

高津第一地区

社協ニュース

第47号

発行日 平成27年4月1日

発行人 高津第一地区社会福祉協議会

会長 川 辺 清 三

高津区溝口1-6-10 てくのかわさき3F

TEL 044-812-1879 FAX 044-812-3549



宗隆寺と山桜

保護司活動に 取組んで34年

高津第一地区社会福祉協議会副会長 赤津 武雄



保護司になりますと、同時に社会福祉協議会に入会することになります。私が保護司を拝命したのは34年前でした。

当時は現在と大きく違い、保護司をしていることを公に町会名簿に載せることはありませんでした。犯罪をした人達（対象者といいます）の再犯を防ぐために保護司は協力して活動するからです。対象者の守秘義務を守りながら、法務省保護観察所に月2回の面接をした結果を報告します。

面接は原則として保護司の自宅に招き行きます。家庭環境を知ることにより再犯することのないように精神的に支えていくことなのです。

対象者の観察期間が終わり、地域社会の一員として参加する時に、地域に受け入れられるように対象者が取り組む課題として社会福祉活動があります。地域になじむように、町会等の夏の盆踊り大会や冬のもちつき大会等々に、保護司と一緒に参加し活動します。

本年から新たに社会貢献活動の制度が始まります。この制度は、保護観察期間中に対象者に対して行うものです。再犯をしないために保護観察期間中に遵守しなければならない事項（遵守事項）があります。その中に特別遵守事項として「社会貢献活動制度」が位置づけられました。その代表的な活動として、福祉施設での介護補助活動や車椅子清掃、洗濯物片付け。運動会や遠足での車椅子補助。

全市一斉清掃活動とタイヤアップしての清掃活動への参加、各町会内の公園等の草刈り作業、環境美化活動参加等々があります。

私は、社会福祉協議会の一人として、民生児童委員・町会長・学校長・保護司等の方々と共に「社会を明るくする運動」に邁進することを常に心掛けております。



赤津武雄氏は、平成26年秋の叙勲で永年に亘る更生保護功勞に対し、瑞宝双光章（ずいほうそうこうしょう）を授与されました。

注 保護司制度とは：保護司法に基づき、犯罪や非行をした人が刑期を終えて社会復帰する際、保護観察に当たるほか、スムーズな社会生活が営めるよう、釈放後の住居や就業先などの調整・相談を行う民間のボランティア（無給、非常勤国家公務員）です。高津区内には39名（定員45名）、全国では約4万8千人の保護司がいます。

福寿草の会で「おたっしやトライ」

。。。大山街道ふるさと館で 楽しい会食会とアトラクション。。。

第157回

9月4日、こんにちは！と56名が集い、正午から「赤飯、煮物、デザートなど」の会食がスタート。アトラクションでは、アニメ映画などで声優として活躍している平野正人さん（高津区在住）のお話。「遠野の昔話」に耳を傾け、「お元気でお願いします」のメールで、14時ごろ解散に。



第160回

2015年最初の開催は、2月19日に66名が揃い栄養バランスのある献立と会話を楽しみました。アトラクションに移り、会場は笑い華やかさが一杯に！個人ボランティアで長年活動されている長坂クニヒロさんの腹話術（人形はヒロくん）と奥様のフラダンスの始まりです。長坂さんのリードで、手や肩、足を動かしてリズムをとり、皆で懐かしい春の唱歌を合唱。「こんな大声を出し笑ったのは久しぶり、大変楽しかったです」との声も聞かれました。



2015年最初の開催は、2月19日に66名が揃い栄養バランスのある献立と会話を楽しみました。アトラクションに移り、会場は笑い華やかさが一杯に！個人ボランティアで長年活動されている長坂クニヒロさんの腹話術（人形はヒロくん）と奥様のフラダンスの始まりです。長坂さんのリードで、手や肩、足を動かしてリズムをとり、皆で懐かしい春の唱歌を合唱。「こんな大声を出し笑ったのは久しぶり、大変楽しかったです」との声も聞かれました。

第159回

11月6日、66名が近況を話し合いながら、お弁当に箸をすすめました。管理栄養士で「食と農の語りべ」木村滋子先生（写真）に「赤・黄・緑の食材を使い、楽しく作って食べて、心も体もお元気に」と、食べることの大切さを伺いました。



11月6日、66名が近況を話し合いながら、お弁当に箸をすすめました。管理栄養士で「食と農の語りべ」木村滋子先生（写真）に「赤・黄・緑の食材を使い、楽しく作って食べて、心も体もお元気に」と、食べることの大切さを伺いました。



第158回 10月21日、86名の申込みがあった「秋の歩こう会」その散策と会食は雨で中止に。

研修会報告 箱根恵明学園を訪ねて

2月16日、研修会参加者18名が、雪の積もった箱根路をバスで登り、小涌谷の児童養護施設・恵明学園を訪問し、田崎学園長にお話を伺いました。児童養護施設とは、保護者のない児童を家庭に代って育てる施設ですが、いまは8割が虐待による入所です。小学生から高校生まで52名が生活しています。斜面を利用した木造2階建ての児童棟には石油ストーブが燃え、壁には子どもたちの生活目標やイラスト、集合写真が飾られていました。心身ともに傷ついた子どもたちを温かく迎え、社会に送り出していく先生たちのご苦労を感じました。

こうした施設が神奈川県に32施設、1800名が入所しています。社会的養護が必要な児童は全国で4万5千人とのこと。不幸な児童を生む貧困、離婚などの諸要因を思い、児童福祉の一端を学ぶ貴重な機会となりました。あなたのまわりに虐待などの犠牲になっている子どもがいたら少しでも早く救おう！
(久地第2町会会長 山本 武彦)

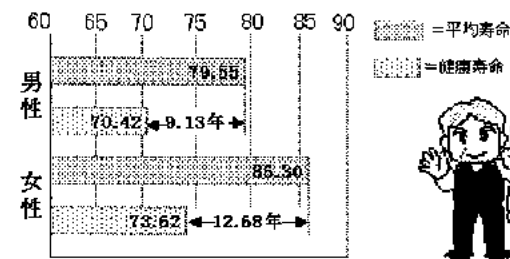


特集 健康寿命を伸ばそう

。。。おたっしや10のトライ虎の巻。。。

日常的に介護を必要としないで、自立した生活ができる生存期間のことです。平均寿命から健康寿命を引くと「介護・寝たきりなどの期間」となります。

10年もある介護期間

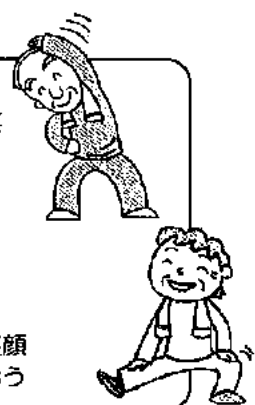


厚生労働省の調査によると、日本人の介護期間は男性が9.13歳、女性が12.68歳とのことです。人生の終末期に直面するこの現実。この期間を少しでも短くする為には健康寿命をのばすことが重要で、筋肉を鍛える「貯筋運動」が注目を集めています。

川崎市では、「かわさき健康づくり21」を策定し、21世紀の川崎を「健やかで心豊かに生活できる活力ある社会」とするために、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸及び生活の質の向上の実現を目指しています。生活の場や身近な公園で、自分のペースでできる健康づくりを始めましょう！

高津区社会福祉協議会では、生活習慣病予防や心の健康維持、食生活や運動、休養など健康寿命をのばす提案を10か条にまとめ、「おたっしや10のトライの虎の巻」のキャッチコピーで実践を呼びかけています。

- 1日3食、楽しい食事
- 減塩で食べよう肉・魚・野菜
- 毎日歩こう30分
- みんなが参加公園体操
- うがい手洗い健康のもと
- 体重・血圧・健康診断
- ニュース新聞毎日チェック
- みんなで話そう1日10人
- ご近所に一声かけて広がる笑顔
- いっぱい遊んでいっぱい笑おう



一緒に楽しくリズムに乗った体操や「貯筋運動」に取り組みましょう。第一社協地域の健康体操と公園体操を紹介します。

「くじいこいの家」健康体操

地域の皆さんと一緒に楽しく元気に過ごす体操。時間は約2時間。途中休憩を数回取りながら、インストラクターの指導により、どなたでもリズムに乗り簡単にできる体操です。

開催 毎月第1、第3水曜日
場所 くじいこいの家2階
参加 自由、無料、10時開会



始めましょう、高津区公園体操を

高津公園体操は、中西一弘先生（健康予防財団）が高津運動普及協会の協力を得て作られた体操で、リズムに乗って無理なくストレッチ体操に取組めます。次の各会場で行っています。



- 1 溝口南公園 : 毎週月曜日 AM9:30~祝祭日は休
- 2 溝口緑地公園 : 毎週土曜日 AM9:30~
- 3 久地梅林公園 : 毎週日曜日 AM9:30
- 4 久地ふれあい公園 : 毎週土曜日 AM10:00

問い合わせ：高津保健福祉センター 地域保健福祉課 電話861-3313

平成26年度 賛助会費と共同募金の報告

・・・ご協力、ありがとうございました・・・

各町会の会員の皆様のご協力によって高津第一地区社会福祉協議会に寄せられた賛助会費（7月）と共同募金と年末助け合い募金（10月～12月）の集計結果を報告いたします。

賛助会費は、社会福祉協議会の活動資金に、共同募金と年末助け合い募金は、一人暮らし高齢者の支援事業や地域の福祉活動団体への助成金などに使われています。ご協力いただいた皆様に感謝を申し上げますとともに今後ともよろしく願いいたします。

賛助会費
958,000円

共同募金（戸別募金）

（単位 円）

町会名	共同募金	年末助け合い
溝口	953,000	814,500
久地	541,630	427,540
宇奈根	98,421	100,000
合計	1,593,051	1,342,040

助成金を交付した福祉活動団体

交通安全母の会高津分会
子ども会連合会高津地区
高津地区青少年指導員会
高津地区老人クラブ連合会
一日一万歩歩こう会
わかたけ作業所
わーくす高津

久地第一ときわ会
久地第三きらく会
久地東長寿会
久地いきいきクラブ
宇奈根もみじ会
社会を明るくする運動高津地区推進委員会



いきいきシニアライフ



宇奈根町内会のパークゴルフ同好会は、多摩川河川敷の「多摩川うなねパークゴルフコース」でパークゴルフを楽しんでいます。

パークゴルフとは、芝の上でプラスチックのボールを打ち、ホールに入れながらコースをまわる健康的なスポーツ。多摩川のコースは、18ホールでパー66。全長約1kmのフラットコース。各ホールには、バンカーが配置されています。

同好会の河原勇会長によると、「メンバーは、30名以上の時もあったが、現在は16人。毎月2回、コースで練習を行い、年3回の競技会で競い合っている」との事。自然豊かな河川敷に、ボールを打つ音と笑い声が絶えない楽しい同好会。皆さん、いつまでも元気で競技をお楽しみください。



編集後記

満開の桜を見ると、“よし！暖かくなってきたので何か始めてみよう！”という気持ちになりませんか？いつまでも健康であるための“おたっしや10”。無理なく続けられそうですね。まずは、どれか1つからでも始めてみませんか？（W）

編集委員 田中 道彦、望月 正一、矢島真理子、
横山 滋、若林豊茂美