



MIDORI

みちしるべ

緑区民生委員児童委員協議会

第 64 号

— 発行 —

緑区民生委員児童委員協議会
機関誌編集委員会

発行責任者 会長 松浦 正義

横浜市緑区寺山町 118 番地
930-2328

全体研修会 「VR認知症体験研修」

緑区民生委員児童委員協議会の全体研修会が1月13日、14日の両日、緑区公会堂を会場に開催されました。今回の研修は、VR（仮想空間）によって認知症の具体的な事例を実際に体験し、認知症についての理解をより深めるといった目的で行われました。なお、VR体験は次の3つの事例を通して行われました。

1つめは、高さや広さ等の位置が分からなくなる「視空間失認」という症状の体験でした。認知症の人は車から降りる際、高いビルの屋上から降りるような感覚に陥り、強い恐怖感に襲われることが理解できました。

2つめは、家の中に「知らない人がいる」「小動物がいる」等、通常では見られないものが出現する「幻視」という症状の体験でした。認知症の人の5人に1人が発症する「レビー小体型認知症」による症状で、恐怖感や嫌悪感に悩まされているとの話でした。

3つめは、自分のいる場所が分からなくなる「見当識障害」という症状の体験でした。34歳で若年性アルツハイマーを発症した方が、電車の中でどこで下車し、乗り換えたら良いのか困惑しながらも、周囲の人に自分の認知症を知られたくないと葛藤する事例でした。

今回の研修を通して「視空間失認」「幻視」「見当識障害」といった認知症の具体的な事例をVRによって実際に体験することができました。この体験は認知症への理解を一層深め、認知症の人への心の寄せ方や言葉

の掛け方等、より良い支援のあり方を考える絶好の機会になりました。

事例を通して印象に

残ったキーワードがいくつかあります。「分かりやすい言葉」「しっかり聞く」「否定しない」「寄り添う」「親切丁寧」「異常視しない」等です。このキーワードは「認知症の人の側に立った支援のあり方」の指針になるものと考えます。認知症の人が病気の不安を払拭し、安心して生活を営んでいくためには、周囲の人の理解と支援が何よりも大切であるということに改めて学びました。

「認知症は長生きの勲章」とよく言われますが、誰もがこのような勲章は望みません。しかし、今後は85歳以上の高齢者の2人に1人が認知症になると言われています。「明日は我が身」と思いつつ、今後も民生委員として認知症に限らず多くの人に寄り添い、共に支え合える環境づくりに努めていきたいと思えます。今回の全体研修「VR認知症体験研修」は、そのための一助になるものと確信しています。

企画研修部会委員 久保田 賢司



全体研修会に参加して…

バーチャルリアリティを利用して認知症を体験してみました。今回の研修は、認知症の世界を知ることへの期待と緊張をもって臨んでみましたが、結果は新鮮な驚きでした。体験の場面は3つあり、最初は自分が高い場所から見下ろすシーンで、さらに座った姿勢から立ち上がると足がすくみ膝がガクガク、怖かった。すぐに介助の人が目の前に現れ、救われた思いでほっとしました。2つ目は、部屋の中に入ると見えないはずの人や生き物、物が見えてしまう、いわゆる「幻視」を体験するものです。また3つ目は、電車の中で自分が下車する駅が分からず困惑する場合で、どれも大変不安になる事例でした。各ケースの紹介の間に解説者から丁寧な説明があり、これらの対応には、相手に不安感を与えないこと、共感しながら「一緒感」をもたせ、楽しむようにすることが大切であると教えられました。得るところの多い研修でした。

東本郷地区 野村 武

身近な高齢者に接するために認知症の知識を学んでいても、高齢者と生活していても、自分が認知症になったらどんな感覚になるのかそこまで考えた事はありませんでした。

VRを使って体験する今回の研修はとても興味がありました。「視点を転換する」VRメガネをつけて自分だけの空間で体験したことは想像以上でした。認知症となった方々の不安をリアルに体験し、これから高齢者に接し助けるために何をすれば良いのか考えさせられました。



新治西部地区 佐藤 貴美江

リハビリ教室「なすびの花の会」

～東本郷地区の活動から～

30周年を数年前に迎えリハビリ教室「なすびの花の会」が長い間続いていることは大変嬉しいことです。毎月第一金曜日、東本郷地域ケアプラザを会場に運動療法、作業療法、新年会、クリスマス会等年間計画を立て、リハビリを目指す会員とボランティアが一緒になって活動しています。

ここ数年はコロナ禍の中、試行錯誤しながら声を出すことは控え、出来ることから始め、昼食やお茶の時間もパーティションを立て、黙食しつつも大いに楽しめるようになりました。会員のみなさんから次の会が「待ち遠しい」と喜んでいただき、人々が集うことは素晴らしいことと思われま

す。5月の定例会では、久しぶりに屋外に出てグランドゴルフを行うことが出来ました。皆さん一打ちごとに心を集中し、得点を競い合い充実したひとときを過ごしました。

地域の中学生や小学生との交流の場がもてないのは残念ですが、いつの日か再開できるよう期待しています。このように安心して会を開けるのは区の保健師さん、ケ



アプラザの看護師さんのお力を借りていること、又地区の他の団体からのいろいろな援助をいただいていることにあると深く感謝しています。

ボランティアの高齢化が進み課題もありますが、次世代の人たちに引き継いでいただき、この地域にいつそう根付いてほしいと願っています。 王尾 京子

「民生委員・児童委員及び主任児童委員の一齐改選」が行われます！

民生委員・児童委員は地域の身近な相談相手として、福祉に関する様々な相談に応じ、利用できる福祉サービスの情報提供を行ったり、行政や関係機関を紹介したりする「つなぎ役」として活動しています。

また、主任児童委員は子育てなど児童に関することを専門に担当する民生委員・児童委員で、その区域を担当する民生委員・児童委員や行政・学校・児童相談所などと連携し、相談支援を行っています。

現在、緑区では220人の民生委員・児童委員及び主任児童委員が活動していますが、今年は3年の任期が満了となるため、12月に一齐改選が行われます。引き続き、地域からの推薦のもと20年、30年と活動される方もいれば初めて委嘱される方もいます。経験は異なりますが、全員が地域の一員として「支え合い」や「つながり」を大切に、熱意を持って活動しています。

本号が皆様のお手元に届く頃は、地域の自治会長及び連合自治会長に推薦のお願いをさせていただいている頃かと思えます。お忙しい中お手数おかけしますがよろしく願いいたします。また、推薦の声が掛かった皆様、不安はあると思いますが、困った時は地区会長や先輩委員など周囲の民生委員も一緒に考えます。ぜひ一緒に活動しましょう。

なお、民生委員・児童委員は、相談する人の秘密を守ることが法律で定められています。ご相談の内容や秘密が第三者に漏れることはありませんので安心してご相談ください。また、ご不明なことなどありましたら、緑区役所福祉保健課運営企画係（☎930-2328）までお問い合わせください。

緑区民生委員児童委員協議会事務局
(緑区役所福祉保健課運営企画係内)

地域ケアプラザを訪ねて

鴨居地域ケアプラザ

鴨居地域ケアプラザは鴨居地区・竹山地区・白山地区にお住まいの方々が「住み慣れた地域で自分らしく」をモットーに個々に寄り添い、地域に寄り添う事を第一に考え、各連合自治会・地区社会福祉協議会・民生委員児童委員協議会などと協力・連携しながら活動しております。コロナ禍で生まれた新しい事業を2つご紹介します。

【お散歩マップ】

外出の機会が減り、フレイルも心配される中、地域の方の協力を得て、鴨居・竹山・白山地区内の名所を回るお散歩コースをマップにして紹介を始めました。毎月新しいコースが更新され、地域ケアプラザのブログからのダウンロードもでき、毎月楽しみにされている方もいらっしゃると思います。実際に歩かないと分からないクイズもあるので、皆さんも一度チャレンジしてみてください。



【たび友さんぽ】

認知症や疑いのある方におでかけや交流の機会を持ってもらいたいと実施しております。地区内のキャラバンメイトさんを中心に散歩に寄り添ってくれる仲間「たび友フレンズ」を募集し、一緒にお散歩を楽しみ交流を深めています。「認知症になっても大丈夫！」を合言葉に自分らしく生活できる地域づくりの第1歩を踏み出しています。

【お問合せ】

鴨居地域ケアプラザ 045-930-1122

主任児童委員活動報告

十日市場団地地区主任児童委員は、地区の民生委員・児童委員と連携して活動をしています。

地域の活動としては、小学生の朝の登校の見守りや“こども村”の協力、そして“ささえ愛プラン”の一つでもある“お茶のみ会”のお手伝いをして多世代に渡り地域の方々との交流を深めています。

子ども達と一緒に過ごす“こども村”は新治西部地区との共同の事業です。地域のボランティアの方々と子ども達が将棋、パズル、手芸などいろいろな遊びを楽しんでいます。新型コロナウイルス感染予防により少しの間お休みをしていましたが、人数制限や検温・消毒を守りつつ再開しています。地域の子供達の居場所の一つとして安全で安心して過ごせるよう地域の方々と一緒に協力していきたいと思っております。

主任児童委員 平良 美枝子
古屋 紀美代





おめでとうございます!



長きにわたる活動の功績により、多くの民生委員・児童委員が表彰されました。

(敬称略)

○全国民生委員児童委員会会長表彰

(令和3年10月26日 受賞)

〈永年勤続民生委員・児童委員〉

- | | |
|-------------|----------------|
| 小嶋 清美 (東本郷) | 柳下 美穂 (鴨居) |
| 長島 豊子 (白山) | 戸川 陽子 (新治中部) |
| 小熊 富美 (山下) | 三浦 文子 (山下) |
| 福見 豊子 (三保) | 小林 政義 (新治西部) |
| 小林 恵 (新治西部) | 石川 多美 (十日市場団地) |
| 高橋すみ糸 (霧が丘) | 井上 敏正 (長津田) |
| 佐藤 英一 (長津田) | 知里口純夫 (長津田) |
| 奈良 陽子 (長津田) | 福田 栄子 (長津田) |
| 前田 實 (長津田) | |

○横浜市社会福祉功労者市長表彰 (令和4年3月25日 受賞)

〈永年勤続・活動功労 20年〉

松浦 正義 (新治西部) 上田 公代 (霧が丘)

〈永年勤続・活動功労 15年〉

羽鳥 節子 (十日市場団地) 井上 宏子 (長津田)

〈永年勤続・活動功労 10年〉

鈴木 義男 (三保) 大村 律子 (十日市場団地)

○緑区社会福祉大会顕彰 (令和4年3月25日 受賞)

安田 信子 (山下) 加藤 栄子 (新治中部)

澤地 逸美 (新治中部) 荒井 史子 (新治西部)

柿添恵美子 (白山) 用澤いつ子 (霧が丘)

○横浜市社会福祉協議会会長顕彰 (令和4年3月25日 受賞)

松浦 正義 (新治西部) 上田 公代 (霧が丘)



【新治中部地区とは…】

- ・中山駅を中心に4町内7自治会からなる。
- ・若い世代の流入が多いが、早いスピードで高齢化が進む。
- ・民生委員・児童委員26名、主任児童委員2名で活動する。
- ・月一回の定例会でそれぞれの地区の活動を報告し合う。



中山地域ケアプラザ
イメージキャラクター

中山地域ケアプラザ

【地区社協と共に】

- ・ひとり暮らし高齢者を対象にバスハイク、食事会を開催。100人程度となり、皆さん楽しみにしている(コロナ禍で中止)。

【連合自治会と共に】

- ・全地域対象に「ふれあいフェスティバル」を開催。子どもから高齢者を対象にレクリエーションを行ったり、防犯・防災評語の表彰式を行う(コロナ禍で中止)。



地区だより
新治中部地区

新治中部地区民生委員児童委員協議会

【各自治会と共に】

- ・サロン・ささえあいカードの世話役。
- ・各行事への協力。

【担当地域では】

- ・日常生活の話を聞き、支援を必要とする方を行政や包括支援センターとつなげる。

【今後の課題】

今期が始まると同時にコロナ禍となった。行動は制限され、行事が開催されず人々の孤独化・孤立化が心配される。問題は山積であるが私たちは経験不足であり、力不足を感じる。しかし、人と人とのつながりを大切にお役に立ちたいと思う。

新治中部地区 加藤 栄子



緑区役所



コロナ感染症が発生して早3年目となり、2月24日にはロシアによるウクライナ侵攻が始まってしまいました。戦争は絶対に反対です。「てぶくろ」という本

を読んでください。売上の一部をウクライナへの支援に回すことができます。早く世界が平和になり、リモートではなく対面で楽しく会話できる日がくることを願っています。

山下地区 渡邊 節子