

上小地区賛助会 会報第116号(春季号)

平成27年4月16日 発行

(公財) 長野県長寿社会開発センター上小支部

会長挨拶

上小地区賛助会 会長 齊藤 隆文

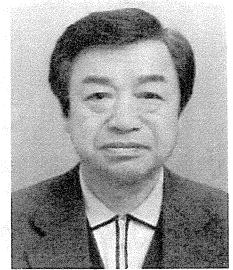
平成26～27年度の上小地区賛助会の会長を仰せつかった齊藤隆文です。2年任期のため、会長と副会長(舞澤徳嘉・傳田常美)および5名の幹事(西澤留男・清水芳子・金井則男・堀田公男・臼田朝子)ならびに2名の監事(斉藤利昭・小宮山茂昌)とも2年目になります。

さて、当上小地区においては、過去2年間シニア大学卒業生による新規グループの立ち上げがありましたが、高齢化などにより廃止せざるを得なくなった活動グループもあり、大幅な会員増になっていないのが現実です。

また、『賛助会に入会しているメリットがない』『グループ活動の会場を借りるためだけに入会している』という声が聞かれることも事実です。

県長寿社会開発センターとしても、【賛助会員の加入促進に向け、その活動をいかに魅力あるものにしていくか】が最大の課題となっております。昨年度は、県内4つのブロックに分けて意見交換会が行われました。地域社会のためにシニア世代は何をすべきか、賛助会活動をもっと元気にするには、何が必要かなどに積極的な意見が出されました。

今年度も、従来実施してきた事業を継続すると共に、今まで積み上げてきた諸先輩方の努力を無にすることなく《元気で 楽しく いきいき》のモットーにのっとり活動を進めたいと思いますのでよろしくご協力のほどお願いします。



◆ 27年度地区賛助会総会のお知らせ ◆

日 時：5月28日(木) 午後1時から 合同庁舎南庁舎2階
各グループ2名以上の参加をお願いします。
講演会：小川 康氏 (薬剤師・チベット医)

新任事務局紹介



今年度より新たに担当いたします。
宇都宮 事務局長 官沢 主幹 です。
宜しく願い致します。(他は留任)

★共済クラブ 使用上の注意★

- 活動の始め、終わりには必ず事務局に顔を出して下さい。(点検用紙の受け取り、返却)
- 共済クラブ周囲には駐車をしないようにして下さい。公用車等の駐車スペースです。
- ゴミの持ち帰り、清掃、整頓、窓の施錠の徹底にご協力をお願いします。他の方も使用されます。
- 会場使用のキャンセル(当日午前中までに)、変更等、必ず事務局に連絡をして下さい。皆さんが気持ちよく使えるよう、一層のご協力をお願いします。

★ ～元気で・いきいき作品展開催～ ★

連日大賑わい、賛助会員グループの努力の結晶作品



今年(平成27年)で6回目となる長野県長寿社会開発センター上小支部賛助会の「元気で・いきいき作品展」は、今年もアリオ上田店のご厚意により、1月22日(木)から25日(日)の4日間にわたり「星のコート」に於いて盛大に開催することが出来ました。作品を数多く提供して頂いた各グループの皆さん会場運営や受付当番に当たって会員の方々に感謝を申し上げます。

今年も昨年とほぼ同様10グループから150数点を出品して頂きました。作品は努力の結晶作品ばかりで連日大賑わいでした。出品にご協力頂いたグループは、次の通りです。

- ・木彫同好会 ・木彫ふきのとう ・川柳「柳歩」 ・書道「春陽会」 ・35の会
- ・上小グランドゴルフ同好会 ・88チャレンジ会 ・加賀友禅「ときめきの会」
- ・ひかりの会 ・シニア大学2年生「手芸クラブ」

来場者数も4日間で約1,800名余りで、来場者は各グループの作品展に興味を持ち熱心に聞いており地区賛助会のPRも充分できたと思います。



公開講座

3月11日（火）上小地区賛助会第四回グループ代表者会議の後、

上田保健福祉事務所健康づくり支援課 保健衛生係、東 好美氏
から「大切な命を守る為の～ゲートキーパーの役割～」についての公開講座を受け改めて、
命の大切さと役割（活動）の重要性を教えてくださいました。

1 ゲートキーパー

ゲートキーパーとは、家庭や地域、職場、保険、医療、教育などの場面で身近な人の自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聞いて、見守り、必要に応じて専門相談機関へつなぐ等適切な対応を図ることを役割（活動）としているそうです。

2 自殺の現状

（1）国の現状と動向

- ① 自殺者数は、平成24年から3万人を切ってきたが、未だに多い状況が続いている。
- ② 自殺問題が深刻な社会問題となり自殺対策として「自殺対策基本法」を施行し以後、それぞれの地域の実情に応じた「大綱」の見直しを講じている。

（2）長野県の現状と動向

① 現状

- 1週間に10人の方が自殺で亡くなっている。近年減少傾向にあるが平成10年から毎年500人前後が亡くなっていた。
- 自殺の原因は、健康問題等であり健康問題の中でうつ病が多く、自殺者の7割が男性である。

② 動向

- 平成25年2月「信州保健医療総合計画」を策定し自殺対策を推進している。
- 保健福祉事務所は、市町村等と連携し具体的な自殺対策を推進中である。

3 ゲートキーパーの役割（活動）

家庭や地域職場で、健康問題、経済問題等で悩んでいる人に、気づき、声をかけ、話を聞きつなぎ、見守る活動。

① 気づき

自殺のサインが見られた時は、家族や仲間の変化にきづいて声をかける

② 傾聴

本人の気持ちを尊重し、手をさしのべ話を聞くために、耳を傾ける

③ つなぎ

本人の持っている課題を整理して、早めに専門家に相談するよう促す

④ 見守り

健康状態に声をかけて、寄り添いながら、じっくり見守る

等の講座を受けた後、ゲートキーパーQ & A問題を受け大変勉強になりました。

グループ 活動紹介	研鑽を積み マジックでボランティア活動	アンシャンテ の会
--------------	--------------------------------------	--------------

マジックで楽しく！！

私たちの会は、マジックを通してボランティア活動をしている『アンシャンテの会』と言います。

皆さんに楽しんでいただくために、毎月2回の練習と勉強会をしています。上田自由塾から賛助会へ移り6年目になりました。山口先生のもと、最近やっと人前で演じられるようになり、ほっとしているところです。



ボランティア活動は、地区行事のイベントへの参加、ディサービス施設への訪問、保育園の誕生会を中心に昨年度は15回のステージを踏みしました。

マジックだけでなく、高齢者の皆さんとお茶飲み交流会や小学生とのふれあい交流会をして楽しさと和やかな時間を作っています。

昨年11月21日の上小支部活動発表会には、全員参加ということでグループの中でも大変盛り上がり、グループの活動が一段と向上したと喜んでいるところです。

(グループ長 松下 美喜男)

37期生 71名 晴れやかな巣立ち

2月13日(金) 10時～11時まで合庁講堂で卒業式が挙行されました。第37期卒業生は、男性28名、女性43名、計71名が楽しく学んだ2年間の思いを胸に地域に羽ばたいて行きました。



清水純子県議会議員の来賓祝辞を聞く学生

皆勤者30名(男性14名、女性16名)を代表し春原量子さんに、長棟学部長より皆勤賞が授与されました。12時からささやにて、37期自治会の解散式、同窓会「みなのかい」の発会式を行い、今まで培ってきた仲間のつながりを生かし、これからも元気に活動が続けていこうと熱く語り合っていました。

編集後記

寒い日が続いていたのに、桜が満開となり入学式に花を添えています。

例年より早く咲き、温暖化が進んでいるのかとも思います。社会には新人が希望を胸に歩み始めています。我々も彼らに負けず、健康で元気で過ごしたいと感じます。