

隠岐の島町民生委員・児童委員協議会だより Vol43



ほほえみ

発行 隠岐の島町民生児童委員協議会
事務局 隠岐の島町役場 保健福祉課 地域福祉係内
〇お住まいの地域の民生委員・児童委員が不明の場合は役場保健福祉課までお問い合わせ下さい。
電話 (08512) 2-8561

見守る人・見守られる人・自立の人

会長 堤 章

令和7年、隠岐の島町は新しい年を穏やかに迎えています。そして隠岐の島町民生児童委員協議会は、今年12月に一斉改選を迎えます。今年、民生委員制度創設一〇八年目になります。創設当初は地域の貧民や低所得者の救済など、奉仕意識の高い社会福祉活動が始まりました。現在では地域の人たちと民生委員・児童委員は同じ町民として共に生きる地域共生社会を目指しています。私達民生委員・児童委員は地域の相談支援の窓口になっていますが、その責任は委員一人一人のみが担うものではなく、地域住民や関係機関を巻き込んで共に取り組んでいくことが重要となります。

近年、重層的な見守りが進められています。警察、消防、新聞配達員、ヤクルト販売員等の関係機関や民間事業者との連携で、地域住民の日常の暮らしの変化や小さな気付きを見守り情報として集めて、それを共有し活用する仕組み作りが有効です。見守る人・見守られる人という二極的な形ではなく、お互いがお互いのことを気にかける

地域の民生児童委員は 地域の身近な相談相手・専門機関への つなぎ役です

る地域であることが大切だと、皆様も日頃の活動で感じておられると思います。

国の人口推計によると、令和7年は団塊の世代全員が75歳以上の後期高齢者となり、超高齢社会が加速すると言われています。また、今後さらに要介護者が多くなることが予想されています。そして他方では、保健福祉施設・医療機関の従事者不足が大きな課題となっています。民生委員・児童委員は行政への繋ぎ役ですが、保健福祉施設・医療機関への負担軽減のために、見守り活動を通して介護予防や日々の自立生活支援についての啓発活動も重要になってきます。勿論、民生委員児童委員の皆様も、毎日の良好な生活習慣の維持(定期的な運動や適正な睡眠等)に心掛け、免疫力を高めましょう。人の体に誕生時から備わっている免疫細胞を活性化させることで、体内の各器官から分泌されるホルモン等が病んでいる身体を健康な身体に戻すと言われています。見守る人も見守られる人も共に健康な日々を過ごしましょう。



西郷地区部会の活動報告

活動内容を報告します

西町8〜11区担当

高村 絹代

西郷地区部会は、男女十五名で構成されています。任期は一期三年であり、再任は妨げられません。会には理事二名が選ばれ、会の運営に当たります。年に数回、勉強会・研修会を計画し、会員同士の意見交換・情報交換に努めています。

「民生委員って何?」「何の仕事?」と疑問に思っている方も多いと思います。実際、受けた当初は私もそう思っていました。そこで、微力ですが、民生委員の活動の一つ「安否確認」を紹介しようと思います。地区内の独居・高齢者・具合の悪そうな方のお宅を訪問し、安全に生活が出来ているかなどを確認する活動です。玄関で声掛けすると待ってられたように話が弾み、つい長居をすることがあります。「最近買ひ物がおつくうだ」「膝が痛くてね」「小包の宛名を書いて」等々。身近な話題の中に生活の一部が見えてきます。聞いて貰えて安心したわ、との言葉に、自分も地域の役に立っているとやりがいを感じる一瞬です。お世話をするのはなく、共に元気で地域で暮らしていく為に必要な民生委員活動と思っています。勿論、知り得た情報は決して漏らさず、プライバシーの尊重、保護に努めます。情報の中には放っておけない事例もあり、役場・社協に連絡を取る場

合などありますが、民生委員個人で解決することとは無く、関係各所に繋ぎ、情報提供する役目と解釈しています。

「わが町わがところが良くなれば自分も幸せ」との意識で、日々人との関わりを大切に活動しています。



五箇地区部会の活動報告

地域連携と関係機関との協力

福浦・長尾田地区担当

藤田 元春

五箇地区部会は、那久路、小路、郡、山田、苗代田、南方、北方、福浦・長尾田、代、久見・向ヶ丘、各地区1名と主任児童委員1名の計11名で構成されています。現在、代地区の民生児童委員が欠員となっていますが、主任児童委員が代地区の方なので、活動に大きな支障は出ていません。定例会議は、奇数月(年6回)の第3火曜日にを行っています。五箇地区は地域連絡会(ケア会議)が毎月第3火曜日の午後4時から行われるため、我々民生児童委員の定例会もそれに合わせて

行っています。地域連絡会(ケア会議)には2名の委員が交代で参加しています。

定例会では、各地区の委員から日頃の活動についての報告があり、情報の共有、交換を行っています。また、5月と7月には五箇小学校長、五箇中学校長及び駐在所の警察官を招いて、小中学校の状況について、また各地区での困りごと等の問題について情報交換を行っています。

私の担当する福浦・長尾田地区には、福浦地区が19世帯・42名、長尾田地区が6世帯・8名の方が住んでおられます。特に長尾田地区はすべての住民の方が65歳以上であり、御夫婦2人の世帯が2軒、あとは70歳代の独居男性宅が3軒、90歳の独居女性宅が1軒です。

私の住んでいる地区とは離れているために、区長にお願いして見守りをしてもらっています。今後も地元の方と協力して活動をしていきます。

地域の民生委員・児童委員は

地域において福祉サービスを必要としている人々からの相談を受けて、福祉制度の案内や、必要があれば関係機関に連絡するなど、町民の皆様の生活をサポートする相談・支援のボランティアです。

担当地域において、高齢者や障がいのある方の安否確認や見守り、子ども達への声かけなどを行っています。

全員研修会を開催しました

12月5日(木)に、役場町民ホールで隠岐の島町民生児童委員協議会研修会を開催し、41名の参加がありました。今年度のテーマは『ゲートキーパー養成研修』でした。「ゲートキーパー」とは、自死の危険を示すサインに気づき、適切な対応(悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る)を図ることが出来る人のこと、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。研修等で誰でもなることができるもので、講義やロールプレイ(問題解決のために実際の場面を想定し、参加者が役割を演じる学習方法)を通して、相談を受けた時の声かけのポイントや、周囲の人のいつもと違うサインに気付いたときどう行動するかなど、具体的に学びました。

開催後のアンケートでは、「傾聴、共感することが大切と思った」「身近な人に接するときの参考になった」等の感想のほか、民生児童委員としては何ができるか、どこまで関われるかといったより具体的な事例や対応方法を求める声もありました。

厚生労働省のホームページには「ゲートキーパー養成研修用動画」や「ゲートキーパー養成研修用テキスト」等分かりやすい資料が多数掲載されていますのでぜひご覧ください。

R6.12.5 全員研修会

～ゲートキーパー研修の様子～



講義:最近のこころの病気の動向や自死の現状、「うつ」についての基礎知識や支援方法について学びました。



ロールプレイ:「こころのサインに気付いた時」の良い対応について、役割を交代しながらシナリオを読んで模擬体験しました。

厚生労働省の特設サイトです

まもろうよこころ

- 困った時の相談方法・窓口
- 自殺対策の今
- ゲートキーパーになろう
- こころを落ち着けるための Web サイト
- 広げてみよう 支え合い
- …などの情報が集約されています
- SNS やチャットで相談できるサイトも

ゲートキーパーの役割

- 1 **気づく** 悩みを抱えている、体調の悪そうな様子がある。
- 2 **声掛け** 勇気を出して声をかけてみてください。
- 3 **傾聴** しっかりと話を聴きましょう。
- 4 **つなぐ** 必要な情報を伝えて、適切な相談機関につなげましょう。
- 5 **見守り** これからも相談にのることを伝えましょう。

隠岐の島町功労者表彰

去る12月1日(日)、隠岐島文化会館大ホールにて、本町が誕生して20周年となることを記念して、「隠岐の島町町政20周年記念式典」が開催されました。その中で各種功労者表彰が行われ、多年、地域福祉向上に尽力されたとして次の方が表彰を受けました。心よりお祝い申し上げます。

《保健・福祉・医療功労者表彰》(敬称略)

- 堤 章 民生児童委員 17年
- 須藤 富江 民生児童委員 20年



「隠岐の島町町政20周年記念誌」
ぜひご覧ください



出典：隠岐の島町ホームページ

『「民生委員・児童委員」の魅力に迫る』(新聞折込み)

「Biz Life style (ビズスタ) 特別版」

民生委員・児童委員活動の基本情報の紹介とともに、
やりがい・魅力に迫る内容となっています。



出典：全国民生児童委員協議会

事務局より

早いもので、年度末が近づいてきたのを感じます。長引く寒波に苦慮した2月、雪消月(ゆきぎえづき・ゆきげづき)という別名もあるようですが、降り納めの雪はいつになるのか、待ち遠しいものです。

さて、今年度は、令和元年度以降休刊していた隠岐の島町民生児童委員協議会広報「ほほえみ」を再開することができ、事務局としても大変うれしく思っています。今号は9月号に続いての発行で、各地区部会の様子や研修会の模様をお伝えしました。民生児童委員の活動を少しでも多くの方に知っていただき、身近に感じていただければと思います。

そして、今年12月の一斉改選(3年ごと(一度)に向け、今後さらに活動内容をPRしていきたいと思っています。「ほほえみ」の感想や、こんな記事を載せて欲しいというご要望・ご提案がありましたら、ぜひ事務局までお寄せください。

●編集委員●

- 佐々木貴美枝 眞野秀雄 堤 文子
- 若林富治 岡島美和子 大上峯子
- 半田恵美子 山下光磨 常角 敏