

ぽぽぽつうしん No.3

《設立日》2012.6.6
《発行日》2014.8.1

ぽぽぽ保健室&ぽぽぽカフェ

部会長 中西 雅恵

●きっかけは？

もともとぽぽぽのいえで「こちカフェ」を行っていましたが、「ぽぽぽのいのちの学校」と同じように「思いやりのまちプロジェクト」から誕生しました。子育て・介護・認知症・緩和ケア・がんの悩み・排泄など、こころを軽くするお手伝いをしていきます。

●今年度の活動は？

もっと気軽に立ち寄り頂けるように、毎月楽しい催しものを企画しました。楽しい活動を通して話しやすい雰囲気作りを大切にしたいと思います。不安や悩み事で気持ちが沈んだり、時にはとても辛い体験をしたりした時に、ここに来てよかったなと思っただけのような活動を目指します。もちろん、個別でのご相談も承ります。まずはご連絡下さい。

皆さまのご参加お待ちしております！

- 交流企画
 - ・10月14日 ぽぽぽヨガ
 - ・12月9日 ぽぽぽケア帽子作り(クリスマスプレゼント)
 - ・1月13日 勝気もち作り
 - ・2月10日 しし鍋と九谷焼きひな人形作り
- 特別ぽぽぽ企画
 - ・8月23日 ぽぽぽ暑気払い **次回はこれ！**
 - ・9月6日 ぽぽぽ芋煮会
 - ・12月23日 ぽぽぽクリスマス会
- 共同企画(魂のいちばんおいしいところの部会と一緒にいきます)
 - ・9月9日 ぽぽぽ満月シアター
 - ・11月11日 ぽぽぽまつり(ぽぽぽ介護のイベント)
 - ・3月10日 早春～春をさがしに～ぽぽぽウォーク

おかげさまで3年目！新しい部会が加わりました！

ぽぽぽいのちの学校

部会長 鈴木 森夫

●きっかけは？

2013年、勇美記念財団より助成金を頂き、小松市の在宅医療について「市民公開講座の開催」と「ガイドブックの作成」に取り組みました。ガイドブック作成のの一つとしてワークショップを開催しましたが、それは10回にも及びました。当事者、ご家族、医療保健福祉従事者、民生委員、建築、自営業などが幅広く集まり、小松市の現状やそれぞれの立場で問題点を出し合い、最後は「住み慣れた地域で自分らしく住み続けるためにあったらいいもの」というテーマで意見交換をしました。それがいつしか「おもいやりのまちプロジェクト」として「市民公開講座」開催の為に活動することとなりました。

●「ぽぽぽいのちの学校」誕生！

すべての活動は終了しましたが、ここで終わってしまっただけでは現状と何も変わらない、ワークショップでたくさん出された意見やアイデアを形にしていかなければ！という想いから「ぽぽぽいのちの学校」が誕生しました。誰もが自分らしくイキイキと楽しく暮らせるまちづくりを目指します。

●今年度の活動は？

今年度は、認知症の人を「ひとりの人」として大切にできる地域づくりを目指して、学びと交流の場を「ぽぽぽのいえ」または地域の公民館やサロン等で開催します。学習会は、テーマに「よくわかる」がついているところがポイントです。講演会と座談会を組み合わせた講師と参加者が膝をつきあわせた距離での学習会となります。

大好評！爆笑劇団「どすこいぽぽぽ」

「おもいやりのまちプロジェクト」で立ち上がったのが、劇団「どすこいぽぽぽ」。初ステージを市民公開講座で迎えましたが、これがなかなかの反響です。9/7(日)には白江町敬老会に参加、そして、犬丸の地域サロンからもお声かけ頂いております。うちのまちにも是非！という方はご連絡下さい。お待ちしております。



第1回 ぽぽぽいのちの学校 6/4(水)開催 参加者 12名

よくわかる「死生観と日本的スピリチュアルケア」

講師：東北大学大学院実践宗教学寄附講座准教授 谷山洋三先生

金沢市ご出身で僧侶の谷山先生は、東北大学大学院で心のケアを提供する日本のチャプレン「臨床宗教師」の養成に携わっておられる方です。「死について考える」という、とっつきにくいテーマを文字通りわかりやすく語って頂きました。途中、グループワークで「死は怖い？怖くない？」「自分は死んだらどうなる？」を語り合ったり、スピリチュアルケアの構造図や宗教的ケアの援助者と相談者との関係がスピリチュアルケアのそれとどう違うかなど、参加者一同、目からウロコの1時間半でした。

講演後のお食事会では、それぞれの思いを時の過ぎるのも忘れて語り合いました。



ある日の風景より

ぽぽぽ水ようかん作り

7/8(火)、ぽぽぽ水ようかん作りを開催しました。出来上がった水ようかんを頂きながら地域のこと、認知症、介護の話などおしゃべりはつきませんでした。ちょっと口の中は甘ったるかっただですが、考えさせられるお話ばかりでとても充実した時間を過ごすことができました。ご参加頂いた皆さまありがとうございます。



第2回 ぽぽぽいのちの学校 7/15(火)開催 参加者 25名

よくわかる「認知症と脳科学」

講師：恵仁クリニック院長 村井裕先生 (小松市医師会理事)

村井先生は、Team Dementia (チームディメンシア) という小松市の認知症専門家養成チームのコーディネーターとして認知症の地域医療を牽引され、認知症に関わる医療保健福祉従事者の皆さんがとても頼りにされている方です。

当日は看護師や介護士の方々の他に一般の夫婦と沢山の方が参加して下さいました。認知症について気軽にざっくばらんに語り合いたいという願いを聞いて下さり、まずは認知症の症状の一つ一つに向き合う時に理解しておきたい脳科学的アプローチを実践の場に合せた形で教えて頂きました。講演会の後は、alco ippo のおにぎりとお茶を頂きながらの座談会でしたが、先生に気軽に尋ねることができて大変盛況でした。



次回予告！参加者大募

第3回 ぽぽぽいのちの学校

よくわかる「認知症サポーター講座」(仮称)

時代を先駆けて平成20年度にキャラバンメイトとなり、小松市の認知症サポーター養成講座の講師を体験してきた田廣さん。当時は来たるべき時代に備えて、という感覚で学んだのですが、6年経った現在はどこもかしこも認知症を学ぶ人だらけです。しかし、まだまだ理解が行き渡っていないと感じることから、認知症と感情について、又、認知症と共に穏やかに暮らせるヒントをこれまでの経験を元にお話しして下さいます。

○日 時：9月25日(木) 19時～21時
○講 師：保健師・認知症サポーター講師 田廣洋子先生
○場 所：ぽぽぽのいえ
○定 員：20名
○参加費：1,200円/ぽぽぽねっと会員 1,000円 ※軽食つき

- ～参加して下さいました皆さんより～
- ・とにかくワクワクしてもっと学びたいとお話でした。小松に村井先生がいて下さってよかったと素直に感じました！
 - ・①認知症は生活習慣病。②徘徊や不穏が多いのは認知症が中等度の時期1年半位で、この時期の対応をうまく超える事がポイント。この二つを知れば、出来そうなこと事があると勇気が湧きました。
 - ・次のいのちの学校にもぜひ参加したいと思いました。誰でも気軽に学べるこのいのちの学校のスタイルはとても良いと思いました。

ぽぽぽ聞き書きの会

部会長 清水 まゆ美

●きっかけは？

「聞き書き」は一人の人の話を聞いて、その方の生きてこられた歴史を冊子に残すという活動です。今年度「ほくりく聞き書きの会」が独立するにあたり、この素晴らしい活動を是非とも残したいという強い想いから「ぽぽぽ聞き書きの会」として生まれ変わりました。

●今年度の活動は？

小松市にはまだまだ聞き書きは普及していません。今年度は聞き書きのいろはについてお話し、まずは多くの皆さんに聞き書きに対する興味を持って頂くことを目的としています。全3回に渡って聞き書き講座を開催しますが、全参加でも1回りの参加でも大丈夫です。すでに3回中2回終了していますが、ご興味のある方は是非ともご参加お待ちしております。



●第3回は10/25(土) 10時～12時 ぽぽぽのいえです。

※参加費：ぽぽぽねっと会員 1,000円 一般 1,200円

■「第8回 新しい医療のかたち賞」を受賞しました！

NPO法人 いのちにやさしいまちづくり ぼぼぼねっとが、医療の質・安全学会の平成26年度の「第8回 新しい医療のかたち賞」地域社会の取り組み部門に選ばれました！
(<http://qshpsp.ec-net.jp>)

医療の質・安全学会には、他の学会には例のない「パートナーシッププログラム」という医療の質と安全の向上を目指す市民、患者、医療者、研究者が志を同じくして、手をたずさえていようという活動があります。その一環として、大熊由起子さんが選考委員長を務められ、9名の医療ジャーナリストの方々で選考されるのが本賞です。これまでに、島根で始まったがんサロン、宮崎のかあさんの家、暮らしの保健室、うりずん、長崎Drネット等、日本の医療保健を先導されている諸先輩方の活動が選ばれ、その後全国に活動の種がまかれています。そこにぼぼぼねっとの活動を選んで頂いたということは大変光栄なことです。大切な仲間達とこれまで応援して下さいました皆様から感謝申し上げます。

本賞を受賞するにあたりぼぼぼねっとの活動について、「社会的活動に参加する」という意味を超えた、こんな社会を作って行こうと「社会的活動を開発し運営する」姿がここにある。英国のプライマリーケアでは、薬の処方、リハビリの処方、ケアの処方などと同じように「社会的活動の処方（ランチクラブ、散歩クラブなど多様な地域活動の中から、その人の状態にあった活動を紹介し、つなげる）」が行われるようになり、大きな効果をあげている。「特定非営利活動法人いのちにやさしいまちづくり ぼぼぼねっと」は、英国の「社会的活動の処方」にも通じる、普遍的な新しい動き方を、地域活動の中から独自に提示し、大きな可能性を秘めている」という評価をいただきました。

これからは病気や障がいを抱えても、ケアを受けいただけるだけの人になることなく、持てる力を発揮してそれを役立てていけるようにサポートする活動が求められています。ぼぼぼねっとは、これからもおひとりお一人の願い事に寄り添って場を開いていきたいと思えます。そして、いつの日かぼぼぼねっとの活動が日本中に広がって、「ぼぼぼ」がしあわせの合言葉になったらうれしいです。

理事長 榊原 千秋

≪26年度 ぼぼぼねっとの3つの事業と部会活動≫

●いのちにやさしいまちづくりに関する事業

- いのちのスープの会 部会長：西田 良春
- ぼぼぼ聞き書きの会 部会長：清水 まゆ美
- 魂のいちばんおいしいところ 部会長：松村 朋枝

●すべての子ども・障がい者の支援に関する事業

- 障がい児・者の居場所づくり 部会長：中川 恵美
- 子育て中の親子の育児支援 部会長：辻 悦子
- 次世代育成 部会長：清水 愛子

●医療保健福祉従事者と患者・家族のネットワーク推進事業

- ぼぼぼ保健室&ぼぼぼカフェ 部会長：中西 雅恵
- ぼぼぼいのちの学校 部会長：鈴木 森夫

≪26年度 ぼぼぼねっと役員≫

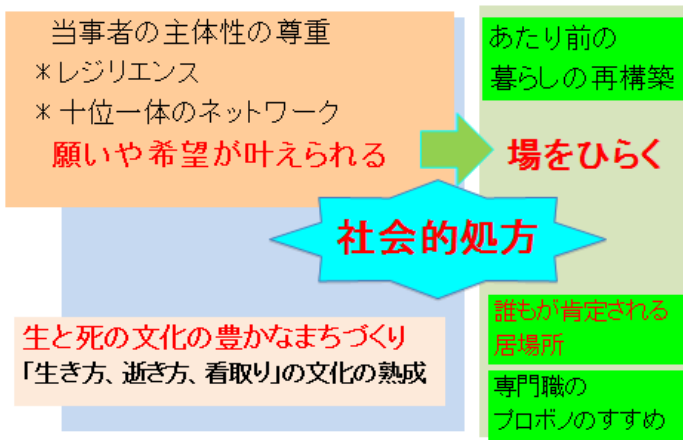
理事長	榊原 千秋	副理事長	辻 美恵子
理事	角谷 淳子(新)・小石川 均・崎川 万樹子 清水 まゆ美・帯刀 裕之・辻 美恵子 中川 恵美・中出 繁男・中道 佳子 西村 元一・山田 陽子 ※50音順		
監査	清水 亮一・尾山 陽子		

■プロボノ(Probono)はじめてみませんか？

プロボノという言葉をはじめて聞かれた方も多いと思います。プロボノとは、専門家が、職業上持っている知識や技術や経験を活かして社会貢献するボランティア活動のことです。ぼぼぼねっとでは、医師や看護介護職といった医療保健福祉従事者等多くの専門職が活動に参加して下さいます。

職場や職域を越えて陣営の外へ出て実践してみると、これまで見えなかった意味や価値が見えてきたり、新しい仲間と出会えたりして、そのことを本業にもフィードバックできるというプラスの効果もあります。

病気になるっても障がいになるっても誰もが安心して最期まで幸せと思って暮らせるコミュニティヘルスのあるまちづくり



がん等の不治の病になった時、痛みなどの身体的苦痛や社会的苦痛、こころの苦痛等と共に死を意識することで、自分の存在と意味が消滅していくと感じることから生じる自己否定や無力感と表現されるスピリチュアルペインという苦痛があります。

最期まで「どう生きるか」という命題に、医療の現場では、根拠に基づいた医学＝科学を大切にするエビデンスドバイストメディスンというあり方では限界があります。医療＝物語であるとするナラティブベーストメディスン(NBM: narrative based medicine)というあり方があります。ナラティブベーストメディスンは、患者さんが語る病の体験を医療者がよく聴き理解を深め、対話を通して問題解決に向けた新しい物語(文脈)を創り出すというもので、患者さんの安心と満足を導くことに役立っています。

ぼぼぼねっとでは、これまでも、いのちのスープの会や聞き書き等を通じて、願いや希望をお伺いし、人生の物語に寄り添わせて頂いてきました。そして本年度は「ぼぼぼいのちの学校」と「ぼぼぼ保健室&ぼぼぼカフェ」が立ち上がり、共に学び、共に語り合える場が増えました。あなたもプロボノに興味を持って頂き、是非とも一緒に活動しませんか！

≪26年度ぼぼぼねっと事務局体制≫

事務局長	小石川 均
事務局次長(新)	田廣 定信・西田 良春
総務・経理	中道 佳子
事務局員	中西 雅恵(新)・松村 朋枝(新) 山田 陽子・渡辺 朋子(新)

※2年任期を終え、新たに副理事長に辻美恵子さん、新理事に角谷淳子さんが就任されました。また事務局員も新メンバー体制となりました。とても頼もしい仲間達です。皆さまどうぞよろしくお願ひ致します。

■各部会のイベント情報

◆いのちのスープの会(担当:西田)

「いのちのスープの会」

<日 時>毎月第一土曜日 10:00~14:00
※変更有・事前に要確認

<参加費>会員 1,500円 非会員 1,700円

<場 所>しあわせのいえ(小松市八幡 106 tel 0761-47-0309)

<持ち物>エプロン・三角巾・手拭きタオル

<申込み>TEL・FAX: 0761-47-0309

メール: popopo.net77@gmail.com

◎参加ご希望の方は開催日の3日前までにご連絡下さい。

◆子育て中の親子の育児支援(担当:崎川)

第4回 身近な植物で苔玉作り

<日 時>9/10(水) 10:00~11:30

<場 所>金澤町家食ラボ(金沢市高岡町 12-13)

<参加費>500円

<申込み>メール: sakikawa@cup.ocn.ne.jp

TEL: 076-276-4505

第5回 もっとおいしいコーヒーを！

<日 時>10/8(水) 14:00~15:30

<場 所>金澤町家食ラボ(金沢市高岡町 12-13)

<参加費>500円

<申込み>同上



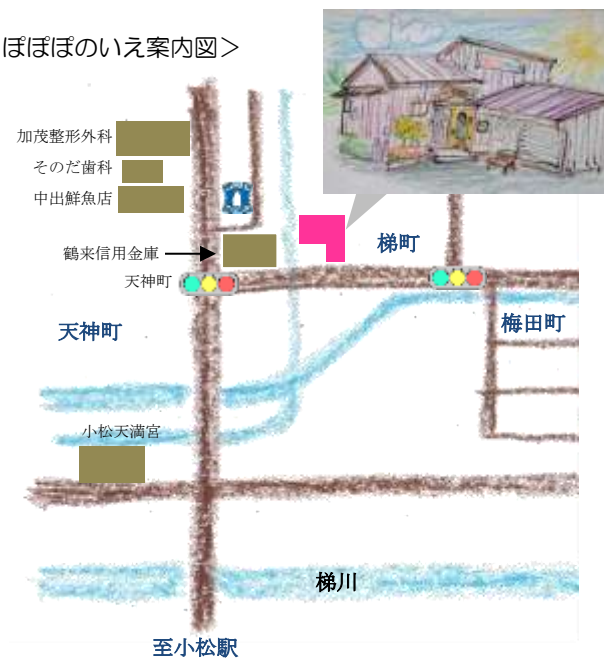
◆新部会の活動は表面をご覧ください！

<場 所>ぼぼぼのいえ(小松市榊町ホ 11-1)

<申込み>FAX: 0761-23-7307

メール: popopo.net77@gmail.com

<ぼぼぼのいえ案内図>



■Information

◆ホームページ奇数月に更新しています！

<http://square.umin.ac.jp/popopo/>

ぼぼぼねっとや各部会の活動について詳しく知りたい方は是非ホームページをご覧ください！部会の最新のイベント情報もホームページにてお知らせしています。

◆7/12(土) 魂のいちばんおいしいところ2014

「WILD WOMEN~満月の夜に~」が開催されました！

三人の女子会で決まった今回の企画、スーパーフルムーンの夜に約80名もの方にご来場頂き、誠にありがとうございました。皆さんに書いて頂いた願いは白山さんのお一日参りにて奉納させて頂きました。



◆26年度会費の納入をお願いいたします！

新規個人会員・団体会員・協力会員も大募集です！

【正会員】総会にて議決権を有します。

(個人) 入会金: 2,000円 年会費: 10,000円

(団体) 入会金: 2,000円 年会費: 10,000円(一口より)

【協力会員】資金的に援助します。

年会費: 3,000円(一口より)

【お申込み】※1年は4月1日~3月31日までです。

○申込用紙に必要事項を記入し郵送又はFAXにてお送り下さい。

○振込先

ゆうちょ銀行
口座記号・番号: 00770-7-61057
加入者名: いのちにやさしいまちづくり ぼぼぼねっと

※郵便局以外の他銀行よりご入金される場合

店 名: 079(ゼ叶井功)

振込先: いのちにやさしいまちづくり ぼぼぼねっと

口座番号: 0061057 預金種目: 当座

■■■お問合わせ・お申込み■■■

NPO法人 いのちにやさしいまちづくり ぼぼぼねっと
TEL・FAX: 0761-23-7307
E-Mail: popopo.net77@gmail.com

編集後記

今注目を浴びている爆笑劇団「どすこいぼぼぼ」。実はこの劇団名はもう少しで「ぼぼぼ劇団」というきれいな？名前に収まろうとしていました。せっかく「どすこいぼぼぼ」という素敵な名前に決まっていたのに全然つまらないと思い、2月の市民公開講座のチラシを担当していた私は、これに載せてしまえば！ヒヒヒ…と、独断で印刷してしまいました。おかげで劇団「どすこいぼぼぼ」として活動するはめになってしまったわけですが、それがいつの間にか爆笑劇団「どすこいぼぼぼ」に変わっているではありませんか！？誰なんでしょう？私よりも太い悪魔のしっぽを付けている人は？爆笑とハードルをあげてしまった人は？(笑)しかし、当の劇団員は次の舞台に向けて毎回楽しそうです。爆笑をとるにはまだまだかもしませんが、どうぞ皆さんこの劇団にご注目下さいね。そして、応援よろしくお願ひします。

(Y・N)

ぼぼぼつうしん No.3

2014年8月1日発行

HP: <http://square.umin.ac.jp/popopo/>

≪編集・発行≫

NPO法人 いのちにやさしいまちづくり ぼぼぼねっと
〒923-0028 小松市榊町ホ 11番地1
TEL・FAX: 0761-23-7307
E-Mail: popopo.net77@gmail.com

