

なかしべつ町

# 社協だより

平成22年3月発行 第40号



お話し相手ボランティア体験講座 気持ちに寄り添う聴き方を学ぶ

## 目次

地域で広がる「孤独」	2～4
社協ミニミニ情報	
共同募金にご協力ありがとうございました	5
西泉町内会で新年交礼会	5
図書館で子どもに絵本の読み聞かせ	5
ボラセン情報	6～7
ご寄付のお礼、収集ボランティアご協力のお礼	8

# 地域内で広がる「孤独」

介護生活、近親者との離別、定年退職、隣近所の付き合いの希薄化…

地域関係や人間関係が薄れてしまう原因は生活の中に多く存在しています。

今、「孤独」は都市部、過疎地域に関係なく広がっています。

## 孤独と孤立、その違い

孤独と孤立、疎外に隔離と似たような言葉ですが、その意味は似ているようで違います。孤独とはどのような状況を指すのか、辞書には次のように書かれています。

### 「孤独」

頼りになる人や心の通じ合う人がなく、ひとりぼっちで寂しい様子。

### 「孤立」

仲間がなく、他から離れて一人だけで存在していること。

### 「隔離」

他人から強いられて独りである状態。

### 「疎外」

社会的に周囲から避けられ、独りである様子。

「隔離」と「疎外」の二つはわかりやすく、理解もしやすいもの

となっています。これらは他人からの影響によって陥る状況を指しています。

次に「孤独」と「孤立」について

て考えると、「孤立」とは他者から離れて独りである、単にその状況を指すものであり、本人の想いなどは含まれていません。一方、「孤独」とは人と関わりを持ちたい、心を通わせたいと思いつつもそれが叶わない状況を表しています。そのため、都会の中で人との交流があったとしても、自分が独りで誰からも理解されていない、受け入れられていないと感じ、満たされていないのであれば、それは「孤独」と考えることができます。



## 孤独の背景と影響

孤独となってしまう背景は様々なものがありますが、次の事柄も要因の1つとして挙げられます。

### ● 近親者との離別

長く一緒に暮らしていた人、血縁者がいなくなってしまうことで状況的に独りとなり、またその喪失感から他者との関わりを持たなくなってしまうケースがあります。

### ● 介護生活の長期化

長く介護生活を続けている世帯、特に要介護度が高い世帯では家族による介護の割合が多く、介護を必要とする時間も長い傾向にあり、地域との関わりが薄くなりがちとなってしまうます。

### ● 会社からの退職

血縁、地縁の他に職縁と呼ばれる縁があります。定年などで長く勤めた会社から退くことで、職縁のつながりがなくなり、人と関わる機会が大きく減ってしまいます。

このように、背景はそれぞれ

違っても、人が孤独となってしまう時、その影響は少なくありません。たびたびニュースで取り上げられる孤独死もその1つです。

孤独死とは、独り暮らしの人が誰にも看取られることなく、本人の住居内等で死亡する事を指します。特に、隣近所とのつきあいが無い都市部において高齢者が死後数日から長ければ1年以上も発見されなかったケースが見られ、その一方で都市部に限定されず過疎地域での発生も心配されています。

また、類似したケースで近年増加傾向にある老々介護など、介護生活の中で介護者が病気などで急死してしまい、動けない要介護者が餓死してしまうことも確認されています。

その他、孤独がもたらす影響は生きがいの消失、人間関係の希薄化、引きこもりの助長、さらには地域の福祉力の低下などが挙げられます。

## 中標津町の孤独に関する現状

現在、中標津町の高齢者数は増加傾向にあり、「孤独」となりがちな独り暮らしの方も増えている状況です（下段）。

その中では、近所に友人がおらず用事もないため外出しない方、1日中テレビを見て過ごしている方、体を動かすことが辛く外出を控えている方と様々な理由から人と接したくてもそれが叶わない状況の方の話聞くことがあります。

また、介護保険サービスを提供している事業所職員の方からも、介護度をこれ以上上げないためにも独りで時間を過ごすのではなく他者との関わりを持っていただきたいという想いを聞くこともあります。

さらに、高齢化率も年々増加傾向にあり、今後この動きは変わらざる推移していくものと考えられます。

今、地域の中では交流を図る機会、人間関係を育む機会が失われつつあります。

### 中標津町における人口、世帯数などの状況（1月末現在）

中標津町全世帯数	10,504世帯（24,156人）
独り暮らし世帯数	3,658世帯（3,658人）
高齢者（65歳以上）世帯数	1,840世帯（2,798人）
高齢者（65歳以上）独居世帯数	899世帯（899人）
高齢者（65歳以上）夫婦世帯数	913世帯（1,826人）
高齢化率	18.82%（前年18.48%）

## 中標津町内での新しい取り組み

本人、地域に大きな影響をおよぼす孤独化を防ぐためには、自分達の生活圏域で孤独の気づきや見守りの仕組みを形作ることが必要となってきましたが、この仕組み作りのためには身近な地域で活動している町内会、民生委員、ボランティア団体等、住民の皆様の協力が不可欠となっています。

中標津町内では、高齢者支援や孤独化対策にも効果のある活動への取り組みが進み、この春2つの新しい団体が活動を開始する予定です。

東町内会地区では、近隣地域を中心として主に高齢者が集まり交流の場とする「あずまにこにこサロン」、在宅で暮らしている高齢者を訪問してお話しすることで楽しい時間を過ごしてもらおう「お話し相手の会 笑くぼ」がボランティア講座をきっかけに活動を始めることとなりました。

### ●あずまにこにこサロン

中標津町社会福祉協議会が推進する「ふれあいいきいきサロン事業」としては、東中・まことなかよしサロンに続いて2つ目となるサロンがスタートすることとなりました。



→あずまにこにこサロン準備会の様子。サロンで行う体操の練習中です。与作の音楽に合わせて歌いながら楽しく身体を動かします。

サロンは有志のボランティアにより運営され、気軽に高齢者が集まれる場を作り、いずれは子どもも大人も集える場所を目指して活動を始めます。

サロンの活動は東町内会館で月1回第2火曜日に定期的に開催し、簡単な体操やゲーム、町内ボランティアによるダンス等の披露も予定しています。なお、現在参加者、ボランティアを募集中です。初回の活動は3月9日となっています。

### ●お話し相手の会 笑くぼ

昨年11月から全3回、お話し相手ボランティア体験講座を開催しました。この講座では、認知症や加齢に伴う心身の変化、気持ちに寄り添う聴き方について学び、実際に在宅高齢者宅を訪問しボランティア活動を体験する内容となっており、お話し相手が必要とされている現状についても知る機会となりました。

今回の講座終了後、受講者から「お話し相手の希望者がいるならばこれからボランティアを続けていこう」という声が挙がり、団体

として活動することとなりました。なお、正式に活動が開始するのは4月からとなります。



→気持ちに寄り添う聴き方について演習中。参加者同士のつながりも作ることができました。

# 協 社

## ミニミニ

# 情 報

社協事業や、地域の福祉活動の  
情報をご紹介します。



### 赤い羽根共同募金に

ご協力ありがとうございました

昨年10月1日から12月31日の期  
間で中標津町の皆様にお寄せいた  
だいた赤い羽根共同募金の総額は  
下記のとおりとなりました。

この寄せられた募金は、中標津  
町の地域福祉活動や福祉団体への  
助成、北海道の福祉施設整備等の  
事業のために役立たせていただき  
ます。

ご協力いただいた皆様に  
心から感謝申し上げます。



平成21年度 赤い羽根共同募金  
募金総額

4, 772, 907円

### 西泉町内会で新年交礼会



1月11日(日)、西泉町内会で  
新年交礼会が開かれました。

当日朝は雪がちらついていたしま  
したが昼には回復して青空の中、大  
人と子どもが協力してもちをつつ  
き、レスキューキッチンでお雑煮  
が作られました。

ビンゴ大会などのイベントもあ  
り、参加者は笑顔で新年の挨拶を  
交わしていました。

### 図書館で子どもに絵本の読み聞かせ

1月20日(水)、年が明けて初  
めて中標津町図書館での「おはな  
しの木」の活動がありました。

まず最初は手遊びから始まり、  
絵本や歌絵本、紙芝居の合計7冊  
の読み聞かせと手遊びが1つ行わ  
れました。

今回は親子4組の参加があり、  
子どもが絵本の読み聞かせに合わ  
せて声を出しながら楽しむ姿があ  
りました。



「おはなしの木」の図書館での  
活動は毎月第1、第3、第5水曜  
日10時30分からとなっております。  
多くの親子のご参加お待ちしております。

# ボラセン情報

中標津町社協ボランティアセンターからのお知らせ



障がいのある人も共に豊かに生きられる地域を目指すぼれぼれの会

- 【日時】 毎週月曜、火曜、水曜、木曜日、第2第4土曜日  
午前10:00～午後3:00
- 【場所】 中標津町総合福祉センター（プラット）
- 【連絡先】 大佛様 090-9512-8428

障がいのあるなしに関わらず、地域に暮らすみなさんが豊かに生活できることを目指して、人と人のつながり作りのため、喫茶サロンの運営や各種行事を行っています。

活動する時間は自分のできる範囲で構いません。自分のあいている時間を活用してみませんか？

ボランティアさんを探しています！！

中標津おもちゃ病院

- 【日時】 毎月第2日曜日 午前10:00～午後2:00
- 【場所】 中標津町総合福祉センター（プラット）
- 【連絡先】 中標津町ボランティアセンター 0153-79-1231

壊れたおもちゃの修理を通じて、子ども達に物を大切にすることを育んでもらうことを目的に活動しています。工具の扱いが得意な方、機械に強い方大歓迎！

壊れてしまったおもちゃや捨てられないと困っているおもちゃの修理も受け付けています。お気軽にご連絡ください。



# ボランティア活動保険の内容が変更となります

平成22年度、ボランティア活動保険のプランが改定となります。

Aプラン：年間保険料が260円から**280円**に引き上げられます。

Bプラン：ケガの補償金額の引き上げ、保険料の引き上げ（天災タイプのみ）

Cプラン：このプランは廃止となりました。

共通：第三者の加害行為による賠償補償が廃止となりました。

入院のお支払限度日数・補償期間、通院の補償期間が180日となりました。

補償対象、保険料については下記のとおりです。詳しくは中標津町社会福祉協議会 法人事業グループ地域福祉業務担当までお問い合わせください。

## 対象となるボランティア活動

日本国内における「自発的な意思により他人や社会に貢献する無償のボランティア活動」で、次の①～③のいずれかに該当する活動

①グループの会則に則り企画、立案された活動であること（グループが社会福祉協議会に登録されていることが必要）

②社会福祉協議会に届け出た活動であること

③社会福祉協議会に移植された活動であること

## 年間保険料

基本タイプ Aプラン280円 Bプラン420円

天災タイプ Aプラン490円 Bプラン720円

## 補償期間（平成22年度申込み分）

平成22年4月1日午前0時～平成23年3月31日午後12時まで

●補償期間の途中で加入される場合も上記の保険料となります。なお、中途脱退による保険料の払い戻しはありません。

●中途でのボランティアの入れ替えや、加入プラン・タイプの変更はありません。

## ♪リングプル収集ボランティアの状況♪

(平成22年2月末現在)

現在貯まっているリングプル総重量 1,050kg (前回870kg)

次の目標：子ども用車椅子（介助ブレーキ付） 1,080kgまで

あと **30kg** です。

子ども用車椅子は中標津町社会福祉協議会にて貸出用として活用予定です。これからも多くの方のご協力お待ちしております。

# あたたかい真心ありがとうございました

## 香典返しにかえて

中 矢 輝 次 様  
瀬 野 浩 子 様  
矢 本 孝 子 様  
飯 島 芳 一 様  
笠 井 奈 美 子 様  
塩 崎 美 知 子 様  
佐 藤 主 計 様  
麻 郷 地 ミイ子 様  
高 橋 洋 子 様  
平 瀬 一 弘 様  
高 橋 シ ゲ 様  
畑 俊 宏 様

岩 本 四 郎 様  
大 西 千 代 子 様  
中 田 タ カ 様  
竹 原 勤 様  
木 村 愛 子 様  
吉 川 俊 子 様  
寺 嶋 一 郎 様  
村 山 順 子 様  
今 野 慎 也 様  
福 田 津 奈 子 様  
山 田 義 雄 様  
上 田 俊 道 様

佐 藤 素 子 様  
町 田 梅 子 様  
田 村 道 明 様  
鈴 木 多 美 子 様  
武 田 政 門 様  
貝 原 勝 比 古 様  
宮 田 信 雄 様  
野 澤 貞 子 様  
細 矢 栄 司 様  
真 部 昭 子 様

平成22年2月17日分まで掲載

## 篤志寄付として

中標津ロータリークラブ 様  
J A 計根別 女性部 様

春秋会会長 酒井 幸三 様  
麻雀道場夢想 麻雀愛好家一同 様



# 収集ボランティアにご協力いただきました

障がいのある人も共に豊かに生きられる地域を目指すぼれぼれの会 様

財団法人 中標津町文化スポーツ振興財団 様

りんどう薬局 様

麻雀道場夢想 麻雀愛好家一同 様

中標津町立俣落小学校 様

中標津スイミングクラブ 様

中標津町立東小学校 様

俣落老人クラブ 様

大慶寺 女性部 様

東中老人クラブ 様

セブンイレブン中標津 桜ヶ丘店 様

コマツ道東株式会社 様

中標津シルバー人材センター 様

中標津町東九条郵便局 様

平成22年2月18日分まで掲載

渡辺 けい子 様  
満永 恒義 様  
上神 静子 様  
藤村 実 様  
志賀 正秋 様  
板倉 清三 様  
武藤 芳巳 様  
高橋 翼 様  
石山 和美 様

重松 麗子 様  
日下部 千津 様  
大山 琴乃 様  
河村 澄子 様  
矢萩 義江 様  
池田 雅子 様  
中西 定雄 様  
松本 隅雄 様  
安海 正人 様  
青山 智和 様



社会福祉法人 中標津町社会福祉協議会

〒086-1110

標津郡中標津町西10条南9丁目1番地4

中標津町総合福祉センター

電話 0153-79-1231

FAX 0153-79-1233

<http://www.nakashibetsu.jp/shakyoHP/index.htm>



「社協だより」は共同募金  
の一部配分金を受けて発行  
しています