

# かきおの社協

令和2年12月1日発行 第72号 柿生地区社会福祉協議会 発行人：久保倉 清 編集人：畠山 和宏  
川崎市麻生区万福寺1-2-2(新百合21ビル1階) 電話：044(952)5500 FAX：044(952)1424  
<http://www.kawasaki-shakyo.jp/asao/>

## 防災講座 ～大災害への対応～

令和2年2月21日(金)午後2時より麻生区役所第一会議室で、川崎市防災インストラクターの植田このみ氏による「大災害への対応」と題して、災害に備える為の具体的なモノ、コトについて防災講座が開かれ、多くの高齢者が聴講しました。また、小泉麻子理学療法士による健康予防体操で手軽にできる体操を学びました。「天災は忘れたころにやってくる。」とは寺田寅彦氏の言葉ですが、今の日本は地震や台風などの災害が多発し、しかも多くの人命が失われる大災害となっています。大災害でのシニア世代の犠牲者(死者・行方不明者)は、阪神淡路大地震では6割が60歳以上、東日本大震災では2/3が60歳以上、西日本豪雨では7割が60歳以上と人的被害はシニア世代に集中しています。対策をしていれば防げたと思われるものは70歳以上が8割です。



川崎市防災インストラクター 植田 このみ 先生

主催：高齢者福祉委員会

### 災害時の優先順位は

命・トイレ・飲む・食う

です

#### ○まずは生き残ることで

家の中の家具の転倒防止、出口の邪魔にならない位置にするなどで、災害関連死の60%は防げます。



#### ○生き残って次に直面するのが避難所や自宅のトイレです。

使っている便器の吸い込み口にお皿を置いて、黒いビニール袋を開いて置き用をたしててください。黒いビニール袋は4日分が必要です。用意しておきましょう。



#### ○次が「飲む」です。

災害関連死の原因で脱水症状が引き金になっていることが多くみられます。食べられなくても水分はとってください。日頃から「水は1日3ℓ」は準備しておきましょう。



#### ○そして「食べる」です。

体温が1度上昇すると免疫力が30%アップします。出来るだけ暖かいものを摂ってください。



#### ●非常時の対策と準備(一次避難)

LEDランタン・携帯ラジオ・テーブル型ガスコンロ・ほうきとちり取り・お金を準備しておきましょう。ロウソクを使う場合は水を張ったお皿の上で使うようにしましょう。その他、乳児、女性、高齢者、持病のある方、ペットなど、それぞれに必要な物は準備してください。

非常時の持ち出し品は重さや中身をチェックして、担いで動ける量にしてください。ライフラインの復旧には、電気が6日、上下水道30日、都市ガス55日かかります。汁ものは流せないで、ふた付きのバケツを用意しましょう。ペットは同行避難しましょう。

#### ●非常時における家族との安否確認方法は予め決めておきましょう。

第1手段171伝言ダイヤル 第2手段各自の携帯電話 第3手段自宅の秘密の場所や避難所にメモを置く 第4手段遠い親戚、知人に電話をする。待ち合わせ場所をあらかじめ決めておく。避難場所を確認しておく。大切な書類のコピーを取っておく。

#### ●「罹災証明書」

「罹災証明書」の為には、自宅の被害状況の写真を撮っておくと良い。

#### ●災害時に伴う二次被害

自衛隊より早い窃盗団、詐欺師、闇金、野放しペットによる被害、子どもや女性への性的被害など十分注意が必要です。

#### ●近所づきあいは近助けあひ

ご近所さんや趣味の仲間は日常時には笑顔を生み、災害時には支えになります。地域を知っている皆さんは、復興に欠かせない担い手です。

ふだんのご近所づきあいや住んでいる地域を知ることで、災害時に命を守ることができます。



小泉先生と熱心な聴講者

### ホームページのお知らせ

<http://www.kawasaki-shakyo.jp/asao/> から右帯の **柿生地区社会福祉協議会** を検索してください。地域の福祉情報、講座・研修の予定等各委員会からの情報を速やかにお伝えするように努めます。



# 「ムーブメント教育・療法」を地域子育て支援に活用



先生の笑顔に子どもも夢中

令和2年9月24日(木) 岡上こども文化センターで和光大学現代人間学部人間科学科大橋さつき教授による「ムーブメント教育・療法」について、地域子育て委員12名と福祉啓発委員3名が受講しました。本年は新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、福祉委員会の活動が制限されている中、消毒やソーシャルディスタンスなど感染に注意して、地域子育て委員会は「ムーブメント教育・療法」を今後の地域子育て支援に役立てようと研修会を行いました。



大人も熱心に参加しています！

主催：地域子育て委員会

## ●運動遊びを原点とした「ムーブメント教育・療法」

「ムーブメント教育・療法」は運動遊びを原点とし「からだーあたまーこころ」の調和のとれた統合的発達支援法で、指導者中心の訓練ではなく「～したい」を重視した教育・療法です。動くことを学び、動くことを通して学ぶことで、喜びや自尊感情が生まれ健康と幸福感の達成をめざします。子どもからお年寄り、障がい者など多世代型の身体表現遊びです。「ムーブメント教育・療法」はアメリカの知覚、運動学習理論家のマリアンヌ・フロスティック博士が1970年に著書を公にし、体系化を行ったものです。

日本では1978年に小林芳文博士により「ムーブメント教育ー理論と実際ー」が出版され、特に障がい児療育に於いて活用され発展しました。現在では保育、地域の子育て支援、高齢者のリハビリテーション、体育、障がい児療育など、様々な場で活用されています。

## ●子どもを対象にした「ムーブメント教育・療法」を学びました。

「からだ(動くこと)ーあたま(考えること)ーこころ(感じること)」の調和のとれた子育てに、見たことや感じたことに手拍子や机をたたいたりして表現したり、ほかの人のアイコンタクトに反応したり、遊びの原

●著書 小林芳文・大橋さつき共著「遊び場づくりに役立つムーブメント教育・療法」 明治図書出版株式会社

点を考えて「ムーブメント教育・療法」及び環境のアレンジの基本を学びました。

ムーブメントリーダーは、子どもに「～したい」という感情をもたせる為に、音楽、道具(ツール)やイメージ作り(人も環境の一部)を使って様々な「環境」をアレンジします。

- ①名前を呼ぶ ②～しよう～してみよう ③そうか～したいんだ・いいね ④できたね! やったね! ⑤うれしいな・ありがとう・えらいね ⑥○○ちゃん次・あと3人で僕の順番 ⑦そっとね・ゆっくりね ⑧どっちがいい? ・どれにする? ⑨遊びの中で別な方法も考える ⑩椅子に座ろう・頑張って片付けられるかな ⑪パパもママも一緒に遊ぶ ⑫楽しいね! ・楽しかったね ⑬今日は何をしたかな。

このようにムーブメントワードを使い、子どもの楽しいという「快の感情」を最大限に生かし、参加する人全ての喜びと満足感に通じ、健康と幸福感が達成するようにアレンジします。

子どもに対して命令形になりがちな親が多い今の家庭で「ムーブメント教育・療法」は子どもの「動きたくなる・触りたくなる・関わりたくなる」の感情を育み健全な子育てに役立つものと思います。

## 柿生地区社協会員の活動紹介



### 「さわやか会」

さわやか会 会長 澤 淑子



「さわやか会」は、脳卒中後遺障害の有志が機能回復への切実な願いから、麻生区保健所(現保健福祉センター)、社協のご協力、支援を得て、麻生地区で既に地域リハビリの会として発足しておりました「あそう会」、「百合の会」について3番目のリハビリ教室として発足致しました。前2者は保健所、社協の主導による設立運営に対し「さわやか会」は身障当事者の自発的活動に始まり、保健所、社協の応援、指導を受け、自主運営で機能回復リハビリを目標にした地域リハビリ教室で区内ではこの様な活動としては初めてだったと思います。

#### ●さわやか会設立の動機

私の場合、脳梗塞で県立の七沢病院に入院し、入院から病状が安定し、退院の日が来た時にも、退院の喜びより今受けている機能回復のリハビリを中断しなければならぬ、今後どうしたらよいかという不安が先に立ち、何とかしてリハビリを続けたいという気持ちにかられました。退院により病院でのリハビリが中断され、善後策を探しながらも段々と落ち込んでいく私にとって、保健所から訪問を受け今後の相談に乗って下さった

事は、籠っている家庭から外へのつながりが出来、暗夜に燈の思いでした。

保健所の「機能回復リハビリ」と「あそう会」を紹介されました。丁度その頃、川崎市広報に「溝の口リハビリ勉強会」の記事を見つけ、家から1時間の距離でしたが仲間に入れていただきました。この会で感動したことは理学療法士(PT)の先生から、身障者にとっては、二次的障害を起こさないようにすること、このために日常生活の中で正しい運動をし、身体を動かすことがいかに大切であるかを、病院のリハビリとはひとあじ違った在宅身障者の心理の上に立ったお話しを頂きながらの訓練であったことです。リハビリの先生の指導を受けて身体を動かし、心あたたまる話を聞き、在宅しながら健康のためのリハビリに励んでいるという実感を持った時、社会復帰への希望を見出しました。私共の地域の方々にも、この様な在宅リハビリの場を作りたいとの思いにかられました。

(さわやか会 30周年記念誌より抜粋)

※ご興味がある方は麻生区社会福祉協議会 (Tel 044-952-5500) へお問い合わせください。

### 編集後記

#### 広げよう「里親」の輪

本年の10月も、里親月間でした。厚生労働省は「あたたかいた家庭を必要としている子どもたちがいます、広げよう「里親」の輪」とその制度の推進を図っています。

里親とは、児童福祉法に基づき、親の病気、家出、離婚など、いろいろな事情により家庭で暮らせない子どもたちを、自分の家庭に迎え、児童相談所等のサポートを受けながら養育する制度です。

里親には、○養育里親(18歳未満の子どものを、家庭に戻るまで、或いは自立するまでの間、養育する。○養子縁組里親○専門里親○親族里親があります。

このほかに、川崎市には「ふるさと里親制度」があり、これは児童養護施設等で生活する子どものうち、親との交流や外泊の少ない子どもを、夏休み等を利用して短期間(年間10日まで)家庭に迎え生活する制度です。

二十数年前、ふるさと里親登録を受け、幼児姉妹を家庭に迎え、妹の夜泣き、公園での水遊び、サンリオピューロランド、江の島の水族館へ行ったこと、七五三の祝いなどがありました。その後、二人の中学生を迎えました。そして、この子どもたちは、すでに成年、今、どうしているのかな、また、短い期間ではありましたが、子どもの健やかな成長に力がながら寄り添ってきたのではないかなと思っています。

みなさん、先ずは「里親制度」、「ふるさと里親制度」を知ることから始めてみませんか。(M・N)

この広報誌は柿生地区社協管内の「王禅寺・王禅寺西・王禅寺東・白山・虹ヶ丘・上麻生・下麻生・早野・岡上・万福寺・古沢・五力田・片平・白鳥・栗平・栗木・栗木台・黒川・南黒川・はるの野」にお住まいの皆様配布されています。