

特集 あなたのいのち守りたい……………2～4  
 介護ぬくもり……………5～7  
 福祉人材センターニュース……………8～9  
 ほっとすぽっと 望月 栄司さん ……10  
 シルバー作品展・俳句大会……………11～13  
 介護サービス情報公表システム……………14  
 広がれ！地域福祉 中央市社協……………15  
 福祉施設訪問「明山荘」……………15  
 おしらせ……………16

# やまなしの 福祉

2009年7月号



## 「打ったボールの行方はねらい通り…かな？」

ふれあいクラブ（小学4、5、6年生）の一コマ。  
 地域のお年寄りが、ゲートボールの先生です。  
 （笛吹市立石和南小学校）

撮影 松本成輔（山梨県運営適正化委員会委員長）

**発行** 社会福祉法人 **山梨県社会福祉協議会**

〒400-0005 甲府市北新1-2-12 TEL 055-254-8610 FAX 055-254-8614  
<http://www.y-fukushi.or.jp/>



この広報紙の作成費用の一部は赤い羽根共同募金  
 配分金により発行されています。

だれの目にも優しいカラーユニバーサル・デザイン  
 で制作した広報です

特集

あなたのいのち  
守りたい!

警察庁が発表した平成20年の自殺者は3万2249人となり、平成10年から11年連続で3万人を超えています。県ではさまざまな命を守る活動をしています。その一部の取り組みに

自殺率は全国最悪  
県外者ら4割占める

警察庁が発表した平成20年の自殺者は3万2249人となり、平成10年から11年連続で3万人を超えています。県ではさまざまな命を守る活動をしています。その一部の取り組みに

防ぐことのできる死  
樹海で声かけ運動

殺者の約4割を占めるとい  
う、本県の特徴がわかりま  
す。

※自殺の発生地で計上した数であ  
り、自殺者の居住地とは異なります。

3000ヘクタールの原  
生林からなる青木ヶ原樹海  
は「人と人のつながりはも  
ちろん、動物や植物の命と  
もつながる場所」と言うの  
は、県富士・東部保健福祉  
事務所次長の渡邊伊正さん  
です。

自殺予防推進大会 9月10日、県立文学館講堂

9月10日から16日までの1週間は「自殺予防週間」です。初日の10日は、WHO（世界保健機構）が定めた「世界自殺予防デー」。  
県は「みんなでいきる、みんなでささえる～山梨の自殺対策～」をテーマに、自殺予防推進大会を開催します。  
入場は無料。ご来場をお待ちしています。  
●日時 9月10日（木）午後1時30分開会  
●場所 県立文学館講堂（甲府市貢川1-5-35）  
●内容 講演・シンポジウム  
●問い合わせ先 県福祉保健部障害福祉課心の健康・発達障害担当  
電話055・223・1495 FAX055・223・1464

「いのちの大切さ」フォトコンテスト

県は自殺防止につながる「いのちの大切さ、尊さ、輝き」をテーマとする写真を募集します。入賞者の表彰は、自殺予防推進大会で行います。  
サイズはカラープリント四つ切りの単写真。自作品で未発表のものに限ります。  
○締め切り 8月21日（金）  
○応募先 県カメラ商組合加盟店（写真店）、株式会社フジカラー取扱店、県障害福祉課（〒400-8501甲府市丸の内1-6-1持ち込み可）  
詳しくは、前述の県障害福祉課心の健康・発達障害担当にお問い合わせください。



山梨県/いのちをつなぐ青木ヶ原ネットワーク会議

青木ヶ原樹海のイメージアップを図るポスター

最も高い結  
果となりま  
した。  
一方、厚  
生労働省の  
人口動態統  
計では、本  
県居住の自  
殺による死  
亡者は21  
8人。この  
ことから県  
外者や身元  
不明者が自  
殺者の約4割を占めるとい  
う、本県の特徴がわかりま  
す。

昨年6月、同所は行政や  
観光業、交通機関などを中  
心に18人で構成する「いの  
ちをつなぐ青木ヶ原ネット  
ワーク会議」を発足。自殺  
予防に取り組んでいます。  
昨年11月には、自殺を考  
えて樹海に来た人をいち早  
く発見・保護することを目  
的に、ボランティア養成講  
座を開催し、約120人が  
受講。

「自死は防ぐことのできる  
死と言われず。関係者や  
住民の連携をはじめ、相談  
支援の体制を整える活動  
は、はじまったばかりです。  
ボランティア養成講座の  
問い合わせ先は県富士・東  
部保健福祉事務所 電話0  
55・24・9035 FAX055・  
24・9037

「自死は防ぐことのできる  
死と言われず。関係者や  
住民の連携をはじめ、相談  
支援の体制を整える活動  
は、はじまったばかりです。  
ボランティア養成講座の  
問い合わせ先は県富士・東  
部保健福祉事務所 電話0  
55・24・9035 FAX055・  
24・9037

「どういった言葉で、ど  
のタイミングで声をかけた  
ら良いか」といった具体的  
な対応などを精神科医から  
学びました。  
受講したある売店店員の  
声かけが自殺を防ぎ、尊い  
命が守られた例も。

「自死は防ぐことのできる  
死と言われず。関係者や  
住民の連携をはじめ、相談  
支援の体制を整える活動  
は、はじまったばかりです。  
ボランティア養成講座の  
問い合わせ先は県富士・東  
部保健福祉事務所 電話0  
55・24・9035 FAX055・  
24・9037

自殺者の多くが、自殺の直前に発症しているという「うつ病」。そこで、うつ病の予防について、精神科医の藤原茂樹さん（藤原医院院長）に聞きました。

「うつ病とは？」

抑うつ気分を中心とした感情の病気です。抑うつ気分とは、憂うつ感、おっくう感、そして不安・いらいらがまじりあった気分です。仕事はもちろん、普段楽しめていたことが、どうでもよくなり、興味や関心が持てなくなります。

身体にも変化が起きます。普段より疲れやすくなります。身体の検査では何も異常がないのに理由もなく疲れます。不眠、特に朝早く目覚めてしまう早朝覚醒せいせいがみられます。食欲がなくて体重が減っていき、頭痛やめまいなどが生じることもあります。

心と身体の不調は1カ月も2カ月も毎日続きます。「うつ病にならないため

には？

まずストレスに気をつけることです。ストレスには家族の病気や死別など好ましくない出来事と、結婚や



藤原茂樹院長に聞く

ストレスは大敵 良質の休息とろう

子どもの誕生とか昇進という喜ばしい出来事があります。人生上の大きな変化はストレスとなります。歯痛

や夏に冷房が壊れてしまったというような、日々の煩わしさもストレスになります。こうしたストレスが生じた時、その存在に気付いて問題を解決するにはどうしたらよ

いかを考え、実行するということ対処が必要です。これを問題解決型の対処行動と言います。

また悪いことが起きると、自分のせいにして、1つ悪いことがあるとあらゆることがすべて自分の能力や適性がないからと決め付けてしまう傾向の方がいます。そうした場合は、たまたま、とか他人のせいと気楽に考えても良いのです。こうしたストレスと、その対処に気をつけることが予防です。

ただし、昔から何も理由やきっかけがなく、突然始まるうつ病があることも知られています。「うつ病になったら？」うつ病は気の持ちよう

はありません。怠けているのではないのです。自分の心や身体が思うようにならないほど、エネルギーが低下している状態ですから質の良い休息が必要です。

薬も効果がありますが、専門機関への相談が必要になります。治療に数カ月はかかりますが、この間、人生上の重要な決定は延期したほうが良いでしょう。仕事をやめるとか、離婚する

というようなことを、迷惑をかけているからと決めたがる方が多いのです。これが新たなストレスになってしまいます。「家族や周囲の人ができることは？」ご家族にもうつ病を適切に理解してほしいのです。診察に一度は同伴してください。できれば、最初の診察の時に望ましいです。

気持ちの持ちようではないこと、休息と薬が必要であること、家族が原因ではないこと、などを理解することが必要です。

自殺のサイン(自殺予防の十箇条)

次のようなサインを数多く認める場合は、自殺の危険が迫っています。

1. うつ病の症状に気をつけよう (気分が沈む、自分を責める、仕事の能率が落ちる、決断できない、不眠が続く)
2. 原因不明の身体の不調が長引く
3. 酒量が増す
4. 安全や健康が保てない
5. 仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う
6. 職場や家庭でサポートが得られない
7. 本人にとって価値あるもの(職、地位、家族、財産)を失う
8. 重症の身体の病気にかかる
9. 自殺を口にする
10. 自殺未遂におよぶ

1人で抱えきれない悩みや苦しみ…誰かに話すことで、解決することがあります。

相談内容		相談窓口		電話番号	受付時間
心と体	心の悩み	県精神保健福祉センター		055-254-8644	平日 8:30 ~ 17:30
		ストレスダイヤル		055-254-8700	平日 9:00 ~ 21:15 休日 11:00 ~ 19:30
		自殺防止電話相談(こころの健康相談統一ダイヤル)		0570-064556	平日 9:00 ~ 12:00 13:00 ~ 16:00
		山梨いのちの電話		055-221-4343	火~土 16:00 ~ 22:00
		東京いのちの電話		03-3264-4343	24時間対応
		国際ビフレンダーズ東京自殺防止センター		03-5286-9090	20:00 ~ 6:00
	心と身体の悩み	県保健福祉事務所	中北	055-237-1420	平日 8:30 ~ 17:30
			中北(峡北支所)	0551-23-3074	
			峡東	0553-20-2752	
			峡南	0556-22-8158	
富士・東部			0555-24-9035		
難病	県難病相談・支援センター		055-223-3241	平日 9:00 ~ 16:00	
がん	県立中央病院総合相談センター		055-253-7111	平日 8:30 ~ 17:00	
お年寄り	お年寄りや介護の悩み	高齢者総合相談センター(シルバー110番)(県社会福祉協議会)		055-254-0110	平日 9:00 ~ 17:00
認知症コールセンター(県社会福祉協議会)		055-251-0001	平日 13:00 ~ 17:00		
女性	女性の悩み	女性総合相談(びゅあ総合)		055-237-7830	火~日 9:00 ~ 17:00
	配偶者による暴力	県配偶者暴力相談支援センター(県女性相談所)		055-254-8635	平日 9:00 ~ 17:00
		女性の人権ホットライン(甲府地方方法務局)		0570-070-810	平日 8:30 ~ 17:15
子ども・若者	子育ての悩み	子育て相談総合窓口かるがも(県社会教育課)		055-228-4152	火~日 9:00 ~ 17:00
	子ども(18歳未満)の悩み	県中央児童相談所		055-254-8617	平日 8:30 ~ 17:30
		県都留児童相談所		0554-45-7835	
		子どもの人権110番(甲府地方方法務局)		0120-007-110	平日 8:30 ~ 17:15
	いじめ・不登校	いじめ不登校ホットライン(県総合教育センター)		055-263-3711	24時間対応
	若者の悩み	ヤングテレホン甲府		055-235-4444	平日 8:30 ~ 17:00
		ヤングテレホン吉田		0555-22-4444	
若者の就労	若者サポートステーション		055-230-2239	火~土 9:00 ~ 17:00	
経営者	経営や倒産危機に関する悩み	山梨県中小企業団体中央会		055-237-3215	平日 8:30 ~ 17:30
		山梨県商工会連合会		055-235-2115	
		甲府商工会議所		055-233-2241	
		富士吉田商工会議所		0555-24-7111	
		やまなし産業支援機構			
労働者	職場における心の健康	山梨産業保健推進センター		055-220-7020	平日 9:00 ~ 17:00
	職場内のいじめ・嫌がらせ・労働条件など	山梨労働局総合労働相談センター		055-225-2851	平日 8:30 ~ 17:00
		中小企業労働相談所(県県民生活センター)		055-223-1366	平日 8:30 ~ 17:00
お金	消費者トラブル	山梨県県民生活センター		055-223-1366	平日 8:30 ~ 17:00
	多重債務	全国クレジット・サラ金被害者連絡協議会		03-3255-2400	24時間対応
法律	法的トラブル	法テラス山梨		0503383-5411	平日 9:00 ~ 17:00
		山梨県弁護士会法律相談センター(原則要予約 有料)		055-235-7202	平日 9:00 ~ 17:00
		山梨県司法書士会		055-253-2376	平日 9:00 ~ 17:00
人権	いじめ・体罰・差別など	甲府地方方法務局人権擁護課		055-252-7239	平日 8:30 ~ 17:15
	犯罪被害者など総合支援	山梨県犯罪被害者等総合支援窓口		055-223-4180	平日 8:30 ~ 17:30
犯罪・生活の安全	生活安全・困りごと	山梨県警察総合相談室		#9110または 055-233-9110	平日 8:30 ~ 17:00 (時間外は留守番電話)
		山梨県警察署	甲府	055-232-0110	24時間対応
			南甲府	055-243-0110	
			南アルプス	055-282-0110	
			韮崎	0551-22-0110	
			北杜	0551-32-0110	
			鯉沢	0556-22-0110	
			南部	0556-64-3301	
			笛吹	055-262-0110	
			日下部	0553-22-0110	
			富士吉田	0555-22-0110	
大月	0554-22-0110				
上野原	0554-63-0110				

特集  
あなたのいのち  
守りたい!

(山梨県が作成した相談窓口一覧から掲載しました。)

※平日は月~金曜日。祝日、年末年始を除く。

# お年寄りの暮らし支える



認知症を正しく理解するためのサポーター養成講座

県立介護実習普及センターは、介護に関心のある方や介護をしている方を対象に、家庭で役立つ介護講座を開催しています。今年度からはじめて講座を紹介します。

## 介護保険の仕組みと 利用方法

介護保険制度の概要をはじめ、介護認定の申請、介護度の決定からサービスの利用方法などを学びます。対象は10人以上のグループ。日程などはグループの希望に応じますので、お気軽にご相談ください。なお、介護保険については、1人での受講も可能な「介護を支える保健医療福祉サービス」の講座もあり



爪切りなどを体験するフットケア講座

認知症サポーターとは、認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守ることで、誰もが暮らしやすい地域をつくる応援者（ボランティア）をいいます。講座では認知症の症状と

▼開催日時 7月30日(木)、9月14日(月) 午後1時から3時、8月25日(火) 午前10時から12時  
▼定員 各30人

## 認知症サポーター養成

ます。

その治療、接し方などについて学びます。前述の開催日以外にも10人以上のグループを対象とした開催ができます。日程などはご相談ください。「認知症サポーター100万人キャラバンホームページ」<http://www.caravan.net.jp/>

## 足指と爪のケア

▼開催日時 10月8日(木) 午後1時から4時  
▼定員 30人

足指や爪のトラブルは、歩く機会を減らし、筋肉の衰えにつながります。また人との交流(外出)が減り、気持ちまで沈みがちになります。フットケア講座では実技も取り入れながら、足の皮膚や指、爪のケア方法を学びます。

各講座とも受講料は無料です。申し込み・問い合わせ先 県立介護実習普及センター 電話055-254-8680

## 団体福祉用具 体験講座のご利用を

県立介護実習普及センターは、福祉用具に触れ、選び方や使い方などを学ぶ「団体福祉用具体験講座」を開催しています。

対象は5人以上のグループや団体です。お気軽にお申し込みください。



電話055-254-8680 (直通)

## 広告募集中



県社会福祉協議会は、バナー広告と本紙「やまなしの福祉」の広告を募集しています。詳しくは、本会ホームページの「お知らせボード」に掲載している各広告募集要領をご覧ください。

県社協企画課 電話 055-254-8610

# 肌のトラブル防ぐ下着の選び方

夏は、汗によるかぶれなど、肌のトラブルが起こりやすくなります。加齢とともに皮脂や汗の分泌が低下するため、乾燥しないようにも気をつけましょう。直接肌に触れる肌着（下着）は、着心地の良い清潔感あるものを選びます。綿100%やキュプラ、レーヨンなどは吸湿性があり、肌着として適した素材です。購入する際は、アレルギ―源が含まれていないか確認することも必要です。県立介護実習普及センターに寄せられる肌着にかかわる相談で、問い合わせが多い商品を紹介し紹介します。紹介した商品の価格は、税込みです。

**商品名** 安心楽々 ラ・クッションパンツ  
写真①(女性用) サイズと価格 M・L 6,825円 LL 7,875円  
写真②(男性用) サイズと価格 M・L 7,140円 LL 8,190円

**素材** 本体 ベア天竺(綿92%・ポリエステル8%)、クッション材 スチレン系エラストマー、クッションカバー立体メッシュポリエステル100%

**特徴** クッションがパンツの両脇に付いているので、万が一、転倒しても大腿骨への衝撃を緩和し、骨折を予防します。ムレを防ぐため、クッションは、通気性立体メッシュ素材でできています。



**商品名** 安心レースショーツ25  
写真③④ サイズと価格 S・M・L・LL 2,310円

**素材** 綿100%(天竺)、レース部分 ナイロン85%、ポリウレタン15%

**特徴** 軽失禁用女性パンツ。パンツと一体化させた5層構造の吸水パッド付き。25ccまでの尿を吸収します。股部分は横漏れを防ぎ、消臭効果のある素材を使用。レースは伸縮性があり、おしゃれなデザインです。洗濯機で洗えます。

**商品名** 安心パンツ トランクス50  
写真⑤⑥ サイズと価格 S・M・L・LL 2,730円

**素材** 綿100%

**特徴** 軽失禁用男性パンツ。一見、普通のトランクスですが、内側は吊り式なので、肌にフィットします。パンツと一体化させた5層構造の吸水パッドで、50ccまでの尿を吸収します。外出時も安心の高い消臭効果。洗濯機で洗えます。



**商品名** ワンタッチ肌着 脇開き五部袖(左開き) 男女共用  
写真⑦ サイズと価格 M・L 2,730円 LL 2,940円

**素材** 綿100%

**特徴** 肩、脇、袖が着脱しやすいマジック止め。片麻痺などの方が、自分で着脱しやすくなっています。マジックの形は、肌に優しい丸形。体温計を使う時は、脇のマジックを開けるだけ、と便利な肌着です。

# 熱中症を 乗り切る



## 熱中症の症状

脈拍や呼吸が速くなる、めまい、顔色が悪くなる、頭痛、吐き気、嘔吐、血圧の低下、意識障害、過呼吸など。

## 衣服緩め冷やす

● 応急処置としては、衣服を緩め涼しい場所ですべてを冷やします。氷や保冷剤にガーゼなどを巻き（直接当てると凍傷の危険があります）、太い血管のある首や脇の下、足の付け根に置きます。

くしまししょう。  
寒気を感じる時は、治まっ  
てから。  
● 濡れたタオルなどで身  
体を拭いたり、うちわなど  
で風を送ります。  
● 少しずつ水分を補給し  
ます。

## 高齢者は注意

● 体温調節能力の低下  
加齢に伴い、汗が出にく  
く、熱が体内にこもってし  
まいます。

注意しましょう。  
ただし、スポーツドリン  
クは成分を排出する機能  
(腎臓の機能) が低下して  
いる高齢者は、2倍位に薄  
めて1日、100〜200  
mlまでにしましょう。

し、身体の一部を濡れたタ  
オルなどで冷やすのも効果  
的です。寝たきりの人は、  
熱がこもりやすいので、薄  
い上掛けもかけすぎると発  
熱することがあります。背  
中などに熱がないかチェッ  
クしましょう。

● 水分の摂取量が少ない  
身体の水分が不足して  
も、のどの渇きを感じにく  
くなっています。脈拍の速  
さや立ちくらみ、食欲・血  
圧低下などの脱水症状が現  
れても、「いつものこと」と  
軽くみてしまいます。

熱中症は生命の危険を伴  
うことがあります。吐き気  
や嘔吐などの症状が現れた  
ら、早めに医師の診察を受  
けましょう。

● 庭作業や外出の前後に  
は十分に水分を摂ります。

● 庭作業や外出の前後に  
は十分に水分を摂ります。



## 水分の補給を

● 定時の水分補給を心が  
けます。手の届くところに、  
手軽に飲めるよう水分の入  
った容器を置くことをおす  
すすめします。ストローをさ  
せるふた付きの容器などを

必要です。  
草むしりのようにうつむ  
いて行う作業は、心不全を  
誘発することがあるので、  
長い時間行うのは避けまし  
ょう。入浴前後の水分補給  
も忘れずに。  
● 部屋の風通しを良く

## 図書紹介



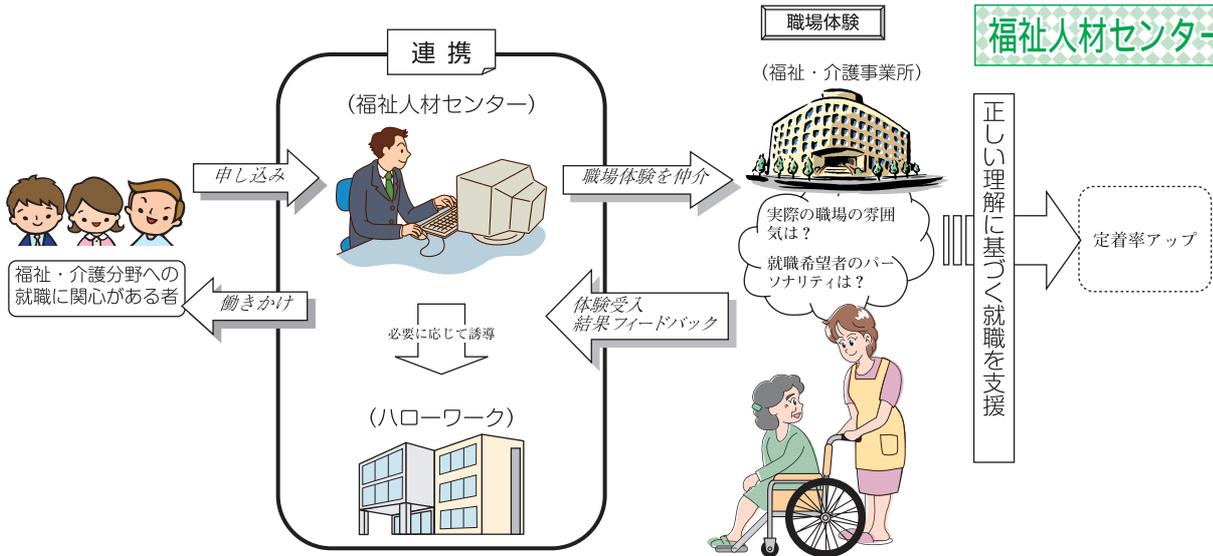
作者 リディア・バーディック  
監修 小澤 勲  
発行 童話屋

認知症の方と介護する方  
が、2人でひざを寄せて読  
む絵本。いっしょに読み、  
コミュニケーションを取る  
ことで言葉など、その人の  
持っている能力を引き出し  
ます。

この他、介護・看護・福祉  
についての本262冊、ビ  
デオ202本の貸し出しを  
しています。詳しくは県立  
介護実習普及センターにお  
問い合わせください。電話  
055・254・8680

福祉人材センターニュース

福祉・介護の職場にあなたの力を



合同面接コーナー（昨年度開催の様子）

## 職場体験通じ 理解を深める

財団法人介護労働安定センターが行った「平成19年度介護労働者実態調査」によると、福祉・介護分野の離職者のうち約75%が3年未満で離職しています。県福祉人材センターは、福祉・介護の仕事に関心があり、職場体験を希望する方と福祉・介護サービス事業所をつなぐ「職場体験事業」を行います。

体験事業は、実際に就労している職員といっしょに福祉・介護分野の日常業務を体験することで、職場への理解を深め、定着率のアップにつなげようという試みです。

就労を希望する、または関心のある福祉・介護分野での体験を通じて、イメージだけではない、具体的な職場の様子や実際の仕事内容、そのために必要な資格などを知ることができま

す。同実態調査では、「仕事の内容・やりがい」に満足（やや満足を含む）している職員は55%、「働き続けられる限り働く」と50%の職員が回答しています。

今後の予定など詳しくは、県福祉人材センターにお問い合わせください。

### 就職総合フェア 8月7日に開催

県福祉人材センターは、福祉職場への就労を希望する方や、福祉・介護の仕事に関心のある方を対象に、8月7日（金）、福祉の仕事合同面談会「福祉の就職総合フェア」を開催します。

県内社会福祉施設、介護サービス事業所（求人者）による「合同面接コーナー」を設置。必要な資格や職場の様子などを各求人者の人事担当者から直接、聞くことができます。

求人者も参加者の人物像や考え方などを知ることができ、求人者と求職者お互いが、理解を深める機会となります。

「福祉の仕事なんでも相談コーナー」は、県社会福祉士会、県介護福祉士会、県ホームヘルパー協会などそれぞれの会員が、資格取得方法や具体的な仕事の内容について相談を受け付けます。

また高齢者・児童・障害者の各福祉分野の従事者などに対し、仕事の内容について相談ができる「種別施設相談コーナー」、県看護協会ナースセンターの職員などが再就労のためのアドバイスや各種講座を紹介する「関係機関相談コーナー」などもあります。

その他、就職に役立つ「ミニ講座」を開きます。社会保険労務士と公共職業安定所職員による講演を予定しています。

事前の申し込みは必要ありません。ご来場をお待ちしています。

- 開催日 平成21年8月7日(金)
- 会場 「アピオ甲府」(中巨摩郡昭和町西条3600)

### 「介護福祉士」目指す人たちを支援

1. 対象 (次のいずれかに該当する方)
  - (1) 3年以上介護などの業務に従事した者、または試験日の前日までに3年に達する見込みの者
  - (2) 学校教育法による高等学校及び高等学校の専攻科において、福祉に関する所定の教科目及び単位数を修めて卒業した者、または卒業見込の者
2. 研修日程
  - (1) 学科  
(延べ10日間でいずれも土曜日) 8月29日、9月5日・12日、10月3日・17日・24日・31日、11月7日・21日、12月5日
  - (2) 実技  
平成22年2月6日(土) 7日(日)
  - (3) 模擬試験(力試しテスト)  
日本社会福祉弘済会が作成した「チャレンジ!!介護福祉士」2回分実施(自宅受験)
3. 研修会場  
山梨県福祉プラザ4階会議室(甲府市北新1-2-12)
4. 受講経費 28,000円
5. 定員 70人
6. 申し込み締め切り  
平成21年7月31日(金)
7. その他  
修了証書は交付しません。介護福祉士法の改正により、平成25年1月の国家試験から、受験資格に実務経験3年に加え、新たに6カ月以上の養成課程を経た上で国家試験を受験する仕組みとなります。筆記試験前日までに実務経験が3年以上ある方は、なるべく早く資格を取得することをお勧めします
8. 申し込み・問い合わせ先  
県福祉人材センター  
電話055・254・8654

- 時間 午後1時〜4時(受付時間は午後12時〜3時30分終了)
- JR甲府駅から会場間の無料バスを運行します。詳しくは、県福祉人材センターまでお問い合わせください。電話055・254・8654

### サービス向上へ「養成支援研修」

国は深刻化する介護問題を背景に、すべての介護職を基礎資格を介護福祉士とするなど、介護サービスの質の向上を目指しています。

県社会福祉協議会は、日本社会福祉弘済会と共催で「平成21年度介護福祉士養成支援研修」を行います。対象は平成22年1月31日(日)の介護福祉士国家試験を目指している方です。

各種御会合承ります



TEL 055-253-4345

財団法人 山梨日日新聞厚生文化事業団

サポートします  
やまなしの福祉

〒400-8505 甲府市北口2-6-10 ☎055-231-3106



「綿菓子いかがですか」。人差し指を割りばしに見立て、右手で大きく円を描く。「パラソルいかがですか」。今度は傘を差す真似をしながら左腕を真上に挙げる。頭を左右に振って「扇風機はいかがですか」。片足を上げ下げして「風船はいかがですか」とたたみかける。

元気いっぱいの声、次第にテンポが速くなる。「恥ずかしがっているでは、ダメですよ」。講師の注文に、参加者から笑いがこぼれる。

甲府市にある県立青少年センターのリバース和戸館。指導を受けているのは、高齢者デイサービスで働く人たちです。

講師は望月栄司さん（南巨摩郡身延町西島、51歳）。レクリエーション指導のベテランです。

「現場で活かせるレクを」との声にこたえて、福祉スタッフを対象にした自主講座を今年から開

「人の気持ちを和やかにすることが福祉の大切な役割」と話す望月栄司さん



西島福祉レク研究会代表 望月 栄司さん

催しています。

名古屋にある日本福祉大学を卒業して帰郷。山梨県社会福祉協議会に勤めた後、地元の中富町社協でボランティアコーディネーターなどとして活躍してきました。

7年前には「西島福祉レク研究会」を設立。高齢者を中心にした「いきいきサロン」などのレクリエーション指導や、介護予防教室の講師を務めてきました。

ゲームで手足を動かしたり、歌ったり。レクリエーションは、楽しみながら体力や運動能力を維持することができます。「仲間意識が生まれ、孤独感から解放

笑顔の輪を広げたい／施設職員にレク指導

される」という人もいます。しかし、同じことを毎日繰り返していると次第に新鮮さが失われてきます。福祉施設などの職員のなかには、ワンパターンに陥って悩んでいる人も少なくないようです。

「ゲームがマンネリ化してきた、と思いますが、実は職員の意識がマンネリ化しているのではないのでしょうか」

望月さんの指摘は鋭い。限られた時間を楽しく過ごすしてもらうには、どうすればいいか。発想を変え、やり方を常に工夫しなければだめだという。

「レクリエーションとは、そもそも疲れを取って元気になることです」。講習会の冒頭、望月さんはこう話し始めた。

「体も心もリフレッシュするには笑いが欠かせません。人の気持ちを和やかにする。福祉の大切な役割だと思っています」

レクリエーション活動の充実を目指して毎月9日（レクの日）、県立青少年センターで悩み相談などに応じている。名付けて『れくわのサロン』。笑顔の輪を広げていきたいのだという。

福祉関連各種大会・研修会・職場旅行  
ツアー等お気軽にご相談ください。

こだわりの旅 ゆとりの旅



(株) YBS T&L 旅行事業本部

〒400-8545 山梨県甲府市北口2-6-10  
TEL055-231-3366 FAX055-231-3377

あなたの街のやさしい手をよろしくお願いします。  
介護のことなら何でもご相談下さい。



在宅介護  
やさしい手



- 居宅介護支援・ケアプラン作成
- 訪問介護
- 通所介護
- 訪問入浴
- 福祉用具貸与・販売
- 障害福祉サービス
- 小規模多機能型居宅介護

甲府本部 甲府市上石田1-7-14 ☎055-236-6210

# 古屋さんら 全国大会へ

県社会福祉協議会は、5月15日から20日までの6日間、「いきいき山梨ねりんピック2009 シルバー作品展・シルバー俳句大会」を山交百貨店5階催事場で開催しました。

作品展6部門（日本画、洋画、書、彫刻、写真、工芸）には、計231作品の応募がありました。各部門から優秀賞に選ばれた12作品は9月に行われる「全国健康福祉祭北海道・札幌大会」に、本県代表作品として出品されます。シルバー作品展42人の入賞者（優秀賞、金賞、銀賞、努力賞）は次のとおり（敬

称略）。

◆日本画の部 ▽優秀賞 渡辺正子（73） 古屋治史（68） ▽金賞 玉川頼仁（75） ▽銀賞 入倉金三（76） 相澤豊子（69） ▽努力賞 村松貞雄（77） 柏木喜代子（79）  
◆洋画の部 ▽優秀賞 小宮山芳郎（76） 橋本高子（81） ▽金賞 大森とめ子（76） ▽銀賞 飯島利則（82） 入倉武津子（72） ▽努力賞 樋口昭三（81） 飯窪涉（77）

◆書の部 ▽優秀賞 岩間邦男（94） 勝俣勝代（68） ▽金賞 浅川春子（80） ▽銀賞 三井倫子（81） 小俣秀子（74） ▽努力賞 小林芳子（82） 長田登（84）  
◆彫刻の部 ▽優秀賞 山形淳（77） 土橋昭（80） ▽金賞 森岡節子（70） ▽銀賞 芦澤武子（70） 志村政夫（87） ▽努力賞 佐藤敏巳（80） 雨宮恒忠（79）  
◆写真の部 ▽優秀賞

横瀬ふじ子（72） 宮下博美（72） ▽金賞 井上修吾（86） ▽銀賞 村木次男（77） 菊池和夫（66） ▽努力賞 前田欣二（73） 望月達也（86）  
◆工芸の部 ▽優秀賞 津田幸恵（77） 斉藤喜久雄（83） ▽金賞 江田敬子（63） ▽銀賞 石川正子（93） 千野初音（79） ▽努力賞 田代孝（67） 渡邊泰敏（92）

## シルバー作品展（優秀賞作品）

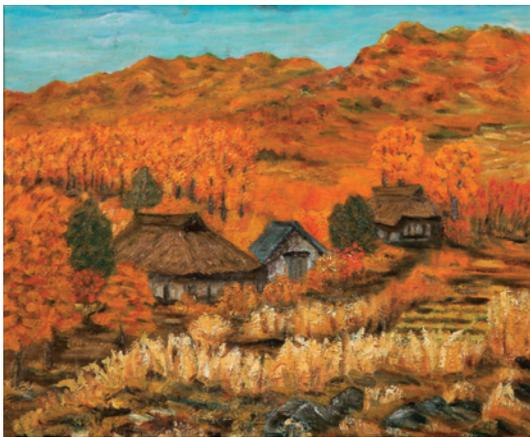
12面に続く



〔日本画〕「秋林」  
渡辺 正子（73歳）



〔日本画〕「山の春」  
古屋 治史（68歳）

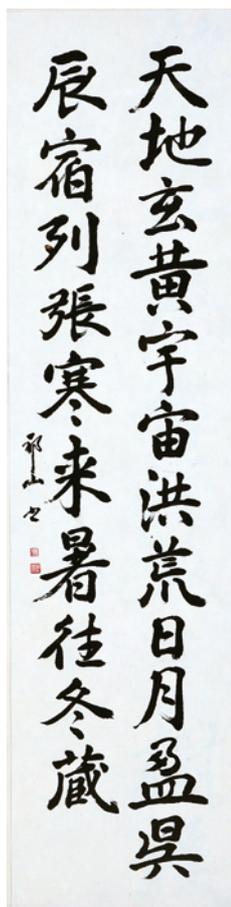


〔洋画〕「芦川の風景」  
小宮山芳郎（76歳）



〔洋画〕「田植えの頃」  
橋本 高子（81歳）

シルバー作品展 (優秀賞作品)



〈書〉「千字文の一節」 岩間 邦男 (94歳)



〈書〉「刻字」 勝俣 勝代 (68歳)



〈彫刻〉「能面 三日月」 山形 淳 (77歳)



〈彫刻〉「秋」 土橋 昭 (80歳)



〈写真〉「秋日和」 横瀬ふじ子 (72歳)



〈写真〉「富士としだれ桜」 宮下 博美 (72歳)



〈工芸〉「人形2点」 津田 幸恵 (77歳)



〈工芸〉「竹細工」 斉藤喜久雄 (83歳)

# シルバー俳句大会(特選句)

シルバー俳句大会は、1401句と過去最高の応募数になりました。審査は3人の選者南俊郎さん、堤高嶺さん、加藤晴子さんにより、特選15句と秀作30句、佳作45句が決定しました。

## 南 俊郎 選

外灯にだけ降る如し夜半の雪

南部町 望月 保男 87歳

【評】「…にだけ降る」と言う思い切った断定的表現が誠に的確。

鶯や村役一つ終えし朝

都留市 志村よ志子 87歳

【評】村役を無事勤め上げた安堵感が鶯の声によって一層快く助長されている。

野火たけり火襖高く富士揺らし

富士吉田市 勝保 章 79歳

【評】野火を透かして見る富士山は大揺れにして見え、雄大な光景を良く捉えている。

二階まで酔の香漂う春祭

笛吹市 菊島可子代 97歳

【評】寿司酔の香が「二階まで届く」の表現に実感もっている。

晴天の西日を好む枯木山

甲府市 山形 寛 95歳

【評】平素は灰色で無機質な枯れ山が、良く晴れた西日に染まり、ぬくぬくしたセピア色に変わる姿は美しく魅了される。

土踏んで歩むリハビリ夏落葉

甲斐市 河込たみ子 84歳

【評】日々励むリハビリ。「土踏んで」の表現に、いきいきとした動きが感じられる。

リストラの子を励ましつ春耕す

富士吉田市 渡辺 昇 74歳

【評】リストラの子に春耕を手伝ってもらおう。こんな世相は悲しいが、くじけないよう励ます親心が如実。

葉ざくらや手放す愛車磨き上げ

忍野村 土橋 京子 73歳

【評】愛車を手放すことも近頃の世相と読む。磨き上げてゆく車が葉桜の輝きに映え、なぐさめられる。

水温む今日の続きの明日もある

甲府市 向井栄一郎 92歳

【評】せかせかせしない暮らしぶりを表現。ゆつたりとした、日の永さも感じさせる心豊かな感じよい句。

畑に咲くこれも雑草犬ふぐり

身延町 山田 省吾 70歳

【評】春一番に咲く犬ふぐり。色も良く可憐だがこれも雑草。畑に咲けばなおさらである。

遠山にひかる一点山笑う

身延町 池川 君子 82歳

【評】「光る一点」で静かな里山まで見えてくる。広々とした里の様子も伺える。

シルバー俳句大会入賞者(特選、秀作)は次のとおり(敬称略)。

◆特選 南俊郎選▽望月保男(87) 志村よ志子(87)

勝保章(79) 菊島可子代(97) 山形寛(95)

◆特選 堤高嶺選▽渡辺合子(76) 奥脇豊子(82) 河込たみ子(84) 渡辺昇(74) 土橋京子(73)

◆特選 加藤晴子選▽望月保男(87) 権守喜代子(68) 向井栄一郎(92) 山田省吾(70) 池川君子(82)

◆秀作 南俊郎選▽前田あき子(88) 遠藤ます子(68) 小林房信(93) 清水百合子(80) 小林嘉道(72) 小山西光秀(83) 荻野重美(78) 甲田美子(87) 黒部国子(82) 斎藤富子(77)

◆秀作 堤高嶺選▽望月保男(87) 望月恒代(84) 半貴寿雄(78) 輿石さだ代(89) 小澤美奈子(83) 木曾愛子(78) 米山正(84) 遠藤淳子(73) 菊島可子代(97) 上田鈴子(77)

◆秀作 加藤晴子選▽石原とみ子(78) 渡邊伊勢乃(62) 笠井富美子(80) 乙顔英彦(87) 近藤葉月(73) 勝俣章(79) 北條にぎみ(83) 相村たつ江(81) 米山正(84) 常磐加代子(78)

## 堤 高嶺 選

湯豆腐や病得しより断らし酒

富士吉田市 渡辺 合子 76歳

【評】熱爛で楽しんだ湯豆腐の味は格別。病んで酒を止めても湯豆腐は好物であることが伝わる。

深夜まで灯ともる校舎春の雪

富士吉田市 奥脇 豊子 82歳

【評】入学試験の多忙な校舎を浮かべせる雪。春先の暖かさを感ずる。春雪の鮮明さがとらえられた。

## 加藤 晴子 選

外灯にだけ降る如し夜半の雪

南部町 望月 保男 87歳

【評】夜中、明るい外灯に吸い込まれるように降る雪景色が良く表現されている。

出勤も今日が最後よ赤とんぼ

西桂町 権守喜代子 68歳

【評】定年退職を迎え、これからの自由と、先々の平安の祈る一句。赤とんぼの表現がよい。

# 適切に選ぼう介護サービス

## ネットで情報を公開

利用者やその家族が介護サービスを利用する際、サービスの選択を支援する「介護サービス情報公表システム」があります。インターネット上で、気になる事業所や施設を比較し、希望に合ったところを

探すシステムです。インターネットに接続されたパソコンがあれば、いつでも誰でも自由に使うことができます。県社会福祉協議会は、公表システムをより多くの方に利用してもらうため、5月に開催した「山梨県シル

バー作品展・俳句大会」で体験コーナーを設けました。体験者の声

### 体験者の声

- とても良い情報（システム）を知って良かった。早速、子どもたちにも伝えるなど活用したい。（70代/女性）
- システムを知っただけでも良かった。民生委員をしているので今後活用していきたい。（70代/女性）
- 詳しく情報が載っているので役立ちそう。（80代/女性）
- 一人暮らしとなり、将来を心配することもある。このような情報を知っておくことは大切。（70代/女性）
- 夫の介護に不安を感じている。どんなサービスや事業所があるか、このシステムを使って調べてみたい。（80代/女性）

体験者の声から公表システムを使うと役立つ情報が得られるものの、公表システムそのものが知られていないことがわかりました。自己決定による介護サービスの選択は権利の1つです。県社協は公表システムの普及啓発を継続的に取り組みます。また利用者や家族とともに、事業者にも役立つよう充実を図ります。

### 検索エンジンに入力

介護サービス情報 山梨県

検索

クリック

### 検索結果画面

トップページ: 介護サービス情報公表システム: 山梨県

山梨県内の全ての介護サービス事業所が報告する介護サービスに関する情報を、山梨県が調査・確認した結果を公開しています。

www.kaigo-kouhyo-yamanashi.jp/ - キャンペーン - 類似ページ

クリック

### 公表システム画面



公表システムを体験する様子



介護サービス情報公表システムアクセス件数 (6月30日現在)

年度	件数
H18	10,412
H19	16,347
H20	24,687
H21	4,385



## 中央市社協の「輪になろう市民のつどい」

**交流を通して異文化を理解  
「共生とつながり」深める**

中央市社会福祉協議会は「第3回輪になろう中央市民のつどい」を5月24日(日)に開催し、約500人が参加しました。

開催の目的は、同じ地域で高齢者や障害のある方、子どもたち、外国籍の方などが暮らしているということとを再認識し、共生とつながりを深めることです。

開催のきっかけは、平成18年度に実施した「福祉教育推進ネットワークミーティング」(県社会福祉協議会共催)。

「1人ひとりの生き方を地域で支えて、学ぶ、福祉の心」をテーマに、関係者が同市の特色や課題、解決策を協議。その取り組みの1つとして、19年度から「つどい」がはじまりました。

同市の特徴は、人口約3万2千人うち、ブラジルを中心に外国籍の方々が約7%を占めること。食や展示



笑顔いっぱい「いらっしゃいませ」。ブラジル料理を通じた交流

体験コーナー、ステージ発表などの運営は、外国籍の方々の協力も得ました。「ブラジル国籍の方が大勢いることは知っていたが、交流する機会がなかった。今日は交流が出来て良かったです」と参加者。同市社協の薬袋哲さんは「今後、市民の輪がもっともっと大きくなるよう、つどいを継続していきたい」と言います。ちょうど新型インフルエンザの流行が心配され、中止になってもやむを得ない状況でした。このため、開催を積極的に広報できなかったものの、参加者は昨年度よりも増えました。「つどい」が市民の生活に定着しはじめている表れといえます。

## 福祉施設訪問

### 特別養護老人ホーム 明山荘

### 居酒屋で“ほろ酔い”レクリエーション



「乾杯！」居酒屋レクの様子

参加者からは「とても楽しかった」と好評で、定期的な実施も検討しています。施設長の石井貴志さんは「特別養護老人ホームは生活の場。できるだけ自宅に近い環境で過ごしてもらいたい」と利用者や家族の声に耳を傾け、満足するサービスの提供を考え続けています。

日常的な介護とともに、レクリエーション(レク)による楽しいひと時を大切にしているのは「特別養護老人ホーム明山荘」。昨年11月、「夜は好きなお酒が飲みたい」という入所されている方の希望に応え「居酒屋レク」を行いました。車いすのまま入店できる居酒屋探しや緊急時の対応、夜間の健康管理などに十分配慮して企画。「居酒屋レク」に参加を希望する方の家族からの同意も得ました。参加者1人に対し、1人の職員が付き添い、注文や会計も全て個人ごとに行うなど、きめ細かな対応。同荘全職員が協力した結果、「居酒屋レク」が実現しました。



明山荘の外観

#### 施設概要

施設名 社会福祉法人 緑樹会  
特別養護老人ホーム 明山荘  
住所 〒407-0204 北杜市明野町上手520  
電話 0551・25・2512 FAX 0551・25・2513  
施設立 昭和51年4月1日  
敷地面積 7,946㎡  
建物構造 鉄骨コンクリート2階建

定員 特別養護老人ホーム103人、短期入所16人、デイサービス35人  
関連施設 明山荘居宅介護サービスセンター(ショートスティ・デイサービス)、いきいきほくと居宅介護支援事業所、ほくと診療所(医療施設)、グリーンヒルホーム(知的障害者授産施設・ショートスティ)、たんぼぼ(知的障害者グループホーム)

# おしらせ

## 善意をありがとう

山梨ともしび基金は、次の方々からご寄付をいただきました。

- ◇NTTグループ様
- ◇山梨県宗教者懇話会（功刀貞如代表）様

寄付金は、民間福祉活動の助成を行う基金として大切に活用させていただきます。（担当：県社会福祉協議会企画課 電話055・254・8610）



「チャリティーバザーの収益です」とグループを代表して目録を贈呈したNTT東日本山梨支店（大坪康郎支店長、写真中央）様

## 電話番号などが変わりました

福祉サービスについての苦情相談に応じる、山梨県運営適正化委員会の電話番号・FAXが変わりました。

- 電話 055・220・3030
- FAX 055・254・1821
- 住所 甲府市北新1-2-12 県福祉プラザ3階
- 相談時間 平日午前8時30分～午後5時30分（担当：県運営適正化委員会事務局）

## 「孫の写真コンテスト」作品募集中

県社会福祉協議会は「孫の写真コンテスト」の作品を募集しています。全応募作品は、9月

26日（土）に開催する「いきいき山梨ねんりんピック2009」の会場となる小瀬スポーツ公園（甲府市）に展示します。

お孫さんを撮ったものであればテーマは自由です。たくさんのご応募をお待ちしています。

- 応募資格 県内在住の60歳以上の方
- 写真サイズ サービス判以上2L版以下の単写真
- 応募方法 作品の裏面に①撮影者氏名②性別③年齢④住所⑤電話番号⑥撮影年月日⑦作品の題名⑧お孫さんの氏名を明記し、8月26日（水）までに「〒400-0005甲府市北新1-2-12」にお送りください。※当日の消印有効  
なお、自作の未発表作品で、応募は1人1点までとします。応募作品は、返却ができないことをご了承ください。
- 問い合わせ先 県社会福祉協議会長寿やまなし振興センター健康生きがいづくり担当（電話055・251・3900）



## 平成21年度介護支援専門員実務研修受講試験のご案内

今年度の介護支援専門員実務研修受講者を決めるための試験を行います。

- 試験日 10月25日（日）
- 試験会場 山梨学院大学（甲

府市酒折2-4-5）

- 試験案内の配布場所 県市町村社会福祉協議会、市町村介護保険窓口、県保健福祉事務所、県長寿社会課、県民情報プラザ（甲府市）  
※郵送での配布はしません。
  - 申込受付期間 7月15日（水）～31日（金）当日消印有効※簡易書留による郵送のみを受け付けます。
  - 受験手数料 7,000円
  - その他 試験合格後、平成22年1月13日（水）から7日間開催する実務研修を受講可能な方のみ、お申し込みください。日程は、試験案内に記載しています。
  - 問い合わせ先 県社会福祉協議会長寿やまなし振興センター介護支援担当（電話055・254・9955）
- ## 認知症コールセンター開設
- 県社会福祉協議会は、「最近、父（母）の様子がおかしい…認知症かもしれない」「介護がづらい、話を聞いてほしい」などの悩みを抱えている方々のための電話相談を開設しました。
- 看護師や認知症介護経験者が相談に応じますので、ひとりで悩まずご相談ください。相談は無料、秘密は厳守します。
- 電話相談日 毎週月曜～金曜日（年末年始、祝日を除く）
  - 相談時間 午後1時～午後5時まで
  - 専用電話番号 055・251・0001
  - 問い合わせ先 県社会福祉協議会長寿やまなし振興センター介護支援担当（電話055・251・3900）