

あけましておめでとうございます！

本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

「みちしるべ」もおかげさまで、新しい年を迎えることができました。昨年六月に開設して以来、みちしるべでは、ワークショップやボランティア養成実践講座、専門家による相談会などのイベントを開催するほか、地域での居心地のいい「たまり場」になれるよう、スタッフ一同頑張っています。

今年は、もっともっと地域の皆さまと一緒に、この地域が元気になれるような活動を進めてまいりたいと、気持ちも新たにしています。

まだまだ始まったばかりのみちしるべですが、どうぞ、一度遊びにいらしてみてください。そして、「みちしるべでこんなことをやってみたい」というようなアイデアがありましたら、是非とも一緒にやってみませんか？

みちしるべの予定（1～3月）

～ボランティア養成実践講座～

●第3回ボランティア養成実践講座「傾聴ボランティア」

日時：2009年1月20日（火）午後2～4時

場所：藤沢市総合市民図書館 第一会議室

参加費：無料

講師：鈴木茂氏（NPO 法人シニアライフセラピー研究所）

●第4回ボランティア養成実践講座「ボランティアの海外事情」

日時：2009年3月17日（火）午後2～4時（予定）

場所：未定

参加費：無料

講師：西條節子氏（NPO 法人COCO 湘南理事長）他1名

※この講座は資格取得を目的とするものではありません。ご了承ください。

※上記の内容は変更になる場合がございます。詳しくは裏面連絡先まで。

～専門家による相談会～

●健康相談会

「毎日楽しく元気に過ごす術…高齢期の健康づくり」

日時：2009年2月20日（金）午後2～4時

場所：湘南台文化センター リハーサル室

参加費：無料

講師：柏木政伸氏（藤沢市民病院名誉院長・医師）

※上記の内容は変更になる場合がございます。詳しくはみちしるべまで。

COCO
みちしるべ

かわら版

2009年1月号
第5号

発行人：神奈川県藤沢市
湘南台 7-32-2
NPO 法人COCO 湘南
みちしるべ
藤井 多希子

HEADLINE

- ◆あけましておめでとうございます
- ◆みちしるべの予定（1～3月）
- ◆みちしるべ活動のご報告
- ◆これまでの相談
- ◆身近なエコ生活
- ◆みちしるべ案内図

1月の「ぼそぼろ」は
1月24日（土）です。
PC、デジカメ、携帯などの
使い方が分からなくて
お困りの方は、お気軽に
お越し下さい
（予約不要）。

上記のほかにも、子ども向けワークショップやバザーなど楽しいイベントを企画しています！
お知らせは、随時みちしるべ前の掲示板や、この「かわら版」でもお知らせします。

みちしるべ活動のご報告

第2回ボランティア養成実践講座 「子どもは未来からの留学生」を開催しました

11月18日（火）、午後2時半から5時まで、藤沢総合市民図書館第一会議室にて、第2回ボランティア養成実践講座を開催し、25名の方々にご参加いただきました。

まず、藤沢市で長年教育の現場を引っ張ってこられた松井芳子氏（藤沢市前教育長、神奈川県退職女性校長会会長）から、一時間半にわたり、「一生青春 一生感動（理屈では人は動かない、相田みつをの言葉）」や「花はなぜうつくしいか ひとすじの気持ちで咲いているからだ（八木重吉の言葉）」「タフな知性・アクションを（松井先生の言葉）」など、たくさんの宝石のような言葉を



例に、子どもに接するときだけでなく、生きるうえで松井先生が大切にしていらっしゃった心がけをお話いただいた後、小学生の時代は「人間が大きく飛躍し、進展していく準備期間」であり、特に小学三年生の時代は「ギャング時代・“ものすごかったぜ”時代」として、とても大切で特別な時期であることをお話いただきました。そして、学校・家庭・地域が、それぞれの役割を重ね合わせつつ、子どものよさを積極的に評価する「のりしろ教育」を進めて行くことの大切さをお話くださいました。



その後、地域で子どもを育てるという視点から、2003年以来ボランティア活動である「子育てひろばタンポポ」を実践していらっしゃる川口松子氏に、どのような活動を行っているのかをお話いただきました。長後の保育室を借りて、4人のスタッフで始めた「子育てひろば」の活動も、6年目を迎えた現在では3ヶ所で行うまでになり、20代から70代までの25名のスタッフが、月一回、10:30～12:00で活動を行っています。

「子育てひろばタンポポ」は、子育て相談だけでなく、孤立しがちなお母さん同士のコミュニケーションの場・友達づくりの場となっており、地域での子育ての場づくりをまさに実践していらっしゃる活動です。川口さんの「ひとりでは何もできない。スタッフの皆さんや、支援して下さる様々な団体やの方々のおかげでできている」との言葉に、その場にいたスタッフの方々も大きくうなずいていらいらっしゃいました。

お二人のお話の後には、講師のお二人に対する質問や意見交換、その場にいた参加者同士での議論など、活発な意見交換がなされました。どのようにしてボランティアスタッフを集めるか、そして勉強をどう続けていくのか、地域に根ざした活動はどうあるべきかなど、話題は尽きませんでしたが、タンポポのスタッフの方が最後におっしゃった「利用者の方の喜んだ顔が忘れられなくて、これを続けています」という言葉がとても印象的でした。

法律相談会「最近の高齢者をめぐる法律問題」を開催しました

12月20日（土）、午後2時～4時にCOCO湘南台にて、弁護士の増本敏子氏をお招きし、法律相談会を開催しました。



増本氏は、高齢者の問題というのは、体力の低下に伴い、知力も低下するが、じわじわと低下するので変化が分かりにくく、生活の全てにわたって問題が生じると指摘したうえで、若い人と比較するとお金の蓄えもそれなりにあるので、やはり一番問題となるのは財産の問題であるとお話になりました。そして、今回の相談会では、遺言書と成年後見制度の2つについて、最近起こった法律問題を絡めて、制度の詳しいご説明と、具体的な対処方法についてお話をいただきました。



遺言書については、子どもや配偶者がいない場合には特にトラブルになりやすいので、遺言書を作成しておくべきであること、そして遺言書のうち、自筆証書は裁判所の「検認」を経て初めて有効な遺言書になるため、誰にも見られないというメリットがある反面、全ての相続人を調べて「検認のお知らせ」を出さなければいけないなど手間がかかるというデメリットがあるため、死んだ後の手間を考えると、相続人がはっきりしていない場合は公正証書の方が望ましい、というアドバイスがありました。

また、成年後見制度については、判断力がある元気なときにあらかじめ後見人を決めておき、判断力がなくなったときに成年後見に切り替える「任意後見」は、人選に特に注意が必要であることなどについて、制度の運用実態とともにお話をいただきました。

安心して暮らしていくためには、元気なうちに、こうした備えをしておくことが必要だと改めて認識しました。こうした法律相談会は、今後も開催していく予定です。

●クリスマス子どもワークショップを開催しました●



12月13日（土）午後2～4時に、みちしるべで「大好きな人にクリスマスカードを贈ろう！」をテーマに、手作りのクリスマスカードをつくりました。講師は、みちしるべスタッフの亀井です。みんな一生懸命にメッセージを考えて、カラフルで素敵なカードができました♪ カードを作った後は、楽しくおやつを食べて、ちょっと早いクリスマスを過ごしました。一緒に来てくださったお父さんも素敵なカードが出来ましたよね☆



ひとりで悩む前に、みちしるべに来てみませんか。 ～みちしるべには様々なスタッフがいます～

みちしるべには、理学療法士や保育士、看護師、管理栄養士、介護支援専門員(ケアマネージャー)、ヘルパー2級資格者、宅地建物取引主任者など、様々な専門分野を持つボランティアスタッフがいます。もし、何かに困っていらっしゃるならば、ちょっと私たちにお話してみませんか。一緒に解決策を考えましょう。もちろん、ちょっと誰かとおしゃべりしたい…なんて気軽なお話も大歓迎です。どうぞお気軽に覗いてみてください♪

人との付き合いが苦手で、職場の人間関係がうまくいなくて仕事が長続きしない。資格を活かした仕事に転職したいが、新しい職場での人間関係がうまくいか、心配…。

高齢なので医者に行くことが多いけれども、医療費が負担になってきて大変。これから大きな病気をしないように、心と体の健康に気をつけたいけど、どうしたらいいか…。

夫に先立たれ、今は一人で暮らしている。これからのことを考えると、元気うちに、高齢者施設に入るのがいいのか、もしくは、それ以外に選択肢があるのか…。

これまでのご相談の例

みちしるべ発！身近なエコ生活

「えんぴつ一本運動」

無意識に蛇口をひねると、水をジャージャー出してしまうのですが、「えんぴつ一本」の太さの水の量を出すように心がけています。(Kさん・湘南台7丁目在住)

みちしるべでは、ペットボトルのキャップを集めています。捨てればCO2を排出するだけのゴミですが、リサイクルすればその資金は77千円の購入に役立てられます。是非、みちしるべにお持ち下さい♪



みちしるべへのお問い合わせは…

◆10時から16時まで(日祭日除く)◆
TEL：0466-21-6668
FAX：0466-21-6651

COCOみちしるべを支援して下さる方を募集しています

個人会員：5千円/年(1口)
団体会員：1万円/年(1口)