夏号

都民連だより

平成 23 年7月
（第 47 巻 1 号）

思いやり
あなたと私の地域の“わ”
ー東京都民生委員・児童委員・主任児童委員ー

特　集

東日本大震災発生！
「あの時」を振り返り、「これから」に備える

●共に支える「乳幼児を持つ母親を支える」●都民連通信
●きらり☆この人●東社協コーナー●活動記録あれこれ●かんたん！おまかせレシピ

東京散歩

浅草ほおずき市（台東区）　～盛夏の到来を告げる彩り～

毎年７月９日、10 日に浅草寺で開催されるほおずき市。この日に参拝すると、「四万六千日（126 年間）」毎日お参りしたのと同様の功徳が得られるとされ、多くの人で賑わいます。境内には約百軒のほおずきの露店が軒を連ね、雷よけとしても知られる鮮やかな赤い実が参道を彩ります。

特集

東日本大震災発生！「あの時」を振り返り、「これから」に備える

2011年3月11日、東北・関東地方の太平洋側の地域を震度7という非常に強い地震と津波が襲いました。

被害の大きかった東北地方を中心に、この震災で命を落とされた方は1万5千人を超え、行方不明の方を加えると、2万人をはるかに上回ります（2011年6月1日現在）。

都内でも各地で震度5強の揺れに見舞われましたが、多くの地区で民生児童委員による地域住民の安否確認や見守りが実施されました。

また、被災地から避難されてきた方々への支援活動にも、たくさんの委員が取り組まれました。

今回は、大震災に際して都内各地で取り組まれたさまざまな活動をご紹介します。

今回の震災で被災された、すべての方々に心よりお見舞い申し上げます。

被災地における民生児童委員活動への影響とは

震災で、特に被害が大きかった岩手・宮城・福島の三県を合わせた民生児童委員の死亡・行方不明者は、少なくとも55名に上るそうです。中には、高齢者に避難を呼び掛けている最中に津波に巻き込まれた委員もいたとの報道がありました。まだ多くの自治体が被災状況を正確に把握できておらず、今後さらに犠牲者が増える可能性もあります。

避難所や仮設住宅など、慣れない環境で生活する住民にとって、不安や悩みを受け止め、解決に向けて共に歩む民生児童委員は大切な存在。しかし、委員自身も被災者です。精神的なケアに加え、他の専門職との役割分担が必要です。

本会では、全国民生委員児童委員連合会の呼び掛けに賛同し、被災地の民生児童委員を支援するための義援金を都内各民児協にお願いしました。おかげさまで全ての区市町村から総額1千135万9千円余りもの浄財が集められました。

ご協力いただき、誠にありがとうございました。

被災地復興に向けた義援金の呼び掛け

一方本会では、被災地の住民への支援を目的とした義援金募集にも取り組んでいます。募集のためのポスターやチラシを作成しましたので、地域のイベントなどで寄付を呼び掛ける際に、ご活用ください。府中市や狛江市などでは、民生児童委員のPRと合わせて、街頭で義援金を呼び掛けました。

この義援金は本会内に配分委員会を設け、適切に被災地へ届けます。募集期間は11月末日まで。引き続き、ご協力をお願いします。

義援金募集ポスター

震災直後の安否確認と住民への支援活動

発災後、都内の民生児童委員がどう動いたか。その一端が活動記録の集計結果から垣間見えます。

多くの地区で安否確認等の活動が行われた結果、3月の「訪問・連絡活動」が前年同月より7万件も激増したのです。訪問時に、地域の計画停電情報の周知や、買い占めにより生活必需品を入手できない住民への支援をした委員もいたそうです。こうした生活に密着した活動は、住民にとって、きっと心強く感じられたことでしょう。

不安の少ない避難生活に向けて ～避難住民への個別支援と交流

被災地から各地へ避難された住民への支援として、都内でも公営住宅などに移られた避難住民を訪問して、生活上の困り事などを直接聴き、必要に応じて対応をしています。例えば、葛飾区からは、社会福祉協議会の緊急小口資金の申請用紙を届けたり、介護が必要な方のおむつを求めて、役所や関係機関を奔走したりしたといった活動が報告されています。

一方で、避難住民のための交流会を催した地区もありました。国立市では「励ます会」と称して食事会を実施。避難生活によって何度も小学校を転校している親子や妊婦の方の悩みなどを聴くことができたそうです。

また千代田区では、区内ホテルで避難生活を送っている方々の心のケアのため、ホテル2階にサロンを設置。6月末までの毎日、委員2名ずつがこのサロンで被災者の気持ちに寄り添いお話を聴くことで、精神的な支えとなりました。

節電による熱中症に注意！ ～地域で見守りを

震災による原発事故の影響で、今夏、首都圏で深刻な電力不足が予想されており、停電を回避するために節電への取り組みが呼び掛けられています。

しかし、節電を意識するあまり、冷房の使用を控え、健康を害することになっては本末転倒です。特に高齢者や障がい者、乳幼児などは熱中症の危険性が高く、重点的に予防や対策を呼び掛ける必要があります。もちろん、猛暑の中で活動することもある民生児童委員も予防を心掛けたいもの。小まめな水分・塩分補給の他、適度な冷房機器の利用が奨励されています。

また、万一、計画停電が実施される場合は、時間帯や停電範囲など正確な情報を入手し、住民に漏れなく提供することも重要になります。正しい知識と情報で安全・安心に生活できるよう、力を合わせてこの夏を乗り切りましょう。

地域で呼び掛けたい熱中症対策Ⅰ　（予防編）

協力して熱中症予防を呼び掛け合おう！

一人ひとりの周囲への気配りで熱中症は防げます。

熱中症患者の約半数は高齢者。重点的に注意を！

喉の渇きを感じなくても小まめに水分補給する、休息する、エアコン等で温度調節するなどを呼び掛けましょう。

節電を意識しすぎないように注意しよう！

気温や湿度が高い日は、決して無理な節電はせず、適度にエアコン・扇風機を使いましょう。

地域で呼び掛けたい熱中症対策Ⅱ　（応急処置編）

① 涼しい場所へ避難　② 体を冷やす　③ 水分・塩分補給

（厚生労働省「熱中症予防リーフレット」をもとに作成）

共に支える

～神楽家と地域の絆～

人生は、山あり谷あり。うまくいくこともあれば、問題が起こり、悩み、立ちすくむこともあります。
神楽家と地域の人たちの、人生のひと場面を通して、関係機関・団体と民生児童委員が重層的に支える姿を追っていきます。

【第一話】乳幼児を持つ母親を支える

【神楽家】
夫・民夫（33歳・会社員）
妻・鳩子（32歳・専業主婦）

他県出身の二人は、民夫の転勤で、一年前に東京都に引っ越してきました。近隣に知り合いはなく、互いの両親ともに、他県在住です。
一カ月前に、娘・ナナが生まれました。鳩子は、初めての子育てに不安を抱えながら、奮闘する毎日を送っています。

夕食の買い物をしているときのことです。ベビーカーで寝ていたナナが目を覚まし、泣き出してしまいました。早く買い物を済ませようと急ぐ鳩子に、そばにいた女性が「最近の若い母親は、すぐにベビーカーに乗せて。抱っこしてもらえなくてかわいそうね」とナナに話し掛けました。鳩子はとても悲しい気持ちになり、外出がしづらくなりました。

「最近の若い母親は」と、批判的な言葉を耳にします。では「昔の若い母親」と比べて、何が違うのでしょうか。

家族形態、地域住民のつながり、遊び場、社会支援、情報、子育て関連商品、働き方。どれをとっても、時代とともに大きく変化してきています。

しかし、わが子を産み、抱きしめ、子育てに奮闘する姿は、今も昔も、変わりないのではないでしょうか。

「現代の子育て」に向き合う親たちを応援している取り組みを、ご紹介します。

関係機関・団体

子ども家庭支援センター

18歳未満のお子さんや子育て家庭のあらゆる相談に応じるほか、ショートステイや一時預かり等の在宅サービスの提供、サークル支援・ボランティア育成等を行っています。

現在、東京都では全区市町村（一部島しょを除く）に、先駆型の子ども家庭支援センターが設置（※1）されており、「虐待」の疑い（※2）も含めたさまざまな子どもに関する心配事を相談できる、力強い連携相手です。

（※1）複数のセンターが設置されている地域には、従来型もあります。名称も地域によって異なりますので、ご確認ください。
（※2）虐待の通報は、児童相談所でも構いません。

地元のセンターの取り組みを確認しましょう！

＜遊びの広場＞
友達と過ごす楽しい時間。身体測定では、成長を共に喜び合います。

＜個別相談＞
気軽に子育ての相談ができます。

＜子育てに関する講座の開催＞
他のママたちと学びながら、知り合うチャンスにも。

民生委員 児童委員

【新宿区落合地区民児協】地域で子どもを真ん中に！

地域住民同士が集う「落合三世代交流サロン」が、平成21年4月に児童館の2階に、オープンしました。「地域で子どもを真ん中に、世代を超えて集い交流し、地域の井戸端として活用する」ことを目的としたこの事業、関係機関ではなく、地域住民たちの手で進めているのが特徴です。

サロンの広いスペースでは、月曜日から土曜日まで、自由に過ごすことができ、小さなお子さん連れも気軽に立ち寄れる工夫が満載です。授乳スペース、おもちゃ類の常備、麦茶の無料サービス、お弁当の持ち込み可、子ども服のリサイクルコーナーも。季節のイベントが催されたり、土曜日にはミニスタジオを使って近隣の大学生によるラジオ放送もあります。

誰もが主役で、誰もがほっとできるサロン。初めて立ち寄った赤ちゃん連れのお母さんにも、気軽に地域の人が声を掛けます。「地域のみんなで子育てを応援する、そんな温かさがあります」と、民生児童委員さんがほほ笑みます。

「あら、それ楽しそうね。おばちゃんにも見せて」

夏の水遊びは大盛況。お友達と遊ぶのって楽しいね！

【小金井市民児協】いつでもご相談ください！

小金井市で発行している子育てに関する総合冊子「のびのびこがねいっ子」。母子健康手帳と一緒に配布するほか、市報でも呼び掛け、必要な方に役所や子ども家庭支援センターで配布しています。

この中に、民生児童委員についてのページがあります。「子育てのほんのささいな悩みも相談できますので、何か育児で分からないことがあったり、子どものことで学校には言いにくいけれど…というようなことがあったら、まずは、その地域の担当委員の方へ気軽に連絡してみてください」と、子育て家庭に呼び掛けています。

子育て家庭には、必ず1冊！公共の冊子に載る効果は大きい。

また、民生児童委員の「地区委員地域図」（裏面は各委員の連絡先）も母子健康手帳とともに配布してもらっています。これは、子育て支援部会発足当時、児童委員・主任児童委員の存在を知ってもらいたい、ひとりで子育てに悩まないで気軽に相談してほしい、そうした思いを込め、市役所に働き掛け、実現しました。

これらを通して、全子育て家庭に、身近な相談者として存在を広くアピールでき、また役所等と連携して活動していることも知ってもらえる効果が期待できます。

次回の予告

子育てサロンの存在を知り、思い切って参加したことで、地域に友達ができ、子育てが楽しくなった鳩子。ナナも、すくすくと成長していきました。

いよいよ小学校入学。しかし、新たな悩み事が…

都民連通信

去る5月19日、東京都庁にて開催された協議員総会において、平成22年度の事業報告・決算が承認されました。

ここでは、その事業の一部をご報告いたします。

平成22年度は、一斉改選にあたり、一期3年間のまとめの年となりました。同時に、地域の支え合いやつながりの重要性が改めて認識された年でもあります。夏には高齢者の所在不明問題が全国に波及し、民生児童委員の活動が注目されました。さらに、先の東日本大震災を受け、「これまで以上に安否確認や見守りを意識するようになった」との委員の声も聞かれます。

都民連では、それぞれの地域で実情に合わせた取り組みがすすめられるよう、研修や民児協支援の充実に努めました。

改選期新任民生児童委員研修

12月の一斉改選では、2020名の新任委員が委嘱されました。一人当たり3日間の新任研修。改選時は、新たな試みとして一日目を大規模研修として実施しました。区部は約1300名、市部は約700名が一堂に会し、多くの仲間がいる安心や活動に対する意欲を持ってもらうことができました。

民生児童委員メンタルヘルス研修（新規事業）

福祉ニーズが複雑化し、活動も多様化している民生児童委員活動において、活動上のストレスを抱え込まないために、燃え尽きの症状やその予防について、1200名を対象に講師の先生よりお話しいただきました。「困難事例に出合い、心身ともに疲れ切ってしまうこともあったので、とても参考になった」と受講者からも好評でした。

民生児童委員普及・啓発事業（新規事業）

昨年度はキャッチフレーズの募集に加え、のぼり旗やリーフレット、PR事例集を作成・配布しました。「共同募金の駅頭活動で、のぼり旗を立てた」「リーフレットを渡し、子育て中の母親と交流できた」など、多くの地区で活用いただいています。

また、東京都段階のイベントとして、11月開催の「介護のコト体験フェア」にて、民生児童委員の紹介コーナーを出展しPRしました。

互助事業

「全国民生委員互助事業取扱要領」に基づき、給付を行いました。

退任慰労記念品は一斉改選時より選択制となり、盾またはクリスタル時計をお贈りしています。

互助事業は皆さんの会費で運営されています。民生委員手帳等をご参照の上、該当事項のある方はご地元の民児協事務局へご連絡ください。

※都民連では、この他にも多くの事業を実施しています。詳細につきましては、別紙をご覧下さい。

平成22年度互助給付実績

項目	件数
公務死亡・傷病	12
一般死亡	19
配偶者死亡	70
一般傷病	166
災害	6
退任慰労	2,262
合計	2,535

愛称募集

東京都民生委員・児童委員イメージキャラクターに名前をつけてください。都内在住・在勤であれば、どなたでも応募できます。

【募集期間】 平成23年5月1日～10月30日（消印有効）

【応募方法】 都民連ホームページまたはハガキをご利用ください。

【記載必要事項】 ①愛称 ②簡単な理由 ③氏名（ふりがな） ④性別 ⑤年齢 ⑥職業（学校名・学年） ⑦住所 ⑧電話番号 ⑨採用時の氏名・居住区市町村名の公表の可否

※ご不明な点は都民連事務局までお問い合わせください。（巻末参照）

このコーナーは、きらりと輝く人生を送る委員を紹介する新コーナーです。
お仲間の委員をぜひご紹介ください。

きらり☆この人

立川市第5地区民児協会長
中野　幸江さん

モノレールの駅を降りると街道沿いには、古くからの農家が軒を構え、ウドの名産地の看板が目に飛び込んできた。目指す幸町の目印となる交番の前に立っていたのは、エプロン姿の中野さん。気さくな笑顔で出迎えてくれた。

（紹介者：田所委員）

幸町（さいわいちょう）の幸せとんぼ

「これ、何だか分かる？」と差し出された手には、茶色の乾燥した実。「あの薄紫の花が咲く木になるの。せんだんの実よ」。三世代で暮らす幸江さんのお宅の庭は、季節の草木で彩られています。垣根のないその庭から、幸江さんは道行く人によく声を掛け、あいさつの輪を広げています。

幸江さんが委嘱を受けたのは昭和58年。現在担当地区には当時の数倍となる100人を超えるひとり暮らし高齢者がいますが、声を掛け合い、長く付き合ってきた今では、後ろ姿でも誰が歩いているか分かるようになりました。追い付いて様子を伺う毎日です。

そんな幸江さんが会長を務める第5地区の絆の証が、胸に光る「幸せとんぼ」です。近所の高齢者が身につけていたひも細工のとんぼの作り方を教わり、地区の委員に広めました。みんなで手作りをして互いに持ち合う他、訪問調査や募金、バザーにご協力いただいた住民へのお礼としても渡しています。

優しさを編みこんだとんぼは、仲間へ、そして地域へと、幸せをつなぐ贈り物です。

東社協コーナー

退院後、行き場を見つけづらい高齢者への支援の構築に向けて
～報告書を発行

東社協では、平成22年8月より、プロジェクトを設置し、「退院後、行き場を見つけづらい高齢者への支援の構築」に向けて検討しています。6月に、同プロジェクトで実施した調査結果や提言を掲載した調査報告書を発行しました。今回はその一部をご紹介します。

実態調査は、11月に、都内の病院、地域包括支援センター、居宅介護支援事業所を対象に行いました。

退院後の高齢者が「行き場を見つけづらい要因」として、最も多くみられたのは「家族の介護力」で、次いで「認知症・精神疾患」「経済状況」「本人の※ADL」「疾病の状況」と続いています。注目すべきは、これらの要因が平均3つ以上重なり合っている点です。つまり、家族や経済状況などの社会的問題、本人の疾病や身体状況などが複雑に絡み合って行き場を見つけづらくしています。このことは、大都市東京における世帯構成や住環境などとも関係していると思われます。

また、退院後の支援のために「在宅生活が可能かどうかについて医療サイドと福祉サイドの捉え方が違う」ことが課題となっています。一方で、自由記述では「互いの領域に対する理解は必要」という意見も多く、病院と地域がチームとなり、在宅生活の可能性を捉えていく仕組みが必要です。

そして、受け皿づくりも重要です。「必要性があっても十分に利用できない居宅サービス」として最も多くあげられたのは「ショートステイ」で、緊急時の対応が期待できないことが課題と指摘されています。また、退院直後に一時的にサービスを増やすことができるような柔軟な仕組みや「常時見守りが必要」なケースに対応できる居宅サービスのあり方も問われています。

平成24年度は介護報酬と診療報酬の同時改定の時期に当たります。東社協では、今後も、行き場を見つけづらい高齢者の支援の構築のために検討を重ねていきます。

お問合わせ：東社協
TEL：03-3268-7171

※ ADL = Activities of Daily Living（日常生活動作）

活動記録
あれこれ

～通知の受け取り・発送の記入の仕方～

民児協や関係機関から、さまざまな通知や行事の案内を受け取ることが多いですね。回数が多いことから、その都度、記入することはご負担かもしれませんが、できるだけ活動の実態として、記録に反映させましょう！
間違いやすい内容を、以下にまとめましたので、確認してみてください。

日・曜日	活動概要	その他の活動件数	連絡調整	
		民児協運営・研修（4）	委員相互（9）	その他の関係機関（10）
7（木）	民児協の定例会の開催通知が郵送で届き、受け取った。その後、議題の参考資料を会長に郵送した。		T	
8（金）	地区の小学校・中学校から、それぞれ運動会開催の案内が郵送で届き、受け取った。			T
19（火）	所属する高齢福祉部会の開催通知を作成し、部会員に発送した。	—		
20（水）	定例会に出席した。その中で子ども家庭支援センターよりチラシ、会長より自主サロンの予定表等が配布された。	—		

通知を受け取った場合は、「連絡調整」に記入します。
定例会は民児協会長が招集するものなので、行政（民児協事務局）が通知の発送を代行していても、「委員相互（9）」に記入します。

小学校、中学校、それぞれ１件と数えます。

定例会や部会の開催通知を発送した場合は、「連絡調整」には記入しません。
運営に伴う準備として、「民児協運営・研修（4）」に記入します。

定例会や部会で、通知や案内を受け取った場合は、「連絡調整」には記入しません。
定例会や部会の出席として「民児協運営・研修（4）」に記入します。

編集後記

23年夏号として、第47巻１号をお届けします。新コーナー「東京散歩」「共に支える」を設けました。初めてカラー化された都民連だよりはいかがでしょうか。

日ごろの活動にも通ずる「絆」や「支える」という言葉の重みを受け止めている昨今です。思わず手に取りたくなるような紙面を目指してまいります。

大島　志づ江

編集委員

桜井　慧雄（港　　区）
大島志づ江（北　　区）
古賀　昭弘（世田谷区）
牧田　勝夫（中 野 区）
細川　幸子（墨 田 区）
青山　豊子（町 田 市）
小林　邑子（武蔵野市）
酒井　治子（東村山市）
田所　佳洋（立 川 市）

編集協力

市東　和子（都民連副会長：広報担当）

発行
東京都民生児童委員連合会
〒162-0823
新宿区神楽河岸 1-1
セントラルプラザ４階

TEL：03(3235)1163
FAX：03(3235)1169
E-mail：tominren@u01.gate01.com
年４回発行
印刷：株式会社サンワ

カンタン！おまかせレシピ

なすキムチ

1. なすを食べやすい大きさに切ります。
2. フライパンにごま油をひいて炒めます。
3. なすが冷めたらキムチをあえて、お好みでしょうゆとうま味調味料を加え、青ねぎを添えたら出来上がり！

冷蔵庫で冷やしても、さらにさっぱりして食べやすいですよ!!