

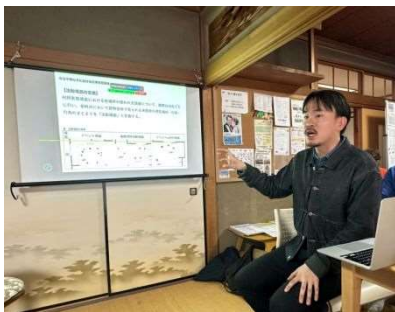


城田茂久氏の研究報告を受けて

地域ケア勉強会 3.28 で感じたこと

小出 聡

3月28日、東京都立大学大学院・都市環境科学研究科・建築学域・竹宮研究室の城田茂久氏を講師に迎え、第53回地域ケア勉強会を開催した。通所サービスB型事業をテーマに、研究者・市民・市長・市職員が立場を超えて交差する、非常に濃密な時間となった。



城田氏は、ひらや照らすにおける丹念な利用実態調査を通じて、空間の使われ方、人の滞在のあり方、関係の生まれ方を精密に分析された。その結果、ここが単なる「サービス提供の場」では捉えきれないことが明らかになった。浮かび上がったのは、「制度」「関係性」「居場所」が重なり合うことで初めて生まれる、“人を孤立させない力”である。



26年4月号
 城田氏研究報告(要点)はこちら
 (27年3月まで)

私は、一昨年、国立市北で発生した痛ましい事件を踏まえ、「通所サービスB型のような地域の居場所の役割を改めて見直す必要がある」と発言した。ひらや照らすが持つこの「孤立させない力」は、その存在意義の大きさを示していると考えたからである。

城田研究によって明確になったのは、制度だけでも、関係性だけでも不十分であり、それらが重なり合う場にこそ本質的な価値があるという現実である。この認識を、市側・市民側の双方が共有していくことが求められている。

続くパネルディスカッションでは、濱崎市長、三好紀子代表、城田氏がそれぞれ行政・現場・研究の立場から率直な意見を交わした。市長からは地域主体の取り組みへの強い期待が示され、三好代表からは現場で育まれる関係性の価値が語られ、城田氏からは研究と実践の往還の重要性が指摘された。

また、市民参加のワークショップでは、「人の気持ちが開く場所」「役割が自然に生まれる場」「時間の余白が関係を育てる」といった声が上がリ、ひらや照らすの本質が生活者の言葉で共有された。

一方、世界ではホルムズ海峡封鎖に伴う資源リスクが現実味を帯び、物価上昇が日々の暮らしを圧迫し始めている。こうした変化は、外出や交流の機会を減少させ、地域ケアの基盤を静かに弱体化させ、「見えない孤立」を生み出す可能性がある。

だからこそ、孤立を防ぎ、制度と地域をつなぎ、関係性を育む「通所サービスB型事業を含む地域の居場所」の価値は、これまで以上に高まっている。

ひらや照らすは、その最前線にある実践である。今後も国立市、社会福祉協議会、地域の皆様と力を合わせ、この小さな場から、大きな希望を紡いでいきたい。

今月は
5/28

イベント紹介 お抹茶の日

初めて、一人で、という条件はなかなかひらやの門を入りにくく勇気がいるかもしれませんが、でも大丈夫、狭い世の中ですから不思議なくらい誰かと何かで繋がっているものなのです。



お抹茶の部屋は静か、と思われるかもしれませんが、いつも賑やか。なんとなれば、お作法は抜き、その人なりの味わい方でよいのですから。お菓子とお茶を飲む以外はお話することになりますよね。

何といってもお茶の中でビタミンCを一番多く含んでいるのがお抹茶だそうですから、これからの暑さに負けないためにも是非お勧めしたいです。

お抹茶の日は 毎月第四木曜日 午後2:00~3:30

この間 出はiri自由です

[長谷川 恵子]

～ お抹茶の日に参加して～

国立市に住んで24年、昨年からはマンションの副理事長をしている。団塊世代で企業戦士として、「亭主元気で留守がいい」の生活をしてきました(笑)。

地域とのつながりが大切と妻からアドバイスで、ひらや照らすのイベントに来ました。

「シネマ照らす」「ほっとサロン」に参加し、先月末「お抹茶の日」に初めて参加、世話役の皆さまの優しい対応、気持ちよい対話のときに感動しました。会員になり、これから楽しく元気に活動していきたいと思っています。

[喜寿77歳の誕生日にて 松浦 悟]

今月は
5/20

大切な人との別れや変化を抱える方へ

～ ひらや照らすのグリーフケアのすすめ～



社協の清水幸代CSWからお声がけをいただき、1月からひらや照らすのグリーフケアの集いに参加しています。国立市役所福祉総合相談窓口で日々多様な相談を受ける中で、私の学びや経験が少しでも役立つのではと思ったことがきっかけです。

私がグリーフケアに関わるようになったのは、父との突然の別れを経験したことでした。深い悲しみと向き合う中で、生と死を丁寧に学びたいと考え、大学院でグリーフケアを専門的に学びました。

グリーフ(悲嘆)は、大切な人との別れだけでなく、ペットとの別れ、離婚や関係性の変化、認知症等の病気による機能の喪失、仕事や役割の喪失など、人生の中で起こるさまざまな“変化”から生まれる自然な反応です。そして、その揺れ動く気持ちを自分のペースで整理し、少しずつ心を整えていくプロセスを「グリーフワーク」と呼び、自分自身をそっとケアしていく大切な時間でもあります。

ひらや照らすの集いは、やわらかな光と木の温もりに包まれた空間で、思い出を語ったり、気持ちを言葉にしたり、ただ静かに過ごしたりと、自然にグリーフワークが生まれるひとときです。大切な人との別れをはじめ、人生の中で起こるさまざまな変化や喪失を抱える方が、自分のペースで心を整えられる場です。ひらや照らすと一緒に過ごしてみませんか。

[国立市役所 福祉総務課 清水 美穂]

《5月のわくわく会議》

「防災訓練、やります!」
市役所の防災出前講座で
学びましょう
5/8(金) 14:00-15:30

《5月のひらや会議》

運営会議
5/9(土) 10:15-12:00
総会(福祉会館4F)
5/16(土) 9:00-12:00

《6月のシネマ照らす》

映画『卒業』
その結婚、ちょっと待ったああ!
について語り合いましょ
6/4(木) 13:00-15:30

「社会参加」って なに？

高齢者の健康にとって大切なのは、食事と運動と社会参加だそうです。これらをおろそかにすると、いつの間にかフレイル状態に。中でも社会参加が大切。家に閉じ籠ってばかりでは、足腰が弱る、世間の動きに疎くなる、心の健康にも良くない、と言う。

「出かけたいがどこへ行こうか？」そんな時、みんなの「ひらや」があります。

「ひらや照らす」には、色々な経歴、いろいろな活動の人が多士済々。お話し好きもいっぱい。会って、話して、くつろぐ。知らず知らずのうち、心の隙間が埋められていくような・・・ それは、集うみんな、イベント参加者だけでなく、当番も同じ。

そう！ 当番！ 当番は更にもう一つ、人のお世話をします。鍵開け・お掃除・お茶入れ・・・やってみればそんなに難しくない。手分けしてするのでつらいほどのことは何もない。プールに飛び込むようなもの。こわそう、溺れないだろうか？ 全然！ 先輩に教わっていくつかの約束事。だんだん慣れる・・・ 何よりも、多くの人と出会うお陰で、顔なじみがいっぱい。

かつて感じた「入りにくい」が解消されます。我が家がもうひとつ増えたような。

人のお手伝いをする 人のお世話をする 人の役に立つ・・・ 「人に喜ばれる、感謝される」ってこんなにうれしいこと？ これぞ「社会参加」！？

終えて帰り道は、そこはかと夕餉のかおり・・・ この満足感はどこから？ 当番って、「人のため」と思っていたけど、「誰のため」だったんだろう？

[今村 和義]

くまさんの安曇野日誌 26年4月

いまこの安曇野の地では、山に春の農作業開始のサイン「雪形」（山肌の残雪に雪解けで露出した黒色模様、常念岳の常念坊など）もみられる頃となり、一方で朝夕の寒暖差は大きくストーブを使う日もまだあります。



常念岳の勇姿

この間、中央図書館の絵本読み聞かせの中でわらべうた遊びをさせてもらったり、「安曇野でわらべうたを伝える会」も数回もたれ、作成した小冊子『わらべうた(遊び)を地域の中で』も好評です。また数年前より仲間と始めた畑はいま畝作りを終え、先日はジャガイモや里芋の定植を、またこの連休からは夏野菜の準備などしていきます。

移住の先に考えているのは、子どもを中心に母さんや父さん、地域の方がホッとできる場、自然とかかわり日本の文化にも触れられるそんな機会をと、本気で考えています。一方で加齢に伴う体力や注意力の衰えもあり、先日は車で移動中に縁石に乗り上げる事態にも。自然とつながる静かな時を大事に、ゆったりとした流れの中で身体や心の声を聴くこと。いまの課題のようにも思えます。



[たなか ゆうじ]



facebookでも情報を発信しています

《編集後記》

ひらやの庭にヒマワリの種を食べに来ていたシジュウカラがピタリと来なくなりました。小鳥観察人(私です)の話では、5月は巣作り、抱卵、生まれた雛への餌やりで忙しいといひます。人間が与える餌よりも雛の成長に必要な高タンパクな虫を探すらしい。大丈夫、6月になったら嘴の黄色い小鳥と戻って来ます。ひらやの里の総会は5月16日。



イベントカレンダー



水 木 金 土

今月の俳句

晴天に杖つき歩く新緑路



歌子

お待ちかね
防災訓練
やります



			1 百歳体操 10:30-11:30 認知症予防ゲーム 13:00-14:00	2 ほっとサロン 10:30-12:30 (参加費 150円) 産前産後のいどばたカフェ 13:00-15:00 (茶葉代100円)
6 おやすみ	7 シネマ照らす 「ウエストサイド物語」 12:45-15:30	8 百歳体操 10:30-11:30 わくわく会議 「防災出前講座」 14:00-15:30	9 Klin照らす 福社会館前集合 9:00~ 運営会議 10:15-12:00 おれんじ メモリーカフェ 13:00-14:30 (飲物代100円)	
13 百歳体操 10:30-11:30 フレイルサロン 14:00-15:30	14 桜の木細工(200円) (予約不要) 桜染めワークショップ (予約要) 10:00-12:00 ひきこもり家族会 親の居場所 14:30-16:00	15 百歳体操 10:30-11:30 (数独を楽しむ会はお休み)	16 総会のため クローズ 総会は 福社会館4F 大ホール 9:00-12:00	
20 百歳体操 10:30-11:30 グリーンケア 15:00-16:00	21 健康サロン 10:30-12:00	22 百歳体操 10:30-11:30 ひげさんの ゆめなつかしものづくり 13:30-15:00 (材料費200円)	23 地域ケア勉強会 10:00-12:00 かんたん氣功教室 14:00-15:00 スマホ照らす 15:00-16:00	
27 百歳体操 10:30-11:30 ひらや フレイル予防の会 13:30-15:30	28 桜の木細工(200円) (予約不要) 桜染めワークショップ (予約要) 10:00-12:00 お抹茶の日(参加費 300円) 14:00-15:30	29 百歳体操 10:30-11:30	30	

「ひらや照らす」の成り立ち

昭和54(1979)年、故吉川照子さんは緑の豊かさに魅力を感じ、終生の地として国立市を選び、移住されました。

平成27年2月に逝去され、遺言により「老人福祉の目的で利用する」「建物や樹木を可能な限り現状のまま使用する」等を条件に市へ寄贈されました。

開所時間

毎週 水・木・金・土曜

10:00-16:00

祝祭日はお休み
スタッフが2~3名で
お待ちしております

イベントなどの最新情報は
facebook で発信中。

<https://www.facebook.com/hiraya.terrace/>

アクセス ☎ (042) 800-1661

〒186-0003 国立市富士見台2-38-12



① 国立福祉会館前へつなぐバス
② 国立高校前へ立川バス