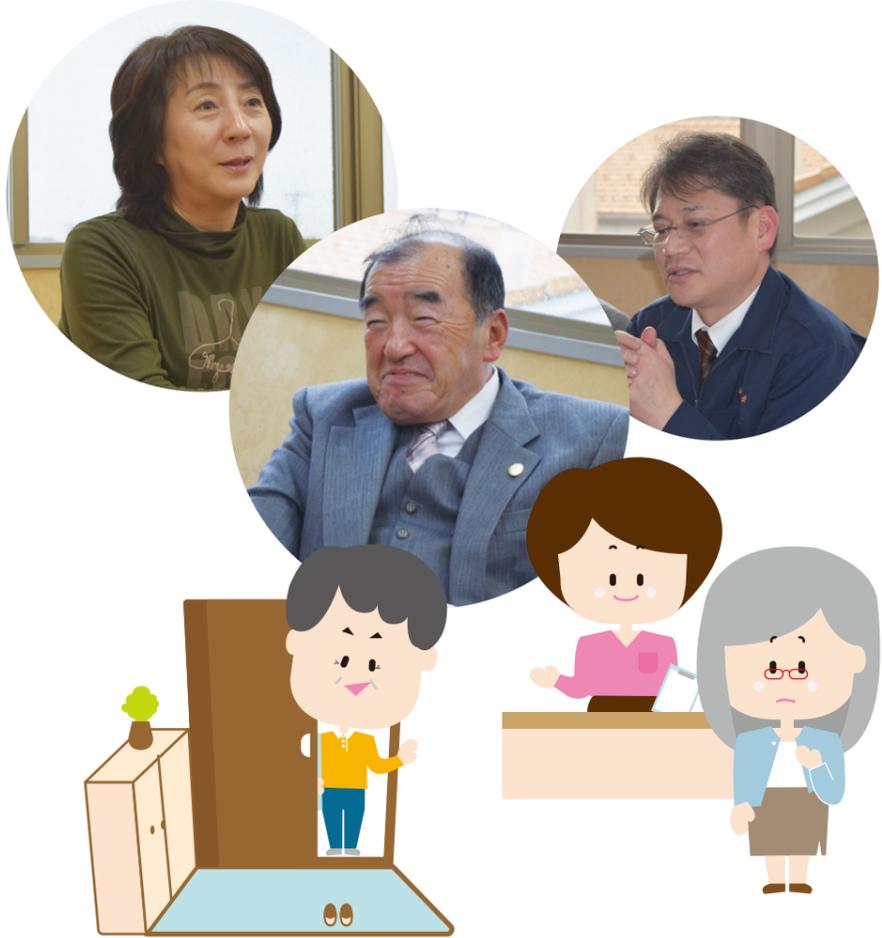


特集

# あなたの身近に 助けてくれる人がいます

ー民生委員制度ー



地域の皆さんの身近な相談相手として、100年前に制度化された「民生委員児童委員」がいます。でも、聞いたことはあっても何をしているのかよく分からないという方が多いのではないのでしょうか。

今回の特集は、黒部で活動される民生委員児童委員のお三方から、日頃の活動とこれからの地域福祉についてお話を伺いました。

## 100年続く 民生委員制度

「民生委員制度は今年100周年を迎えますが、まだまだ住民の皆さんにはなじみが薄いのが現状ですね」と話す田村豊嗣会長に対し、「ましてや主任児童委員は全然知られていませんよ」と話すのは、吉田博明主任児童委員です。大辻菊美副会長も「私も当時、民生委員児童委員（以下、民生委員）を引き受けて初めて知りました。普段の暮らしでは直接関わることが少

ないですからね」と話を続けます。3人が口を揃えて「知られていない」と言う民生委員は、地域住民の相談に応じたり、福祉サービスへのつなぎ役として、市内の各地域、町内ごとに担当世帯を受け持っています。黒部市では、民生委員が113名、児童福祉について重点的に取り組む主任児童委員が15名、そしてすべての民生委員は児童委員を兼ね、1期を三年間として厚生労働大臣から委嘱されて活動しています。

## 日頃の積み重ねで 築かれる信頼関係

「知られていないから毎日がPR活動なんです」と話す吉田委員は「先輩方から引き継いだ民生委員活動は100年もの歴史があります。しかし、民生委員という看板、肩書きで活動ができるわけはありません。だからこそ、住民の皆さん一人ひとりと地道に寄り添って顔をつなぎ信頼関係を築いていくのです」と強調します。

信頼関係を深めるには時間がかかります。大辻副会長は「1期目は、あつという間でした。初めの頃は、ひとり暮らしの高齢女性に親しみを込めたつもりで苗字ではなく名前前で呼んだら叱られたりした経験もあります。けれども、心配ごとを親身に聞き、素早く福祉機関に連絡して、サービス利用が始まると、今度は深刻な悩みを打ち明けられたり、失敗と支援を積み重ねて、少しずつ気軽に話をしてくれるようになりましたね」と日々のコミュニケーションの大切さを実感しています。

## 地域を変える働きかけ

住民に寄り添う活動の中で、隣近所と付き合えない世帯や最低限の外出しかしない人など、地域との関

## 黒部市の民生委員児童委員のすがた

(平成28年12月10日現在)

人数 民生委員児童委員 98名 合計 113名  
主任児童委員 15名

任期 1期目…61名 2期目…29名 3期目…12名  
(1期3年) 4期目…8名 5期目…1名 6期目…2名

平均年齢 民生委員児童委員 64.0歳 合計平均 62.3歳  
主任児童委員 50.8歳

性別 男性 42名 女性 71名

民生委員は幅広く活動しています

- 一人暮らし高齢者等の福祉サービス申請の手続きやとりまとめ
- 避難行動要支援者実態調査及びマップ作成
- 心配ごと相談の相談員
- 各種関係事業への事業協力・参画
- 福祉サービスの証明事務 など



左から：大辻副会長、田村会長、吉田主任児童委員

係が疎遠になってきているのではないかと、生活スタイルや意識の変化を感じることもあるそうです。

一方、田村会長が担当している田家地区では「最近ではボランティア活動が活発になり、配食サービスなどを通して気になる方の情報が入ってくるようになりました」と嬉しい変化が起きているそうです。

「民生委員には守秘義務がありますので、プライバシーや個人の秘密は絶対に守らなければなりません。命や暮らしの維持に必要な日常生活での見守り活動などでは、地域ぐるみで情報を共有するように努めています」と、地域との協力体制が欠かせないと話します。

活動レポート

冬は「あったか雪募金」の  
応援をお願いします  
感謝を伝える  
「ありがとう運動」

10月1日から12月31日まで市内各地で赤い羽根共同募金運動を行いました。黒部市共同募金委員会では募金の呼びかけとともに使われ方についても説明し、募金を活用している団体が感謝の気持ち伝える「ありがとう運動」にも取り組んでいます。  
1月1日から3月31日までは、「除雪」という地域課題を解決するしくみ「あったか雪募金」を行っています。除雪方法や活動の流れを確認するための「一斉雪かきDAY」を今月開催する予定で、雪かきボランティアの参加者を募集しています。  
赤い羽根共同募金は「じぶんの町を良くするしくみ」です。できることから始めませんか。



地域の方の情報を大切に共有しています(若栗地区の民生委員)

大辻副会長は「荻生地区には高齢化率の高いエリアとそうでないエリアがあります。地区の広報紙に町内別の高齢化率を載せたら、高齢化率の高い町内で『なんとかせんならんわ』と話題になったと聞きました。目に見える情報を提示することで、住民が自分たちで課題に気づき、お互いに協力し合わなくてはならないという意識が高まったのかもしれない」と感じているそうです。  
しかしながら地域の課題はますます多様化しています。これからの黒部では、どのような福祉活動が求められていくのでしょうか。

あったか雪募金のじぶんの町を良くするしくみ

地域の課題は地域で解決するしくみづくり



すべての人たちの福祉

「私が民生委員活動に携わった当時は、高齢者福祉の支援が多く見受けられました。今は子どもも福祉、またその家族などの支援にも国や市町村が力を入れるようになってきました。子どもや子育ての支援を専門に行っている主任児童委員の役割はますます重要になるでしょうね」と田村会長は話します。

大辻副会長は「すべての人の福祉を考えていかなければなりませんね。生まれてから人生の終わりまで関わるのが『福祉』だと思います」と話します。

「地域の福祉を支えているのは民生委員だけではなくて、多くの支援者やボランティアさんの力があります。そういう方々の活動しやすい環境づくりや制度なども整えていかないと担い手が不足していつてしまおうと思いますね。福祉に関わる人たちの声を聞きながら、私たちには支援策を共に考えていく役割もあります」と吉田委員は話します。

田村会長は「人は、なかなか他人に相談できないような悩みや不安を急に抱えることがあります。そ



優しく丁寧に相談にのります(田家地区の民生委員)

んな時に地域にいる民生委員に相談してみようかと思いついてもらえたらいと思っています。私たちの存在をまずは知ってもらいたいというのが一番の希望です」と話されました。  
地域を支える地道な活動は、皆さんにとって普段あまり目につかないかもしれませんが、皆さんが地域での暮らしに困ったときに民生委員が相談役となり、色々な関係機関などにつながり重要な役割を担っています。なくてはならない存在であり、だからこそ100年も前から今まで続く地域を支える大切な『民生委員制度』なのです。  
民生委員の活動にはたくさんのご苦労がある中で、お三方のお話からは、活動の中で体感する人とのつながりの楽しさと地域を支える使命感を強く感じました。

まずは、自分の地区の  
担当民生委員を  
知るところから始めませんか

各地区担当の民生委員は黒部市社会福祉協議会ホームページに掲載しています。下記HPをご覧ください。お問い合せください。

<https://www.kurobesw.com/>  
TEL.0765-54-1082(担当:佐渡)



100周年のシンボルマーク

民生委員のマークには、  
優しい思いが詰まっています

民生委員・児童委員のバッジなどに用いられているこのマークは、幸せのめばえを示す四つ葉のクローバーをバックに、民生委員の「み」の文字と児童委員を示す双葉を組み合わせ、平和のシンボルの鳩をかたどって、愛情と奉仕を表しています。



お知らせ

内山地区 一斉雪かきDAY ボランティア募集

内容	内山地区で除雪活動が困難な世帯や支援が必要な場所に対して、地区と協力しながら除雪作業を行うボランティアを募集します。	参加費	無料(昼食を準備しております)
開催日時	平成29年2月18日(土) 9:00~13:00	定員	50名
開催場所	内山地区周辺 (内山公民館集合)	締切り	2月13日(月)まで
		申込み	黒部市共同募金委員会 TEL.54-1082 担当:杉本まで
		持ち物	動きやすい洋服でお越しください。 着替えやタオル、手袋をご用意ください。

この事業は赤い羽根共同募金「あったか雪募金」の助成金により実施されています。

### 来て見てヤンバイ映画館

開催時間:13:30から 入場無料

2月14日(火) 「男はつらいよ 葛飾立花伝(第15作)」  
出演:渥美清 浅丘ルリ子  
場所 荻生の館

### 今月の相談日

民生委員児童委員と心配ごと相談 **ご予約不要**  
行政相談員と行政相談

黒部市福祉センター 2月14日(火)13:30~15:30 (金屋464-1)  
黒部市立中央公民館 2月9日(木)13:30~15:30 (宇奈月町浦山2100-2)

弁護士と法律相談 **予約受付2月1日より**  
黒部市福祉センター 2月21日(火)13:30~15:30  
※お一人につき同じ相談内容の場合は3回までとさせていただきます。

富山県東部生活自立支援センター **予約受付2月1日より**  
生活自立支援相談  
黒部市福祉センター 2月13日(月)10:00~11:30

### イベントpick up! 高齢者の元気づくり事業

#### ノルディックウォーキングで 楽しく運動しよう! 第5・6回(※全6回の予定)

ポールを持って歩く誰でも簡単にできるウォーキングです。  
薬膳ランチを食べて、体の中からも元気になりませんか?

第5回 平成29年2月10日(金)  
10:30~13:00(ランチ付き)

第6回 平成29年2月28日(火)  
13:30~15:00(ランチなし)

[集合場所] 黒部市福祉センター  
[持ち物] 内履きズック、外履きズック、飲み物、タオル  
ポール(持っておられる方)

[講師] 黒部市社会福祉協議会 運動指導員  
小森亜希子

[募集人数] 10名程度  
[対象年齢] 65歳以上の方  
[参加費] 第5回:1,000円(食事代含む)  
第6回:300円(入館料)

お申し込み・お問い合わせは  
黒部市福祉センター受付 TEL.54-1082



### イベントpick up!

#### 元気づくり事業 囲碁・将棋大会開催

2日間にわたって囲碁・将棋大会を行います。  
入賞者には豪華景品もご用意しております。

平成29年3月3日(金)・10日(金)  
[時間] 9:30~15:30  
[場所] 黒部市福祉センター 大広間  
[対象者] 市内在住の概ね60歳以上の方  
[参加費] 1,500円(2日間の入館料・昼食代含む)  
※申し込みは3月1日(水)まで

お申し込みはこちら  
黒部市社会福祉協議会 TEL.54-1082

### ふくし スマイル ワーカー

スマイル  
Vol.38



訪問看護ステーション ささや木  
看護師

木下 千亜紀さん(36)

#### Q.訪問看護はどのような仕事ですか?

A.病気やケガの療養をしている方のご自宅を訪問し、  
診療の補助や身の回りのお世話をします。血圧の変動  
や抵抗力低下などのリスクを専門的に予測しながら、  
入浴介助や身体の清拭などを行うことが多いです。

#### Q.気を付けていることは?

A.ちょっとした寒暖差や空気の乾燥、季節や環境の  
変化、暮らしぶりに、患者さんの体調はダイレクトに  
影響を受けることをひしひしと実感しています。そこ  
で、寒くなってきたから脱衣所にも暖房を用意しよ  
うとか、体力が落ちてきているから医師に連絡しよ  
うとか、小さなトラブルを未然に防いだり早めに対  
処したりするように心掛けています。

#### Q.訪問看護の魅力は?

A.病院での看護経験と違い、一人ひとりの患者さん  
にじっくり時間をかけ、継続して関わるところで  
す。患者さんの生活の一部に私たち訪問看護がある  
というところに魅力とやりがいを感じます。

### 催し物と休館日のご案内

黒部市福祉センター 利用時間/ 8:30~16:30

#### 2月の催し物

11日(土)	日本海歌謡研究会歌と踊りの祭典	10:30~
18日(土)	あおいバラサークル	10:30~
19日(日)	こぶしカラオケ愛好会	10:30~
25日(土)	カラオケうた仲間	10:30~
26日(日)	はまなすカラオケ&踊り	10:30~
28日(火)	黒部市老連カラオケサークル	10:30~

休館日 毎週月曜日(6日・13日・20日・27日)・12日(日)

#### 3月の催し物

3日(金)	囲碁・将棋大会(1日目)	9:30~
4日(土)	日本海歌謡研究会歌と踊りの祭典	10:30~
8日(水)	やまびこ発表会	10:30~
10日(金)	囲碁・将棋大会(2日目)	9:30~
11日(土)	魚津カラオケ友好会歌謡ショー	10:30~
12日(日)	カラオケあえの風	10:30~
18日(土)	北川歌謡ショー	10:30~
19日(日)	歌謡パラダイスふれあいショー	10:30~
25日(土)	こぶしカラオケ愛好会	10:30~
26日(日)	黒部民謡友の会 民謡・民舞	10:30~

休館日 毎週月曜日(6日・13日・20日・27日)

#### 今月のクラブ

囲碁・将棋クラブ  
金曜日(3日・10日・17日・24日)

元気カラオケクラブ  
木曜日(2日・9日・16日・23日)

### 今月の湯

入浴時間 10:00~16:00

- 2月 1日(水)~ 5日(日) ..... お花畑のお風呂
- 2月 7日(火)~12日(日) ..... アルカリ泉の湯
- 2月14日(火)~19日(日) ..... 酵素のお風呂
- 2月21日(火)~28日(火) ..... ココナッツオイルのお風呂

誕生日のお祝いに  
センターの入浴券はいかがですか?  
11枚綴り 3,000円

町内の会合や趣味の集まりに、黒部市福祉センターをご利用ください



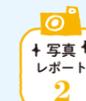
### 1年の感謝を込めて 年越しまつりを開催



12月17日(土)—黒部市福祉センター

縁日やゲームのコーナーを設け全館無料開放し  
ました。ステージでは多彩な演芸が披露され、大  
抽選会と恒例の給まぎで1年を締めくくりました。

たくさんの募金が集まりました。  
ご協力ありがとうございました。  
募金総額:143,924円



### 手作り弁当を 一人暮らし高齢者へ届けました



12月18日(日)—愛本交流館

愛本地区社会福祉協議会は70歳以上の一人暮  
らしの方40名に「困りごとのご相談はお気軽に」  
と手紙を添えお弁当を届けました。



黒部市社会福祉協議会に  
寄付をいただきました。  
ありがとうございました。

- 黒部民謡清韻会 様
- (故)吉田 弘之 様(生地)

# 福祉 くろべ

# 2月

2017

No.131



[編集・発行] 社会福祉法人 黒部市社会福祉協議会 平成29年2月1日発行

## うなづき

[場所] 黒部市宇奈月老人福祉センター

### 介護予防通所事業 生き生き倶楽部

時間/9:30~15:00  
参加無料!  
対象/65歳以上の方



日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1	2 レクリエーション	3 レクリエーション	4
5	6 自力整体	7 自力整体	8	9 自力整体	10 自力整体	11 建国記念の日
12	13 音楽教室	14 音楽教室	15	16 音楽教室	17 音楽教室	18
19	20 健康体操A	21 健康体操B	22	23 健康体操A	24 健康体操B	25
26	27 おやつ作り	28 おやつ作り	3/1	2 おやつ作り	3 おやつ作り	4

※■は休館日

## くろべ

[場所] 黒部市福祉センター

### 介護予防のための 元気はつらつ体操教室

時間/10:00~11:00  
参加費/300円(入館料のみ)  
対象/65歳以上の方



日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1 体操	2 ストレッチ	3 ストレッチ	4
5	6	7 ストレッチ	8 健康体操A	9 レクリエーション	10 レクリエーション	11 建国記念の日
12	13	14 レクリエーション	15 レクリエーション	16 健康体操B	17 アロマ・ヨガ	18
19	20	21 健康体操B	22 健康体操C	23 アロマ・ヨガ	24 健康体操C	25
26	27	28 アロマ・ヨガ	3/1 体操	2 レクリエーション	3 体操	4

※■は休館日

時間/10:00~  
健康体操A・・・石田みどり先生  
健康体操B・・・村田あゆみ先生  
自力整体・・・稲田 清美先生  
音楽教室・・・岡島 聡子先生



#### 目のパチパチ体操で目の不調を改善しましょう

目の周りの筋肉を鍛えることで血流を促進できます。

#### 〈目の体操〉

- ①目をギュッと閉じて、パッと開く
- ②眼球を上・下・右・左と順番に動かす

#### ポイント

- ・顔は正面を向いたまま動かさないで行う
- ・目安は10秒前後

お問い合わせは生き生き倶楽部の  
担当:山内まで TEL.(0765)65-1820

福祉・ボランティアに関することは

黒部市社会福祉協議会

http://www.kurobesw.com/

●本所 黒部市福祉センター内  
〒938-0022 黒部市金屋464-1  
TEL.(0765)54-1082(代表) FAX.(0765)52-2797  
TEL.(0765)57-1089(ケアセンター・ホームヘルプセンター)  
Eメール kurobesw@ma.mrr.jp

●宇奈月支所(東部包括) 黒部市宇奈月老人福祉センター内  
〒938-0862 黒部市宇奈月町浦山2111  
TEL.(0765)65-1165 FAX.(0765)65-9533  
Eメール tobu-houkatsu@kurobesw.jp

時間/10:00~  
健康体操A・・・樋口 瞬先生  
健康体操B・・・児玉 巧先生  
健康体操C・・・酒井 良維先生  
ストレッチ・・・仁科 在重先生  
アロマ・ヨガ・・・村田あゆみ先生  
レクリエーション・・・炭田 亮子先生  
体操・・・小森亜希子先生

## 編集後記

寒いですね。カゼなどで体調を崩していませんか。暖かな春が待ち遠しくなりますが、それはまだ先の話。寒さに負けず冬を楽しみたいものです。取材で感じるのとは何か熱心に取り組んでいる方は元気だということ。うがい手洗いで予防しつつ、取材先で元気を分けていただき英気を養いたいと思います。

編集 中野



[黒部市の人口] 41,798人 [65歳以上の人口] 12,507人 高齢化率 29.9%  
H28.12.31 現在

## 特集 あなたの身近に助けてくれる人がいます —民生委員制度—

地域の今を届ける密着レポート/赤い羽根共同募金運動

写真レポート/年越しまつり

連載/ふくしスマイル・ワーカー

etc.

今月の表紙 味噌作り — 寒さの中、温かい笑顔で手作りしていました (東布施地区 あじさいの会のみなさん)

この広報誌は一部共同募金の助成金により発行されています。