



津波の三原則 ①想定にとらわれない ②命を守るために最善を尽くす ③まわりが逃げていなくても逃げる

## 7月 第1講座

### 『精神障害ってなんだろ？～ピアサポーターからのメッセージ』

地域活動支援センター櫻 中野千世氏、堀本久美子氏、足立芳男氏よりお話ししていただきました。

ピアサポートとは、同じ悩みをもった、同じ体験をもった人同士の対等な支援のことです。精神疾患(こころの病気)は身近な病気で、糖尿病・がん・脳卒中・急性心筋梗塞の4大疾病に加えて2011年7月に5大疾



病となりました。精神疾患(こころの病気)は誰でもかかりうる病気で、回復しうる病気なので正しく理解して下さい。精神疾患のために障害が生じて、日常生活や社会生活を送ることが難しくなることを精神障害と言います。障害のある方が社会的理由でいつまでも病院や施設で人生を送るのではなく、「生活者」として地域で生活できるような支援や保障が必要である。一市民、一生活者としてかかわることが大事で、大げさにしないで、さりげなく見守り、必要なことを一緒に考えていくことが大切です。

実際に精神疾患にかかったピアサポーターの堀本久美子氏と足立芳男氏が体験談を語ってくれました。お二人共、過去のしんどかったことを振り返り、お互いが病気のことを話せるようになり、周囲の人に支えられ助けられながら、精神障害の影響を乗り越えて人生の新しい意味や目的を作りだしています。

## 7月 第2講座

### 『病院内ボランティアの内容とその重要性について』

日本病院ボランティア協会 吉村規男氏よりお話ししていただきました。

病院ボランティアとは、基本は無償で、敬意と共感と愛情をもって患者さんに寄り添う・いる活動をしています。病院ボランティアは、存在するだけで価値があり、ごく普通の社会人・市民であることが大事である。日本では、大阪の淀川キリスト教病院から50年程前に始まり、第1号ボランティアは美容師さんでした。最近



は、地域と密接に繋がるように、地元の方にボランティアに来てもらう病院が増えてきています。

主な活動として、受付→受付機の使い方の手伝い。玄関→外来の場所を案内。病棟→入院患者の洗濯の手伝いや買い物の手伝い。小児科→兄弟で病院へ来た時に付いてきた子の面倒をみる。診察を怖がらないようにする。入院中の子どもとお絵かきや紙芝居をしたり、院内学級の手伝い。ホスピス・緩和ケア→食器を洗う。お茶やアルコールの提供。誕生日会をしたり年の行事を行う。他にもクリニックラウン(臨床道化師)やグリーンボランティアとして病院に花を植えたり、壊れた車イスの修理をしたり様々な活動をしています。

# 8月5日(土)時間割

■9:20~9:30 朝礼

■9:30~9:40 ストレッチタイム

■9:40~10:30 第1講座

・和歌山県栄養士会 濱 圭子氏  
「高齢者の食生活の在り方と課題」

■10:35~10:50 休憩

■10:50~11:40 第2講座

・和歌山県長寿社会課 小池 恒弘氏  
「これからの地域における高齢者の役割とその課題」

■12:00~13:00 昼食・休憩

■13:00~14:30 専科

・郷土研究専科・・・避難施設「まもるくん」の見学に行きます。



講義中、活動時間内は私語等をつつしみ集中しましょう。

shh



## お知らせ※必ずお読み下さい

■8月の当番は…**グラウンドゴルフ専科**です。

当番の仕事・・・8:30に登校し受付をする。(9月の当番は**絵手紙専科**です。)

■バス通学について

欠席などでバスを利用しない場合は、前日までに事務局(TEL63-2295)へ必ずご連絡下さい。

■お弁当(昼食)注文について

年間注文されている方で不要な方、または今月のみ注文を希望される方は、前日までに事務局(TEL63-2295)へ必ずご連絡下さい。

■耐久大会会場準備について

前日4日(金)13:30より会場のセッティングを行います。お手伝いしていただける方はご協力よろしくお願いします。

★上記の第1講座の内容により、8月4日の朝・昼・晩の食事のメニューを使って勉強します。各自、筆記用具と食事のメニューを書いて持ってきて下さい。(提出用ではありません!)



★耐久大学から、図書館の施設充実のためにアルミ缶の回収を行っています。ご家庭のアルミ缶をいつでも町民会館裏の袋へお願いします。