



秋の味覚 (M邸)



大和町 地域の 支えあいを考える

大和町は、住宅地が多く、また社会インフラも発達して概ね快適な環境に恵まれています。そのためか、普段はあまり地域で他人との接点を持つことを必要としません。しかし、時に心身の状態や家庭の状況が変化した場合、近隣の人に気づいてもらいたいと思うようになるケースもあると思います。そのようなとき、遠慮なく声をあげることができ、お互い様だからと快く受け入れ、気にし合える関係を持てるわがまち大和町が、そんな懐の深さのある街でありたいですね。今号では、誰もが直面し得る認知症の体験談をもとに、地域の支えあいということを皆さんで考えてみましょう。

認知症になっても助け合って
普通に生活できる地域を

高橋恵美子さん (大和町3丁目在住)

認知症というと、どんなイメージをお持ちでしょうか。高齢者がなる病気？徘徊、意思疎通が困難？自分になりたくない？・・・実は、認知症は高齢者だけの病気ではなく、65歳未満での発症を若年性認知症と呼んでいます。

私の夫は、10数年前、50代前半でアルツハイマー病を発症しました。若いゆえに高齢者の多い介護施設にはなじめず、体力があるので徘徊も激しく、ときには近所の自転車を勝手に持ってきてしまい、そつと元に戻したということもありました。症状が進んでからは介護拒否が強くなり、気に入らないこともあったのでしよう。突き飛ばされたり、蹴られたりしたこともあります。加減が出来ない男の力は、とても恐いものです。それでも、自分だけでがんばろうとしていたことを思い出します。近所の方々に打ち明けられたのは、しばらくしてからでした。当然、



「ちいたび会」10月秩父の「龍勢祭り」見学

みなさん本人の異常に気付いていたようです。「大変だけどがんばってね」と言っていただき、ほっとしました。その後私は、同じ境遇の本人・家族が交流し、気持ちを楽にするための機会を持つことの大切さを知り、その経験を活かし現在、大和町に事務所を置き、中野と周辺の地域密着型の交流会「ちいたび会」を立ち上げて活動しています。先日、開催した講演会の際、会のメンバーが、若年性認知症であることを町会に打ち明け相談し、徘徊を実際に未然に

近所だからというけれど、
声は意外とあげにくいもの

防げたこと、協力してもらうことで心理的にも助かったという経験談を語ってくれました。若年性認知症の場合、家族で抱え込むケースが多いのですが、地域の縁の中で、その状態を解きほぐし、前に進んでいけるようにできるという手ごたえを感じています。そして理解が進むことで、少しずつ助け合い普通の生活ができる地域が実現できるものと思っています。

(ちいたび会・連絡先 ☎ 3338-6322)

異変に気づいたら知らせることが大切だとわかっていても、少し様子が変だという程度だと、余計なおせっかいにならないかというような心理が働き、声を上げにくいのが実際だと思えます。でも、知らせてもらえば、その先につながります。何でもなければそれでよし。その後は責任を持って引受けます。安心して連絡してください。

中野区では見守り・支えあい活動の推進に力を入れ、大和町でも、民生委員が高齢者調査をしたり、町会・自治会が巡回パトロールを行うなど取り組みを進めています。何かあれば、近所の民生委員や町会役員などに声をかけて下さい。近所に相談できる人がいない、日中は勤めの場合には、区民活動センター(職員2名駐在)に連絡を。案ずるよりも連絡を。「おやつ、あれっ」と思うようなことがあれば是非ともお知らせください。

(区職員 直通電話 3339-6142)



心を人との
でランサー
ペン活動する
潤い活動家

堀内 康男さん
(大和町2丁目在住)

大和の
すぐ腕さん細腕さん

⑫

堀内さんは「ことぶき大和会」の最年長会員。この会は、なかの生涯学習大学(旧ことぶき大学・三年制)の大和地区在住の在校生・卒業生で組織され、今年12月に創立21周年を迎える。会の機関紙「ことぶき大和だより」に堀内さんはエッセイ、短編小説等を発表し続けて17年。新しい発想の作品は会員の評判もいい。小説は学生時代に同人誌に参加したのがはじまり。自動車販売会社で職中に「整備工場を上手に運営するコツ」三部作を出版し、業界のバイブルと好評を得た。この執筆で書く楽しみを身に付けた。

定年直後にボランティア活動に入り、「中野ハンディキャプの会」の役員として身障者の通院・外出等の輸送に専念する傍ら、当時の大和地域センター内に「大和ボランティアコーナー」を設立。介護保険発足までの約10年間、有志50名と共に高齢者への支援活動が続けた。

現在は、堀内高齢者福祉センター運営委員長として活躍中。また、余技の歌は、若き頃東京都民合唱団で鍛え上げた本格派。



機関紙「ことぶき大和だより」

INFORMATION

妙正寺川マラソン大会

恒例の第29回妙正寺川マラソン大会が開催されます。年齢別各コースに約500人が川沿いを走り抜け、いい汗流します。
・日時 12月8日(日) 開催 10:00～
スタート・ゴール：第四中学校 校庭



第28回大会の一幕

クリスマスイルミネーション点灯

今年も大和区民活動センター前庭に12月初めからクリスマスイルミネーションが華やかに点灯します。お楽しみに！

なお、皆さまのご家庭で不要になった電飾などありましたらお貸しください。



昨年のイルミネーション

第8回 日赤 救護フェスタ

・日時：11月16日(土) 9:00～12:30

会場：桃花小学校(中央5-43-1)

救護フェスタは、災害時に役立つ応急手当の知識や技術を学ぶことにより、災害救護活動に対する関心を高め、救急法の充実を図ることを目的とします。



第7回救護フェスタ風景



ふれあいスペース 四中

(中野区放課後子ども教室)

- ・いけ花クラブ : 12月11日(水)
- ・手芸クラブ : 11月16日(土)
- ・家庭科クラブ : 12月21日(土)
- ・囲碁教室 : 11月17日・12月22日
- ・体育館開放 : 月曜～土曜 18:30～21:30



ソフトボール大会 優勝のんべえずチーム



ダンスパーティー



文化祭作品展(生花)



運動会：綱引き

雨天：於 体育館



文化祭(喫茶コーナー)



文化祭(お茶席)

楽しかったね！大和地区まつり
大和町での最大イベント「大和地区まつり」は、楽しい思い出をたくさん残して成功裡に幕を閉じました。参加された地域の皆さん、出演・出展された方々お疲れ様でした。ありがとうございました。もう一度、思い出を振り返ってみましょう。

知って得する“防災講座開催”

自助：自分の命は自分で守る



大和区民活動センター運営委員会では、日赤大和町分団と共催事業として

防災講座を以下の要領で開催予定です。

- ・日時：11月22日(金) 14:00～16:00
- ・場所：大和区民活動センター 2階
- ・内容：生きていなければ何も出来ない。不思議な卓上コンロ作り。
- ・講師：地域防災インストラクター 関口俊夫氏



野方消防署 からの
大和出張所 お知らせ

秋の火災予防運動【たばこ火災を無くそう】
住宅火災の死者の36%は、たばこが原因！

!!こんな方は特にご注意を!!

- ・寝たばこ・飲酒時喫煙そのまま寝込む
- ・灰皿の吸い殻を無造作に捨てる



お正月もちつき大会

- ・日時：1月11日(土) 12:30～
- ・会場：大和小学校 グラウンド

お正月のお楽しみ「もちつき大会」が開催されます。今では珍しくなった臼と杵を使った本格派を体験してみませんか！

シルバー昼食会へのお誘い

さくら会では、恒例のシルバー昼食会を開催します。お誘い合わせてお出掛けください。概ね60歳以上の方、500円/人
・12月18日(水) 連絡先 3337-2933(鈴木)

大和ギャラリー 展示予定

[大和区民活動センター 1階ロビー]

- ・11月11日～11月22日 大和写真クラブ展
- ・11月23日～12月7日 水彩・デッサン展
- ・12月9日～12月25日 クリスマス展
- ・1月6日～1月19日 新春生け花と書道展

皆さまの作品出展をお待ちしています。

お問い合わせ：大和区民活動センター 3339-6125



好評の“大空に羽ばたけ”(模型飛行機展)

「カトレアの会」ご案内

身体を整えて、新しい年を迎えましょう

- ・11月18日(月) 今、イキイキ体操
- ・11月25日(月) 手芸(材料費要)
- ・11月27日(水) ラフタ ヨガ
- ・12月2日(月) 今、イキイキ体操
- ・12月9日(月) イスに座った運動・ゲーム
- ・12月25日(水) ラフタ ヨガ

終了後お茶会 100円/回

時間：13時30分～15時30分

場所：大和区民活動センター 3339-6125



“歳末たすけあい募金運動” にご協力ください

皆さまからお寄せいただいた募金は、地域に根差した活動費に使われます。

お問合せ：中野区社会福祉協議会

電話 5380-0751