

2023

72

その元気な色から、春の花と思われがちですが品種も多種多様、開花時期も12月から2月下旬まであり、俳句の世界では水仙は冬の季語として使われるのだとか。水仙、福寿草、クロッカス、黄色の花は「春を呼ぶビタミン剤」のようですね。



パンフラーの水仙

# 亀ヶ崎福祉だより

## ～言葉にできない感謝を詠む～ 第5回『親守詩』優秀賞作品

最優秀賞

連歌 (子)これから よろしく頼む 僕の家  
(親)変わらずここは 和の集う場所 小田遼太郎 (中2)

優秀賞

定型詩 ありがとう いつもえがおで うれしいよ 佐藤あやな (小2)

連歌 (子)お父さん わたしを守る ヒーローだ  
(親)元気をくれる 君もヒーロー 矢野こと瑩 (小3)

作文・詩 ぼくのたんじょう日は、いつも家ぞく全員でおいわいしてくれてありがとう。ぼくがうれしい時は、いっしょに笑ってくれて、ぼくがこまっている時は、元気づけてくれます。いつもぼくを支えてくれて、ありがとう。ぼくも、だれかを支えられる人になりたいな。これからもずっと大好きだよ。  
平山 留伊 (小2)



おめでとうございます！

たくさんのご応募をいただき、ありがとうございました。

## 第2回「I LOVE 亀ヶ崎」優秀賞作品

最優秀賞



『小牧排水通りの夕方の桜』

優秀賞

『亀ヶ崎公園の桜と  
ピンクムーン』『桜と歩道』  
(水道局前)『松の木に  
なんでこんなところに!!』  
(亀ヶ崎緑道)

親守詩は、家族の温かさや親子の愛情が素直に表現され、言葉の力が持つすごさと、それを素直に表現出来る人の力を大変嬉しく思います。フォト作品は、何気なく見過ごしている景色にレンズを向ける眼差しや鋭い感性を素晴らしいと思いました。

「子どもは地域の宝」。親守詩、フォト「I LOVE 亀ヶ崎」をとおり、亀社協は地域の皆さんと共に、子ども達を温かく見守り育てていきたいと思ひます。

令和5年度も「親守詩」「フォト」を大募集します。家族への愛、地域への愛に目を向けた皆さんのご応募をお待ちしています。(詳しくは、7月頃発行の募集要項をご覧ください)

令和4年度編集委員：阿部宣子 江口暢子 大江美千 大場直人 高橋伸之 田澤薫 (五十音順)

印は新任の方 ※他4自治会は未定 (3月1日現在)

立町  
茂木美千子

千石町2丁目  
志田 陽子

亀ヶ崎2丁目  
天野久美子

みずほ1丁目  
元木 睦子

亀ヶ崎6丁目  
樋田 洋子

長袋町・  
亀ヶ崎3丁目東  
佐藤 秀昭

千石町1丁目  
金野 一枝

主任児童委員  
田澤 薫

ようしく  
お願いします

昨年12月1日に改選され、次の方々が新・民生委員・児童委員に委嘱されました。  
任期は令和4年12月1日から令和7年11月30日までです。  
健康のこと、身の回りのこと、どんなことでもお気軽にご相談ください。

**新・民生委員・児童委員です！**

表彰  
おめでとう  
ございます

酒田市  
社会福祉協議会表彰

●民生委員・児童委員  
相場 智子さん (長袋町)

●亀ヶ崎社会福祉協議会会長  
藤丸 美生さん (千石町)

長年の功勞により、2名が表彰されました。

## 編集後記

長かった一億総マスク着用の日々も、いよいよ「個人の判断にまかせる」と。この3月卒業式後のテレビインタビューでマスクを外した高校生が「今日顔を初めて見た同級生がいきました。」と答える場面は嬉しくもあり切なくもあり。(M)

## 健康一口 ×モ

「オーラルフレイル」(お口の虚弱)という言葉を知っていますか？

「フレイル」とは、年齢とともに心身の活力(筋力や認知機能など)が低下して、要介護状態に近づくことです。

最近こんなことはありませんか？  
もしかすると「オーラルフレイル」のサインかも！



①②病氣や老化による心身の衰え、社会生活の変化などで健康が低下していく  
③④心身機能のバランスが崩れないようにする、買物や食事の準備、歩くことや食べる機能が低下しないように社会参加、社会との結び付きを考え、家に閉じこもらず孤立しないようにする。

※フレイルの原因①、②と要介護状態から③、④と健康を取り戻すという状態を考えて心身、生活、社会的機能を低下させないようにしましょう。

「自分の健康は自分でまもる」頑張りましょう。

2月6日亀ヶ崎社会福祉協議会 第2回合同会議

## 「見守り」で「気づき」を「つなげる」

酒田市社会福祉協議会 地域福祉課 大川 慎氏

酒田市では、各学区・各コミュニティ振興会の範囲に36の学区・地区社会福祉協議会(以下、地区社協)を組織し、地域の実情に応じた地域福祉活動を進めています。この地域は亀ヶ崎社会福祉協議会(以下、亀ヶ崎社協)が主体となり、酒田市社会福祉協議会(以下、市社協)と共に進めている見守りを中心とした地域福祉活動が「新・草の根事業」です。

### 「見守り」「気づき」「つなげる」 新・草の根事業

新・草の根事業は、ひとり暮らし高齢者等を地域で見守り、孤独死などを未然に防ぐ「見守りネットワーク支援事業」、高齢者世帯等に見守りなどを目的に給食を提供する「ふれあい給食事業」、閉じこもりや孤立防止を目的に気軽な仲間づくりをする「地域交流サロン事業」などがあり、亀ヶ崎社協でもコミュニティ振興会、自治会長、民生・児童委員、福祉協力員、福祉隣組、ボランティアの皆さまなどのご協力で実践されています。これらの事業に共通する目的は「見守り」「気づき」「つなげる」ことを地域住民で協力して行い、福祉でまちづくりを進めることにあります。

### どうして今「見守り」が必要か

亀ヶ崎は市全体に比べ、高齢化率(人口に占める65歳以上の割合)は低いですが、平均世帯人員(1世帯あたりの家族の数)も同様に低い状況です。これは「単身世帯」や「夫婦のみ世帯」が多く、世代同居が減少していることを表しています。(表)

表 市と亀ヶ崎の人口・世帯数等の状況

|        | 酒田市      | うち亀ヶ崎   |
|--------|----------|---------|
| 世帯数    | 42,471世帯 | 2,976世帯 |
| 人口     | 98,182人  | 6,603人  |
| 平均世帯員数 | 2.31人    | 2.21人   |
| 65歳以上  | 36,135人  | 2,072人  |
| 高齢化率   | 36.80%   | 31.40%  |

※令和4年3月31日現在

結果、高齢世帯に限らず、例えば、「具合が悪い」「何か気になることがある」「相談したいことがある」といった場合、頼れる同居の家族がいらない方が多くなることにつながっています。

このことが、今、「見守り」が重要で、地域の皆さまにご協力をお願いしている理由です。

### 亀ヶ崎みんなで「見守り」「気づき」「つなげる」

例えば「郵便が溜まっている」「ゴミがそのまま」「洗濯物が干しっぱなし」など普段との違い(異変)を少し気にかけていただく「さりげない見守り」(下図)など「気づき」のサインを、地域の民生・児童委員や自治会長の皆さまに「つなげる」ことで、一部の方だけに任せるのではなく、亀ヶ崎全



2月6日 亀ヶ崎社協合同会議

体で見守りができます。このまちづくりが、学区・地区社協や「新・草の根事業」の目標と考えています。引き続き、ご協力をよろしくお願いします。

図 市社協会報「ふれあい」より

### まとめ

「見守り」は、そう難しいことではありません。特別な会話がなくても、一人一人がお互いに「気づき」あい、目と声をかけあいながら過ごすこと。

自分なりにできる小さな見守りから始めてみませんか。



## ワクワクする学校

酒田市立第三中学校  
校長 小野寺 茂義

3年に及ぶコロナ禍での学校生活でしたが、少しずつ地域との交流も復活し、生徒にも学校にも活気が戻ってきています。

今年度から学校教育目標を「『あい』ある学び舎の創造」、めざす学校像を「ワクワクする学校」とし、日々の教育活動を積み上げています。中でも17年目となる伝統ある「三三三活動」(三三三活動)が3年ぶりに実施できたことは、大きな喜びです。

酒田市では《スクール・コミュニティ》構想を立ち上げ、「学校を核とした地域づくり」を目指しています。「三三三活動」はまさにこの構想に合っていると思います。自治会長さんなどから助言をいただきながら、生徒が自主的に計画・立案した活動を通して、地域の皆さんと共に喜び合い、そのことで生徒の自信や自己肯定感が高まり、次の活動につなげていくという好循環が、三中生の成長に、ワクワクする学校づくりに大きく貢献しています。

今年度の活動は、従来のものと



歳末募金贈呈



三三三話し合い



小中合同あいさつ運動

こんにちは！  
子どもは家族の宝、地域の宝です。  
地域のめんごい赤ちゃんを  
ご紹介します。

# 赤ちゃん

このコーナーでは、令和5年生まれの赤ちゃんを募集しています。  
掲載は来年3月発行の福祉だより。うちのめんご・ご近所のめんご情報を編集委員またはお近くの民生委員までお寄せください。

お待ちしています！



けんとう  
小久保 結斗くん  
[R4.11.9生]  
亀一

穏やかで何事にも動じない結斗くん♪  
これからはお姉ちゃんと仲良く、  
にこにこな結斗ちゃんいてね。



けんとう  
齋藤 結斗くん  
[R4.3.3生]  
千石町

寂しがりやで甘えん坊な結斗くん、  
かまってちゃんな所が可愛いね。  
たくさん食べて遊んで、  
元気が優しい子になってね。



このかちゃん  
佐藤 このかちゃん  
[R4.4.4生]  
千石町

食べるのが大好きで、  
いつもにこにこ笑顔のこのかちゃん。  
元気いっぱい健康で、  
すくすく成長しますように。



ゆのば  
中山 結乃芭ちゃん  
[R4.3.21生]  
亀二

いつもニコニコ元気な  
結乃芭ちゃん♡  
お姉ちゃんと仲良くたくさん遊んで  
すくすく育ってね♪