

「わからない」に寄り添う
外国人も暮らしやすい地域に



家城香織さん



2017
6月 Vol.135



【編集・発行】 社会福祉法人 黒部市社会福祉協議会 平成29年6月1日発行

うなづき [参加費] 150円(入館料のみ)



介護予防通所事業
生き生き倶楽部
黒部市宇奈月老人福祉センターにて

[時間] 9:30~15:00 [対象] 65歳以上の方

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
				健康体操C	趣味講座	
4	5	6	7	8	9	10
	自力整体	健康体操B		レクリエーション	レクリエーション	
11	12	13	14	15	16	17
	詩吟教室	詩吟教室		詩吟教室	詩吟教室	
18	19	20	21	22	23	24
	健康体操A	健康体操B		健康体操C	レクリエーション	
25	26	27	28	29	30	7/1
	口腔体操	口腔体操		口腔体操	口腔体操	
2	3	4	5	6	7	8
	健康体操A	レクリエーション		健康体操B	自力整体	

時間/10:00~11:00

※ 休館日

- 健康体操A 石田みどり先生
- 健康体操B 村田あゆみ先生
- 健康体操C 岡崎 明子先生
- 自力整体 稲田 清美先生
- 詩吟教室 能登 玲子先生
- 趣味講座 簡単! 版画ポストカード作り(実費100円)

くろべ [参加費] 300円(入館料のみ)



介護予防のための
元気はつらつ体操教室
黒部市福祉センターにて

[時間] 10:00~11:00 [対象] 65歳以上の方

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
					自力整体	
4	5	6	7	8	9	10
				体操	体操	
11	12	13	14	15	16	17
		体操	自力整体	健康体操A	アロマ・ヨガ	
18	19	20	21	22	23	24
		自力整体	健康体操A	自力整体	体操	
25	26	27	28	29	30	7/1
		健康体操A	体操	音楽療法	音楽療法	
2	3	4	5	6	7	8
		体操	アロマ・ヨガ	健康体操B	体操	

時間/10:00~

※ 休館日

- 健康体操A 岡崎 明子先生
- 健康体操B 牧野 和子先生
- アロマ・ヨガ 村田あゆみ先生
- 音楽療法 畠山 悦子先生
- 自力整体 稲田 清美先生
- 体操 小森亜希子先生

読んで楽しく

健康
ミニ
コラム

リンパマッサージで
体調を整えましょう!

リンパは体の中の老廃物を回収し排泄します。溜まった老廃物を流すことで、体調の改善や老化を予防することができます。

- ①伸びをする…疲労回復
- ②大股で歩く、1分間正座をする…むくみ解消
- ③椅子に座り、後ろを振り向くように上体をひねる…腰痛や便秘改善

お申し込みは黒部市宇奈月老人福祉センター
TEL.(0765)65-1820 担当:山内まで



今月の表紙

梅雨の時期になりました。子どもたちは雨上がりにワクワクしながら水たまりを眺めています。雨でも楽しそうに歩いている子どもたちに出会うと、私たちが明るい気持ちになります。
編集 橋本

福祉・ボランティアに関することは

社会福祉法人 **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・黒部市東部地域包括支援センター 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

ちよこ情報

【黒部市の人口】41,838人 【65歳以上の人口】12,581人 高齢化率 30.1% H29.4.30 現在



特集

「わからない」に寄り添う

外国人も暮らしやすい地域に



やさしい日本語での対話を通じて、日本に住む外国人の学びのお手伝いをするボランティアグループ「日本語教室 in 黒部」。

活動の中で大事にしていることは、「わからない」って言えますか? という言葉でした。今回の特集では、この言葉の真意から「誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくり」について考えてみます。



「わからない」って 言えますか?」

私たちは、福祉くるべの特集で「地域での外国人の暮らしや生活の困りごとはどんなことだろう」というテーマで取材に行きました。

日本語教室 in 黒部では、国際文化センターコラーレで月2回、地域で生活している外国人に日本語や日本の文化を学ぶ手助けをしたり、仕事や暮らしの中での悩みを相談したりできる場としての活動を行っています。約2時間の活動で、外国人と日本人が一緒にテーマに沿って考え学び合っています。

この教室を運営している代表の家城香織いさぎ かおりさんが私たちに「わからないことがあると、すぐにわからないと言えますか」と尋ねてきました。「たとえば日本人同士でも話をしていてわからないと思っても、実はなかなかその場でわからないって言えないんですね。何となく『うんうん』とつなずいてしまつて本当はわかつていないことがあります。まずは、この教室では、外国人でも日本人でもわからないことをしっかりとわからないと言え、そしてお互いに分かり合えるように伝えるということを徹底しています。そんな雰囲気をつくるのが大切だと思つています」と家城さんは話します。

実際の活動を見ると、外国人参加者から「〇〇ってなんですか」「わかりやすく教えてください」

「と、新しいことを知りたい」という積極的な姿勢が何度も見られました。また、サポートは「どんな言葉を使ったらわかつてもらえるだろうか」「どんな表現がいいだろうか」と、常に相手を思いながら接していました。この教室は、参加者同士がわかり合えるまで対話を重ねる場でもありました。

困りごととは一緒に

最初に取材した教室では、市内外で生活する外国人から日本での生活や仕事に関すること、子育ての悩み、日常生活でのルールでわからないことなどの不安や困りごとが挙げられました。参加者からは、日本に来る前に、救急車を呼ぶ方法を学んだが、実際に救急隊員とやりとりすることは難しく、夜間1人で過ごすことに不安を感じているという話も聞きました。「聞けない・話せない」という不便をインターネットで買い物をするなど、現代の知恵で乗り切っている面もありました。しかしそれだけで困りごとを全て解決することはできず、かえって誰にも相談できず、孤立してしまうこともあるとわかりました。

その次に「誰もが暮らしやすい理想のまち(わたしたちの新しいまち)」について話し合いました。その中で感じたことは、外国人が考えていることと私たち日本人が考えていることはとても

似ているということでした。例えば、「バスがもっと多く走ってほしいです」と、公共の乗り物が有効に活用でき、移動しやすいまちを理想とする意見や「夜間でも明るい道が多い安全なまちで生活したい」という意見が出ました。さらに、「スポーツやダンス、カラオケなどみんなで集まって楽しめる場が増えてほしい」など生きがいや集う場づくりも提案されました。これらは、私たち社会福祉協議会が各地区で地域住民の皆さんと行ってきた座談会などで出た地域課題とほぼ同じような意見であることに気づきました。



約30名の外国人が教室に登録し、約10名の日本人サポートと学び合っています

特集

「わからない」に寄り添う

言葉以外の壁

「生活の中でいつも使っている言葉やさしい日本語で伝えてほしいです。そうすれば、もっと日本人と仲良くなれて、友達が増えて、毎日が楽しくなります」と話す人がいました。

また、「ごみの出し方を誰にも聞けず、違った出し方をしてはいけないと思い、部屋にゴミを溜めている外国人もいました。日本人同士であっても、ごみの出し方で迷っている人に収集日や分別方法を伝えるといった、ちょっとした声かけで安心できることがあるのと同じように、身近に声掛けや手助けをしてくれる人がいれば、外国人にとっても安心でき、住みやすいまちとなります。

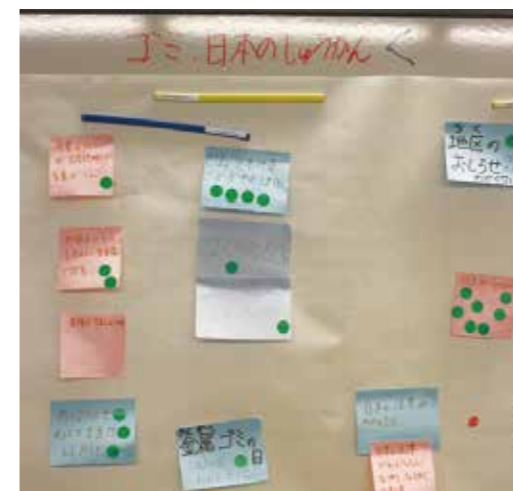
しかし、私たちは知らない外国人に、日本語で話しかけられても身構えてしまうことの方が多いと思います。外国人を見て、話しかけづらい雰囲気を出して距離を置くことすることが、言葉の壁以上に大きな障害になっているのかもしれない。

「誰もが安心して暮らせるまち」に

日本に来る理由は様々ですが、共通していることは「日本で自分らしく暮らしたい」と考えていることです。自分らしく生きるために、インターネットを活用したり、働いて技術を身につけたり、

けたり、趣味でみんなと集まり歌を歌い、ダンスを踊っている人もいます。こういった中で人とのつながりをつくり、日本で生活する外国人は相談できる場所を知り、相談できる人を増やしていきたいと思っています。

外国人と会話をするときに最も大事なことは、お互いにわからないことを素直に「わからない」と言える関係を築き、わかりやすく丁寧な会話ができる環境をつくることです。そして、私たち日本人が自分の日本語を見直し、わかりやすいやさしい日本語を使うことです。「やさしい日本語で外国人と会話するには経験が要りますが、まずは自分の話し方を意識することから始めてみるのも良いです」と家城さんは話します。このことを私たちが心掛けることで、国籍に関係なく誰もが住みやすいまちへとつながっていきます。



困っている事を知り、一緒に解決方法を見い出さなくてはいけないと感じます

地域に住む外国人に限らず、この地域に住んでいる子どもから高齢者まで全員が地域住民です。

誰もが困ったときに「教えくれませんか」と気軽に聞ける関係づくりは、普段のちよとしたコミュニケーションから始まります。今回の特集を通じて、相手を思いやり、身近なことから始めることが、「誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくり」にとって大切なことだと学びました。



参加者は、日常生活に不安を抱えながらも明るく参加していました

ふくしスマイルワーカー

福祉に携わる人のお仕事拝見!

スマイル Vol.41



たんぼぼ薬局 黒部店
薬剤師
おおばやし まいか
大林 真衣加さん(28)
好きなこと
ドライブ(長野県まで旅行にも)



ご自宅に訪問し、お薬の飲み忘れがないか確認しています

たんぼぼ薬局で働き始めたきっかけは?

私は岐阜県高山市の出身なので、岐阜県に本社があるたんぼぼ薬局を就職先を選びました。最初の配属先が黒部店で、今年で5年目になります。

普段はどんな仕事をされていますか?

患者さんから処方箋を受け取り、薬の飲み合わせのチェックをしています。認知症の方が1人で来られた時など、気になる患者さんについては医師に確認の連絡を入れたり、患者さん自身にも連絡をとり、様子をうかがうこともあります。また、介護保険サービスの居宅療養管理指導も行っています。

写真レポート



4月26日(水) 音沢公民館

介護予防教室で心も体も元気に!

ごえん
背伸びをすると喉の奥の筋肉が鍛えられ、誤嚥防止になることなど体操をしながら多くの知識が得られました。



3月15日(水) 親水の館

地区の将来を考える場となりました

田家地区住民座談会が行われました。5年後、10年後を見据え、地区をよりよくしていくために参加者が積極的に意見を出し合いました。

民生委員児童委員と心配ごと相談

行政相談員と行政相談 予約不要

黒部市福祉センター(金屋464-1)
6月13日(火) 13:30~15:30
黒部市立中央公民館(宇奈月町浦山2100-2)
6月8日(木) 13:30~15:30

弁護士と法律相談 予約受付/6月1日より

黒部市福祉センター(金屋464-1)
6月20日(火) 13:30~15:30
同じ相談内容の場合は、
お一人様につき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

生活自立支援相談 予約受付/6月1日より

黒部市福祉センター(金屋464-1)
6月12日(月) 10:00~11:30

今月の相談日

6月

6日(火) #なんでもや~楽団b 10:30~
7日(水) こぶしカラオケ友好会 10:30~
16日(金) フラサークルイルマフラダンス 10:30~
休館日 ・毎週月曜日(5日・12日・19日・26日)
・6月10日・11日・17日・18日・24日は
敬老会の為、入浴のみ利用できます

※10日・17日・24日の福祉バス(土曜コース)は
運休です。ご不便をおかけして申し訳ございません。

7月

1日(土) カラオケうた仲間 10:30~
8日(土) 魚津カラオケ友好会 歌謡ショー 10:30~
15日(土) 華の会 歌謡ショー 10:30~
16日(日) 北川歌謡ショー 10:30~
22日(土) 高山舞踊研究会 踊りの集い 10:30~
26日(水) こぶしカラオケ愛好会 10:30~
28日(金) 藤間流華松会 日本舞踊 11:00~
29日(土) 歌謡パラダイス ふれあいショー 10:30~
30日(日) YKK社友会歌謡同好会 10:30~

休館日 ・毎週月曜日(3日・10日・17日・24日・31日)
・2日・23日は敬老会の為、入浴のみ利用できます

黒部市福祉センター [利用時間] 8:30~16:30
[入浴時間] 10:00~16:00

催し物と休館日のご案内

赤い羽根共同募金の報告

黒部を想うお金が
たくさん集まりました



黒部市共同募金委員会では、2016年10月1日から3月31日まで、「じぶんの町を良くするしくみ」をスローガンに、街頭募金やイベント会場などで募金の呼びかけを行いました。また、黒部市内の多くの方々からご協力をいただき、募金額は昨年度より上回ることが出来ました。

平成28年度 募金総額：7,383,223円

戸別募金	5,069,035円	イベント募金	334,115円
学校募金	222,295円	その他の募金	569,345円
法人募金	594,150円	街頭募金	179,430円
職域募金	414,853円		

たくさんのご協力ありがとうございました。



来て見てヤンバイ映画館

[開催時間] 13:30から 入場無料

6月20日(火)

「のぼうの城」

出演:野村 萬斎 佐藤 浩一

場所 三日市公民館

今月のクラブ

囲碁・将棋クラブ

金曜日(2日・9日・16日・30日)
夏場所(ミニ大会) 23日

元気カラオケクラブ

木曜日(8日・22日)

手芸部 木曜日(15日)

誕生日のお祝いに
福祉センターの入浴券はいかがですか?

11枚綴り
3,000円

活動レポート

参加者募集中!

元気づくり事業「手芸部」が始まりました!

4月20日(木)から黒部市福祉センター研修室で手芸部の活動が始まりました。

毎月第3木曜日に参加者が材料を持ち寄り、自由に作る事ができます。今回は、豊の縁を使って、カードケースやポケットティッシュカバーを作りました。参加者同士で教え合ったり、自分たちのペースで作ることができ、好評でした。次回は6月15日(木)午前10時~午後4時まで活動します。興味のある方の参加をお待ちしております。

pick up!
参加者の思い思いの作品が出来上がります。



完成!

おしらせ
第12回 黒部市社会福祉大会
大会の詳細は、来月号でご紹介いたします。
平成29年 7月22日(土)
[時間] 13:30~(予定)
[場所] 黒部市国際文化センター
「コラーレ」カーターホール
黒部市社会福祉大会は赤い羽根共同募金の助成金を受けています。

あったか雪募金
平成28年度 募金総額 116,635円
学校募金 14,077円
イベント募金 28,000円
個人募金 1,000円
市内募金箱 72,688円
その他の募金 870円
一斉雪かきDAYなど除雪支援に役立つことができました。ありがとうございました。

イベントPICK UP
高齢者の元気づくり事業
ポールウォーキングで
楽しく運動しよう!
平成29年
6月2日(金)・9日(金)・16日(金)
23日(金)・30日(金)
[時間] 13:30~15:00
[場所] 黒部市福祉センター
[持ち物] 内・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
[対象] 65歳以上の方(20名程度)
[参加費] 300円(入館料)
お申し込み・お問い合わせ
黒部市福祉センター受付 TEL.0765-54-1082