



気の合う仲間とひと休み。そばの話題で自然と笑顔

## 信州松本

## 絆 のかたち

きずな  
で見つけた

四賀地区中川の横川町会に、結成して10年になる「**横川そば愛好会**」があります。82歳の最年長の方を筆頭に16名の男性で組織され、平均年齢は75歳。この日も荒廃地だった畑を整備し、秋そばの種まきに汗を流しました。

参加した皆さんは口々に「年齢で足腰が痛い衆のあつまりせ」と謙遜されていますが、区林整備を行なってその間伐材から薪を作ったり、旅行を計画して親睦を深めるなど「みんなで協力しながら楽しむ」をモットーに、今日も**“仲間の絆”**を感じながら活動しています。

- ・ 社会福祉大会の講演要旨…………… 2 P
- ・ 大家族の絆…………… 2 P
- ・ 町会の絆…………… 2 P
- ・ 心の絆…………… 3 P
- ・ 地域の絆…………… 3 P
- ・ 福祉まんが「あいちゃん」…………… 3 P
- ・ ボランティア情報「こてまり」…………… 4～5 P
- ・ 平成22年度共同募金の協力依頼と使いみち… 6 P
- ・ ゴミ出し協力会員募集…………… 6 P
- ・ 日赤救急法救急員資格継続の研修…………… 6 P

  
**平成22年 No.188**  
**9月15日号**  


発行 社会福祉法人 松本市社会福祉協議会 電話 27-2000  
 編集 社協まつもと編集委員会 FAX 27-2239  
 E-mail: syakyoum@avis.ne.jp http://www.syakyo-matsumoto.or.jp

## “命に寄り添った家族の絆” 松本市社会福祉大会で木藤さん切々と語る

平成22年度松本市社会福祉大会が7月15日、約820名の参加者を得て音楽文化ホールで開催され、社会福祉事業に功労のあった38の個人・団体の方々の表彰を行ないました。

続いて、記念講演では脊髄小脳変性症という難病と25歳まで闘った娘さんが綴った日記を『1リットルの涙』として出版した木藤潮香さんから、看病を通して体験された家族の絆、ひとつしかない命の大切さを切々と語っていただきました。

### 【講演要旨】

- 娘は思春期に発病し、この病気で回復した人はいないと告げられ、目の前が真っ暗になりました。親として家族として、どのように支えたらよいか。「長い人生のはずが短い人生になってしまう。でも生きていて良かった。父さん、母さんの子で良かったと思える人生にしたい」そう考え、家族みんなの問題として力を合わせ娘と一緒に病気と闘いました。
- 生きてくても生きられない人、人に助けられなければ生きられない人がいます。一方自ら命を絶つ人、親が子を、子が親を殺めてしまう。“誰でもよい”と関係ない人の命を奪う事件等の報道が相次いでいます。命は尊く地球より重い、とされているのに。
- 娘は大きくなったら人の役に立ちたい、という夢をもっていました。将来に自分の目標やおぼろげでも夢をもっている人は、自殺や自虐的行為の歯止めをもっていることになります。
- 家族みんなで人生を語り合う時間をもってください。「**家庭は愛と安らぎの場、家族の絆を育む場**」です。本音で語り合い、本音をぶつけられたら真剣に受け止めて聞いてあげてください。
- 子どもも大人も今を共に生きていることを実感してください。命の重さに順番はありません。自分の命と同様に人の命を大切にしましょう。誰もが1回だけの人生です。



4世代、勢ぞろい！

## “大家族の絆” 思いやりと信頼から

波田地区にお住まいの森田さん一家は、82歳の龍馬さんをはじめ、1歳のひ孫の華音ちゃんまで4世代が同居する9人の大家族です。核家族化が進む中、森田さん一家は家業の農業で高校・大学の研修生を受け入れ、積極的に後進の育成を行なっており、いつも大勢の人が集まります。

そんな我が家にお嫁さんの浩子さんは「困りごとがあっても、すぐに相談できる環境があり、人見知りをせず、自然と家族以外にも優しく接する子どもの成長を見ると、**大家族の良さや“家族の絆”**を感じています」と、うれしそうに語っていました。

## “町会の絆” あたたかく ～101歳もおぼこづくり～



ひとつずつ、心をこめて

7月26日、土用の丑の日。猛暑のこの日も、袖山あやさん(101歳)が**蟻ヶ崎西町会**にある“愛ぶんぶん”で忙しく、**ぶんぶんおぼこ**(人形)作りに取り組んでいました。

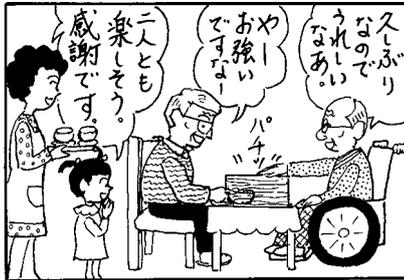
愛ぶんぶんは介護保険に頼らない宅幼老所として平成16年に町会の有志で開設。「週1回、ここでのおぼこづくりが楽しみ」と笑顔で語る袖山さんを中心に作る「ぶんぶんおぼこ」は、長寿のお守りとして人気があり、携帯ストラップやキーホルダーなどで愛用されています。袖山さんは、おぼこの体の色にあわせて、手にあたる部分のビーズの色を選ぶなど、買っていただく方のことを思いながら、1日に25～50個、心を込めて手作りしています。長生きの秘けつをうかがうと、「ちょっとした根気と、気持ちに余裕を持つこと」とおっしゃっていました。

愛ぶんぶんに通う方々は「**町会は私たちの家庭**」と話され“**町会の絆**”を感じながら、おぼこづくりに励んでいました。



長寿のお守り「ぶんぶんおぼこ」

あいちゃん 作・上原ゆう子



# “心の絆” おもてなしの心を大切に ～国際交流から～

里山辺で暮らす、石井巳代子さん（81歳）は、今年もにぎやかな夏を過ごしました。昭和58年から海外の方々のホームステイを受け入れて、27年目。その間、海外からのお客さまは25カ国、延べ186名にのぼります。



カナダ在住の台湾、韓国籍のお客さまと石井さん（右から3人目）

今では、世界各国から手紙が送られてきたり、結婚式の招待を受けてカナダまで出かけて行ったことも。持ち前の行動力から言葉や文化の違いを楽しみながら、海外の方々との“心の絆”を深めています。

今年もスズキメソードの夏期学校に参加する5名の方を受け入れ、調理師資格を持つ自慢の腕で、毎日違うメニューの食事を提供しています。この日の夕食は“ちらしずし”。



海外では、巻きずしやにぎりずしが一般的とのことで、ちらしずしには興味津々の様子。

ちらしずしの名前の由来や食材、作り方を答えたり、松本の七夕等の文化について英語や中国語、日本語が入り混じっての会話が弾んでいました。

## いざというときの“地域の絆” 災害ボランティアセンターとは？



松本市は地震の発生確率が高いと言われており、日頃から“地域の絆”を強め、人命を守れるように、災害に備える危機管理意識を高める必要があります。

災害ボランティアセンターでは、大規模災害の発生に伴い、被災地支援のため全国各地から集まるボランティアの受け入れを行なうとともに、被災者や避難所等からの要望を把握し、ボランティアを派遣するための需給調整を行ないます。

近年、世界各地、また国内・県内で大規模な災害が発生し、甚大な被害が頻発しています。いざというとき、頼りになるのが災害ボランティアセンターです。

避難所・被災地



依頼・要望

### 災害ボランティアセンター

- 総務班
- ボランティア班
  - ・受付係
  - ・マッチング係
  - ・送り出し係
- ニーズ班
- 物資班



ボランティア  
募集します！

呼びかけ



全国各地のボランティア



受付

活動先へ

避難所・被災地での  
ボランティア活動



万一、本市で大規模災害が発生した場合、松本市社会福祉協議会は松本市からの要請を受け、災害ボランティアセンターを設置・運営します。災害ボランティアセンターの運営には大勢の市民の皆さんの協力が必要になりますので、ご理解・ご支援をお願いいたします。

# ボランティア情報 こてまり

- 『こてまり』はこんな情報を発信しています！\*\*\*\*\*ボランティア活動についての情報・活動者、団体の紹介・講習会や行事などの紹介
- 問い合わせ/記事掲載の申し込み\*\*\*\*\*松本市社会福祉協議会内ボランティアセンター TEL(0263)25-7311 FAX(0263)27-2239



## カラオケ歌謡ショー ボランティア <sup>あか</sup> <sup>ばら</sup>「**紅い薔薇と仲間たち**」

男性2名、女性3名でカラオケ歌謡ショーの活動をしているボランティアグループです。市内のデイサービスに出向いては、聴いていただく方々の年齢に合う選曲を心がけています。

時には、初めて聴かれる曲でも心に響くようなメッセージを込めて歌わせていただくこともあります。ボランティア活動をしな  
がらも、こちらが「元気」や「生きる力」を皆さんからいただ  
いています。今後、内容にも工夫をしながら他分野とのコラボレ  
ーションもしていきたいです。  
(代表 上條理代さん)



芳川デイサービスでは男女2名ずつ4名で40分間のステージでした。華やかな衣装で曲目ごとに着替えたり、利用者の方も大変喜んでいました。歌が始まると手拍子をしたり口ずさんだりしながら、ともに楽しんでいる姿が印象的でした。出演者のおしゃべりも入って、笑いや歌いながら歩み寄って手を握り涙する場面もあり、感動しました。(取材 小栗智恵)



## ぼらぼらまつり 四賀地区センター

四賀地区住民と登録ボランティアさんとの交流の場として始められ今年で10年目となった「ぼらぼらまつり」が、今年も7月3日(土)四賀会館で盛大に開催されました。

オープニングの人形劇団「やまんば」の皆さんによるハラハラ・ドキドキ・ワクワクのステージは、子どもたちが目をキラキラさせて見入っていました。

小学校児童の皆さんによるリコーダー、ピアノ合奏や大きな声での合唱、「ごみ」についての学習発表など元気一杯に披露してくれました。「遊んじゃおうコーナー」では、ボランティアさんによる「三匹のこぶたブーのワラの家の冒険」や「大型つみき」「ストラックアウト」などの遊びに子どもたちはもう夢中!!「食べちゃおうコーナー」ではボランティアさん手作りのおまんじゅう、ゼリー、水ようかんに舌鼓!!

ボランティアさんの発案で始まった催しですが、今年も8つのボランティアグループが工夫を凝らし、企画から運営まですべて行ない、最後は虚空蔵太鼓子どもチームによる勇ましい演奏を聴いて、暑い一日でしたが、子どもからお年寄りまで200人の参加者で楽しみました。





# 社協が担う災害ボランティアセンター

9月1日は  
防災の日

## ●災害ボランティア活動について

自然災害等に見舞われた被災地の生活の復旧・復興や、被災された人々への寄り添いやお手伝いなどを目的とした、自発的な活動として、災害ボランティア活動があります。

## ●被災地で行なわれるボランティア活動の例

- 避難所でのお手伝い（炊き出しなど）
- 水害の場合の泥だし
- 暮らしのお手伝い
- 子どもの遊び相手
- 復興期における地域おこしのお手伝い
- 家の片付け
- 暮らしに必要な情報の提供支援
- 被災された人たちに元気になっていただくための活動 他



実際の活動の様子

## ●どんな人たちがボランティア活動をしているの？

困っている人を手助けしたり、人を支えたり、人の役に立ちたいと思っている人たちです。様々な人たちが活動しています。(例)

- 学生や若いひとたち
- 企業の従業員、行政職員
- 看護師、建築士などの専門知識・技能を有する人たち
- 日頃からボランティア活動に関わる人たち・組織
- NPOの関係者
- ボランティアの経験のある専門家 他

## ●近年の災害ボランティア活動の被災地

- |          |           |           |           |          |              |
|----------|-----------|-----------|-----------|----------|--------------|
| ○平成21年8月 | 台風第9号の被災地 | (22,700人) | ○平成19年3月  | 能登半島地震   | (15,300人)    |
| ○平成21年7月 | 中国、九州北部豪雨 | (9,700人)  | ○平成16年10月 | 新潟県中越地震  | (95,000人)    |
| ○平成19年7月 | 新潟県中越沖地震  | (28,300人) | ○平成7年1月   | 阪神・淡路大震災 | (1,377,300人) |
- カッコ内、参加ボランティアの延べ人数

大災害が発生した場合には、災害ボランティアセンターが設置されますので、情報をご確認いただき、皆さんの支援をお待ちしております。



## 歳を取るってこんな感じ？

～鎌田中1年 高齢者疑似体験～



## 学生のボランティア活動

～信濃むつみ高校 花田養護学校との交流～

鎌田中学校で、高齢者の疑似体験を実施しました。「高齢者なんてまだまだ、私たちには関係ない！」と思っていた生徒さんも、85歳になったら、こんなふうになるの？とショックな様子でした。

字が読めない！腰がイタッ！立ちあがれない……といった悲鳴に近い言葉が聞こえました。

体験を終えたあと、お年寄りって大変なんだね。ゆっくりはつきり話さなきゃね。おじいちゃんを大事にしよう。手を貸してあげようかなという気持ちになった生徒さん。もう、

「高齢者は関係ない」とは思っていないようです。

これから地域の高齢者施設で交流をする時に今回の体験が役立ちそうです。



諏訪にある花田養護学校では、毎年社会見学として松本を訪れます。JRを使い松本駅に到着したあとグループごとに市内を散策。食事や、買い物を楽しみ再び電車に乗って学校へ帰るといふ行事です。

今年は高等部のみなさん10名が7月6日と9日の2日に分かれ、車いすで元気にやってきました。

受け入れたのは信濃むつみ高校の生徒さんです。松本駅の改札口で初めて顔を合わせましたが、同年代ということもあり、すぐに意気投合し会話がはずんでいました。

そのあと、各グループに分かれて駅前のショッピングセンターに向かいました。花田養護学校の生徒さんは、「とっても楽しかった」「また来たい」と笑顔いっぱいでした。信濃むつみ高校のみなさんが温かく接して下さったおかげです。

♡みなさんありがとう♡





赤い羽根  
共同募金

10月1日▶12月31日

# 赤い羽根共同募金 温かなご協力をお願いいたします！

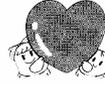
赤い羽根共同募金運動が10月1日から12月31日までの期間で、全国一斉に行なわれます。本年度松本市の目標額は、34,634千円です。

みなさんからお寄せいただいた募金は、さまざまな福祉事業に使わせていただいております。



## 市全体の事業として

- 車いす、福祉自動車の貸し出し
- 「社協まつもと」の発行等広報活動
- 松本市社会福祉大会の開催
- 社会福祉普及校の助成
- ボランティア活動の育成
- 町会児童遊園地の整備
- 町会福祉活動の推進など



## 各地区の事業として

- 敬老祝賀会の開催
- ふれあい会食会の開催
- 子育て支援の実施
- 地区ふれあいまつりの開催
- ボランティアの育成
- 見守り安心ネットワークの推進など



未就園児の運動会（たがわチャイルドひろば）



## その他

- 県の広域的な福祉事業（施設の改修や整備、福祉団体が開催する講習会への補助など）にも活用されています。

平成二十二年九月十五日号 第八八号

発行人 社会福祉法人 松本市社会福祉協議会

会長 渡辺 聡

松本市双葉四番十六号

印刷所 信州印刷株式会社

## ゴミ出し協力会員を募集しています！ 朝のウォーキングのひとときに、活動してみませんか

高齢者や障害者世帯の分別済みのゴミ出しをお手伝いして下さる協力会員(資格は不問)を募集しています。協力会員への謝礼は1回につき100円で随時、募集しています。都合のよい時間帯などをお気軽にお申し出ください。

### 【問い合わせ】

松本市社会福祉協議会 北部地区センター  
松本市元町3-7-1（ふくふくくらいず内）電話38-7670



## 日赤救急法救急員資格継続の研修（松本会場）

- 受講資格 平成19年4月以降に赤十字救急法救急員資格を取得してから2年以上経過した方
- 期 日 平成22年11月7日（日） 午前9時～午後2時
- 場 所 松本市総合社会福祉センター3階(松本市双葉4番16号)
- 定 員 30名
- 持ち物 参加費（1,000円）、筆記用具、実技のできる服装
- 申し込み方法 2週間前までに、電話で下記までお申し込みください。



※申し込み・問い合わせ 日赤松本市地区事務局  
〒390-0833 松本市双葉4番16号 電話27-3381 FAX27-2239  
(申込用紙 日赤長野県支部URL <http://www.nagano.jrc.or.jp>を参照)

「社協まつもと」はみなさんからの共同募金の配分金で発行されています。