

さりげなく、ともに生きる！！
「おもいやりの町、しもすわ」をめざして。



発行人・渡邊末廣

編集・社会福祉法人下諏訪町社会福祉協議会

雪が降ったら
ボクたち、私たちの出番だ!!



下諏訪北小学校5年2組(中澤純彦
教諭)では、雪かきボランティアに登
録して、一人暮らしの高齢者宅や高齡
者世帯の雪かきのお手伝いをして、皆
様に大変喜ばれています。
できることからボランティア、始め
てみませんか？

ボランティア講演会のお知らせ

～ 震災から学ぶ ～

「きずなの力」

と き：平成25年3月9日(土)

午後2時00分～午後3時30分

ところ：下諏訪総合文化センター 小ホール

主 催：下諏訪町ボランティア連絡協議会

講 師：JA新ふくしま 代表理事専務 菅野孝志さん
JA新ふくしま 女性部部長 長沢順子さん

内 容：防災ずきんについての他、被災地支援や福島
の現状なども講演されます。震災の時は、おにぎ
りを避難所で延べ98,741コも握ったそうです。

※この講演会は、ボランティア連絡協議会の研修会も兼ねています。

また直前まで、同会場で開催されています。

終わるまでロビーでお待ちいただくことがありますので、ご承知ください。



講師の長沢さんは、「バスタオルで
作る防災ずきん」を最初に作り始め
た方であり、ずきんについては講演
会でもふれられます。
震災から2年。この講演会を、あの
震災を振り返る機会にしてみたい
かがでしょうか？



参加者募集中!!

男性介護者のつどい

～同じ立場だから、うちあけられる
介護の「ながま」つくりませんか～

今や、介護している男性は介護者全体の3割を超えて、全国で100万人以上になっています。男性介護者にとって食事づくりや買い物など、家事が大きな負担となり、また悩みになっているようです。日頃の介護から少し離れて、悩み・思いなど同じ立場の者同士で一緒に語り合いませんか。お気軽にぜひご参加ください。



つどいは、2～3カ月に1回、1時間半～2時間くらいの時間で開催を考えていますが、参加希望者の皆様と調整しながら、決めていきたいと思っております。

ご希望があれば、送迎もいたします。

※参加ご希望の方は、下記までお電話ください。

ご参加お待ちしております!!

～介護をひとりで
抱え込んでいませんか～

家族介護者交流事業

在宅で介護されている介護者の皆様を対象に、当事者同士の交流や情報の共有、心身のリフレッシュを目的として、日帰り・一泊二日旅行や施設見学などの勉強会、体操教室などを実施しています。(年6回実施)



年に1回、1泊2日旅行も計画しています。

“がんばる人”ほど、介護を抱え込みがち…。介護はチームワークが大事。専門家や同じ経験をしている方々の力を借りましょう。

また、ぜひ交流事業に参加して、介護者同士苦労を分かちあい、楽しくリフレッシュしましょう!!

※参加ご希望の方は、下記までお電話ください。

〈問い合わせ先〉

下諏訪町社会福祉協議会

担当：福祉活動専門員 中村 裕二

TEL.27-8886 FAX.27-0890

寄稿

知ってほしい

わが愛しの い せい じん 偉星人

その81

スペシャルニーズ

「スペシャルニーズの赤ちゃん虫が、頭の中に入っちゃったんだよ…」

その時、6歳の娘が偉星人の兄のことをこう表現しました。思わず笑ってしまいました…でも、こんなに娘が兄を理解し、受容してくれていることに驚きもありました。

その日も自閉症の息子は、私たち健常者にとっては些細な事ですが、「いつもと違う」というこだわりからかパニックに陥ってしまいました。初めてそれを目撃する人は、「なんてわがままなんだろう。」と評されるに違いありません。でも妹は違うのです。生まれた時からずっとお兄ちゃんを見ていて、お兄ちゃんを感じ方や感性がすでに独特の世界観にしていることを知っています。それを自然に受け入れてもいます。

…勿論、妹も徐々に健常者の世界に入って行って、「あれ…？これが普通の世界なのか…？」と、我が家が特異であることに気づくでしょう。

その時のために母は、いつか妹にもお兄ちゃんのことを説明しなければならない、と覚悟していました。そして、その日が来たとき、母はこう伝えました。

「お兄ちゃんはスペシャルニーズをもってるんだよ。」スペシャルニーズっていうのは、赤ちゃんでも、お年寄りでも、その他にも助けてあげないと大変な人たちがいて、そういう人のことを「スペシャルニーズをもってる人」というんだよ、とも。

そして、困った人や困った状況の方を見かけた時に、スペシャルニーズがあるんだね。助けてあげようね。と言っていくうちに、娘は自然にこの言葉を理解していったようです。

でもやっぱり、兄妹ですから、「スペシャルニーズをもっている」だけの理由じゃ、腑に落ちないこともよくあります。妹も、唇を噛みしめて泣いたり、怒って食いついて行ったりすることだってあります。兄も、そんな真剣な妹の表情に戸惑い、終いには譲ってくれたこともあります。兄妹がいて良かったなあ…とそんな成長を見ながらしみじみと感じます。

スペシャルニーズは自分に関係ない、と思われる方もいらっしゃるかもしれませんが、でも、私も、妊娠中、大きなお腹を抱えていた時には、確かにスペシャルニーズがあったし、大きなトランクを抱えて階段を上がらなければならなかった時、助けて…と叫びたくなった経験を持っています。体が不調になったとき、あるいは年を重ねたときにもそうなるかもしれません。

…願わくば、世の中のスペシャルな（特別な）ニーズ（必要）のある人、そういう状況の人がいる…ということ、いつも心にとめられる社会、子供たちが小さいうちから、経験の中で感じてもらえる社会になったら素敵だなあ…そう思っています。



暖かい温泉や、仲間とのコミュニケーションで
心身共に暖まいますよ～!

下諏訪町老人福祉センター



浴場

各種お部屋の貸し出しもしています。
お茶のみ会やお昼寝に、ぜひご利用ください!!



娯楽室(お座敷)



集会室(大広間)

当館は下諏訪町内在住の60歳以上の方でしたら無料でご利用いただけます。浴場や各種お部屋の他にも、マッサージ機や、健康増進器具なども取り揃えてあります。

日々の疲労回復の場、サークル活動の場、お仲間とのコミュニケーションの場など、健康増進のためにお気軽にご利用ください。

お問い合わせは・・・0266-28-2253 担当 きよみち 清道 あきら 章