

発行：飯能市社会福祉協議会 開所日：原則、火～金（祝のぞく）  
時間：9：15～16：15

令和4年  
9月号  
A Tender Heart  
たすけあいがの

## ふくしの森ステーションあがの<sup>だより</sup>

◆所在地 吾野186番地1（吾野地区行政センター内）  
電話：070-7792-2433/FAX：050-3156-2236  
メール：station-agano@hannosyakyu.or.jp

※暮らしの困りごと、お気軽に相談ください！担当：梅木・榎戸

## ♡地域福祉推進組織“たすけあいがの”って？

◆吾野地域では、自然環境に恵まれ、お互いに助けあい、声を掛けあいながら暮らしています。しかし、少子高齢化が進んで生活のしづらい面が出てきてしまいました。そこで、「地域の一人ひとりが、少しずつ力を出しあい、お互いに支えあいながら、誰もが安心して暮らせる吾野にしたい」という想いから、地域福祉推進組織「たすけあいがの」が誕生しました。そして、各地区で身近な居場所「茶の間」などの様々な活動に取り組んでいます。各地区の茶の間はコロナ禍で長い間、お休みでしたが3つの地区では約2年ぶりの再開となりました。参加者の「元気がもらえて良かった♪」と、明るい声が印象的でした。

みなみかわ



きたがわ



### ◆地域福祉推進組織たすけあいがの 平沼弘会長からのメッセージ◆

先日、書棚の整理中、あるものを見つけた。それは「the T」（ザ・ティ）という4つのピースを組み合わせ、21通りの模様を創るパズルで、30数年前に購入したものだ。早速、試みたがなかなかできない。（確か数分で解けた記憶があるのに）半日でやっとできたときにはうれしかったが、こんなに時間が掛かるとは思わなかった。皆さんもこのような体験はありませんか。「老化と認知は脳の衰えから」と、言われています。

吾野の皆さん、「たすけあいがの」と共に、脳を活性化させ、健康寿命をのばしましょう！！

にしかわ



↑7月の各地区の茶の間の様子

（西川地区：サポーターのみで実証実験として開催しました）

新型コロナウイルス感染症の再拡大により、8月以降しばらくの間、「茶の間」はお休みになります。感染症の拡大が落ち着きましたら改めて感染予防策をとって再開されます。

その際には、ぜひご参加ください♪

# 地域ふくし発見!

地域福祉に関する素敵な取組みをふくしの森ステーションのCSW(コミュニティソーシャルワーカー)が取材・発信していきます。

「“ああ、これでいいんだ”という気持ちが家庭にもつながっていく。」

同じ悩みや問題を抱える親たちが「悩んでいるのは自分ひとりではなかった」と気づき、ホッとしたり、経験や気持ちを伝えあい、学び、支えあう仲間となっています。

「子どものために行くのではなく、“親自身の気持ちが楽になるから行くんだ”という気持ちで来てもらえれば。」

「子どもを無理に外に出そうとしても心が苦しくなる。まずは親の気持ちが楽になることで、家庭でも優しく接することができる。」

「いままでの“働かざる者食うべからず”といった考え方をなくしていくことも大事。働かなくて楽という子はいない。そこを社会全体が理解してほしい。」と代表の齊藤さんは言います。

「まずは相談先を探すこと。悩みを抱え込むのはよくない。」

「近い人ほど相談しづらい悩みもある。私自身も20年前は人に知られなくなかった。」

「市外の講演会を聞きにいったことで“自分を責める気持ちが変わっていった”。」

「私自身の経験からも“自分だけでなんとかしよう”というのはやめた方がいい。思い詰めて苦しくなるだけ。私もこの会で同じ立場の人と話せて、気持ちが楽になった。」

マロウドの会では、会員が対象の“学習会”、会員以外の方も参加できる“講演会”を年数回企画しています。(次回の講演会は11月を予定。)

見学も受け付けていますので、ご希望の方はぜひ下記までお問合せください。

## 「マロウドの会」の情報

【定例会】毎月第1(水)13:30~  
会場 日高市総合福祉センター「高麗の郷」  
もしくは  
毛呂山町福祉会館「ウィズもろやま」

【日曜サロン】毎月第3(日)13:30~  
会場 日高市総合福祉センター「高麗の郷」

【年会費】 2,000円

【問合せ】 ☎090-5575-7054 (代表者齊藤)

## 独占インタビュー

# 「マロウドの会」

今回ご紹介するのは「ひきこもり」、「不登校」と呼ばれている子どもを持つ親の自助グループ「マロウドの会」。平成17年に6名のメンバーから始まり、現在では、県内外から34名の親が参加しています。

## よく聞く言葉だけど… 改めて「ひきこもり」って?

仕事や学校に行けず家族以外とほとんど交流がない状態が半年以上続いていることを言います。

ひきこもり状態にある人が社会に参加できるようになるためには、無理をすることなく行ける場所を増やしていくこと、そのために地域にお住まいの皆さんの理解が必要です。



最近では60名ほどが参加する“講演会”



ときにはリフレッシュで“フラワーアレンジメント”

## “ひきこもり”のお悩みも、

CSWまでご相談ください。

飯能市健康づくり支援課の保健師など、他の専門職とともに、あなたの気持ちに寄り添ってお話を伺います。ひきこもりは誰にでも起こりえます。悩みを抱え込む前に、あなたのタイミングで、お近くのふくしの森ステーションまで、ぜひお気軽にご相談ください。