

中部シニアライフアドバイザー協会

SLA通信

第93号

中部 SLA 協会 会長 畑島美奈子

例年なら梅雨明けの頃となる7月19日。今年はまだまだ梅雨の最中、第9回全国シニアライフアドバイザー協会会議が開催されました。当番担当協会となった中部 SLA は6年前の第4回も当番担当となっています。過去の資料を読んでみるとずいぶん前からこと細かく準備されていたことが分かります。今回も数ヶ月前から取り組んではいましたがきめ細かさには欠けていたかもしれないと反省もしています。

とにかく、全国4協会が顔を合わせて「特設電話相談」や各協会の抱える問題を話し合えたのは意義あることであったと考えています。

けれども6年前とは議題にされている事柄に大差はなくてもその発言内容には微妙に差が出てきたと感じています。「特設電話相談」に対しては積極的に進めていきたい思いながらも社会全般の流れとしての必要性に後退する面があること。そして大きな問題は電話相談事業に限らず、各協会の活動を狭めている会員の高齢化。もっとも、この高齢化問題と会員減少の問題は6年前にも取り上げられている問題でもあります。

中国 SLA 協会は関東 SLA 協会の支援を受けながら SLC(シニアライフコーディネーター)養成講座を実施して会員数を増やしていきたいとの発言がありました。

中部 SLA 協会もこの先の協会のあり方を具体的に話し合っていかなければならない時期に来ていることを感じる一方で、何とかこの全国会議を盛り立てようとたくさんの会員の皆さんが会議の手伝いだけでなく懇親会にも参加していただいたことに感激しつつ閉会いたしました。



《お知らせ》

第47回全国一斉特設電話相談「シニアの悩み110番」を開催いたします



052-332-3139

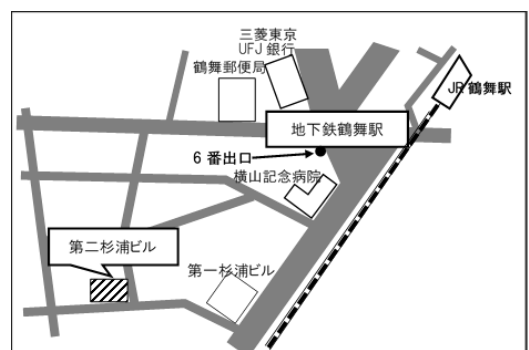
日時：令和1年9月28日(土)・29日(日)
10:00~17:00

相談室：中区千代田3-16-11第2杉浦ビル2F

※相談員の皆様は28日・29日両日のご都合の良い日を下記までお知らせください。

・大歳(090-7852-7073)・宮地(090-8957-7231)まで

※相談員以外の方も是非見学に相談室へおいでください。



2019年協会主催セミナーを開催いたします

恒例のセミナー「こころ豊かなセカンドライフのために」を11月24日（日）に開催いたします。愛知淑徳大学教授の松本佳津先生に「健康で長生きの暮らしのために」の演題でお願いできることになりました。講演豊富な先生がインテリアと高齢者との関係性をお話しくさいます。チラシを同封いたしました。会員の参加は勿論、周りの皆さんを沢山誘っていただいて今年のセミナーも成功させましょう！

エンディングノート部会パートⅡを立ち上げます

エンディングノート「マイライフプラン」を世に出して5年。もうそんなに？そう、本当に時の過ぎるのは早いものです。5年前とは法律や制度の改正もあり、高齢者を取り巻く環境も変化しております。簡単に書きやすいエンディングノートをつくり日々の活動のツールとなれば良いと考えています。是非参加ください。詳細はチラシをご覧ください。

研修会を開催いたします

テーマ：「介護入所・入居施設選び…総支払・必要額はいくら??？」

講師：佐藤勝人 SLA 会員

日時：10月11日（金）13:30～15:00

会場：イーブルなごや3F 中会議室



PC 部会定例会

毎月第3金曜日 PM1:00～会議室にて開催予定。ホームページの更新及びそのための学習会

※パソコンの無料相談を開催しています。どんな相談内容でも構いません（但し解決できないこともあります。ご了承ください）

このゆびとまれ第9回例会

食欲とスポーツの秋！東山公園でちょっとお洒落なランチとお散歩に出かけませんか？

日時：2019年10月8日【火】AM10:00～PM3:00頃

集合場所：東山動物園正門前（地下鉄東山公園下車）

解散場所：東山植物園星ヶ丘門

費用：動植物園入園券 500円（市内在住者 65才以上 100円）

昼食：『ガーデンテラス東山』1,300円～

申込み先：白井恭子 0568-52-7580 090-8470-7573

申込み締切：10月5日（土）

《 報 告 》

地域部会 三河部会

何かを求めて渥美半島へ 空は青空 海は紺碧

6月25日なのに朝ドラ？訂正「なつぞら」の今日。

三河の5人は、集合場所の「めっくんはうす」（田原市の道の駅）

で小切れのメロンを楊枝で串刺して、頬張っていたのではなく、

召し上がっていた。「食と健康について」のテーマで愛知の食糧

地帯の視察？第一歩は腹ごしらえ。その後、一行を載せた車は2

59号を南進、車中では、ヤシの街路樹と海の南国情緒に「ここ、私の故郷、錦江湾とそっくり」などと、弾む会話で伊良湖崎ビューホテル。いつの日か、ヤシの実が流れ着いた海岸線・大海原をおかずに昼食。帰路は、東海岸の赤羽根の道の駅に立ち寄り満腹。皆さん「野菜の出来は良かったよ！」



電話相談部会学習会

9月28、29日の電話相談を控えて、8名が出席しました。2019年から相続法が改正され、段階的に施行されることをふまえ、通信92号の資料を参考に、その具体的な内容について確認をしました。電話相談に大変役に立つと思われます。疑問点は、相談日までの宿題となりました。

高川 記

名古屋市教育委員会生涯学習課との協働企画講座2019年

輝けるシニアライフのために

第1回 シニアライフを笑顔で過ごそう 8月29日(木) 10:00~12:00 講師 加藤昂治

本年度は参加者が15名と少な目ではあるが、50代の受講者から80代までと幅広い構成となっています。毎年「お笑い学会」の会員でもある加藤さんの講座でオープンすることになっています。

楽しく笑って仲間づくりにはぴったりのお話です。受講生をグループ分けしての話し合いに入った時まるで話の進まなかったグループも加藤さんがその輪の中に入った途端、にぎやかな話し合いができるようになりました。さすがお笑い学会員でありSLA会員でもあると感心いたしました。畑島 記

第2回 消費者問題について知ろう 9月5日(木) 講師 斎藤立子

「SOGs ってなあに？」 耳慣れない言葉(持続可能な開発目標)の解説がわかり易くされ講座が始まった。

消費者生活センターでは近年高齢者からの相談が増えているという。

その具体例を上げながら騙されないようにするポイントをユーモアたっぷりに聞くことができた。

山田まささん出演の悪質訪問販売のビデオを視聴。その後、畑島会長演じる被害者、受講生のナレーション、講師による寸劇でしつこい業者への対応など劇を通して学んだ。

曖昧な返事がトラブルの元、「口約束でも契約は成立する」ことを改めて気づいた。「帰ってください」を3回言ってははっきり断りましょうと。有意義な講座でした。 宮地 記

第3回 頭と体を働かせよう 9月12日(木) 講師 宮地 祥子

まず認知症について話を聞き、いよいよ実践“コグニサイズ”である。頭と体を同時に使い心身の機能アップの運動。コグニサイズはステップを踏みながら、じゃんけん・しりとり・歌う・手拍子等を同時に行う。簡単そうでむづかしいが、皆さん間違えても気にせず笑いに变えて楽しく参加しておられた。講師の指導と思いが伝わっていると感しました。 白井 記



これまでの活動(6月~8月)

行事・内容	実施日・会場	参加数
第3回幹事会	6/21 集会室	幹事8名
第1回拡大会議	6/21 集会室	幹事及び部会代表者11名
PC部会	6/21 会議室	部員5名
全国会議	7/19 会議室・集会室	各協会・全国協会・中部協会 計17名
全国会議懇親会	7/19 アウル	各協会・全国協会・中部協会 計18名
第4回幹事会	7/19 会議室	幹事9名
第5回幹事会	8/16 会議室	幹事8名
研修部会	8/16 会議室	部員3名
電話相談部会	8/30 会議室	部員8名

知っておきたい高齢者のための基礎知識

認知症に対する取り組み（1）

認知症施策推進関係閣僚会議において“認知症施策推進大綱”が閣議決定されました。高齢社会の到来で認知症者の増加に対応するために、2012年9月に「認知症施策推進5か年計画（オレンジプラン）」が策定され、2015年1月に「認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）」が策定されました。そして、本年6月標記「認知症施策推進大綱」を関係閣僚会議で決定しました。

基本的考え方は

認知症の発症を遅らせ、認知症になっても希望をもって日常生活を過ごせる社会を目指し認知症の人や家族の視点を重視しながら「共生」と「予防」を車の両輪として施策を推進する。

1. 認知機能の低下のない人、プレクリニカル期…認知症発症を遅らせる取組（一次予防）の推進
2. 認知機能の低下のある人（軽度認知障害(MCI)を含む)…早期発見・早期対応(二次予防)、発症後の進行を遅らせる取組(三次予防)の推進
3. 認知症の人…本人の視点に立った「認知症バリアフリー」の推進です。

上記の具体的な施策は下記のように実施しようとしています。

- ① 普及啓発・本人発信支援
- ② 予防
- ③ 医療・ケア・介護サービス・介護職への支援
- ④ 認知症バリアフリーの推進・若年性認知症の人への支援・社会参加支援
- ⑤ 研究開発・産業促進・国際展開

※上記①～⑤について示されている具体的な内容につきましては、次回以降に順次お知らせします。

世古 記



会員特別投稿

まだまだこれから

井出勝男

正直言って、戦中生まれで今年になって後期高齢者に仲間入りした者が「未来に向かって」はないだろうとつい弱気になってしまう。そんな時はいつも、サムエル・ウルマンの「青春とは」の詩を口に出して自分を奮い立たせている。特に次のフレーズが気に入っている。「誰にとっても大切なもの、それは感動する心。次は何が起きるだろうと眼を輝かせる子どものような好奇心、胸をとぎめかせ未知の人生に挑戦する喜び」。

現役時代から、定年になったら、体力のあるうちに、四国八十八ヶ所の歩き遍路に挑戦しようと思っていた。しかしいざその時が来てもなかなか決心がつかなかった。

そんな折、実家を守ってくれていた兄が若くして亡くなり、背中を押された。あまり信仰心があるわけでもなく、始めてすぐに足にマメができてしまい、苦しいことが多かった。それでも、中止などしたら快く送り出してくれた家族にも顔が立たないと、歯を食いしばって頑張った。お接待、宿の人や歩き仲間にも励まされた。お大師様にも見守られて、何とか満願成就のやり遂げた喜びは忘れられない感動だった。

地球の裏側のインカのマチュピチュへも行った。一日以上かけて飛行機を乗り継ぎクスコに到着。そこから列車バスに乗り、あこがれのマチュピチュを丘の上から見下ろした時は感激した。立派な石積み、今も枯れることのない水の路、何千キロと続くインカの道、全てが素晴らしかった。ナスカの地上絵、イグアスの雄大な滝が、今でも眼に浮かぶ。

私は今、ボランティアで、明治にできたレンガ作りの廃線トンネルを保守整備する活動「愛岐トンネル」をしている。春と秋には大勢の人が来てくれ新緑や紅葉を楽しみ、喜んでくれていることにやりがいを感じている。

10年以上続けている駅前交番「ふれあい」、子ども見守り隊の他、中部大で聴講生 SLA（シニアライフアドバイザー）として老人問題、電話相談を受けるなど、頭と体を使い「健康寿命」を一日でも長く伸ばすべく努力している。

以前、愛岐トンネルで作業中に、2メートルほどの崖から滑落し、九死に一生を得た。その時、「お前は今の世でまだやることがあるのだぞ」と助けられたと感じた。

今後はボランティアで少しでも社会に恩返ししようと心に誓った。人生で今一番充実している。



会 員 便 り

SLA との出会い

佐藤マリ江

私が SLA のことを知ったきっかけは、中日新聞で SLA 会員のことが紹介されていた記事を読んだことからでした。とても生き生きと活動されている様子がまぶしく見えました。その記事で SLA の通信教育があることを知り、さっそく申し込みました。受講条件はただ1つ、NPO やボランティアグループで活動をしていることとありました。ちょうど私は 20 年ほど前から NPO 法人の AGGN（愛知善意ガイドネットワーク）－[愛知県を訪れた外国人観光客のボランティアガイドの会]に所属していましたので条件はクリアできました。しかし、いざ初めてみると通信教育は自分との闘いでした。毎回与えられた課題毎にレポートを提出するのですが、要点を抑えていないとやり直しとなり、修了までの期間が 1 年未満と決められていましたのでかなりきついものでした。何とか 1 年未満で合格できたときはホットしました。その後実家の父の介護などが続きブランクがありましたが、2016 年に入会させていただきました。様々な経験の持ち主である会員の皆様の活躍ぶりに驚かされています。

ところで私の住んでいる愛西市は準農村地帯で、もともと 2 町 2 村の合併でできた市です。市の約 65% が農地だと言われています。特に私の住んでいる地域はレンコンで有名で周りの多くの人たちは農作業に従事して忙しく働いています。とはいっても全てが農家というわけではなく、隣町でも役員になり手がなくて老人会が解散したり、住民の連帯意識は昔と比べて薄れてきていることも事実です。シルバー人材センターに登録したり道の駅へ野菜を出荷したり生き生きと暮らす人もいる中、一人暮らしでこもりがちな人も増えています。私自身も SLA の皆さんの活動を参考にして地域と関わっていこうと思っています。

名簿順に原稿をお願いしています。 次回は浅井昭裕さんをお願いします。

全国会議 風景



令和元年度協会活動予定（9～12月）

部会・イベントなど	日時・会場等
SLA 通信 93 号発行	9月20日（金）9:30～印刷スペース
幹事会 9月定例会	9月20日（金）10:00～12:00 会議室
PC 部会 9月定例会	9月20日（金）13:00～15:00 会議室
名古屋市守山生涯学習センター講座 畑島 美奈子	9月26日（木）10:00～12:00
第47回全国一斉特設電話相談 「シニアの悩み110番」	9月28日（土）29日（日）杉浦ビル2階
研修会：講師 佐藤勝人 SLA 会員	10月11日（金）イーブルなごや中会議室 13:30～15:00
第二回拡大会議	10月18日（金）10:00～11:00 集会室
幹事会 10月定例会	10月18日（金）11:00～12:00 集会室
PC 部会 10月定例会	10月18日（金）13:00～15:00 会議室
エンディングノート作成部会	10月21日（月）イーブルなごや中会議室 13:30～15:00
幹事会 11月定例会	11月15日（金）10:00～12:00 会議室
PC 部会 11月定例会	11月15日（金）13:00～15:00 会議室
SLA セミナー イーブルなごや	11月24日（日）13:30～15:30
SLA 通信 94 号発行	12月20日（金）9:30～印刷スペース
幹事会 12月定例会	12月20日（金）10:00～12:00 会議室
PC 部会 12月定例会	12月20日（金）13:00～15:00 会議室

※9月20日現在、日時が決定している活動のみ掲載しております。



守山生涯学習センター
講座風景

SLA ●シニアの生き生きライフを支援する
中部シニアライフアドバイザー協会