

こばと

令和4年12月1日発行

守口市民生委員児童委員協議会
編集 広報・調査部会



第80号

守口市京阪本通2-5-5
守口市社会福祉協議会内
〒570-0083 電話 6992-2715



こばと第80号を 記念して

会長 萩原 朋子

昭和53年に誕生した守口市
民児協の機関紙「こばと」が、
今号で第80号を迎えました。
44年の長きにわたり、民児協
の活動を記録し、啓発を続け
てこられたことは、これまで
の活動の変遷や思い出を振り
返ることができる貴重な財産
になっていると思います。

創刊当時白黒印刷だった
「こばと」は、長い歴史の中
で進化を遂げ、現在は写真が
見やすいカラー刷りになっ
ています。内容も部会活動や地
区活動紹介の他に、川柳やク
イズなども掲載されており、
見るのも読むのも楽しい紙面
になっています。

私自身も「こばと」の編集
会議に何度か参加させていた
だき、発行に至るまでの大変
さを実感しました。特に近年
は、新型コロナウイルスの影響
で事業が中止になり、紙面
に掲載できる内容も減ってし
まいました。そのような中、
内容に工夫を凝らし、コロナ
禍においても従来と変わらず

年2回の発行を続けていただ
いている広報調査部会の皆様
には、心より感謝申し上げます。

皆様に愛される「こばと」
が、これからも末永く発行で
きることを願っております。

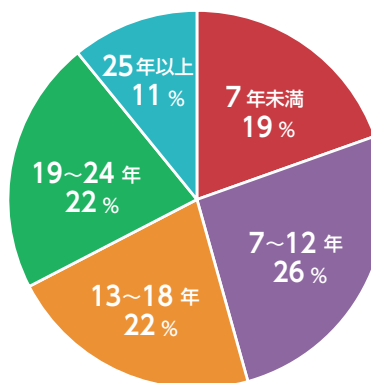
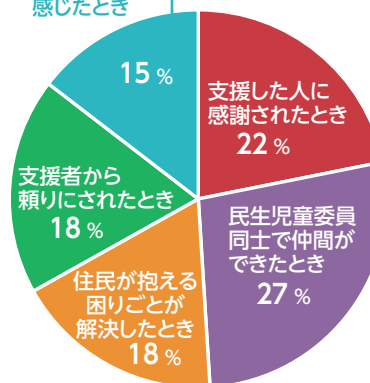
広報調査部会

3年間で第75号～80号まで
発行しました。集計担当委員
も皆様の貴重な活動記録を3
年間まとめました。





自分自身が成長できたと感じたとき



Q1

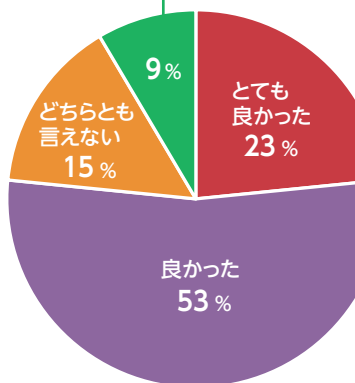
在任期間は？

退任委員 62名
回答 47名



退任される委員の方にアンケートをとってみました

少し負担が大きかった



Q2

民生児童委員になったことをどのように感じていますか？

Q3

委員活動の中でやりがいや達成感を感じたのはどのようなときですか？

委員活動の中で印象に残ったエピソード

事例

● コロナ禍で両親の収入が減り生活困難になったが、先生になる夢を実現するため大学進学を諦めたくないTさんの確認事務のお手伝いができたこと。

● 隣人の様子がおかしいと相談を受け、第4地域包括支援センターに連絡して施設入所にいたったこと等、微力ながらお役に立てたことは自身の喜びでもありました。

● 隣同士のお年寄りのトラブルを地区委員長やケアマネージャーと解決しようと努力したことが印象に残っています。

部会活動

● 三世交代交流の行事に参加した時。子どもさん、その親と一緒に製作に取り組みながら、他人同士のふれあいの場が時間とともにできていて、終わった後の充実した気持ちは今でも忘れられません。

● 部会や地域行事に参加し、多くの方と知り合うことができた。

見守り活動

● 一人暮らし高齢者に安否確認を兼ねて月一度のお弁当配達をしてきた中、身寄りがない方が認知症や病気になる、行政と連携しながら見守りを行なったこと。

● 友愛訪問など高齢者を見守る事業で大変喜ばれることにやりがいを感じました。

● 近所の方からポストに新聞がたまっているとの情報があり、安否確認を地区委員長、地域包括、警察、市職員の方々と連携して行いました。入院されていたことが判明し、地域での見守りがとても大切であることを再確認しました。

● 防災グッズの配付は大変喜ばれ感謝された。

● 友愛訪問は委員活動のコアだと先輩から教えられて、毎月訪問日を決めて、受任期間一度も欠かさずに実行しました。そのことで多くの方々の気持ちに寄り添え、信頼関係が深まり、私自身も皆さんのお付き合ひの中で成長できました。高齢者から頼りになる存在であらねばならないのだという自覚と、寂しさを感じやる優しい気持ちが大切だと思いました。

● 孤独死された方に対して、もう少し早く何か手を打つことができなかったかと悔やまれました。

管外研修

● 管外研修に参加して一般では入れない場所での見学ができ、委員の方々と色々お話ができ親睦が深められました。

● 管外研修に行き、他地区の委員の方と話し合うことができ、他地区の実情や問題点、解決の仕方を知ることができた。それらを自身の担当地区でも生かすことができた。

その他

● 赤ちゃん訪問等で子どもとふれあいができ、良い体験でした。第2の人生にワクワクしました。

● 大阪城ホールで開催された民生児童委員100周年記念大会に退任された委員様を含め全員で参加しました。100周年という節目の年に民生児童委員を担当できたことが良かったと思っています。

● 自分の地域以外の人と友達になり今も続いています。友達の輪が広がりました。

● 高齢者の方に道で会った時、お礼を言われたり元気にあいさつしていただき、地域とのつながりができて良かったと思います。

後輩委員へのメッセージ、アドバイスなど

● 部会行事に参加すること。自分の知らない世界、人がいることを体験できます。

● 担当区域の高齢者、障がい者、生活困窮者、子ども等の状況や実情を少しでも詳しく知ろうとする心がけと、地域住民や諸団体との対話と連携をはかる気持ちを忘れずに。

● 委員間の親睦や交流が大切。

● 高齢者への声かけ。ちよつとしたことにも耳を傾けるのが大事。

● 楽しんで活動してほしい。

● 当事者の立場になつて考えることが大事。

● 委員同士で支え合い、無理のない行動を心がけてください。

● 人と人のつながりが必要だと思います。お互い顔を合わせる機会を持つこと、相談相手になること。担当地区で問題があれば連絡が入るようにすることが大切です。

● 多くの事例が感謝されることにつながり、良い経験になる。任期が終わった時にやつて良かったと思える。

● 一人で解決するのではなく、関連する機関などに相談すること。

● 関係機関との橋渡しの役目である。

部会活動報告

生活福祉部会研修会

「携帯電話等のトラブルについて」

消費生活相談センター

相談員 本荘達子氏



詐欺は188(いやや)

今回の研修で意外だったことが、「契約」とは契約書を交わした段階ではなく、この商品が欲しいです、といった口約束でも「契約」になるということでした。

コンビニでプリペイドカードを買ってくださいという電話は詐欺です。高額な商品やお金をあげます、安くしますというのはみんな嘘。詐欺です。

このような詐欺が横行しています。高齢者の半分以上の方が、自分は詐欺に合わないと思っているという調査結果が出ているとのことでした。

何かあれば電話で188(いやや)とかけると、最寄りの消費生活センターに繋がります。

す。詐欺に合わないよう心がけて、携帯電話がある生活を楽しくしてください。

児玉 三郎

児童福祉部会 三世代ふれあいっ子

戦後70年を超え、子どもたちが地域の中で育てられることは当たり前のことでしたが、少しずつ関係が希薄になり、ここ2、3年は新型コロナウイルスの影響で一気に加速しました。笑顔や感動の表情はマスクで隠れ、距離も取らなければならず、生き苦しさを感じています。子どもたちは環境に抵抗せず頑張っています。

私たち児童福祉部会は、三世代ふれあいっ子の活動を通して、集めていただいた牛乳パックを材料にした、うちわ、コマ、カエル、ストロートンボ、ビックリ箱や、災害啓発の新聞スリッパ、折り紙の傘、守口市社協協力のカキ氷、ガラガラ抽選ができる行事を実施しています。子どもたちの目の輝きは最高潮になります。しかし残念ですが、今年度も学校へ作品キットでのお届けとなりました。

り。みんなが平等で、決してひとりぼっちではない居場所作り。今後も絶やすことなく、次世代に繋げていけるよう部会員一同務めて参ります。委員の皆様、ご協力をよろしくお願い致します。

大井 由喜子



障がい・高齢者福祉部会 研修会

「健康長寿のフレイル予防」

講師：千成ヤクルト(株)

フレイルとは、壊れやすいという意味です。フレイル段階では、筋力・栄養が低下するので、骨粗鬆症、変形性膝関節炎、脊柱管狭窄症を発症し、加齢で筋力や心身活力が低下します。

それを点検する方法として、

- ① 握力低下で物を落としやすい
 - ② 体を動かすことが少ない
 - ③ 疲れやすい
 - ④ 歩くのが遅くなった
 - ⑤ 半年で2、3キロ体重減少
- 該当数が、0は健康、1、2個はプレフレイル、3個以上はフレイル

これらの予防法は、

◎ 食事→美味しく食べる、香り等も楽しむ、ゆっくり噛んで味わう。必要な栄養素はタンパク質(肉・卵・魚)、ビタミン(日光、きのこ)。

◎ 運動→下肢筋力増強(立位や座位で踵上げ、つま先上げを約15回、スクワット(椅子に座るように)、肩(腕を水平にし前後に肩甲骨を開閉)、肘回し(両手を肩に付け、肘で円書き))

◎ 社会参加→外出すると会話や運動ができ、認知機能予防となり、幸せホルモンが多く出ます。

花田 廣徳



健康体操 1・2 1・2

主任児童委員連絡会

8月25日に予定されていた河北ブロック主任児童委員連絡会研修会が残念ながら直前で中止となりました。

その中でも変わらず実施できている事業が台フキンの作成です。7月20日～9月16日の間で一人3枚。沢山作成してくださる地区もあり、また今年は助成金をいただくことができ、三つ折りで手縫いの台フキンが一千枚強完成しました。ありがとうございます。認定こども園、小中学校、さんあい広場等85ヶ所へお届けしました。

森 滝子



喜んでいただきました！

赤い羽根街頭募金活動



協力御礼



10月3日、京阪守口市駅前周辺で街頭募金活動を行いました。
募金金額4万7922円を守口地区共同募金会へ寄付いたしました。

全国民生委員互助共励事業

全国社会福祉協議会が実施主体となり、民生児童委員の傷病等に対する慰労金や、退任者に対する慰労を行う事業です。

種別

●死亡弔慰

(公務死亡、一般死亡、配偶者死亡)

●傷病見舞

(公務傷害、一般傷病・療養1か月以上)

●災害見舞 (準半壊以上)

●退任慰労 (3年を超える)

※発生後1年以内

※現任委員のみ

↓該当する方は、地区委員長を通じて事務局まで申請してください。

令和4年度表彰 (敬称略)

受賞者の皆様おめでとうございます！

〈全民児連会長表彰〉

民生委員・児童委員功労者表彰

三郷地区 中橋 保夫

八雲東地区 高嶋 チツ子

下島地区 大西 玲子

庭窪地区 中島 邦明

阪本 晃子

青木 淳子

永年勤続民生委員・児童委員表彰

守口地区 西村 佐保

藤田地区 谷許 保子

〈大阪府社協会長表彰〉

民生委員・児童委員功労表彰

庭窪地区 中島 邦明

事例 ファイル ⑪

救急安心カプセルの配付でお訪ねした一人暮らし高齢者男性「足腰が不安になり始め、息子さんたちが心配して同居や介護の話をされるも受け入れ難いようでした。不満や不安を口にしたがらも「言うこと聞かないかなあ」と幾度となくお話を聞くことになりました。その後、介護認定も受けられ生活が整い始めると、お元気になる！近くのモールで時々お見かけします。

防災グッズの配付が始まった頃にも同様にお話をする機会を得た方がいらつしやいます。お元氣そうですが、持病がある不安を口にされました。「お変わりないですか？」とお声かけしています。

介護関係に限らず健康、生活面で気になることがあれば地域包括支援センターに相談されるようおすすめしたりします。

声をおかけしお話を伺い、必要あれば関係機関に繋ぐよう心がけています。

動物なぞなぞ



①ちくわの真ん中に「わ」を入れてみたよ。何に変身したかな？

ヒント 犬の種類です。小型犬です。

②震えている犬がいるよ。何犬かな？

ヒント ブルブル震えている犬です。

③いつも神様にお祈りしている動物ってな〜んだ？

ヒント いつも「おー！神よー」と言っています。

※答えは欄外に掲載

編集後記

世阿弥の言葉に「初心忘るべからず」という言葉があります。現在では「最初に始めた時の気持ちを持ち続けること」を意味していますが、長く趣味を続けていてもその年齢にふさわしい技術に挑むことは、その年齢での初心者であり、未熟さであるから、「今の初心を忘れないように」ということを意味しているように思います。皆さんも趣味を持ち、楽しみ、生きがいにしましょう。

今西 敬子