

あなたの生きがいと元気を応援する

情報誌

南部ニルバーエリア

老人福祉 ふれあいタウン

第23号 平成11年12月1日発行



エリア利用者150万人達成 8/29

昭和63年7月のオープン以来、地域の皆さんをはじめ多くの方々に支えられ、11年目で達成することができました。150万人目となったのは稲川町にお住まいの千葉ヒデさん(63)。突然の知らせに驚かれたようでしたが、一緒にいらっしゃった娘さんや3人のお孫さんとお祝いのくす玉を割って150万人達成を喜んでくれました。千葉さんは、エリアについて「お年寄りだけではなく子どもと一緒に楽しめる場所」という印象を持っておられ、「これからも利用したい」とうれしい感想を述べてくれました。エリアは今後とも地域住民の交流の場として、福祉のモデル施設として、県民の豊かな社会生活に役立っていきたいと考えています。

千葉さんには記念品と花束が贈られました



もくじ

エリアってどんなところ？	②～③
すこやかレポート	④
エリアの元気レポート	⑤
あんなこと こんなこと	⑥～⑨
知ってお得なエリア情報	⑩～⑪
エリア 利用状況 ほか	⑫



チャレンジ・ザ・冬

陶芸
ハーブ
料理
押し花
絵付け

冬休みの体験学習や親子のふれあいに最適と好評をいただいている恒例の教室。今回は5つの教室を準備して、みなさんの参加をお待ちしております。

- 日時・イベント内容…
エリア企画指導課までお問い合わせ下さい。
- 場所…コミュニティセンター

Area 知ってお得な information エリア情報

第六期・第七期 水泳教室のご案内

- 一年中泳げるエリアのプールだからできる冬期間の水泳教室。体を鍛えてインフルエンザなんかぶっ飛ばしちゃえ！
- 開催期間…第6期：平成12年1月5日～2月4日
第7期：平成12年2月16日～3月17日
- 場所・問い合わせ先…屋内温水プール

クリスマス＆もちつき会

クリスマスと収穫祭とお正月を一度にやってしまうという贅沢なイベント。今年は谷京子さんとグループ「風」のみなさんによる「ミニ童謡と童話のつどい」を企画しています。ご家族そろっておいで下さい。参加費無料。

- 日時…平成11年12月23日(木)
午前10時から
- 会場…子どもと老人のふれあいセンター
- 問い合わせ先…子どもと老人のふれあいセンター

第十六回大野町 ちびっこ綱引きなわとび大会

- 大森町子ども会育成連合会が主催する正月行事。子どもたちが主役ですが、大人のジャンボなわとびや親子の混合つなひきなどもあります。寒さなか吹き飛ばしみんなで盛り上げよう。
- 日時…平成12年1月9日(日) 午前9時から
- 会場…大森町民体育館
- 問い合わせ先…子どもと老人のふれあいセンター

プール・レクリエーション

屋内温水プールでゲームをたのしもう！泳げる人も泳げない人も参加できる内容を企画しています。

- 開催日・時間…平成11年12月25日(土)
午前10時より
- 会場…屋内温水プール
- 対象…幼児・小学生
- 参加費…1人 600円

ミニ四駆大会'99 エリアシリーズ第四戦

- 年間を通じたシリーズ戦もあと2戦を残すのみ。今回からはジャンプも取り入れてエキサイティングなコースを設定します。速さだけじゃ勝てないっ！
- 開催日…平成12年1月16日(日)
- 会場…エリア屋内運動広場
- 対象…小・中学生
- 参加費…1人 300円
- 受付…当日午前9時より会場で受け付けます。
- レース開始…午前10時より

ミニユニギャラリー 展示 予定



アートフラワー展 Silver Christmas

大森町在住の黒沢今日子さんが主催するアートフラワー教室の作品展。クリスマス用の飾り付けとしてぜひ作ってみたい作品をたくさん展示します。

- 会場…コミュニティセンター
玄関ホール
- 会期…平成十一年十二月一日～二十八日

ワープロ作画展

横手市在住の三浦二郎さんによるワープロ作画展。六十四歳から始めて七年のワープロ歴ですが、「作画機能」を自由自在に駆使した技術は全国のワープロコンテストでも入選するほど。素晴らしい作品の数々をご覧ください。

- 会期…平成十二年一月六日～三十一日
- 会場…コミュニティセンター
玄関ホール

何でも相談室 からの



お知らせ

尿失禁に関する 悩みの相談

おしっこが我慢できなかつたり、知らないうちに出てしまう…おしっこが出にくかったり残っているような気がする…といった悩みについて相談を受け、あなたにあった解決方法を一緒に考えていきます。なかなか他の人には話にくいことではありますが、ひとりで悩まず気軽に相談ください。

福祉セミナー

中学・高校生で福祉に興味や関心のある方、親子や団体で介護の実習してみたい方を対象に福祉セミナーを企画しております。十二月二十二日（水）には、高校生を対象としたセミナーを計画していますので、興味のある方はご連絡下さい。

■連絡先…エリア診療リハビリセンター 保健婦 判田

☎0182(26)3869

ボランティア活動報告

(8/18~11/2)

活動日	個人・団体名
8月18日	大森町峠町松竹会のみなさん（4名）
8月24日	大森町川西婦人会松田支部のみなさん（4名）
8月27日	大森町八日町婦人会のみなさん（5名）
9月2日	佐藤理絵さん（湯沢市山田中学校1年）
9月3日	大森町五日町長寿会のみなさん（4名）
9月16日	大森町小詰沢部落会のみなさん（4名）
9月21日	大森町母子寡婦福祉会のみなさん（4名）
9月24日	大森町平野婦人会のみなさん（4名）
9月30日	大森婦人会のみなさん（4名）
10月1日	大森町袴形第2老人クラブのみなさん（4名）
10月7日	大森町八沢木東婦人会のみなさん（17名）
10月20日	白山小学校6年生のみなさん（19名）
10月20日	大森町八沢木西婦人会のみなさん（4名）
10月22日	大森町川西婦人会のみなさん（4名）
10月26日	大森町舟沢婦人会のみなさん（4名）
10月29日	大森町川西十日町支部婦人会のみなさん（6名）
11月2日	大森町八沢木東婦人会のみなさん（5名）

ありがとうございました。

活き活き学園からの あ・知・ら・せ

「語りを聞く会」

講師…吉田直也さん
演題…『ふるさとの木』

講師の吉田さんは秋田市の林務課長を経て、現在は「公園都市秋田市をつくる審議会委員」や「秋田市都市景観形成推進委員」を務める傍ら、私たちがいかに木や森と共存していくべきかを著した本を多数書かれています。人にはそれぞれ思い出に残る木があるはずですし、その多くはきっと「ふるさと＝秋田の木」のはずです。講演を通じて、私たちが住んでいる秋田のすばらしさを改めて感じる事ができれば幸いです。

■日時…平成12年1月21日(金)

午後1時30分～午後2時30分

■場所…コミュニティセンター視聴覚室
※活き活き学園生以外の方でも気軽にご参加下さい。

エリア利用状況

(4月～10月までの累計)

コミュニティーセンター

有 料 利 用	今年度	前年度	増 減
宿 泊 人	967	474	493
休 憩 人	13,444	13,250	194
会 議 室 等 時 間	199	88	111
テニスコート 時間	42	91	△49
屋内運動広場 時間	77	89	△12
屋内温水プール 時間	15,784	15,541	243
無 料 利 用	今年度	前年度	増 減
屋内運動広場 人	20,382	32,383	△12,001
ふれあいセンター 人	22,699	24,364	△1,665
生きがい交流広場 人	4,242	3,312	930
会 議 室 等 人	1,406	1,771	△365
生きがい創作館 人	2,248	2,156	92
視 察 等 人	1,229	1,793	△564

シルバーケアセンター

利 用 者 数	今年度	前年度	増 減
利用者数 人	4,031	3,794	237

診療リハビリセンター

利 用 者 数	今年度	前年度	増 減
内 科 人	6,242	6,504	△262
リ ハ ビ リ 人	3,787	3,756	31
歯 科 人	453	636	△183

あなたの**元気**応援します

～親子会はやっぱりエリア!～

親子会・子供会の役員のみなさん、行事の会場選びが悩みの種ではありませんか?

屋内にある人工芝の運動広場や温水プールがあれば、外は吹雪でも大丈夫。お父さん、お母さんはサウナがついて、いるお風呂に入ってゆつくりできます。食事はレストランも利用できるし、持ち込みもOKだから予算を上手に使えるみんなもご機嫌!



お問い合わせ先は
☎0182(26)3880
エリア企画指導課まで

編集後記

ノストラダムスの予言を気にしながら明けた一九九九年も残すところ一ヶ月を切りました。西暦二〇〇〇年という区切りが私たちの生活にどんな影響を与えるのかは想像できませんが、時の流れの偉大さについては思いを馳せる尺度になります。

さて、今年には国際高齢者年でした。高齢者の社会貢献を積極的に受け入れ、国際平和に向けた人類の成熟を目指すことを目的としていましたが、その成果を持って新年からは「平和の文化のための国際年」「国際感謝年」へと引き継がれていきます。時の流れを遮ることはできませんが、次世代に伝えるべき財産は流れに逆らっても伝えてほしいものです。私たちも応援します。

還らざる水を送りし姓の川

(小西 進)

元気いっぱい

スタッフレポート



入居者の拍手にご満悦

エリア敬老会で
魅せた
ツーショット!

去る9月20日に行われたエリア敬老会では、職員もレクリエーションに参加。入居者や利用者とペアを組んだ競技では、日頃の職員と入居者の関係を越えたアツアツぶりを見せつけました。グロテスクとしか言いようのない仮装や仲良くホッペでボールを運ぶ競技では、入居者の血圧上昇が心配でしたが、以外にも大受け。次のイベントではもっとセクシーな悩殺衣装が見られるかも…。



おさわりをかわした写真ではありません



エリア って どんなところ

診療リハビリ センター

エリアは、前号までに紹介したコミュニティセンター・シルバークアセンターに加え、養護老人ホーム・軽費老人ホーム・老人専用マンション・特別養護老人ホームといった入居施設が複合的な機能を持ちながらひとつのコミュニティを形成している総合施設ですが、その中核に位置しているのが診療リハビリセンターです。入居しているお年寄りが地域の人々と世代間交流を積極的に行い、趣味や生きがい感を持つて充実した人生を享受できるのも全ては健康であればこそ。他の施設にない「保健・医療・福祉」を一元化できるというエリアならではの機能をご紹介します。

診療リハビリセンターの主な機能について 教えてください。

診療科目は内科・整形外科そして歯科です。内科では老人に多い循環器・消化器系の疾患の予防や症状の改善に努め、整形外科では理学療法士（PT）・作業療法士（OT）によるリハビリを中心に日常動作の回復に向けた訓練を行っています。また歯科では義歯の調整や口腔衛生指導など快適な食生活に向けての治療と指導を行っています。



入居者も診療所があると安心です

その他にも特別な 機能はありますか？

診療リハビリセンター内に「保健・医療・福祉なんでも相談室」があり、入居者や利用者の健康チェック・健康に対する意識向上を目的とした健康講座の企画と開催・中学生や高校生を中心に介護知識の普及と技術習得を行う福祉セミナーの実施・介護保険施行に向けたヘルパー養成講習の実施・老人特有の病気や悩みに関する相談など入居者のみならず地域の住民までを対象とした幅広い事業を行っています。



歯科診療

入居者やシルバーセンターの利用者しか診察を受けられないのですか?

一般の診療所と同じですから、どなたでもご利用可能です。もちろん、健康の相談についてもご利用いただけます。



作業療法士によるリハビリ指導

常勤のお医者さんはいるのですか?

開設当初は常勤体制でしたが、残念ながら現在は非常勤体制となっています。従って診察時間以外には医師不在となりますので、あらかじめ診療リハビリセンター待合室の表示をご覧になるか、電話による確認をお願いいたします。

福祉施設は県や町村の福祉行政はもちろん、保健行政や医療機関との連携をしようずにとともに入居者や利用者の健康状態を正確かつ迅速に把握し、抱えている悩みにも耳を傾け続けることが大切です。診療リハビリセンターでは、診療業務・相談業務を通じて入居者や利用者の健康に関する情報を収集して施設職員に専門的な視点からアドバイスする他、必要に応じて平鹿総合病院・町立大森病院などの協力医療機関と連絡を取り、快適で質の高い居住空間の提供に努めています。

福祉施設内での役割について
教えてください。



理学療法士によるリハビリ指導

診察日と診察時間を教えてください。

右の表のとおりですが、休日の前後や担当医師の都合で診察日や診察時間が変わることがありますのでご注意ください。

診察日・診察時間

【医科】	月	午前9時～午後5時
	火	午前9時～午後5時
	水	午前9時～午後5時
	木	午前9時～午後5時
	金	午前9時～午後5時
	土	午前9時～正午
【歯科】	木	午前9時～午後5時

日曜・祝日・一月二、三日及び十二月二十九日～三十一日まででは休業となります。

長年にわたる活動で白寿園からも厚い信頼をいただいているようです



ボランティアグループ

エリア・

コスモスの会

「棟続き」と

「気負いの無さ」が

継続の秘密

現在コスモスの会に所属しているのは九名ですが、会員が最初からのメンバーというわけではなく、体調を崩したりして会を離れるケースもありました。にもかかわらず継続してこれたのは、エリアと「白寿園」の間には雨の日や雪の日でも内履きのまま通える「棟続きの廊下」があること。そして通院・外出予定・施設や活き活き学園の行事など多彩なスケジュールの中で、必ず九名が揃っていないくても自分たちができる範囲で活動をしていこうという「気負いの

無さ」が秘密のようです。

ボランティアは

自分自身のため

メンバーのみなさんは、入所している施設も違えば年齢や趣味も違います。従ってそれぞれの生活スタイルや日課は全然違うはずなのですが、この活動だけは別ようです。その理由について、みなさん一様に「生活の中に目的を持ち、気持ちに張りを持たせることが心の健康・体の健康を維持しています。毎日ボランティアを続けられることは、自分自身が健康であるという何よりのバロメーターなんです。」と言っておられました。

隣接する特別養護老人ホーム「白寿園」に毎朝欠かさず足を運ぶボランティアグループ「エリア・コスモスの会」のみなさんは、平成二年に軽費老人ホームが開設したことを契機に活動を始めたグループです。年間一日の休みもなく「白寿園」入居者の洗濯物（タオル・バスタオル・おしぼりなど）をたたむ作業を続けています。

なるほど、メンバーのみなさんは自らの健康管理という目的を持って生活しておられるせいか、全員若々しく輝いて見えました。

私自身、ボランティアⅡ社会への貢献などと身構えてしまつたきらいがあり、少し的はずれな取材をしてしまったのではないかと思ったりもしています。自分が自分らしく生活していくことに誇りを持つておられた「エリア・コスモスの会」のみなさん、ご協力ありがとうございました。

9/5

老人専用マンション 日帰り旅行

江戸時代に城下町として栄えた天鷲村では、天鷲城と亀田城の他にも武家屋敷や茶道具などの展示品があり、入居者も興味津々の様子でした。ハーブワールドではお気に入りのハーブのショッピングを楽しむなど、充実した一日となりました。

岩城町天鷲村と西目町のハーブワールドに出かけました。さわやかな秋晴れに恵まれ、日本海が遠くまで見渡すことができました。



みんなで記念のスナップ

菅生田地区 住民運動会

9/12

地元菅生田地区住民運動会は今年が32回目という伝統ある行事。今年もエリアからは大勢の入居者が参加して、子供からお年寄りまでの幅広い世代の地域住民と交流を深めたようです。競技はレクリエーション的な種目が多かったため笑顔ユーモアが溢れる楽しい運動会となり、その後の懇親会では地域のみなさんと「飲ミニケーション」で盛り上がりました。

楽しい敬老会になりました



9/20

エリア合同敬老会

入居者とシルバーケアセンター利用者による合同敬老会が、コミュニティセンター屋内運動広場で行われました。現在、エリア入居者の平均年齢は七八・五歳と、五年前と比べて約三・七歳も高齢になっていますが、年輪を重ねる毎に益々元気な様子で、職員と一緒にレクリエーションを楽しみながらお互いの健康を祝いました。

エリアの
元気
レポート
REPORT



開講式の様子。真剣に説明を受けました

後期 二級ヘルパー 養成研修

9/28～

平成十一年度第二回目と第三回目の二級ヘルパー養成研修が始まり、計九十名のみなさんが受講しています。講義の他に特別養護老人ホーム「白寿園」や老人保健施設「老健おもり」での介護実習、各市町村でのホームヘルプサービス同行訪問など計一三〇時間の研修を行い、四月からスタートする介護保険に向けた最後の研修機会に臨んでいます。前回の研修と同様、男性の姿が多く見受けられ、介護保険への関心の高さが感じられます。

県南3市3郡 ゲートボール大会

刈り入れも一段落した秋晴れの中、エリア内の生きがい交流広場を会場に40チームの参加で盛大に行われました。エリアからは、シルバーケアセンター、養護老人ホーム、軽費・老人専用マンションの3チームが参加しましたが、残念ながら入賞チームは無し。優勝した千畑チームは圧倒的な強さで、昨年に続いての二連覇となりました。おめでとうございます。

成 績

優勝	千畑町
準優勝	湯沢市
第三位	湯沢市
敢闘賞	太田町
	中里チーム
	岩藤チーム
	さくらんぼチーム

掘りたての芋をおいしくいただきました



9/30



シルバーケアチーム主将の熱血プレー

10/2

生きがい農園 さつま芋掘り

子どもと老人のふれあいセンターの主催で、生きがい農園のさつま芋掘りが行われました。芋のツルは入居者や地域のお年寄りの手で既に片づけられており、参加した子供達はひたすら芋掘りに専念することができたようです。芋掘りが終わってからは、ジュースを片手にちょっと泥のついた手で焼き芋や蒸かし芋をおいしそうに頬ばっていました。そんな子どもたちの姿を微笑ましく見つめる入居者や地域のお年寄りの姿が印象的な芋掘り会でした。

春に続き、今年2回目の総合防災訓練が横手平鹿広域市町村圏組合消防署・大森分署・菅生田分団・昼川分団の協力を得ながら行われました。

今回は秋田県南部を震源とする震度5の直下型地震により、老人専用マンション厨房から火災が発生したという想定での訓練。逃げ遅れた職員が老人専用マンション屋上からはしご車によって救出される場面では、職員の無事と消防署員の素晴らしい技術に対して大きな拍手と歓声があがりました。当日は職員による炊き出し訓練もあり、入居者は芝生の上で「おにぎりと芋の子汁」を味わいながら訓練を振り返っていました。



見よ!! 戸崎補佐の軽快な動きを!!

秋の総合防災訓練

10/6

エネルギッシュなサウンドがホールにこだましました。



エリア

月夜のコンサート

10/16

湯沢商工高校吹奏楽部OBの有志で結成した「JWO吹奏楽団」によるコンサートがコミュニティセンター玄関ホールで行われました。楽団のメンバーは平均年齢が二十二歳という若さで、入居者にとっては孫のような年齢差がありました。が、ホールに響く管楽器の調べには新鮮な驚きを感じたようです。メンバーの進行もユーモアにあふれ、楽しい秋の夜長を過ごすことができました。

日帰り旅行

10/27
28

軽費老人ホームは18名、養護老人ホームは28名が参加して、山内村鶴ヶ池荘に日帰り旅行に出かけました。大浴場から望む鶴ヶ池の水面に映る紅葉は美しく、すっかりリラックス。地元名物の「芋の子汁」など豪華な昼食に、お酒を酌み交わしたりカラオケで自慢の喉を披露したりと、いつもの生活とは違った一日を過ごしました。

軽費・養護

老人ホーム



料理も酒も平らげた!!
「食欲の秋」

エリア 秋の祭典'99



イキな半被姿がお似合いです



活き活き学園生の力作が多数展示

「秋風に心誘われ エリア祭」をテーマに、活き活き学園の作品展示をメインとした祭典が行われました。今年は恒例となった展示即売会やフリーマーケットの他にも、子供向けの「ぬいぐるみショー」や「ミニ四駆大会エリアシリーズ'99第三戦」も行われ、活気に満ちた祭典となりました。特にお楽しみ抽選会では「特賞が松茸」ということもあって、スロットを回す指先にも自然と力が入ったようでした。期間中は大森町園芸クラブ主催の菊花展も行われ、文字どおりイベントに花を添えてくれました。

表彰者は下記のとおりです。

10/30
11/3



華麗で優雅な太極拳教室の演技



みことな菊が大輪の花を咲かせました



松茸を狙って盛り上がった抽選会

- 学園長賞 大友久治(木工)、守屋フクエ(民芸)
- 推進委員長賞 仙北谷ケイ子(陶芸)、真田トキ(その他)
- 奨励賞 中田一男、沼倉京子、吉川初枝(以上 書道)、石川タイ、田村祐子(以上 木工)、小野寺正之助、伊藤ヨシ子(以上 陶芸)、泉美孝、今野昭子(以上 民芸)、小林ミネ、石田レイ子、小玉朝子(以上 華道)、細井京子、朝川落(以上 切り絵)、半田クヨ、飯塚カツエ(以上 その他)
- 努力賞 大友勇喜(書道)、鈴木望(木工)、久米喜義(陶芸)、鶴川屋セツ、村上ナナ子(以上 民芸)、山根サト(華道)、伊藤シゲ、佐藤ナカ(以上 その他)
- シルバー賞 柿崎タキ(陶芸)、葛岡イワ(民芸)、小川トク(華道)、長谷山照子(切り絵)



コーラスクラブの美しいハーモニー



11/18

ふれあいお楽しみ会

大森町内の保育所・保育園年長児とエリア入居者・利用者がレクリエーションを楽しみながら交流を深めました。子どもたちは、はじめて見るお年寄りや他の保育所・保育園のお友達を前に恥ずかしそうにしていたのですが、いざゲームが始まるといつもの元気を取り戻し、会場となったエリア屋内運動広場はにぎやかな歓声一色。足の不自由なお年寄りには全員で声援を送るなど微笑ましい場面もあり、子どもたちの優しい思いやりの心が入居者にも伝わったようでした。



蛍光灯もきれいになりました

また、十月二十日には六年生十九名が居室蛍光灯の掃除ボランティアに訪れ、エリアの農園で収穫した芋の子を使って入居者と楽しい「なべっこ会」を行いました。十二月二十二日には合同でクリスマス会も予定しており、入居者は今からプレゼントを用意するなど楽しみにしています。

九月二十三日、日頃から交流を行っている白山小学校の学芸発表会に、今年も養護老人ホーム入居者が招待を受けました。レクリエーションやボランティアを通じて知り合った小さな「友人」の成長と学習の成果を微笑ましく見ることができたようです。

健康の話を聞く会 11/5



「温水プールを利用した健康づくり」という内容で、医療法人楽山会大湯リハビリ温泉病院院長小笠原真澄先生による講演が行われました。エリアには屋内温水プールがあり一年中泳ぐことができますが、リハビリや健康維持を目的とした利用は少ないのが現状。先生によると、「温水プールの温熱により血行が良くなる」「水圧の関係で血液が勢いよく流れて酸素や栄養物が各組織へ送られる」「浮力は体重の負荷が軽減された状態で運動するのに有効……」など良いことずくめだそうです。ぜひ、温水プールで健康づくりをしてみたいかがでしょう。

白山小学校 & 養護老人ホーム

交流だより



掃除のあとは一緒になべっこ会