“過去の私”から“未来の皆様”へ

令和３年度狭山市社会福祉協議会
医療アドバイザー
医療法人　安斎医院
院長　**安齋 博雅　先生**

新年あけましておめでとうございます。この一年はどんな年になるのでしょう。実はこの記事を書いているのは2021年12月中旬で、新型コロナウイルスのオミクロン株が国内で30名ほど確認されている時期です。韓国やイギリスでは感染者数が過去最高となっていますが、日本の拡大は抑えられていて、日常としては“穏やかなクリスマス前”といった雰囲気です。さて、皆様にこの記事が発行されるのは2022年1月上旬です。どんな状況になっているのでしょう。2週間でCOVID19の流行状況は一変しますので、国外の状況を目の当たりにすると、“過去”にいる私にはまったく予想が付きません。そんな“過去の私”から“未来の皆様”へ何かをお伝えするのは非常に難しいのですが、この冬の乗り越え方で“更なる未来”が決まってくると感じています。感染確認者の数が増えたとしても、重症者数や死亡者数の増加が抑えられるような統計が出れば、新型コロナウイルスの「立ち位置」も変わるかもしれません。一方で、死亡者数や重症者数が増えれば、これまで以上に警戒を強める必要があり、まだまだトンネルは長くなりそうです。ワクチン接種により状況が好転した印象はあるものの、目まぐるしく変化するウイルスとの鍔迫り合いはまだ続きそうです。

早い方ですと2022年２月からワクチン３回目も開始されます。「もういいや」と感じている方も少なくないようですが、感染状況や正確な情報を元に接種を検討してください。また、自身の感染リスクが高くならないように「自己防疫」を継続しましょう。「マスク着用」「３密回避」は、まだまだ必要ですね。

この記事を見たときに、私自身がどんな状況になっているか？2021年８月のように自宅療養者の方々へ酸素を運搬しているか？それとも、いつもと変わらない診療を行っているか？実に興味深いです。（写真は一年前に撮影された「途方に暮れている私」です）

2022年こそ皆様や社会全体にとって明るい年になるよう、2021年12月に記事を書いている“過去の私”は強く願っております。

お問合せは　狭山市社会福祉協議会　生活支援コーディネーターまで

社会福祉法人
狭山市社会福祉協議会
Facebookでは狭山市で行われている活動を紹介しています！
Facebook
http://www.facebook.com/sayama.shakyo/

〒350-1305　狭山市入間川2-4-13
狭山市社会福祉会館内
TEL.04(2954)0294　FAX.04(2954)4343
E-mail daihyou@sayama-shakyou.or.jp
HP http://www.sayama-shakyou.or.jp

アマビエこころちゃん

13号
さやま生活支援コーディネーターニュース
発行　狭山市社会福祉協議会
発行日　２０２２年１月１３日

コロナ禍の地域福祉活動の様子をみなさんにお知らせします

第2層協議体情報交換会を開催しました！

昨年度はコロナ禍で活動自体を模索し、開催できなかった「第2層活動の情報交換会」を今年度はZoomで実施できました。

コロナ禍で地域に出現している問題を洗い出し、住民主体で安心してできる活動を見出し、丁寧に協議しながら動いてきた経過や効果など、うまくいかなかったことも含めて発表しました。内容はコロナ禍での高齢者を中心とした地域の変化や、第2層協議体として何を話し合ってどう動いたか等です。発表からは、まず正しくコロナを理解しようとしたこと、高齢者の孤立が地域活動が止まるとすぐに始まったこと、専門職との連携はより必要だと感じたこと、徐々に動けるようになってきたことなど知ることができました。

他のエリアの工夫や苦労話に大きくうなずいて共感したり、感心しながらヒントを得たり、有意義な充実の機会でした。コロナ禍でなければじかに会ってもっと話を深めていきたいところですが、それでも「久しぶりに他のエリアの話を聴けて勇気が湧いた」「もっとできることがあるなあと実感した」等、定期的な交流が必要なことを再認識しました。

←情報交換会Zoom画面

←サテライト会場で参加した「まちの縁側推進PJ水富」

～高校生Yumeプロジェクト～オトナも感動の「中間発表会」でした！

⇅狭山モータースクールで行われた中間発表会

地域のオトナが高校生の夢をかなえるために応援する企画「高校生Yumeプロジェクト」が今年度から動き出しています。コロナ禍で思うように活動できず歯がゆい思いもありますが、高校生のアイデアやパワーはアツくいつも驚かされています。

中間発表では「狭山の映画をつくろう」「アウトドアで狭山を楽しむ」「ゲームでつながろう」「地域のベンチを作ろう」の4つのプロジェクトについて発表がありました。

発表を通して感動したのは、高校生たちが地域のオトナと繋がりながら夢をかなえていく過程で「暮らす地域」「通う地域」「自分たちが見守られていること」「地域の人たちのために何かできないか」など地域をどんどん意識し始めてくれることでした。夢を原動力にして活動する若さに私たちオトナも同じようにワクワクします。世代を超えて夢を語り、共に走り出せています。

狭山という地域にたっぷりの愛着を持ってくれる頼もしい若者たちがこのまちにはたくさんいます！我がまち狭山、いいぞ！

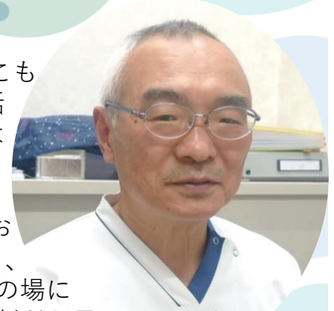
狭山市生活支援コーディネーター事業　令和3年度地域福祉フォーラム　開催
「こんなこと聞いていいのかなぁ･･･の医療の話」～大丈夫！安齋先生にきいてみよう～

ずっと気になってたけど今さら聞きにくい、お医者さんの前では緊張して聞けない、など、どこかに引っかかったままのちょっとした病気や病院、お薬の疑問、ありませんか？この際だから、聞いてみてすっきりしましょう！

日　　時：２月9日（水）１９時～２０時３０分
参加方法：オンライン（Zoom）
内　　容：医療に関する皆さんの質問にどんなことでもお答えします
講　　師：安齋博雅先生（医療法人　安斎医院院長）
　　※狭山市社会福祉協議会医療アドバイザー
申 込 み ：２月７日までに、社会福祉協議会へ（電話、メールにて受付）
そ の 他 ：コロナウイルス感染状況により、延期や内容の変更の場合もあります

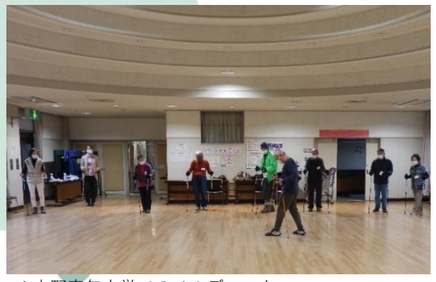
「狭・愛・人」 ～狭山を支える地域活動者の声をお届けします～

いりそ支え合いたっち　大久保　昭造さん



コロナでサロン等の地域の居場所の中止が続いたり、自粛生活で家にこもりがちになったりと、地域の方の心身の元気がなくなっているという話がたっちで度々あがりました。コロナ禍でも安全に屋外でできることはないかとの思いで始まったのが、「たっち・ノルディックウォーク」です。今は毎月第2土曜に水野公民館を拠点として活動をしています。

運動をして健康を増進することももちろんですが、参加しながら皆でお話したり、そこで相談ごと等をキャッチして必要なところにつないだり、情報を交換したりする地域の交流の場になることも、この活動の大切な役割だと思っています。



↑水野実年大学でのノルディック

今は1か所で開催していますが、もっと身近な自治会などの単位で開催できれば、遠くて来られないというような人を取りこぼさず、多くの方に参加してもらえると思います。今後は今たっちに参加してくれている人たちが、自分が住んでいる地区でもノルディックをはじめ、地域のより身近な居場所としてノルディックの輪が入曽地区で拡がっていければと思っています。

柏原きのえね坂の家　有村　純子さん

柏原地区の主任児童委員をしています。まずは地域の子どもや親御さんと顔見知りになることからスタートできるよう、きのえね坂の家や子育て広場、地域子ども教室などで活動をしています。

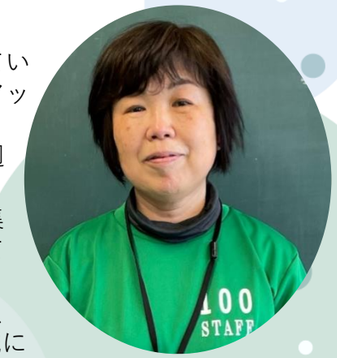
自分が子育てをしているときはいっぱいいっぱいの状況でした。今は手が離れたので、地域の子どもたちの健やかな成長や子育てを応援できればと思っています。

コロナ禍でのジレンマはありますが今だからこそ子どもたちに柏原でしかできない体験をしてほしいです。

↑ハロウィンでの工作の様子

柏原っていいところだよね、と成長したときに思い返してくれるような地域にしたいですね。世代間みんなで一緒に楽しんだ経験は、ずっと残り続けると思います。常設拠点の「きのえね坂の家」も、イベント時以外でも世代関係なく誰もがふらっと気軽に立ち寄れる場所となることを目指しています。

奥富地区支え合いネットワーク会議　中里　豊子さん



奥富地区支え合いネットワーク会議のいきいき百歳体操で活動しています。昨年サポーター養成講座を受講したので、今年は更にパワーアップして活動に臨めると思っています。

参加者の様子を見ていると、体操自体の効果はもちろんですが、週に1度決まった時間に外出すること、顔を合わせて会話をすることが健康の秘訣になっていると感じます。気兼ねなく、明るく過ごせる集いの場を細々とでも長く続けていきたいです。

↑いきいき百歳体操

私たちも年を重ねていくので、もっと多くの方・若い方へ地域にアンテナを張ってもらえるようなきっかけづくりができたらと思います。我が行く道として、人生の先輩方に教わることは多いです。自分では解決できないことも、仲間がいれば繋ぐこともできます。皆で気にかけあえる地域になればいいな、と思います。

各地区で様々な活動が進んでいます！

おたがいさま♡ふじみ

↑くつろぎの場の様子

コロナ禍で活動停止していた「くつろぎの場」ですが、11月より感染症対策を万全にして再開しています。1月には屋外でできる企画としてノルディックウォーク体験を予定しています。

また、富士見地区では、以前おたがいさま♡ふじみが配った暑中見舞いハガキを大切に保存していてくださる方や、チラシを見て連絡してくださる方もいらっしゃり、おたがいさま♡ふじみの地道な普及活動が実を結んだように思います。

みま～も狭山台

コロナ禍でやむなく活動停止していた「男の居場所」ですが、元気プラザで再開すべく用意を進めています。12月16日（木）には新たに住民による手作りの麻雀卓を置いて感染症対策が万全に取れるかの確認をしました。麻雀、囲碁などの楽しめるゲームがあると男性も立ち寄りやすくなるのではないでしょうか。

「男の居場所」は、男性が外に出る機会を作ろうと始まったもので、「孤立するひとのない街に！」という目標のもと毎月第2・4木曜日午前中に元気プラザで開催しています。

↑Yumeプロジェクト高校生とまちの縁側推進PJメンバー

まちの縁側推進プロジェクト水富

まちの縁側推進プロジェクトでは、縁側ベンチを通じて人と人との気軽なつながりづくりを進めています。

昨年は高校生Yumeプロジェクトの高校生と、水富地域をまわる実地研修を行いました。両プロジェクトが世代間で交流することで、経験×発想＝化学反応が起き「狭山をもっとよくしたい」の思い溢れる意見交換となりました。

連携は新たな共感を生みました。2022年は地域の皆さんや各団体がエールを送り合い、さらなるつながりの1年にしていきます！

柏原きのえね坂の家

きのえね坂の家では、感染対策を十分にとったうえで、活動を止めず開催しています。

夏には、子ども縁日や宿題教室、秋にはハロウィン、冬にはイルミネーション、クリスマス会やしめ縄作りなど開催しました。1回の参加人数を減らして短時間開催とし、その代わり、何回も開催して多くの子ども達に楽しんでもらいました。企画も運営も当日スタッフもシニア世代が担当です。子ども達も、シニア世代も笑顔と元気と仲間ができていいことづくめの居場所です。

また、歌声サロン、ランチ会、野菜販売など通常メニューも最善の注意を払いながら開催しています。参加者の高齢女性が話してくれました。「ここが開いてるから寂しくない」「来ると誰かがいて、特にしゃべらなくてもいいんだよ」・・・。こんな場所が地域には必要ですね。

↑12月に開催した「しめ縄作り」で作ったしめ縄