

NPO 法人中国シニアライフアドバイザー協会 会報 101 号

足立美術館＜夏の池庭＞

♪ CONTENTS ♪

- 2 ページ～ 特集 これからの住まいを考える(その2)
- 4 ページ～ S L A ・アイ
- 7 ページ～ 総会 & 研修報告
- 10 ページ 達人たちの夢
- 11 ページ 会員投稿
- 12 ページ 行事予定表





ひとくちに老後の住まいといっても、その選択肢は様々です。前回の特集その1「サービス付き高齢者向け住宅」に続いて「介護老人保健施設」と「小規模多機能型居宅介護」の二つを今回取り上げてみます。

介護老人保健施設とは？

「老健」（ろうけん）ってよく耳にしませんか？「「ろうけん」に3カ月入所して自宅に帰りました」って方が周りにいませんか？母親が自宅で転倒して〇〇病院で手術をしました。手術が終わってすぐに病院から言われたのが「手術後の状態が安定したら退院です、退院してどうしますか？」と言われました。総合病院はほとんどが急性期病院のため入院は長くて3週間（今は2週間）しか入院が出来ません。（複雑なシステムについての説明は長くなるので…）

殆どの方は「さあ困った、車椅子の状態では帰っても生活できない、家族は仕事もあるのでせめて伝い歩きができて一人でトイレに行けるようになるまで病院においてください」と思いますが。それはなかなかむずかしく病院は治療が終わったら退院という決まりがあります。（総合病院には亜急性期病棟というのがあり3カ月までは入院できます。がいっぱいの事が多いです）

その時に一つの選択肢として「介護老人保健施設」が登場します。退院しても家庭生活が困難な場合に病院と家の中間施設が「老健」です。※リハビリ病院に転院という選択肢もあります。

介護を必要とする高齢者が自立をめざして家庭復帰をするために医師による医学的管理の

作業療法士によるリハビリテーションまた栄養管理、食事、入浴などの日常サービス全般の見守り介助をおこないます。

「老健」は最低1カ月長くて3カ月（半年、一年の場合もありますが）入所してしっかりリハビリをして家での生活が出来るように支援してくれます。

介護度が1～5までの人が利用できます。もちろんショートステイ（短い宿泊）としても利用できます。

このように「老人保健施設」とは「病状は安定しているものの一定の医療・介護や機能訓練が必要という人を対象にした施設です。家での生活を可能にするためのリハビリテーションが中心になる」施設です。

（ケアマネジャー 角崎多恵）



★高齢者の住まい 施設系★

介護が必要になってからの住み替え先として、介護保険が利用できる様々な施設があります。この中で、特別養護老人ホーム（特養）、老人保健施設（老健）、介護療養型医療施設（介護療養病床）は、65歳以上で要介護1以上から重度の要介護者まで受け入れています。

＜特別養護老人ホームの入所基準の厳格化＞

特別養護老人ホームは、現在は要介護1から入所する資格がありますが、これからはより介護の必要性の高い要介護3以上に限定されます。厳格化の対象は新規の入所者になるため、現在入っている要介護1～2の方はそのままです。

小規模多機能型居宅介護

どんなサービスかご存じですか？

「うちのおじいさん、デイサービスに行き始めて大変なのよ！」「今日は、おばあちゃんのヘルパーさんが来られるから早く家に帰らなきゃ！」こんな会話を耳にしたことはありませんか？

介護保険の居宅サービス（自宅で受けるサービスでデイサービスや訪問介護いわゆるヘルパーのサービス）は、サービスの内容がある程度決められており、時間も予定どおりの時間でサービス提供をすることが前提です。利用する側の状況によっては（特に一人暮らしの方）、利用しにくい点も多くあります。例えば、デイから帰ってちょっと配膳をしておいてくれたら、一人で食事が食べられるのに・・・とか、家族が急に用事かできて、朝デイに出かけるときに、着替えなど準備が出来なくなって困っているときちょっと着替えを手伝ってデイにでかけられたらいいのに・・・

その「ちょっと」を比較的柔軟にサポートできるサービスが「小規模多機能型居宅介護」です。舌を噛みそうですが、簡単にいえば、「訪問」（ヘルパー）と「通い」（デイサービス）と「泊まり」（ショートステイ）を取り混ぜたサービスです。パックサービスです。パックの中身は、利用者の状況により、ケアマネジャーがプランを作成し、サービスを提供する事業所と3者で協議して決まります（介護保険である程度利用枠が決められています）。

平成18年に創設されたサービスですが、それまでの居宅サービスと大きな違いは、料金形態が異なることです。デイサービスやヘルパーは、レストランに例えれば、単品注文です。サービスひとつ一つに料金が決められており、提供されたサービスの料金を加算して利用料が決まります。それに比べて、おまかせコース〇〇円のメニューが「小規模多機能」です。登録

制で、事業所に登録されれば、上記の3つのサービスの組み合わせは自由で料金は一カ月定額料金です。ただし、3つのサービスに関しては、他の事業所のサービスが使えないのがルールなので、あれこれいろいろなデイサービスを利用したい人は、ちょっと不向きです。平成24年からは、訪問看護と一緒に利用できる「複合型サービス」も新たに作られ、看護師とヘルパーが連携を取り、かなり重度寝たきりの方でも自宅で介護ができるようなサービス提供になってきています。

私ごとですが、私の曾祖母は、92歳で（私が中学2年生の時）自宅で亡くなりました。（嫁や娘や孫が周りを囲んで最期を看取りました）初めて「人間の死」というものを目の前で見ましたが、私には貴重な経験でした。これから、病院や施設で最期を迎えることが困難になり、自宅での看取りが増えることは予測できます。介護保険や公的機関の支援などを周知するとともに、自分の最期をシミュレーション（経済的な問題を含めて）をする必要があると考えます。

現在日本では、ドラスティックに「家族のかたち」が変化し、これまでとは違った「私の最期」がやってくると思っています。どんな「最期」になろうと、自分らしくありたいと毎日努力と試行錯誤の日々です。

（社会福祉士 西谷裕子）



過日「サービス付き高齢者向け住宅」略称「サ高住」の「レガロ・ヴィータ京橋」を見学した。施設は広島駅徒歩4分、都会の一等地に建てられた高層ビルの下層部分で申し分ない環境である。各部屋は風呂とキッチンはないもののゆったりとベッドも置かれ、コンパクトにまとめられた簡素で機能的な住まいだった。

住宅への入居に際しては一般の賃貸借住宅の形態であるが要介護認定の人のためデイサービスセンターが併設されており、リハビリセンターにはエアロバイクやマッサージ付きウォーターベッド等も備えられ至れり尽くせりであった。近々2F部分に歯科医院が開設され、又近隣の内科医院との提携も予定されており健康面に不安が多い高齢入居者への配慮も行き届いている。

施設見学の間中、見学者からはこぞって「ワ素晴らしい」と感嘆の声が上がっていたが「私には向かないと思う、出来れば生涯今の暮らしを続けたい・・・」との密やかな声が漏れ聞こえてくる。確かにここまで暮らしをすっきり纏めて、180度変容させるためにはどれだけの努力が必要だろうか。

単に「広から狭」の住宅移動に伴う「物の片づけ」いわゆるハード面の問題のみならず向こう三軒両隣りの人達の笑顔や温もり、共に支え合い長年培ってきた暮らし方に対するソフト面への「心の準備」等並大抵ではないと思われる。人生の一大イベントである転居転宅は、若い世代でも相当の負担がかかるものと言われており、ましてや高齢期を迎えての暮らし向きの大きな変革は心身に大きなダメージを与えることも有り得ると言われている。選択に際しては細心の注意が必要であろう。

しかしながら暮らし方への順応性は人様々で個人差もあるので一概には言えないが、願わくば誰かに背中を押されての姥捨て的な選択

をするのではなく、本人の自律的選択に基づき入居に臨んで欲しい。そうであれば「サ高住」は高齢期の「第3ステージ」として充実した人生の場を必ず展開してくれるに違いない。

まだ始まって日も浅く何かと難しい問題も有る様だが、高齢社会を迎えた今現在、社会的ニーズによって考案され、世間からも熱い視線を寄せられている「サ高住」である。この新しい居住空間は単に老後の余生の居場所としてではなく、高齢期の豊かな暮らしを導き出す役割を担ってくれる立派な終の棲家であって欲しいと心から願っている。

SLAとして今後の推移を見守りたい。



第5回 話題研修

サービス付き高齢者向け住宅
REGALO VITA
[レガロ・ヴィータ京橋]
見学会 3月9日(日)



昼食懇親会



なぜ、あなたという存在は素晴らしいのか？
私たちはみな、一人ひとりが素晴らしい存在です。しかし、このことを自覚している人は意外に少ないようです。

その素晴らしさは、仕事ができるとかできないとか、人から好かれていたりとかいないとか、そんなことをはるかに超えたところにあります。

まず、私たちが存在していること自体が奇跡であるということです。世界中の科学者が集まって、世界中のお金をつぎ込んでも、単細胞生物を一つつくることができないそうです。

ましてや人間の場合は、大人で60兆個もの細胞からなる体をもって、それぞれの細胞がそれぞれの役割を果たしながら、全体としての秩序を保っているのです。これはもう、存在するだけで奇跡と言うしかありません。

よく考えてみると、私たちは自分の力だけで生きているわけではありません。

太陽、空気、水、大地、植物、微生物など大自然のさまざまな恩恵によって生かされています。

いずれにせよ私たちは、偉大な大自然の叡智によって生かされている奇跡的な存在なのです。

もう一つ、私たち人間の素晴らしさを挙げるなら、「みんな違っている」ということです。

あなたは、この世界に一人しかいません。
ダイヤモンドやプラチナが高価なのは、産

地も量も限られていて、たくさん採れないから、つまり稀少価値があるからです。

ところが、あなたという人は、世界中を探しても稀少どころか、たった一人しかいないのです。

さらにあなたは、この世界の中で、あなたしか果たせない役割をもっています。

その役割を果たせるよう、あなたしかない特長をもって生まれてきました。

これを天分（天から与えられた才能）と言います。

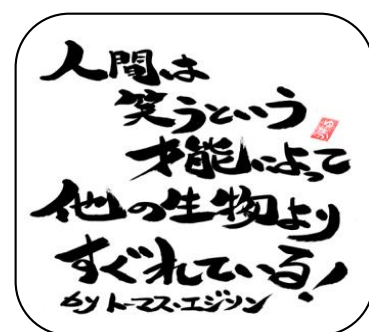
すでに才能の一部を発揮して活躍している人もいますが、才能がまだ潜在していて、自分でもどんな才能をもっているのかわからない人もいると思います。

しかしいずれにせよ、あなたの役割に最適な才能が、あなたの中に無限にあって、発揮される時機を待っています。

そして、それを発揮するとき、あなたは世の中に貢献するとともに、心からの幸せを感じるのです。

今回は、「才能の発揮」と両輪である「人間性を高める」です。人生の願望実現のため、「それにふさわしい自分作りとは？」をテーマにしたいと思います。

（野口嘉則著「心眼力」サンマーク出版から引用）



このたび、監事の役をいただくことになりました。

お話をいただいた時、「監事」の役割は何ですかと先輩役員の方に尋ねたところ、「理事の業務執行の状況や SLA の財産の状況について理事に意見を述べる」などと教えていただきました。

7期生として受講して以来3年が経過しようとしています。この間私はお世話になるばかりでしたので、何かのお役にたてるならと思います。今回お引き受けすることにしました。

物事を頼むとき、その人にできないと思うようなことは頼まないと聞きます。

また、頼まれたことには、「はい」か「YES」で答えなさいとも。

これからどうぞよろしくお願いいたします。



さて、私は今年3月に高齢者の仲間入りをした団塊の世代の一人です。

団塊の世代が定年退職を迎えるとき、「2007年問題」また「2012年問題」と騒がれましたが心配されたほどの大問題は起こらなかったのですが、この世代が後期高齢者となる2025年以降はどんなことになるのでしょうか。

「2025年問題」として深刻な問題だと懸念されていますが、その後しばらくはさまざまな問題が起こるであろうと思うと、恐ろしい気がします。

支援が必要な高齢者が増加しても、限られた財源や人材の枠の中でシェアしていくしかありません。保険料や医療費、税などの負担増の一方で介護や医療、年金などの給付減、私たちはいったいどのような形で人生を全うするのでしょうか。

行政も様々な対策を検討していますが、限界があります。健康寿命の延伸のため、自らができることは自らがなくては。

難しい病気はさておき、いわゆる“生活習慣病”といわれる病気は普段からの健康づくり（運動、栄養、休養のバランス）を実践することで防ぐことができるのですから。

身体面、経済面、社会的な面においては自助努力の効果も期待できるでしょうが、こと「認知症」に関してはなかなか難しい問題があるかと思われま。

人には、「教養」と「教育」が必要といわれます。

既にご存じのとおり、教養は「今日、用がある」。教育は「今日、行くところがある」に通じます。自宅にこもらず出かけて行ってできるだけ多くの人に出会い、心身の健康を維持し、また、ネットワークを築いておくことで軽度の認知症ならサポートし合えるのではないかと考えたりします。

SLAの講義を受けたとき、財団の理事長が「アドバイザーは、まず、自分に対して」とお話しされました。大がかりなことではできないとしても、まずは自分のこと、それから身近な人にSLAの精神を伝えていけたらよいと思います。「今日用と今日行く」を多くの高齢者が実践できるようになるために。



5月平成 26 年度通常総会

5月24日（土）、NPO法人 中国シニアライフアドバイザー協会の通常総会が、中区八丁堀の当協会事務所で開催されました。総会は、会員出席者23名、会員委任状提出者17名の合計40名をもって、定款第27条の二分の一の定足数を満たしており成立いたしました。全会員にご案内している平成25年度事業報告・収支報告、平成26年度事業計画・予算書について、また定款の一部変更について、そして役員選出について、満場一致で原案通りに可決、承認されました。最後に、藤咲理事長より閉会の挨拶があり、通常総会は定刻通り、終了しました。

総会終了後、場所を移しての「懇親食卓会」が行われ、豊富な食事を堪能しながら、楽しい歓談とゲームなどで、時間の経過を忘れるほど大いに盛り上がりました。



（はじめて協会事務所で総会を開催しました）

♪ 6月会員研修

コーチングは、一人ひとりのやる気や可能性を引き出しますが、本日のプログラム「笑顔のコーチング」では、お互いの笑顔を引き出します」と佐々木講師の満面の笑顔で研修が始まった。「ペアを作ってください」の声で、参加者10名が5組のペアに。それぞれのペアに「何が始まるの？」と期待と不安の表情でざわめきが広がる。ペアが交互に役割を交代しながら5つのワークが進む。

最初のワークは「笑顔っこ」。笑顔係りが、いろんな笑顔——普通の笑顔、素敵な笑顔、怒りの笑顔、泣き笑顔、等々——のどれかを表現し、回答者がそれを見て当てるワーク。無意識にやっているいろんな笑顔を意識的にやる、それなりに難しく、そして面白かった。場の雰囲気は和やかに、しかも昂揚感。

2番目は「笑顔のヒーロー・インタビュー」。「自分が笑顔になった体験」「誰かの笑顔引き出した体験」インタビュアーとヒーロー（回答者）の相互体験。傾聴法や表現法などの「コーチングのスキル（手法）」が散りばめてある。ワーク中に、共感の温かい感情がわいてくる。

3番目は他者紹介。2番目の笑顔体験をきくことで、ありのままの本人像が浮かび上がっていることに気が付いた。そして、好意的ではあるが相互理解のギャップも。

4番目は「笑顔のスイッチ」。笑顔が出るきっかけを探すもので、最多は32個。その気になれば、笑顔になれるスイッチは、身の周りのそこら中にあることを気付かされた。

5番目は「笑顔を増やすために今日からできること」で、私は「お会いできてうれしい」ということを選んだ。あっという間の90分。講師の笑顔で始まり、参加者全員の笑顔で、研修は終了した。「さあ笑顔の輪を広げよう！！！」

（1期 青山祐三朗）

6月28日(土)～29日(日)東京で第5回全国SLA協会会議に武井美智子副理事長、中元 巖理事と3名参加しました。広島駅午前7時発、翌日午後8時過ぎ広島駅着の有意義な時間でした。ご報告します。

第1日目

日時：平成26年6月28日(土)13:00～17:00

場所：新宿区立新宿消費生活センター分館

3階 会議室

出席者(敬称略)：

全国SLA協会 石寺弘子事務局長他3名、九州SLA協会 会長1名、東中国SLA協会 会長他1名、関西SLA協会会長他1名、中部SLA協会会長他1名、関東SLA協会会長他9名以上、24名

▼第一部：講演会：13:10～14:10

講師：財団法人「シニアルネサンス財団」理事、NPO法人アンチエイジングネットワーク理事 朝倉匠子氏 タイトル「いつまでも輝いて生きるために」

▼第二部：全国シニアライフアドバイザー協会会議：14:20～16:50

1) 春の全国一斉特設電話相談の各協会の報告

関東SLA協会 理事長 佐藤昌子氏より、パワーポイントで、各協会の概要、協会の刊行物、春の全国一斉特設電話相談の相談件数、相談員数、設置の電話回線、常設電話相談の有無、今回の広報の方法、ならびにホームページの概況について説明。

各協会とも電話相談事前PRにマスコミ等に積極的に行動されています。関東SLA協会にNHKから取材があり、各協会の電話相談番号が放映されたことで537件と多く相談があった。

2) 次回の秋の全国一斉特設電話相談の日程：

平成26年9月27日(土)、28日(日)

10:00～17:00

タイトル：「シニアの悩み110番」

第2日目

○全国SLA協会の将来について

参加各協会とも会員数減少・高齢化が共通の課題ですが、真摯に取り組んでいる現状の説明があり、各協会とも今後とも連携して活動することが活性化につながるとの認識ができました。後継者育成の観点から困難さはあるが、SLA養成講座開講の要望がありました。

○全国組織を活用して事業展開を考える。

有償ボランティアの考え方が必要。テーマも例えば、「シニアの今後のあり方～あなたも一人になるかも～」を各地区で開催する。事業として、アンケート事業を8協会で実施する。SLAによる市民後見人事業。見守り事業。老健施設を考える事業。シニアサロン事業。介護用品(理学療法士等)紹介事業。医薬品治験事業など。の意見が出ました。

○来年度の全国会議は関西SLA協会担当で開催が決定されました。

(理事長 藤咲俊昭)



6月28日～29日の二日間、東京での会議に参加いたしました。

一日目第一部の講演会で、ワーク理事 朝倉匠子氏の「高齢化社会を輝いて・

自信をもって暮らす自分力！」のお話が大変心を打ちました。

特に私は、第一線の仕事を退いてから、欲張ってあちらこちらと講演や話を聞く機会を多くとり、今回も楽しみにしておりました。

そして、「健康に生き生き年齢を重ねていくには知識と気力が必要です。」の第一声に、引き込まれました。

「日本は世界で一番高齢化が進んでいる。」と国連が発表しているのです、韓国や中国が注目していることなど細かく話して下さいました。

* 素敵に歳を重ねる自分力をもつための4つのキーポイント *

- (1) 加齢のメカニズムを知るホルモン
- (2) 食事・運動・睡眠
- (3) 夢と心の繋がりをもつ感性
- (4) 経済力

これらをアメリカに13年間滞在中、大学や大学院、専門学校などで、加齢学(ジェントロジー)、その他マネージメント、心理学なども合わせて学ばれて、現在は講演などでご活躍中の方でした。私はこんなすばらしい方もいらっしゃるのだと感動してお聞きしました。

彼女は広島呉市出身と知り、よけい親しみを感じたのも事実。主催者に彼女は10万~15万円の講演料だとお聞きして、驚きと共に広島には無理・・・?と納得してしまう。

これからも人生の後半生を充実するための学びを SLA の仲間や友人達と続けて、少しでも地域や回りへ還元出来たらと意を強く持ちました。

二日目には、各協会の現状や問題点、また、悩みなどを話し合いました。会員の高齢化・会員数の減少など、どの協会も同じような事を抱えていました。関東の大所帯でもそうで、今後の大きな課題となりました。電話相談は、大きな柱として継続する。そのための事前研修を、自己満足でなく傾聴に努める基本・原点を忘れないことが印象に残りました。また、広島から三名の参加に、何人かに精が良いですね、と声をかけられ嬉しく思いました。大変有意義な二

日間。ほんの一部を報告させて頂きました。

(副理事長 武井美智子)



会議の運営や意見交換や懇談の報告は、同行参加の方と重複しますので、省略いたします。私は初めての出席ですが、理事長が事前に、行きの新幹線のなかで、私のために予備知識として、過去の資料などを用意して頂いていました。私の事前の参加目的は、どこも、協会財政をどうするのか? 持続可能な有償相談や収益事業は可能なのか? 財団の養成講座開催の消極的な理由は何故なのか?の三点でありました。

財政を圧迫する単独賃貸事務所を設置しているのは、会員300名を擁する関東以外は、私たち中国だけでありました。また会員会費と寄付金以外の協会収入としては、講師派遣事業での一部還元金や、企業の市場調査の有料受注の一部還元などでした。会員の持続活動のための有償ボランティアについては、有料面接相談の実施を関東協会は取入れ、訪問面談までも事業化しておりました。また役所や企業の一部門の委託を受け、会員と協会の収入として、九州や関東は積極的に取組みをしておりました。三点目の養成講座については、全国会議でも推測の域を出ず、財団対応の明確な答えもなく、今年度・来年度の開催を見込めない状況でした。以上ですが、参加を意義あるものにするのは、今後の活動如何にかかると思いました。

(7期 中元 巖)

広島市高齢者作品展「達人たちの夢」への出展について
9月12日(金)～14日(日) 広島市まちづくり市民交流プラザ

本年度も、SLA協会に対し作品展実行委員会より、主な協力団体として参加・出展の依頼があり、多くの会員の皆さまの多彩な作品や多様な活動パネルや趣味の体験コーナーなどの展示・催しを行います。また、「シニアの悩み相談」や「エンディングノートの書き方」の対面懇談コーナーを通し、今回のテーマである「SLA協会のファンづくり」にも皆さまとともに取組みしたいものです。(詳細は、別紙「ご案内チラシ」をご覧ください)

会員の皆さまには、相談員や会場スタッフとして、ぜひ半日でも、ご協力をお願いします。また、会員の皆さまの絵画、書、陶芸、写真、手芸、彫刻、生花、ちぎり絵、ドライフラワー、織物、アクセサリ、刺繍などの作品展示物、また、会員の地域活動などの紹介のポスター展示物の出展をよろしくをお願いします。趣味の体験コーナーとして、絵手紙、手品、健康麻将、陶芸、盆栽、料理、フラワーデザインなどの催し企画の方もお申し出ください。

＜お申込み内容について＞ ＊（申込みの〆切りを8月10日とします）

出展・展示・催しの種類		相談員・会場スタッフの参加日時	
(お名前)		(お名前)	13日 午前中・午後・終日 14日 午前中・午後・終日 15日 午前中・午後・終日

なお、内容のお問い合わせやお申込みについては、

協会事務局 E-mail:sla.hiroshima@gmail.com

担当 中元 Mobile:090-7376-4127

E-mail: mirainethiroshima@yahoo.co.jp



かどちゃん・ゆきちゃんの おすすめ絵本！



『ダチョウのくびはなぜながい？ アフリカのむかしばなし』

作ヴァーナ・アーダマ 絵マーシャ・ヴラウン 訳松岡 享子 富山房

知っていましたか？むかしむかし、だちょうのくびは実は短かったって！えっ！知らなかった？では、ぜひ この絵本を読んでください！気の良いだちょうがある日ずるがしこいワニにたのまれたことでアフリカの動物たちが大騒ぎ！「やめろ やめろ ワニに食べられるぞー！」みんなの心配をよそに…はらはらどきどき…次の展開が読めない最高に面白いお話です。長年読み継がれた名作です。

『むぎわらぼうし』

竹下文子・作 いせひでこ・絵 講談社・発行 ♪破れたつばの縫い目から出て行ってしまった夏。絵本の扉を開けると、いせひでこさんの描く情景に引き込まれます。小さい頃の自分に会えますよ！

新任のご挨拶

この度、中国SLA協会の新任監事に推薦していただき、恐縮しつつも自分の気持ちを引き締める良い機会となりました。SLA協会の会員活動に関しては、まだまだ経験不足であり、やりたらしさを痛感しております。

昨年8月の中長期集中会議に参加して、協会の展望や運営について、私なりに理解することができました。また難しい課題や役割の責務についても痛感しました。SLA協会として約20年の実績があり、メンバーの資質は素晴らしい方ばかりですし、協会事務所の立地も申し分なく、なんとか盛会にして行きたいものです。理事会での役員の方たちの発案は素晴らしいものとも思いますし、私の日頃の奉仕姿勢と絆の精神を少しでも発揮できればと思います。

また、SLAの理念である「身も心もすこやかで、自立したシニア作りの手助け」、「シニア世代の自助自立のサポート」、「シニアの悩み相談」また、インディングノート販売や普及など取り組むべきことばかりです。

そんな中、役員（監事）の任をしっかりと果たすべく、非力ではありますが努力していきたいと思います。（7期 増川 瑞恵）



山口県柳井市民活動センターで講演会

昨年12月、NHK「クローズアップ現代」で団塊世代の地域デビューの特集が放映されました。ご覧になられた方もあるかと思いますが、関東SLA協会の松本すみ子さんが出演されました。それをご覧になった山口県柳井市の「やない市民活動センター」相談員さんから私も中国SLA協会に講師依頼がありました。私が柳井市の出身ということもあり、6月13日にセミナーを行いました。

やない市民活動センターの要望は、「子育てを終え自由時間を地域貢献したい女性、退職しこれからの人生を有意義に過ごすことを考えている男性が地域デビューすることに役立つ情報を共に考える」でした。講演テーマは「オトナのいろは」・・・もっと外に出よう・・・もっと人と繋がろう・・・でした。

1. シニアとは？

2. 現在の自分を見つめる これからの自分を考える

3. これからはあなたらしく生きる道を見出しましょう

約60分お話しした後、参加者にシニアルネサンス財団が作成している「地域デビュー危険度チェック」を相談員さんが用意され、皆様に記入されたことを基に自由討論を行いました。最後にアンケートを記入いただきました。

地域で新しい活動が始まることを予感させる時間でした。

（理事長 藤咲 俊昭）

リーフレットを活用してください

SLA協会20周年に向けリーフレットが新しくなっています。会員の皆様には各方面にご活用くださいませ。

無料配布期間、平成27年3月31日まで
配布先と部数をお知らせ下さい。担当 中城





8 月	9日	土曜	10:30～12:00	達人たちの夢 打ち合わせ
	20日	水曜	10:00～12:00	スマートカフェ（お盆と重なり第3水曜に変更）
	25日	月曜	13:00～15:00	はな会
	30日	土曜	13:00～16:00	楽習会

9 月	10日	水曜	10:00～12:00	スマートカフェ
	12～14日	金～日曜	10:00～18:00	達人たちの夢 広島市まちづくり市民交流プラザ5F
	13日	土曜	17:00～18:30	理事会 広島市まちづくり市民交流プラザ
	20日	土曜	13:00～16:00	楽習会
	22日	月曜	13:00～15:00	はな会
	24日	水曜	10:00～12:00	電話相談研修 *水曜サロンもあります
	27～28日	土～日曜	10:00～17:00	全国一斉電話相談

10 月	8日	水曜	10:00～12:00	スマートカフェ
	11日	土曜	10:30～12:00	理事会
	18日	土曜	13:00～16:00	楽習会
	27日	月曜	13:00～15:00	はな会
	29日	水曜	13:30～15:00	エンディングノート作成講座 廿日市市平良市民センター

<場所の記載がない場合は協会事務所です>



★編集後記★

会報 101 号をお届けいたします。協会の歩みは間もなく 20 年。会報のネーミングや号数の表記も変遷がありましたが、5 月発行の 100 号発行を節目に、今号より通算での号数のみとします。介護保険と医療提供体制の見直しが進められています。医療から介護へ、施設から自宅へ、流れを覚悟しながら、自分の身の丈を社会や自然に合わせて行こうと考え、行動しているこの頃です。
(事務局 幸田洋子)

〒730-0013

広島市中区八丁堀 13-15 八丁堀ビル 6F
TEL&FAX 082-222-2246

(TEL は水曜日 10 時～13 時のみ)

ホームページ <http://www.sla-hiroshima.com>

発行責任者 理事長 藤咲俊昭

《協会への連絡方法》

- ①メール sla.hiroshima@gmail.com
- ②事務所 FAX 082-222-2246
- ③電話 080-5623-5558（藤咲携帯）
090-7376-4127（中元携帯）
090-4146-0282（幸田携帯）

