

南部

老人福祉  
ふれあいタウン

# シルバーエリア



## ナイスショット!!

カップ目がけて白いボールが転がる。皆の視線がボールを追う。「入れろ!」。心で念ずる……。 「ゴトン」。「ヤッター!」。自然に笑みがこぼれる。足どりも軽やかになる。

写真は生きがい交流広場で行なわれている「活き活き学園」のバターゴルフの一コマです。

「活き活き学園」には、健康、趣味、創作活動等4コース、19講座・教室が設けられており、健康で潤いのある生活を援助するため、一年中活動しております。



第10号

秋田県社会福祉事業団  
秋田県南部老人福祉総合エリア





## 今年度の事業方針

管理者 佐々木 盛輝

今年度は、エリア設立主旨をふまえながら、次のことを重点において運営にあたりたい。

一つ目は、ボランティアについてです。

現在エリアでは、除草等の環境整備や、各種教室等の講師、盆栽の手入れ等年間延べ二、五〇〇人前後の方々のボランティアの協力を得ているところですが、今年度は、ボランティア育成に力をおき、「受入れ」と「育成」の両面からボランティアの振興を図っていききたい。

具体的には、将来地域の担い手となる子ども達を対象に、青少年の教育にも配慮しながら「福祉入門セミナー」を実施し、ボランティアの育成を図っていききたい。

二つ目は、在宅福祉の拠点

として先導的役割りを果たしていくことです。

在宅老人介護センターでは、日中家族にかわって在宅のお年寄りを介護、お世話しており、一日平均30人前後の方々に利用していただいております。しかし、近年各市町村にデイサービスセンターが次々と開設しており、新規利用申し込み者も減少傾向にあります。このことをふまえながら、他施設にはない、リハビリセンターやコミュニティセンターの機能を有効に生かしながら、理学療法士や作業療法士等の人材を含め、他施設・他機関に利用していただき、施設の利用へと結びつけていくと同時に、在宅福祉の拠点として、先導的役割りを果たしていききたい。

近年、エリア

た類似施設が次々とオープンし、また近隣に利用層を同じくする「秋田ふるさと村」がオープンするなど、エリアを取り巻く状況は非常に厳しいものがあります。いまいちど、エリアの設立主旨を確認しながら、親子や三世代向け特別事業を企画し利用の促進を図るなど、企業的感觉をもって事業運営にあたっていききたい。



▲白山小ボランティア

## 生き生き学園

### 開講式について

去る五月十一日、南部シルバニアエリア新館大広間にて、平成六年度生き生き学園の開講式が盛大に行われました。

この「生き生き学園」は、地域の方々及びエリアを利用する老人の方々の生きがいと健康づくりのために開講しているものであり、今年度で三年目を迎えました。

百二十名が参加した開講式では、佐々木盛輝生き生き学園長が「今年度は、昨年度より講座を増やしたので、より多くの人々に頑張ってもらいたい」とあいさつがありました。また阿部勝行大森町長より「この生き生き学園を通して生きがいや健康づくりにはげみ、充実した人生を送ってほしい」と激励の言葉がありました。

その後、十文字町生涯学習奨励室長、川越喬二郎先生による第一回語りを聞く会が開催されました。「自然の中で」と題した自然や大地の豊かさ人間の生成についてのお話はユーモアたっぷりの楽しい講演でした。

今年度からは、新たに二つの講座が仲間入りし、年々にぎやかになります。皆様も一度生き生き学園にチャレンジしてみてください。





平成6年度

「活き活き学園」の「ご案内」

県南各市町村の方々および南部シルバーエリアを利用する方々が、生きがいや健康等の講座や事業に参加し利用者相互の親睦をはかるとともに、充実した人生を送っていたらこうと実施している「活き活き学園」が本年度で三年目を迎え大変好評を得ております。今後もより良い「活き活き学園」にしていくために、昨



また、活き活き学園の効率的な運営をはかるためにさる五月十一日に「活き活き学園推進委員会」が開催されました。特に今後とも地域とともに歩む学園づくりと言うことで、「もっと沢山の地域の人々に参加してほしい」という意見もありました。地域の皆さんも誘い合って参加し、心豊かなひとときを過してみてはどうですか。

年度参加された学園生の方々にアンケート調査を実施したところ、「趣味活動コースの増設を望む」という希望が多かった。これらの希望をうけ今年度は、囲碁教室と、初心者向け陶芸教室の2講座を増設し、4コース、19講座となり今後とも、学園生のニーズにこたえることのできるような活き活き学園をつくっていきたいと思っております。



★平成6年度 活き活き学園推進委員名簿

- | 氏名     | 所属                |
|--------|-------------------|
| 高橋 重一  | 大森町教育委員会教育長       |
| 佐々木 雅治 | 大森町老人クラブ連合会長      |
| 備前 忠五郎 | 大森町芸術文化協会会長       |
| 土田 耕一  | 大森町郷土史研究会会長       |
| 阿部 孝雄  | 大森公民館長            |
| 小西 孝進  | 大森町教育委員会生涯学習相談員   |
| 齊藤 春直  | 子どもと老人のふれあいセンター所長 |
| 加藤 良吉  | 南部シルバーエリア入居者代表    |
| 岩崎 時雄  | 南部シルバーエリア企画指導課長   |

★平成6年度 活き活き学園講座講師名簿

- | 講座名      | 氏名        |
|----------|-----------|
| 創作活動コース  | 木 工 大友 久治 |
| 民 芸      | 今野 清五郎    |
| 切り絵      | 井川 淑子     |
| 食品加工     | 赤川 タツ子    |
| 健康づくりコース | 石川 舜一     |
| 太極拳      | 斎藤 アイノ    |
| ゲートボール   | 遠藤 光智子    |
| バダーゴルフ   | 齋藤 春直     |
| 趣味活動コース  | 宮川 昭二     |
| 華道       | 赤川 英雄     |
| 書道       | 加藤 えり子    |
| 茶道       | 小西 マサ子    |
| 舞踊       | 遊佐 昭子     |
| なつめ口     | 齊藤 シゲ子    |
| 囲碁       | 大坂 喜一郎    |
|          | 佐々木 琴子    |



朝の目覚めに、白山小学校から聞こえてくるのろしが、エリア周辺に鳴り響くと、運動会の参加を心まちしていた入居者は、若かりし目の桜の下での運動会を思い出し、身じたくにも心はずむ。白山小学校からの春季大運動会への招待は、今年で5回目となり、入居者の中には、毎年参加されている方もいて、昨年の経験から、今年も肌寒いのではと、洋服を着こんで出かける。

で運動会は開会された。子供達の活気が入居者にも伝わり、大きな声援となった。幼児と一年生が一緒に紅白に分れて行われた玉入れや、スプリンレースでは、体の痛みも忘れ、つい頑張ってしまった。入居者も子供達の応援が、何よりの励みとなつたようだ。



# 路策散

## 軽費老人ホーム

軽費老人ホームでは、保健・医療サービスとして定期健康診断や、毎

操作を行っています。参加する人が少ないため、楽しい雰囲気に参加できる軽体操を血圧測定日に行うことにしました。

これからも、入居者の要望に応じた健康増進につながる楽しい体操を提供していきたいと考えています。

萌えはじめた山々と澄んだ空気、自然が彩る保呂羽山の春は、やさしく美しい。晴天に恵まれた五月十日、シルバークエアセンター総勢六十名は、霊峰保呂羽山に程近い少年自然の家キャンプ場にて、素晴らしい自然とおいしい昼食を堪能して来ました。シルバークエアセンターの現在の登録者数は、男性二十五名・女性四十一名の計六十六名ですが、季節に合わせたの行事には八割以上の皆さんが参加して、毎回とても盛り上がりがあります。また今回は、ボランティアとして遊佐昭子さんの協力もあったため、より新鮮で楽しいひとときを過ごすことが出来ました。心のこもったごちそうを食べ、おいしい空気を胸一杯に吸い込んで、満足気な表



情のひとつまをご覧下さい。自慢の喉を山に響かせてくれた人、自然と同化して散策を楽しんだ人、それぞれが自由な時間を過ごしていました。ほんのわずかな時間でしたが、木々のささやきや鳥たちの歌声が、心に栄養を与えてくれました。また来年も暖かい懐で私たちを迎えて下さいね、保呂羽山。

四月には「肩こり、防体操」



# エリア

週木曜日に保健婦、看護婦による血圧測定を実施し、健康状態の把握に努めています。

体力維持のために毎朝ラジオ体操としてタオルを使いリズムに合わせたコミカルな体操を行ったところ、好評で半数以上の参加がありました。「ロック調秋田節」の音楽に合わせての体操は、一緒に歌いながら体を動かすもので、楽しい雰囲気になり、毎回20分程度ですが、終了後は心身共にすっきりさわやかリフレッシュになります。

## 老人専用マンシヨン



去る五月五日、マンシヨン食堂において、「端午の節句」バイキングと銘打ったバイキング形式の昼食会が行なわれた。これは日々の食生活に変化をもたせることを目的に、平成四年度年忘れ昼食会を皮切りに始まった。平成五年度からは年間事業計画の中に織り込み、マンシヨン独自のものとして、数少ない行事の中での主要行事の一つになっている。三月三日のひな祭り、五月五日の端午の節句、七月末の夕涼み会、九月中旬の敬



老会、十二月のクリスマス会兼忘年会とほぼ二カ月に一回のペースで楽しんでいる。

今回のメニューは、寿司、刺身の盛り合わせ、えびチリソース・各種揚げ物など豊富で、色とりどりのごちそうが、テーブルいっぱい並んだ。何回か回を重ねたこともあり、定着してきている。

いつもは、三十分程で終わる食事が、アルコールが出たこともあって大いに盛り上がりつつあった。

## 白寿園

雪国の春のおとずれは桜の開花から始まります。長かった冬ともようやく、さよならできて、草の芽がいつせいに開きはじめます。

そんな中で白寿園では四月二十六日増田町の真人公園で花見を行いました。マイクバスな

ソメイヨシノは満開で参加した方々の視線は、いつもよりずっと高い所にあつたようです。

風雪に耐え、春になれば忘れる事なく花咲く桜、枝を寄せ合って咲いているさまは、ちようど園のお年寄り達のようにです。帰り際風が吹いて花吹雪となり、私達に「来年も元氣においで」と語りかけてくれるようで、楽しかった公園をあとにしました。

ど7台を連ね利用者職員合わせておよそ八十名の大移動でした。数ある行事の中でも花見は、季節を感じとれるものとして屋外の行事の中では、利用者にとって関心の高いものとなっているようです。いつもは行事に参加をしる利用者も「花見さなば行きで」と積極的です。



折しも折り公園の



# 診療リハビリセンター

福祉施設が求めている、高齢者に対するさまざまなニーズに効率的に対応するために併設された診療・リハビリセンターは、入居されている方や利用される方が健康で快適な生活を送ることができるよう健康増進、早期治療、リハビリテーション等の包括的サービスを提供するための中核となっています。

ここでは、嘱託医師6名、理学療法士、作業療法士、歯科衛生士、看護婦、保健婦が各1名スタッフとしてそれぞれの業務にあたっています。主に入居されている方に対する医療サービス、健康診断や、歯科治療、リハビリセンターでは、機能回復及び予防医療の1つとして大きな役割を果たしています。保健・医療・福祉なんでも相談室においては、各種相談、健康に対する啓蒙、介護用品、機器の紹介相談に応じています。



皆さんが、健康で生きがいをもって安心して暮らせるためには、皆さん自身の意識が非常に重要になってきます。今後も、我々診療・リハビリセンタースタッフは、皆さんのニーズにあった保健・医療福祉の1元的サービスを積極的に進めていきたいと考えています。

## 健康ということについて



日本の国家的課題は、かつては国民病としての結核の克服であったが、現在では健康増進とされている。その主要因の一つは、日本が高齢化社会を迎え、さらに超高齢化社会に突入しようとしている社会の変化にある。

ところで、WHOの憲章によれば、「健康とは、肉体的、精神のおよび社会的に完全によい状態にあることであり、単に疾病または虚弱でないということではない」とされている。一時期、長命を一つの健康の象徴と考えていた時期があった。長命化の結果、人口の激増や、老人化の促進現象がみられ、社会不安の一因ともなっているという面もある。

現在の健康とは、単に長生きするのではなく、イリイリの指摘を借りれば、「生きがいを持ち、人間らしい生活を営み、人生に満足して一生を閉じるということ」を可能とする条件を築くということになる。

その具体的手段として、日本では、1988年、第2次国民健康づくり対策（アクトエイブ80ヘルスプラン）を作成した。21世紀の高齢型社会の創設を目指し、人生80歳になってもより活動的で健康な生活を過ごせるための総合計画である。その重要な3要素として、栄養と休養ならびに運動が挙げられている。

1989年には、いわゆるゴールドプランが策定された。その目的は、21世紀には、4人に一人が65歳以上という高齢化社会になるに際し、このような高齢化社会を国民が健康で生きがいを持ち、安心して生涯を過ごせるような明るい活力のある長寿・福祉社会をつくるためとされている。健康とは、その時代的背景のもとに作り上げられた「人々の価値感・人生観」に大きく影響されると言われる。時代の要請に基づいて創られた、当施設であるが、その一員として、よりよい健康の姿を示す一助となるよう努めたい。





# 南部シルバーエリア 出会い・ふれあい・語らいの街



## 施設使用料

一日中楽しめる！

区分	利用の単位	利用料		
		夏期 (5月～10月)	冬期 (11月～4月)	
宿 泊	小学生	一人一泊につき (兼泊まり)	2,060円	2,260円
	一般		2,700円	2,900円
休 憩	小学生	一人につき	260円	460円
	一般		530円	730円
休憩回数券 (六枚券)	小学生		1,290円	※1枚使用毎に 200円加算
	一般		2,700円	
会 議 室	1時間につき	1,100円	1,300円	
研 修 室	1時間につき	1,100円	1,300円	
視 聴 覚 室	1時間につき	1,100円	1,300円	
屋内ゲートボールコート	1時間につき		400円	
テ ニ ス コ ー ト	1時間につき		400円	
屋内プール	一般	1回につき		500円
	高校生	(1回目 10:00～13:00)		400円
	3歳児から 中学生まで	(2回目 13:30～16:30)		200円
屋内プール 回数券 (6枚券)	一般		2,500円	
	高校生		2,000円	
	3歳児から 中学生まで		1,000円	

※宿泊、休憩等の冬期使用料には暖房費が含まれています。  
また、プール利用時間(2回目)は5月から10月までは13:30～17:00です。

## ご利用の方法

コミュニティセンター・スポーツ施設

開館時間 9:00～17:00

休館日

毎週月曜日と12月29日～1月3日まで  
節分(ハビリセンター)と敬老会(介護センター)は  
毎週日曜日、および祝日と12月25日～1月3日まで

ご利用申し込み

秋田県南部老人福祉総合エリア

コミュニティセンター

電話 0192(20)3890

0192(20)3892

## 交通のご案内(略図)



車 大曲、横手、湯沢駅から約30分です。

バス 羽後交通のバスがエリア前から発着します。

## 福祉入門セミナー

高校生を対象とした「福祉入門セミナー」を、今夏から開催します。  
喜ぶべき長寿が「高齢化」と言う社会問題になっている現実を、実際に介護技法を体験しながら考えてもらえたらと思います。  
(エリアを会場にして、一日コース、二日コースがあります)お問い合わせは、南部シルバーエリア企画指導課まで。

## ミニミニ博物館より

— きれいに咲きました —

町内、園芸クラブによるさつき展が、コミセン玄関周辺で行われました。  
芳しい香せの中で、ホールでは「パッチワークキルト展」が、秋田ふるさと村に引き続きエリアを会場にして行われます。見てネ!!

