

# きぼう

2019年3月10日  
藤野「福まち」広報誌

第23号

●発行／藤野地区社会福祉協議会

●企画／藤野地区福祉のまち推進センター広報啓発班

## 元気の秘訣は「一日八千歩」「花や芸術を嗜む」こと

見玉 浩さん(緑町町内会)



今回のお元気さんは藤野緑町町内会の重鎮、見玉浩さんを紹介します。

藤野地区花愛好会の会長もしておられ、まもなく85歳というお歳にもかかわらず、取材中の立ち居振る舞いや動作が機敏で、また、お話ししていても終始朗らかで闊達な、話題の豊富な方です。

日課は、毎日8,000歩以上のウォーキングをすることをモットーにしており、毎朝のスクールガードで藤野小学校の児童たちを引率して学校へ送り届けることから始まります。そのあとも日常の買い物や、ちょっとした所用でも、とにかく動くこと、歩くことを常に心がけて目標を達成しているそうです。

★ ★

自宅には中二階に20畳ほどの大きなホールがあり、決まってそこでは毎月第一・第三土曜日に近隣のお年寄り十数人が集まって世間話や茶話会を開催しており、参加者はそれを非常に楽しみにしているそうです。福祉事業は10年近くも続けていて、その間に亡くなったメンバーも数人おられるとのこと。

★ ★

同じ敷地には、よく手入れされた夏のバラやその他の花が咲き乱れる庭園と、個人的なアートギャラリーの建物があります。

国際的にも評価の高い版画や絵画のアーティスト、やなぎつよし「八柳剛」さんのコレクターで、かつては札幌市中央区でその画廊も開いていたこともあるそうです。

その集めた数々のコレクションを展示し、道行く人に無料開放して楽しんでいただくということで、敷地内に別棟の専用ギャラリーを設けています。

皆さんも一度ギャラリーを訪れてみてはいかがでしょうか。満面の笑顔で迎え、説明してくれること請け合いです。

ちなみに八柳剛さんは十勝出身（浦幌町）で見玉さんとは学生時代の同期で、かの有名なファッションデザイナーのコシノジュンコさんと、共同で個展を開くほどの世界的アーティストとのこと。

(取材 石山)



平成30年度



# 「ふじの子育てサロンフェスタ」



## 藤野地区にある9つのサロンが大集合！



平成30年11月11日（日） 藤野地区センター・アリーナ

「ふじの子育てサロンフェスタ」は多くの団体で組織した実行委員が主催して、藤野地区の8つの子育てサロンが集合して開催されました。あまり天候には恵まれませんでしたが、子ども 131 人、保護者 130 人が参加しました。

チラシプール、ワニたたき、魚つり、アンパンマン工作、サイバーホイール、絵合わせ、ままごと、積み木、ブロックなど、たくさんのコーナーが設けられ、参加した子どもたちはのびのびと遊んでいました。毎年人気のチラシプールでは、明清高校の生徒さんたちときざんだチラシをかけあい歓声絶えませんでした。また、「サイバーホイール」では、初めは恐る恐るホイールの中に入った子どもたちでしたが、慣れてくると順番待ちの行列が出来ていました。このほかに健康測定コーナーが設けられ、お母さんやお父さんは基礎代謝量、筋肉と脂肪の割合、身体バランス、体脂肪率などを測定し、健康状態をチェックしていました。子どもから大人まで楽しむことができました。

(取材 清野)



▲アンパンマン工作



▲チラシプール



◀サイバーホイール

肌触りが優しい  
木のおもちゃがたくさん▼



▼ワニたたき





平成 30 年度 「藤野地区ふれあい交流会」

# 吉野ファミリーカルテット

平成 30 年 10 月 27 日 (土) 藤野地区センター・アリーナ

今年度の社会福祉協議会主催の「ふれあい交流会」は、藤野在住の音楽一家吉野ファミリーによるミニコンサートが開催されました。当日はあいにくの雨でしたが、藤野地区以外からの方も含めて約 150 名の参加がありました。

第一部はモーツァルトの「アイネ・クライネ・ナハトムジーク」などのクラシックを静かな雰囲気。第二部は映画音楽などの聴きなれた曲で音楽に体を揺らしながら、後半は会場の皆さんで「見上げてごらん夜の星を」を歌うなど徐々に会場が一体化していました。途中大雨警報が一斉に鳴り響くアクシデントがありました。そのことも含めて参加者の記憶に残るコンサートになったのではないのでしょうか。



(取材 棚橋)



演奏しながら会場を一回りして会場の皆さんを驚かせてくださいました



# ◆◆ 平成30年度藤野地区福まち研修会 ◆◆

## 第1回

2025年を目途に国が示した「地域包括システム」の趣旨を踏まえ、高齢者を地域で支える藤野地域のみんなで支え合う福まちづくりのあり方について

日時 平成30年8月22日(水)  
場所 藤野地区センター アリーナ

藤野地区における福まちづくりのため、その素となる区内や札幌市に散在する多くの福祉資源を再発掘と確認をし、福祉マップの充実及び認知症サポーターの活用のあり方など、隣接町内会と連携をとりながら、今後の見守り活動や近隣住民の支え合いについて9つのグループごとにそれぞれ情報や意見交換を活発に行い、その後グループごとのまとめの発表となりました。「介護が必要になっても住み慣れたこの藤野で暮らしたい!」と思える地域づくりが求められ、意義のある研修会となりました。

(取材 長壁)



## 第2回

災害に強い「福祉のまちづくり」を進めるには、どのような対策が必要なのか

日時 平成31年3月4日(月)  
場所 藤野地区センター アリーナ

昨年9月に胆振東部地震が発生し、道全域に及ぶ停電となりましたが、改めて災害に対する危機対応意識をより高めることが課題となりました。今一度、地域防災の再点検を行い、災害に対する正しい知識を習得し、命を守る備えについて考え、特に要援護者に対する町内会、福祉団体、行政機関などとの連携・協働のあり方について、グループごとに意見交換を行いました。災害に強い「福祉のまちづくり」を目指し、防災意識の一層高まった研修会となりました。

(取材 長壁)



## 近隣同士でブロック構成 実践者交流会を開催

平成30年度ブロック別実践者交流会は

### 第一ブロック

(第一・第二・三区・団地自治・藤ヶ丘南)

### 第二ブロック

(高台・高見台・野々沢・藤ヶ丘西)

### 第三ブロック

(本通・十五島・富士見・緑町・白川)

### 第四ブロック

(中央・白樺・藤野公園・西藤野・東藤野)

の編成としました。

テーマは、各町内会の福祉活動状況の発表の他、3月4日に行われた「福まち研修会」のグループワークの内容をもとに、町内会としてできること等、検討を深めて行く話し合いが出来るように配慮したものです。

南区は高齢化が進み超高齢化社会に入っております。この地域が一体となって取り組むことが求められます。(取材 佐藤)



# 「藤野いきいき元気フェスタ」



平成30年8月31日(金)  
藤野地区センター・アリーナ



今年で3回目となる「藤野いきいき元気フェスタ」は、総勢115名が参加して開催されました。最初は、デイサービス SUNDAY の健康運動の指導員・島輝明氏による「リズムにのって楽しく体操」の指導があり、笑いもありましたがなかなかハードな内容でした。その後、握力測定、開眼片足立、5m最大歩行、血圧測定等のコースにおいてそれぞれ計測を行い、ご自分の身体の状態を改めて把握されたようです。(取材 田中)



リズム体操



握力測定



開眼片足立



5m最大歩行



血圧測定





# 「ふじの育児園集いの場」 のご紹介



「ふじの育児園集いの場」は、「認知症の予防」と「関節疾患の予防」を目的に、区保健師・予防センター・定山溪・南区第2地域包括センターの3機関で主催し、児童養護施設である育児園協力のもと平成28年5月に始まりました。

藤野地区における要介護認定の原因疾患として男女とも「認知症」と「関節疾患」が多いことから、これらの病気を予防することを目的に、月1回ずつ第2火曜日(脳トレ教室)・第4火曜日(運動教室)とで、それぞれ行っています。

第2火曜日の「脳トレ教室」では、脳の活性化を図る指先を使った「手芸作品作り」や「脳年齢チェック」の他、懐かしい歌をピアノ伴奏にあわせて歌う「音楽回想療法」など毎回違う内容で行い、その後の茶話会ではみなさんでお茶とお菓子をとりながら、おしゃべりを楽しみます。

第4火曜日の「運動教室」では、春から10月まではノルディックウォーキングで景色を見ながら歩き、11月からは育児園の体育館で定山溪病院の理学療法士指導の下、転倒予防体操を実施しています。

おおむね60歳以上の方で、藤野にお住まいの方であればどなたでも参加可能です。「介護予防」に取り組んで、いつまでも現役を目指しましょう！ぜひ皆さんお越し下さい。

(取材 船越)

## 平成30年度 育児園集いの場 内容

### <脳トレ教室>

- MCI (軽度認知症チェック)
- 手芸 (干支の置物作り)
- 懐かしメロディの合唱
- 認知症予防の講話
- カーリンコン …… など

### <運動教室>

- 転倒予防体操 (体育館)
- ノルディックウォーキング (近隣を歩きます)



認知症予防についての講話を聞いて勉強中



みんなで歩くと気持ちいい  
夏のノルディックウォーキング風景





# 紹介します

今回は藤野地区で活動している  
三つの団体を紹介します。

## スミールヒュース 設立平成 24 年

アナログな世代から見ると、現代の情報過多の時代の孤独を感じる時があります。そんな中、子供たちの心を受け止める暖かい小さなホームです。

## むくどりホームふれあいの会 設立平成 8 年

子育て中のお母さんたちをはじめ誰でもくつろげる場としてのスペース、それがむくどりホームふれあいの会です。(月・火・土…10:00 ~ 16:00) 一度お出かけください。

## 青十字サマリヤ館 設立昭和 53 年

設立してから 40 年が経ちました。依存症の方が自分と向き合い、社会復帰できるよう、サポートしています。目下の悩みは建物が古くなったということです。



当ホームは、様々な事情で家族と過ごすことができなくなった子供たちが養育者宅で家庭的雰囲気の中で生活するのがファミリーホームです。ファミリーホームは里親制度と施設の中間に位置するもので、最大 6 人の子供と施設管理者夫婦が同居する形で生活しています。現在、措置されている子供は中学生から高校生でホームや学校での生活、さらに自立に向けた支援も行っています。子供たちにはそれぞれ個室がありプライバシーを大切にしながらも、子供同士の相互作用を生かしながら個性と社会性を育む支援を行っています。「家族、地域の一人として地域の方々と子供たちと楽しく生活する」とモットーに年間を通し、クリスマスや餅つき、旅行など様々な行事も行っています。また、地域の方とも様々な形で交流を深め理解、協力を得ています。また、平成 30 年 6 月に簾舞に障がい者の就労を支援する農場を開設致しました。障がいのある方が農作業を通して社会自立に向け活躍できる農場を目指しています。(取材 吉成)





# むくどりホームふれあいの会

“むくどりホーム・ふれあいの会”は、23年前に障がいのある人・ない人、赤ちゃんからお年寄りまで誰でも気軽に立ち寄ることのできる場所として開設されたふれあいの場所です。参加しているお母さんたちによると、自分や子どものことで悩んでいた時に、皆と同じことをしなくてもいい、「ありのままに受け入れてくれる場所」ということが、参加しているお母さんたちにとって、居心地のいい場所という事なのではないでしょうか。

このことは「出会った相手を大切にする（相手の考えを尊重する）」という代表者の考えがむくどりホーム・ふれあいの会の根っこにあるような気がします。お話を聞くために訪問した時、出会ったお母さんたちのリラックスした様子やお子さんののびのびした雰囲気を見て、心が和みました。



## 青十字サマリヤ館



「青十字サマリヤ館」は依存症者（アルコール・ギャンブル・薬物）の宿泊型自立訓練施設で、現在は4名の方々が入館しています。日中はサマリヤ・カンパニーという自立訓練（生活訓練）施設に通って、依存症からの回復に向けて頑張っています。



依存症は脳の病気の一つで、本人の意思と関係なく症状に現れるということで、治すように家族などに強制されると長続きしない、むしろ自分と同じように苦しんでいる相手を見て、共感し合ったり、心の内をさらけ出したりすることが回復につながるそうです。心を開ける仲間と一緒に自分が病気であることを認める謙虚な気持ちが回復に必要なこととです。

若い男性の酒離れが進む一方で、若い女性の飲酒や大学生の一気飲みなどの危険があるそうです。北海道ではアルコール健康障害対策推進基本計画の一次、二次、三次予防対策が作られ、札幌市でもこれから具体的なアルコール健康障害対策推進基本計画の検討を始めるとのことでした。

（取材 吉成）

### —\*—\* ● 編集後記 ● \*—\*—

昨年の胆振東部地震、藤野地区は無事でしたが「不安な地震体験を糧に防災意識と準備」で自分の命を守りましょう。

少子高齢化で孤立しがちな独居高齢者や登校拒否児童の見守り、子育て親の食育など地域で楽しめる「共生社会づくり」が必要になっております。どうぞ「きぼう」を参考にしてください。  
(仙北)

### 「きぼう」第23号

発行人 飯盛禮子  
編集者 仙北、船越、石山、田中（一）  
佐藤、清野、吉成、棚橋、長壁  
組版印刷 日光広告株式会社（藤野 1-5）  
☎ 593-0125