

発行日/2018.1.1

嘉麻市社協だより

えかごよ

No.143

～鴨生町公民館～
お正月の飾りづくり



細かい作業を
楽しくやって
みんなで脳トレ♪♪

社会福祉法人 嘉麻市社会福祉協議会

〒820-0205 嘉麻市岩崎1143番地3 稲築住民センター内

TEL 0948-42-0751 <http://kama.syakyo.com>
FAX 0948-83-8005 info@kama.syakyo.com

[f https://www.facebook.com/kama.swc](https://www.facebook.com/kama.swc)



社会福祉法人
嘉麻市社会福祉協議会
会長 村上 曙生

新春を迎えて

新年、あけましておめでとうござい
ます。

みなさまにおかれましては、健やかな新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、旧年中は、本会の活動に多大なるご支援ご協力を賜り、心より厚くお礼申し上げます。

さて、本会は合併以降、独自事業の開発実施はもとより、行政からも配食サービス、市民後見人養成事業、地域包括ケア体制整備事業、生活困窮者自立支援事業などを受託し、本市の福祉施策の推進と、市民の福祉向上の一翼を担つて参りました。

また、3年前からは6つの相談センターを設置し、包括的な総合相談の実践と予防的な取り組みなどをつくり、個人や世帯が抱える様々な生活課題の解決に努めているところです。その

中で特に感じるのは、家族や親族がいらっしゃらない方や支援を頼める状況にない方が増えているということで、これからは、単身世帯を標準にして、家族に替わる支援や（インフォーマルサポート）

ト仕組みが必要なのではないかと思つています。

国が推進する高齢者分野における地域包括ケアシステムの構築、2015年に施行された生活困窮者自立支援法、2020年代初頭を目指してすすめられている我が事・丸ごと地域共生社会の実現なども、すべて地域を基盤とした取り組み（地域づくり）が重視されています。言い換えるならば、地域福祉の推進を掲げて活動する本会（社会福祉協議会）への期待があると同時に、存在意義が問われかねない状況にあるということです。

地域づくりのキーワードは「つながる」だと思います。地域住民、当事者組織・団体、関係機関、社会福祉法人、ボランティア、NPOなどが生活圏域の中でつながり、地域の課題や生活課題を発見し、解決手段を共に考え実践するという、ボトムアップによる取り組みを広げていくことが、今こそ求められていると思つています。

このような認識のもとに、本会は、今年も市民のみなさまをはじめ、行政等からの負託に応えるべく、役職員が一丸となつて努力して参る所存ですので、お一層のご支援ご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

最後になりますが、みなさまのご多幸とご健勝をお祈りし、新年のご挨拶とさせていただきます。



今月のブログ

本会では、日々の活動を紹介したり、いろいろな福祉情報を素早くお届けしたいという思いから、ホームページで、日記『嘉麻市社協のブログ』を書いています。そこから抜粋してきた記事をご紹介します。

<http://kamasyakyo.sakura.ne.jp/wp/> (ブログのアドレスが変わりました)

みんなで学ぼう助け合い

2017年11月18日(土)

軽費老人ホーム稻穂園では、毎年この時期に秋祭りを開催していました。今年は地域の方々の生活に役立つイベントにしたいと考え、11月18日に「みんなで学ぼう 助け合い」と題した講演会が開催されました。

まず初めに、川元施設長から「認知症と介護保険の仕組み」について話がありました。30名ほどの市民の方が老化と認知症の違いや介護保険を利用するまでの手順等についての説明に、熱心に耳を傾けていらっしゃいました。

その後、会場の一角に設けられた福祉用具展示コーナーに多くの方が立ち寄り、様々な福祉用具を手にとって、担当者の方に質問されていました。また、喫茶コーナーに用意されたお茶やケーキなどを食べながら、施設の方と談笑し、穏やかな時間を過ごしていました。なかには、身内や知人の介護相談などをしているようすも見られ、協議体のメンバーも多数参加されていました。



嘉麻い隊うすい(碓井地区)

碓井地区では、困ったときに相談できる、困った人に気づくことができる、そんなアンテナ役になってくださる方が地域に増えたらいいなと考えています。顔の見える関係づくりをどのように広げていったらよいのかを話し合う中で、「空き家が増えた」、「子どもの声を聞くことが少なくなった」など、昔に比べると地域が少し寂しくなったとの意見が出ました。

空き家を利用し自由に集まれるカフェや地域の人たちが参加できるイベントなど、つどいの場を生かした地域づくりを目指し、自分たちでできることを話し合っています。そのためには企業や商店、地域の方々の力が必要だと感じています。興味のある方がいらっしゃいましたら、ぜひ協議体にご参加ください。



今後の協議体について

1月12日(金) 10:00～ 西郷公民館

2月9日(金) 13:30～ 碓井公民館

3月9日(金) 13:30～ 人権啓発センター
あかつき

協議体は、どなたでも参加できます。みなさんの声を地域づくりに生かしませんか？

また、協議体の開催時間に合わせて、出張相談窓口を開設しています。介護のこと、地域のこと、何でもご相談ください。

午後からは、月2回開催している音楽の時間で、講師を務める山戸理恵子さんの演奏を聞きました。曲に合わせて楽器をならす子や口ずさむ子など、それぞれに楽しく過ごしました。また、リクエストに合わせてピアノの伴奏が始まり、子ども達がマイクを回して、歌を披露してくれました。緊張しながらもかわいらしい歌声が続き、歌い終

12月2日(土)、嘉麻北日中一時支援事業所で、クリスマス会を開催しました。

午前中は、みんなの大好きなドラえもん映画を上映し、昼食は、ナゲットやウインナーなど、自分の好きなトッピングをのせたハヤシライスを食べました。

わった後には、笑顔でハグする姿がありました。子どもたちは、サンタクロースやトナカイからプレゼントを受け取り、みんなにとって、思い出に残るクリスマス会になりました。



サンタヒトナカイが
やつてやった。

「嘉麻北日中一時支援事業所 クリスマス会」

寄稿

九州男児のこころ意気

～不登校・ひきこもり支援の視座②～

昔、私の家からそう遠くな
いところに一軒のラーメン屋
がありました。その大将は
“九州男児”を自認する、めつ
ぼう短気な性格のようでした。
た。店が忙しいときなど出前の
電話がかかつて来ようもの
なら、サツと受話器をとつて、
「いま忙しい！」と一喝、ガ
チャツ！と電話を切るという
ようなことも平氣でやつての
けていました。

支援センターでは、「ひきこ
もることを応援する」とい
う思いのもと、社会に出る
準備ができるいないのに無
理に出る必要はないと考
えています。家族支援より
当事者支援を中心に、当事
者の気持ちに寄り添いたい
と思っています。一人で不安
な気持ちを抱え込まず、一
緒に考えさせてもらえま
せんか。

先月号に続き、不登校に
関する現場などで活動さ
れている宇部フロンティア
大学・大学院 教授の西村
秀明さんに寄稿いただき
ました。

そういうやりとりが知ら
れるにつれ客足が遠のいてし
まうのですが、私はどういう
わけかその大将と気が合つ
て、ラーメン一杯でよく話し
込んだりしたものでした。そ
うすると、気が荒く見えても
根はとても優しい気持ちの
持ち主であることも知りま
した。

もうひとり、ある九州男児

の話。彼の息子さんは不登校
で外部との接触を断ち、家族
ともシャットアウトしていて
自分の部屋の出入り口はバ
リケードを張つて入室を拒
否していました。こうして膠
着状態が続くなか、そのお父
さんは遂に業を煮やし、バリ
ケードを打ち壊して中に入
るや、息子さんを前にして
「いつたい誰のお陰で三度の
飯が食えていると思っている
のか！誰のお陰でその服が着
られていると思っているの
か！」といふまなざしがとて
も大変になつてくるものだと
解いていくまなざしがとても
大変になつてくるものだと
うことを教えてくれていま
す。そのお父さんは、その後、
とても真剣に不登校の子ど
もたちの支援活動に取り組
まれておられます。九州男児
のこころ意気を感じさせてく
れる素敵な親父さんです。

人間の性格には様々な側
面が宿っています。いま、この
場では、その側面の何を必要
としているのか、情況を読み
解いていくまなざしがとても
大変になつてくるものだと
うことを教えてくれています。
す。そのお父さんは、その後、
とても真剣に不登校の子ど
もたちの支援活動に取り組
まれておられます。九州男児
のこころ意気を感じさせてく
れる素敵な親父さんです。



にしむら
西村
ひであき
秀明さん

山口中央児童相談所、山口県宇部健康福祉センター、山口県精神保健福祉セ
ンターにおいて、子どもの不適応問題から精神障がい者の地域援助、認知症の心
理リハビリなど、多方面の支援に尽力。「ひきこもり家族の会」を主催、NPO法人
Nest理事・アドバイザー、山口県犯罪被害者・加害者調停センターの調停人等を
務め、2003年からは宇部フロンティア大学及び大学院教授として長年に渡り、不
登校・ひきこもりに関する現場で活動している。著書に、「ひきこもり その心理と援
助 単行本」(出版社: 教育史料出版会)、「子どもの心理 親の心理—子育てはこ
ころ育て」(出版社: 教育史料出版会)がある。

地域のホットニュース



嘉穂劇場で開催された筑豊地区大会のようす

演劇を通して伝えたいこと

平成29年度福岡県高等学校総合文化祭演劇部門筑豊地区大会にて、稲築志耕館高校演劇部が優秀賞を受賞しました。3年生が引退し、現在11名で活動されています。受賞作品の「私×私たち」[emotions]の練習を見学しました。様々な事情から苦しい状況に追い込まれ、生きることを見失った主人公の心の葛藤を擬人化した作品です。

部員全員で作ったオリジナルの脚本で、「生きて」という思いが伝わ

ることを表現しています。嫌いなところや好きなところの全て含めて受け止めて「ありのままの自分で大丈夫なんだと思ってもらいたい」との願いが込められています。

また、対立した関係に見えて、それぞれ方が違うだけで、主人公を守りたいという願いは同じであることなどが描かれています。お互いの思いを理解し合う難しさと大きさについて考えさせられました。

部員の一人は、「もし主人公のようないい思いをしている人がいる」としたら、「一人で抱え込まないで、自分のことを諦めないでほしい」と話されました。

取材を通して、日常の中で感じる言葉に現すことの難しい思いが、スッと心に届いてきました。演劇は、見る人の感性で解釈するからこそ、素直に思いを受けとることができます。今後も、地域の方と一緒に、演劇部の活動を応援したいと思います。

社協だよりクイズ



「広報紙えがお」を読んで、次のクイズにお答えください。正解者の中から抽選で2名の方に、図書券（千円分）をプレゼントします。

問題

協議体 嘉麻い隊うすいでは、困った人に気付くことができる、何役が地域に増えたらいいなどと考えているでしようか。

- (1) ジャッジ役
- (2) アンテナ役
- (3) 子役

応募方法

①クイズの答え、②広報紙の感想、③郵便番号・住所、④氏名、⑤年齢、⑥電話番号をご記入の上、1月31日（必着）までにハガキ、またはEメールにてご応募ください。

●送付先 〒820-10205
嘉麻市岩崎1143番地3

嘉麻市社会福祉協議会

E-mail:tiiki@kama.syakyo.com

●前号のクイズの答え

(3) 約20kg
一夜城まつりで、本会に寄せられたリングブルは約20kgありました。

●応募のあつた方から社協だよりの感想をいただきま

したので、紹介します。
・編集後記のスタッフのイフリストで顔を想像しながら読んでいます。今月の一冊も楽しみです。
・色々な事が書いてあり、読むのが楽しくなります。

※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

成年後見制度を利用すると、戸籍に載ってしまいますか？



成年後見制度を利用すると、戸籍に載ってしまいますか？

以前の「禁治産」「準禁治産」の制度では、その旨が戸籍に載っていましたが、平成12年4月から施行された新しい成年後見制度では、戸籍への記載が廃止されました。その代わりに、本人や成年後見人など限られた方からの請求があれば、後見・保佐・補助の権限や任意後見契約の内容が記載された「登記事項証明書」が発行されるようになりました。

穂の里 さくら学園にて、もちつき交流会が行われました。本会のかまボランティア・市民活動センターに登録している個人ボランティアさんやともしび会の方々19名が参加しました。

もちつきは、入所者や地域の方が杵を持ち替えながら行いました。初めは、慣れない作業にタイミングがなかなか合いませんでした。相手に合わせて声をかけ合うことで、徐々にペースも上がり、会場からはたくさんの声援が起きました。また、職員が行つた目隠しもつづきでは、スピード感のある息の合った様子に、アンコールの声がかかるほど盛り上りました。

その後は、「親指で形を整えながら丸めていくといいよ」と、コツを教えてもらいうがら、あんこや

12月9日（土）、社会福祉法人嘉穂の里 さくら学園にて、もちつき交流会が行われました。本会のかまボランティア・市民活動センターに登録している個人ボランティアさんやともしび会の方々19名が参加しました。

社会福祉法人嘉穂の里 もちつき交流会

きなこ、大根おろしもつくりました。

参加したボランティアさんからは、「地域の方との楽しい交流の場になつております」や「けがもなく、無事に終えることができ、お手伝いできてよかったです」との感想をもらいました。



ボランティア募集情報

駅伝ボランティアの募集

県内の子どもたちが学年や勝ち負けに関係なく楽しく走る、ふくおか子ども駅伝in嘉麻が開催されます。

この大会で、運営を手伝ってくださるボランティアスタッフを募集しています。



日 時 平成30年2月18日(日)

8時～15時

集合場所 山田生涯学習館(嘉麻市上山田1347-10)

活動内容 テントの設置、コース運営など

募集締切 平成30年1月19日(金)

備 考 屋外の活動のため、防寒対策をお願いします。

デイサービスでの話し相手

NPO法人良創夢 嘉麻良創夢デイサービスセンターでは、話し相手やレクリエーションのお手伝いをしていただける方を募集しています。



日 時 隨時(月～土曜日)

※詳しい時間帯については、調整いたしますのでご相談ください。

場 所 嘉麻市良創夢デイサービスセンター
(住所:嘉麻市飯田511-1)

内 容 話し相手、レクリエーションのお手伝い

備 考 動きやすい服装でご参加ください。

お問い合わせ / かまボランティア・市民活動センター 0948-42-0751

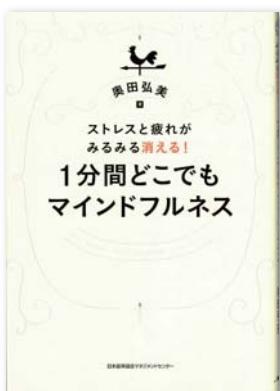


ストレスと疲れがみるみる消える！

1分間どこでもマインドフルネス

著者 奥田 弘美さん

発行所 日本能率協会
マネジメントセンター



り、次にやるべき仕事や活動の事を考えたりと、脳は休む間もなく思考しています。その思考に応じて同時に感情も変動し、知らないうちにストレスを蓄積しています。

意図的に何も考えない時間を作り出すことで、脳の緊張をとり除き休息させ、疲れやストレスを和らげる方法がマインドフルネスです。一般的に瞑想やヨガの手法を使います。

例えば、鼻先を意識し、息の流れを感じながらの呼吸法をほんの1分程度するだけで、頭が少しすつきりします。だんだんと今この瞬間に集中して、大切に過ごすことができるようになるそうです。

マインドフルネスは、グループ社やアップル社などの欧米有名企業が、能力向上のトレーニングとして職員研修に取り入れたことで有名になりました。

情報社会の中で、私たちは情報を見たり、人とコミュニケーションをとつた

(かじ)

炭鉱の記憶



漆生坑口で撮影

住人が共同で使い、外まで水を汲みに行くのが大変だったそうです。

食べるのも少なく、配給される米だけでは足りず、家の前の小さな庭でかぼちゃを栽培したり、シジミ貝や山芋を探り生活していました。また、大隈までさつまいもを買いに行つても、売り切れいふことが多く、毎日苦労したと話されました。

「こんな時代があつたなんて、今では想像がつかないでしょう」と、笑顔で当時の生活を振り返られました。Aさんのご主人は、三井山野鉱業所漆生炭鉱で炭車の切り離しの仕事をされていました。1番方、2番方、3番方といわれる3交代制で、24時間続けて勤務することもありました。

終戦後は、仕事を求め全国から人が集まり、住宅が不足していましたことから、義姉家族と長屋で同居しました。1部屋を分け合い、約働く夫を温かく支える妻たちの姿を想像しました。



漆生葉月の長屋での様子

が、子どもにとつての共同浴場として、2番風呂に入る綻でした。故郷で思い出すのは、当時近くに共同浴場があり、自宅にお風呂があつてもタオルを首に巻き、同級生と仮面ライダー気分で良く行つたことです。1番風呂と2番風呂があり、体をきれいにして2番風呂に入る綻でした。

私が健在なので、たまに故郷に帰ると、何かが違うと感じることがあります。昔より狭く感じる自宅前の道や思いのほか低く感じる自宅の堀、町並みの景色。なにより東京とは、気候のせいだけじやなく風の匂いが違うのです。でも、夕方の風の匂いは当時と変わらず、遠賀川の土手を自転車で飯塚まで風きつて走っていた頃を思い出します。

私は旧稲築町で生まれ育ち、稲築高校卒業後進学のため1981年に故郷を離れました。コンピューター会社に就職後は、お決まりの転勤族で西日本を転々とした後に、東京に落ち着きました。住みやすかつたのは長崎と静岡で、特に毎朝富士山を眺める静岡での生活は心地よかったです。

私は故郷を離れてから、お決まりの転勤族で西日本を転々とした後に、東京に落ち着きました。住みやすかつたのは長崎と静岡で、特に毎朝富士山を眺める静岡での生活は心地よかったです。

風の匂い



東京都豊島区在住
はやた まさし
早田 将志さん
稲築町錢代坊出身

ふるさとへの手紙

No.143



は「巨大プール」の何者でもなく、最後は定番「プール鬼ごっこ」に変わるのは目に見えています、「きちんと! なんばしょつとか!」と、怒られたことを今でも鮮明に覚えています。現在は「なつきの湯」があるので懐かしく思います。

母が健在なので、たまに故郷に帰ると、何かが違うと感じることがあります。

昔より狭く感じる自宅前の道や思いのほか低く感じる自宅の堀、町並みの景色。

なにより東京とは、気候のせいだけじやなく風の匂いが違うのです。でも、夕方の風の匂いは

当時と変わらず、遠賀川の土手を自転車で飯塚まで風きつて走っていた頃を思い出します。

現在、稲築志耕館高校の同窓会東京支部をお手伝いしています。

「さて第三の人生はどうするかな?」と考えながら、英気を養っています。

「さて第三の人生はどうするかな?」と考えながら、英気を養っています。

編集後記



「ふるさとへの手紙」では、子どもの頃に感じていた風景が、大人になると思いのほか小さく感じたり、怒られた思い出も懐かしく、くすりと笑えるエピソードが寄せられました。



日中一時支援事業所のクリスマス会は、会場の飾りつけなど、スタッフと協力して準備をしました。当日、子どもたちの笑顔を見ることができ、とても嬉しい気持ちになりました。



p4では、西村秀明さんから寄稿してもらいました。今号で最後の掲載となります。読むたびに、自分の価値観を人に押し付けていないだろうかと考えるきっかけになっています。



鴨生町公民館に週1回集まって作品づくりをしているみなさんには表紙を飾ってもらいました。編み物やちりめん細工など、お互いに教えあいながら、楽しく活動されています。



炭鉱の記憶の取材では、戦後間もない頃の暮らしについて話を伺いました。炭鉱で働く人やそれを支える人の苦労があつたからこそ、今の生活があることに改めて気付かされました。



ブログには、社会福祉協議会の活動や日々のできごとを書いています。ホームページやフェイスブックから見ることができます。身近な情報を伝えていますので、ぜひご覧ください。



嘉麻市社会福祉協議会は、今後も市民のみなさまと共に地域福祉を推進してまいります。社協会員に加入いただき、福祉のまちづくりにご参加ください。

市民のみなさんと共に 福祉のまちづくりを

～平成29年度の社協会員を募集しています～

福祉のまちづくりを推進していくため、嘉麻市社会福祉協議会は会員を募集しています。市民の皆様からいただいた会費は、本会の地域福祉活動や、新たな福祉課題に対応するための事業の財源として活用します。会員は、年間を通じて募集していますので、ぜひご加入いただき、福祉のまちづくりにご協力くださいますようお願い申し上げます。

会員の種別は **個人会員** 1口 1,000円
法人・団体 1口 1,000円

入会の方法は

- ①社協窓口にお越しいただける方…窓口で入会申込書をご記入いただき、今年度分の会費をお支払いいただきます。
- ②集金をご希望される方…社協までご連絡をお願いします。地区によって集金方法が違いますので、ご案内いたします。
- ③市外の方…氏名、住所、連絡先を記入の上、現金書留もしくは郵便便子で本会まで郵送ください。

《お問い合わせ先》
嘉麻市社会福祉協議会 ☎0948-42-0751