えあう 住みよい社会 地域から～

民児協だより



KANAGAWA



味噌仕込みの様子

…まなざし… 子どもと一緒に「手作り味噌づくり」

綾瀬市内6地区ごとに地域環境やニーズに合わせた、地区活動推進事業を実施しており、今回は早園地区の地域子育て支援事業をご紹介します。

地区内の「おとぎ保育園」において、子どもの情操教育や食育、日本の伝統的な調味料を知ってもらうことを目的とし、毎年欠かさず委員が手作りの味噌作りのお手伝いを始めて今年で24年目になります。18名の委員と28名の年長組園児と一緒に、

6月に大豆の種をまき、10月に収穫して干し、11月に大豆を木の棒でたたき(脱穀)、12月に茹でた大豆をつぶして麴と合わせて味噌を仕込みます。

コロナ禍での園児参加は仕込みだけとなりましたが、今年は元気と笑顔いっぱいの園児と一緒に種まきができ、収穫と仕込みが楽しみです。

(綾瀬市民生委員児童委員協議会)



No.
154
2023.9
秋

神奈川県民児協設立50周年
記念キャラクター「みんぴょん」

特
集

- ①新任委員を民児協でサポートしよう
 - ②指定民児協の活動報告
(令和3・4年度)
- 通信員だより(平塚市・寒川町・大井町)

特集 新任委員を民児協でサポートしよう

令和4年12月1日の一斉改選の結果、委嘱数4242名のうち、新任委員数1270名と、約3分の1が新任委員となりました。

新任委員のみなさんは、初めての活動で不安なことも多い中、地域住民から寄せられる多様な相談に向き合っていることと思えます。新任委員や民生委員・児童委員（以下、委員）がこれらの相談すべてに一人に対応するには限界があります。そのため、「民生委員児童委員協議会」（以下、民児協）という組織の中で、先輩委員や関係機関・団体と相談しながら活動していくことで、住民が抱える課題の解決が可能になります。

本特集では、新任委員2名（山田委員／齋藤委員）へのインタビューから、活動上の悩みや不安への対応方法、心構えなどを紹介します。また、民児協として新任委員のサポートに取り組む松田町民児協の事例から、単位民児協運営のヒントをお届けします。



委員になったのは「地域の役に立てたら」

今の地域に引越して間もなく、どんな方が住んでいるのかわからなかったことから、「地域の方の話し相手になって、少しでも役に立てたら」と委員を引き受けました。

主な活動は、一人暮らし高齢者宅への定期的な訪問。「来てくれて、ありがと」と声をかけてもらえるのと委員になってよかったと思う反面、「訪問してもお会いできていないのが不安」と山田さん。そんな時は、お手紙を入れて訪問したことをさりげなく伝えたり、前任者や先輩委員に相談しながら活動しています。

山田委員に聞く 活動のヒント

前任者から教えてもらった気になる方の情報をどうやって集めたらいいの？



山田さんは、個別訪問のほか、自治会の定例会や行事に積極的に参加し、情報収集に努めています。地域の方とお話するようにになると「この前、〇〇さんが風邪を引いちゃったみたいだよ」など自身では気づかないことを教えてもらえるようになったそうです。

ワンポイント

自分で情報を集めるだけでなく、日頃のちょっとした付き合いから、情報を得られることもあります。

周りから、「委員は大変でしょ?」と言われた。感じ方は人それぞれだけど、心がけられねえ」とはあるかな?



山田さんも委嘱当時、委員は大変というイメージがありました。が、活動を続けるうちに、「何で

も一人でやるって思うから大変になる。先輩委員が『深刻にならなくて大丈夫、私たちがいるから』と声をかけてくれたり、みんなで同じ方向を見てやっていることが少しずつ分かるようになって大変じゃないかも』と思えてきたそうです。

ワンポイント

委員仲間や市町村民児協事務局などと話し合うことで、状況を整理できたり、場合によっては、一緒に対応してもらうとよいかもありません。

「住んでいる地域を良くしたい」

山田さんは、「お会いできない方とお会いし、ちょっとでもお話ができて、笑顔が見れたら嬉しい」と言います。

不安や悩みは尽きませんが、一人で抱え込まず、みんなと声を掛け合い、自分の住んでいる地域が良くなったという思いを持って、今日も活動されています。

(広報委員 守屋 孝幸)



自治会長の経験を経て委員に

この3月まで自治会長を、現在は、地区社協の会長を務める齋藤さん。助産院の事務長として勤務しながら、地域の活動にも関わる中で、「とりあえず3年間、無理のない範囲でやろう」と委員を引き受けました。

主な活動は、高齢者調査・訪問活動のほか、地区社協主催のサロンへの参加です。小出地区にある6つのサロンすべてに委員が関わり、個別訪問では分からない普段の様子を垣間見ることができ、貴重な機会となっています。

齋藤委員に聞く 活動のヒント

悩みを抱えた住民を関係窓口につなげるためにできることはなんだろうか？

様々な活動を兼務しながらの活動について齋藤さんは、「委員になったからといって新たに活動をするのではなく、これまでの活動を継続し、つなぎ合わせることを意識している」と言います。委員が地区社協主催のサロン活動に参加するのも、協力者をつながる機会の一つ。住民を適切な関係機関につなぐために「つなぎ先」の存在と役割を知ることが大切になります。

【ワンポイント】

つなぎ先の相談窓口といったことがなく、担当者や面識がない場合は、単位民児協会長や先輩委員に事前に紹介してもらうとよいでしょう。

周りの協力を得るために、日頃からできることはあるのかな？

齋藤さんは、日頃から様々な活動に関わるからこそ「一人で抱え込まず相談すること」を心がけています。「自治会、地区社協、包括行政など、周りにサポートしてく

れる仲間がいます。所属や垣根を超えて、頼り、頼られ、動いていくこと。そのためには、自分自身が動き、丁寧に話し合いを重ねて、お互いに気持ちがい関係性をつくること」を意識しているそうです。

【ワンポイント】

何のためにどのような協力をしてほしいか「目的」を伝えることが大切です。目的がはっきりすると協力者をお願いする事柄が見えてきます。

「面白そう」の気持ちを大事に

地区の広報紙の作成にも携わる齋藤さん。定型で作成することもできますが、「マンネリ化すると面白くない。これをやったら面白そう！注目されるかも！と新しいアイデアを考えるのが楽しい」と屈託のない笑顔と優しい口調で話してくれました。

徒歩10分程度のサロン会場まで歩いていくのが日課で体力維持のためにも、新しい事を考え、ひらめきの瞬間を大切に、今日も元気に活動されています。

(広報委員 小林 美幸)

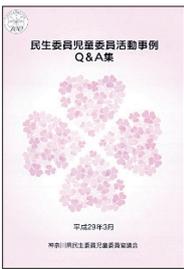
本誌とあわせて読みたい冊子



⇒①委員制度と活動の入門書(有償頒布)



⇒②福祉関係の政策動向や県内の相談窓口を掲載



⇒③相談事例から学ぶ



⇒④児童委員・主任児童委員のためのヒント集

- ①「2022年版 新任民生委員・児童委員の活動の手引き」発行：全民児連
- ②「令和4年度民生委員児童委員活動の手引き」発行：神奈川県地域福祉課
- ③「民生委員児童委員活動事例Q&A集(平成29年3月)」発行：県民児協
- ④「親子とかわかり「つながる」ための7つのステップ(令和2年3月)」発行：県民児協

松田町民児協が取り組む新任委員のサポート

委員同士の顔が見える関係づくり

松田町民児協は、40名のうち17名、全体の40%が新任委員です。委員同士の顔と名前を覚えること、相談できる人を複数人見つけること、そして、委員活動に必要な基礎知識の修得を目的に、一斉改選後の令和5年2月から、定例会時の30分ほどを使い、新任委員2名、先輩委員2名、計4名のグループになり、提示されたテーマについて話し合う「グループワーク研修」に取り組んでいます。

定例会の場で「何かありませんか？」と投げかけても発言するのが難しいし、何を聞いて良いかわからないと思う」と小野会長。だからこそ、4名程度の小さいグループを作り、話しやすい場を設け、どんな些細なことでも、話してもらおうようにしているそうです。

取材に同席した新任委員は、「横並びの会議だと、自分の周りの人しか知り合えない。グループワーク研修では、毎回メンバーが変わり、初めて会う方とどうやって話そうか不安になるけれど、2期目の方が『私たちもコロナでほとんど活動ができていなくて初心者だから』と新任委員と同じ目線で考えてくれる」と言います。グループワーク研修を通して、**新任委員の不安が少しずつ解消され、聞きやすい、顔の見える関係性**が民児協全体で醸成されています。



熱心に時には笑い合いながら話し合います

守屋副会長は、「民児協事務局や社協に聞いても良いけれど、一緒に活動する委員同士で疑問に思ったことは何でも聞けるようにして、なるべくすぐに解決できるように」と言います。そうすることで、**委員同士の仲間意識が芽生え、相談しやすい雰囲気**が生まれています。

新任委員のサポートの手厚さが2期・3期へとつながる

松田町民児協では、先輩委員が取り組んだ事例や体験談をまとめた「活動事例集」を作成しています。この事例集をグループワーク研修の題材にし、「経験していなくても、学ぶことができる機会を作りたい。事例や体験談を蓄積し、第2集も作っていきたい」と小野会長が今後の想いを語ってくれました。

近年では、1期で退任される方も多く見受けられ、民児協運営においては、委員活動を継続してもらうための様々なサポートが必要です。1期目・2期目委員をみんなでサポートしようという思いが、新任委員にも伝わり、民児協全体で委員活動の土台を作り上げるチーム力の強さが伝わってきます。その背景には、きめ細かく計画をし、やりがい、楽しさを感じながら活動してもらえる工夫がありました。

(広報委員 菅 重男、嶋村 真由美)



「活動事例集(第1集)」32の事例が掲載されています

一人で抱え込まず相談を

新任委員のみなさんは、疑問に感じていることや分からないことを民児協の仲間や関係機関に相談しながら不安を解消し、活動への向き合い方を確認していくことが必要ではないでしょうか。

民児協としては、新任委員がやりがいをもって活動できるように、親身に寄り添う姿勢や雰囲気づくりの創出が重要になります。お互いにコミュニケーションを取りながら、委員としての自覚や誇りをみんなが共有し、楽しく活動していきましょう。

委員活動に関する冊子・資料について

下記ホームページに掲載されていますので定例会や学習会等でご活用ください。

○全民児連ホームページ
⇒国の動向や全民児連発行冊子等を掲載



○県民児協ホームページ
⇒県民児協だより等、県民児協発行冊子を掲載



市町村民児協発
活動研究レポートNO.50

指定民児協の活動報告(令和3・4年度)



全国互助共励事業の環として、民児協運営の充実と地域福祉活動の振興を通じて民生委員・児童委員活動の活性化を図るため、2地区を指定し活動の助成をしています。指定民児協として活動した藤沢市村岡地区、小田原市上府中地区の2年間の取り組みを報告します。

藤沢市村岡地区民児協

村岡地区について

藤沢市の南東部に位置し、JR東海道線を挟み南北に広がり、傾斜地の多い地形です。宅地開発が進み、沿線のまわりには工場や研究所などがあり、最近では藤沢駅と大船駅の間にも村岡新駅(仮称)を設置することが決まりました。

北の柄沢方面は山や坂が多く、小学校区も違つたため、南の川名方面とはあまり交流がありません。そのため、民児協では、年に一度はそれぞれの地域の市民の家や町内会館をお借りして定例会を開催し、委員の皆様にご挨拶をさせていただけるように努めています。今後ますます増えていく「認知症」を正しく理解し、「認知症になっても安心して暮らしていける町」に向けて研修を行います。

一年目はVR体験

- ① 階段を降りる↓認知機能が低下して、段差がわからず、戸惑ってしまうのが理解できませんでした。
- ② 幻視が見える↓主にレビー小体型認知症に現れる現象で、子どもの幻がみえる状況を実感しました。
- ③ 自動車の運転↓認知機能が低下し、判断・操作が円滑に進まず、事故が多くなるのが理解できませんでした。



当事者の方々からは、一人ひとりの症状や考え方も違つたので過剰な手助けでなく自力を引き出す声かけや手助けであってほしいなど

の話を聞くことができました。認知症の方やそのご家族に対し、より関心を寄せ、民生委員として気にかけるようになり、VR体験をすることで、言葉では伝わりにくい本人の不安や恐怖などを知ることができ、今後の対応の仕方を学ぶことができました。

二年目は研修の実施

精神保健福祉士の南高まり氏に講演を依頼し、認知症の父を支えた実体験をもとに、認知症の方の視点についてお話いただきました。南高氏の父は「長谷川式簡易知能評価スケール」の生みの親であり、認知症医療の第一人者として知られています。認知症の方は周りに気が回らなくなり、気分が落ち込むことがあります。良いケアを受ければ心穏やかに過ごすことができる学びました。

映画「ケアアイン」を鑑賞し、効率化やリスク管理優先の現場に戸惑いながらも入所者に真気で接し奮闘する姿を描く作品に、認知症の介護や実態を楽しく学ぶ事ができました。さらに、「楽しく学ぶ認知症予防体験講座・思い出ノト作り」にも挑戦しました。二年間にわたり研修に参加した

小田原市上府中地区民児協

子どもたち・高齢者と一体となった活動を

ことで認知症についてより理解することができました。そして、認知症フレンドリーとなるには、認知症の人や家族と一緒に考え、地域や企業も一体となって環境をつくるのが大切だと思いました。

県の西、世界が憧れるまち小田原の北東部、のどかな田園風景が広がる、小田原市上府中地区は、人口およそ9800人、核家族化が進むと同時に75歳以上の高齢者も年々増え1530人を超えています。

小田原市や市社会福祉協議会とともに安心して、豊かに暮らせ、ともに支え合う地域社会の実現の手助けとして、上府中地区民児協は子育て支援・高齢者支援をメインに活動を行っています。

地区民生委員12名・主任児童委員2名の合計14名。男女構成、年齢バランスも素晴らしく、委員間の意思疎通も申し分ありません。

当地区では、活動内容の限られる民児協単独より、小田原市・社会福祉協議会・自治会連合・小中

学校など地区内10を超える諸団体で構成する「まちづくり委員会」の中で縦・横の情報を密にして活動を行っています。

活動の一つ「子育て支援」については、平成22年10月に「子育て広場」がスタートし、今年で13年になります。未就学児とその保護者の方々に来ていただき、時間を過ごすだけでなく、貴重なコミュニケーションの場となっています。



場所の確保・子育てなど有職者・アドバイザーの配置・遊具の確保・広報宣伝費の調達など、予想外の費用負担に悩まされ続ける中、今回の助成金は本当に心強いものでした。

幼児たちが毎回、元氣いっぱい遊ぶ玩具・グッズの入れ替えや飽きのこないおもちゃの用意、参加

者増加に伴う会場探しと使用料負担、委員の知識向上のための資金負担などに活用しました。



もう一つは、高齢者に対する心と身体をサポート活動です。各地区で工夫を凝らし、ひな祭りや七夕などの手仕事や、季節のイベントを開催するなど、「目指せ100才」をモットーに専門の理学療法士による心と身体の健康サポートを実施しています。同時に地元薬品会社の栄養士さんによる「元気に食べて健康長寿」の講習を随時行っています。そのほかにも子どもたちが安心して過ごせる食事提供の居場所づくり「お結びころりん」や高齢者・お一人暮らしの方々の日常生活（草取りやゴミ出し補助）のお手伝いをする「おたすけ隊活動」など、これからも微力ながら活動していきます。

活動のヒント・ポイント

地域に寄り添う活動をめざして



星槎大学 特任講師 大溝 茂さん

民生委員・児童委員(民児協)の立ち位置と基盤は、自身が「一人の地域住民として」日常生活をとおして地域と向き合うことです。

民生委員・児童委員(民児協)は、地域の様々な人々の「個別的な相談支援」への適切な対応と「住みやすい地域づくり」に取り組むために、必要な「知識・技術」の学習(研修)の機会として、各種研修会に参加しています。

藤沢市村岡地区民児協の2年間にわたる「認知症への理解を深め、認知症の方々や家族が安心して暮らせる地域づくり」を目指した取り組みです。地域には認知症をはじめ様々な「日常課題を抱えた人々」や支援を必要とする人々への理解を深めることが求められています。住民が相互に世代や立場を超えて「私にも出来ること」

を考え、理解と具体的支援を広げていくことが「誰でも安心・安全」に暮らせる地域共生社会の実現に向けた取り組みの第一歩です。

また、小田原市上府中地区民児協では、子育て支援の場づくりを進めると共に、高齢者への身体サポート活動への支援を展開しています。

「地域は人材の宝庫」です。地域の人々が誰でも無理なく参加でき、お互いに「できること(役割)」を共有する中から「支え・支えられる」相互関係(互助)が生まれてきます。

子どもから高齢者、課題行動や様々な支援と周囲の理解を必要とする人々が、「地域が私の居場所」と実感できる活動の広がりを目指した取り組みが、今日、民生委員・児童委員(民児協)に期待されています。

NEWS&インフラオレーション



暑い日が続いています
熱中症に注意しましょう！

9月になりましたが、まだまだ暑い日が続いています。朝晩は気温が下がり、過ごしやすくなりましたが、昼間は厳しい暑さになる日も多く、熱中症に注意が必要です。

用ください。
また、環境省が示す「暑さ指数(WBGT)」や「熱中症警戒アラート」を参考に、外出を控えたり、エアコンを使用するなど、適切な熱中症予防行動をとるようにしましょう。

本会では、地域住民の皆さまに提供できる情報をまとめた「お役立ち情報」を作成しています。

厚生労働省
「熱中症予防のための
情報・資料サイト」



訪問活動などに合わせて、配布していただくなど、印刷してご利用

こんにちは！**民生委員・児童委員**です。
地域の皆様に、お役立ち情報をお届けします。

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント
出典：厚生省・環境省リーフレットより抜粋

- ① 暑さを避けましょう：暑い日や暑い時間帯は無理をしない**
 - エアコンを利用する等、部屋の温度を調整しましょう。
 - 換気扇を使う・窓を開けるなどして、換気の確保も忘れず。
 - 急に熱くなった日は特に注意が必要です。
- ② 適宜マスクをはずしましょう：気温・湿度の高い中でマスク着用は要注意**
 - マスクをしているときは、負荷のかかる作業や運動を避けましょう。
 - 人と十分な距離(2メートル以上)を確保し、適宜マスクをはずして休憩しましょう。
- ③ こまめに水分補給しましょう：1日当たり1.2リットルが目安です**
 - のどが渇く前に水分補給しましょう。
 - 汗をかいたときは塩分も忘れず摂りましょう。
- ④ 日頃から健康管理をしましょう：日頃から体温測定・健康チェックを**
 - 体調が悪いと感じたときは、無理せず自宅で静養しましょう。
- ⑤ 暑さに備えた体づくりをしましょう：毎日30分程度の運動を**
 - 水分補給を忘れず、無理のない範囲で適度に運動しましょう。

高齢の方、子ども、障害のある方は熱中症になりやすいので十分に注意しましょう

県民児協「お役立ち情報」
「新しい生活様式」における
熱中症予防行動のポイント

福祉の動き〜認知症基本法成立〜

認知症に関する初の法律「認知症基本法」が6月14日、参議院本議会で成立しました。社会活動に参加する機会の確保など様々な認知症の政策に取り組み、認知症の人が暮らしやすくなることを狙いとしています。また、「世界アルツハイマーデー」の9月21日を「認知症の日」と決めました。

本会では、民生委員・児童委員活動に参考となる研修DVDや書籍を貸し出しています。定例会や研修会、イベントなどでご利用ください。

貸出DVD「認知症と向き合う」

認知症の症状や認知症の人の思い、家族の気持ちや介護者の交流の大切さなどを描いたドラマ教材です。認知症の正しい知識を持ち、理解を深めることを目的としています。

【制作】東映(株)
【時間】30分



編集雑感



県民児協だより154号には「知る・活かす・高める」活動が掲載されています。認知症を正しく知るための疑似体験や当事者との懇談。相談支援実績のデータ化による状況把握と分析結果の活用。地域の繋がりを高めようと学校長との懇談。単位民児協の活動に限界があると地域内諸団体と連携した民生委員活動。訪問活動の重要性を再認識された高齢者宅訪問。県民児協育成事業費を活用し実施されている子育て支援活動。紹介された活動事例は、様々な課題を抱えた人々を支える。単位民児協の機能強化を図る取り組みです。

先日、性的マイノリティをテーマにした報道番組の司会者が「私達は知らないことにより人を傷付けてしまっているのではないかと？知る努力を怠っているのではないかと？」と問い掛けていました。この問い掛けは、私の言動や民生委員活動の猛省を促す箴言と受けとめています。

(広報委員 守屋 孝幸)

通信員だより



平塚市

学校長との懇談会を実施

通信員 中山 裕史

私たちの活動する土沢地区民児協は、平塚市の西部に位置して、人口約6800人世帯数2300ほどです。委員数は主任児童委員2名を含めて14名で、地域には小学校2校、中学校1校があります。

学校長との懇談会は毎年行っていますが今年度は全委員が参加して、最近の学校事情と生徒たちの授業を参観することができました。

多様化する社会と教員不足など、環境の厳しい状況の中、イベントの再開や時代に合った新しい企画などを前向きに考えておられました。中学校では3年生の修学旅行を今年は東北地方に行き、従来の関西方面とは趣の異なった企画に近隣の学校からも注目されたそうです。

昨年12月に委嘱された新任委員は、地域活動の大切さを身近に感じることができ、民生委員・児童委員としての自覚も一層増しました。

学校長との懇談会は、学校と地域のつながりをより近くにとらえることができ、今後の民生委員活動に活かせるよう心がけています。



日頃からの情報交換を大切にしています

寒川町

相談支援実績をデータ化、分析して状況の把握、活動に利用

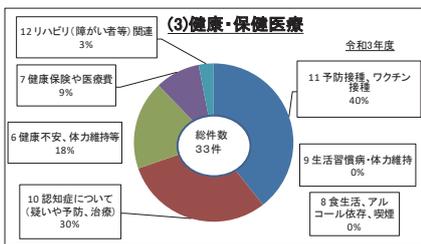
通信員 中村 昭雄

毎月、活動記録を記載していますが相談支援が発生すると内容により14の区分に分けて件数を記載していると思います。しかし実際にどんな相談支援が多いのかを知るにはもう少し詳細が必要です。

そこで、全民児連の活動記録記入の手引き「相談・支援内容区分 早見表(五十音順)」をもとに、14区分を約50分類に細分化した変換表を作りました。(例えば区分(3)の健康・保健医療は、健康保険・医療費、認知症について、ほか全7詳細に分類し詳細番号を付けました)

年一回、前年度の活動記録の控えをもとに変換表を参照し詳細番号を回答、編集部会でデータ化し集計します。これにより、相談支援状況の見える化を実現しました。活用方法は未定ですが例えば、新任の方が相談支援の対応で困らないよう、優先順位を決めて研修する時に利用する等が考えられます。

またデータを継続して蓄積することで傾向の把握や変化への対応ができると考ええます。今後、このデータを利用すれば人が変わっても民児協運営の手助けができると思います。



サンプルデータ

大井町

「お元気ですか」高齢者宅訪問

通信員 瀬戸 里美

大井町民児協では、敬老祝品を高齢者に一人ずつ手渡しをし、現状把握に役立てました。この事業は、「コロナ禍で「敬老のつどい」が中止となり、町が代替として始めたもので、民生委員が協力し、配付を行いました。

「コロナ禍のため、多くはポストインでの配付となりましたが、普段お話しすることがない方にも祝品を手渡しすることで、対面での会話の機会ができました。皆さん、こやかに対応していただき、ご苦勞様と労いの言葉をいただくこともありました。

体調や日々の生活について、僅かな時間ですがお話をし、民生委員だと知っていただく機会にもなりました。



会って話せる貴重な機会になっています

ある方は、何度が挨拶をするうちに、日中一人で過ごしていること、障がいがありました。一人である時に発作が起きてしまったら：という不安をお持ちでしたので、町の「安心キット」(救急医療情報キット)を紹介し、登録に繋がりました。

「コロナ禍でも、このような活動を通して地域の方々々と顔見知りになり、お話を伺う大切さを実感しました。

ホームページをご活用ください!

☆県民児協ホームページでは、民生委員・児童委員制度や活動に関する参考資料などを掲載しています。委員専用ページをご覧いただくためには、次のログイン情報をご入力ください。

