おうしゅうこさんぽ

OSHU KOSANPO -vol. 17-

小坂さんが見たもの、感じたことなどをお届けするこのコーナー。
小坂さんの退任に伴い今回が最終回です。

3年間ありがとうございました！

あけましておめでとうございます。食の黄金文化・奥州輝かせ隊の小坂朋子です。私は平成28年1月の着任以来、奥州市地域おこし協力隊として活動をしてきましたが、昨年12月末で協力隊の最長任期である3年を迎え、隊員としての活動を終えました。

奥州市へ引っ越してきた日が昨日のように思い出されます。着任当初は知り合いが1人もおらず、右も左も前も後ろも分かりませんでしたが、多くの皆さんに支えていただき、充実した活動をすることができました。これまでに名刺交換をした人は1,000人を超えており、毎日1人は新たな出会いがあったことになります。奥州市の皆さんとの出会いはかけがえのない思い出です。

47都道府県を旅した中で、江刺りんごとの出会いが私を奥州市へと導いてくれました。この感動を1人でも多くの人に伝えたいと、これまで活動をしてきました。私の足跡を残せたかは不安ですが、3年間をゆっくり振り返りながら、今後のことを決めていこうと思います。

「おうしゅうこさんぽ」も今回が最後です。「広報を見たよ」と声を掛けていただくのが恥ずかしくもあり、うれしくもありました。今までご覧いただき、ありがとうございました。3年前もそして今も、奥州市が大好きです！

輝かせ隊の活動はホームページでご覧いただけます　食の黄金文化・奥州輝かせ隊　検索

姉妹都市 掛川だより

静岡県 掛川市

忍者が天守閣のすす払い

ささ竹で掛川城をていねいに

忍者にふんしてすす払いをする参加者ら

掛川城天守閣で12月15日、年末恒例のすす払いが行われました。忍者にふんした観光ボランティア「掛川城戦国おもてなし隊」や園児ら計12人が参加。長さ6～7メートルほどのささ竹を使い、1年分の汚れを取り除いて、新年の準備を整えました。

400年ほど前に山内一豊（やまうちかつとよ）が創建し「東海の名城」と呼ばれた掛川城。平成6年に日本初「本格木造天守閣」として復元されました。年中無休で営業していて、昨年4月から11月までの入場者数は8万2994人。

掛川城公園管理事務所の木曽美雪（きそみゆき）所長は「台風で外壁のしっくいなどに被害を受けたが年末までにきれいになった。今後も職員一丸となって掛川城をPRしていきたい」と話しました。

広　告

もっと安心 ずっとおうしゅう

～みんなの輪で支える在宅医療と介護～

第10回　認知症高齢者グループホームとは ／ 市地域密着型サービス運営委員会（事務局　本庁長寿社会課）

グループホームは、少人数の家庭的な雰囲気の中での共同生活を支援するサービスです。このうち、市内に19カ所、216床ある認知症高齢者グループホーム（認知症対応型共同生活介護）について紹介します。

ここでは、認知症の症状のある高齢者が、入居者同士で家事を分担しながら共同で生活します。専門職員が常駐しており、入浴、排せつ、食事など日常生活上で入居者ができない部分のサポートや、機能訓練を行います。1ユニット9人の少人数での家庭的な雰囲気の中、自分の役割を持ちながら生活を送ることで、認知症状の進行を遅らせ、できる限り自立した生活が送れるようになることを目指します。施設内には生活する部屋のほかに、入居者同士が交流できる共有スペースが設けられています。

入居の条件は①65歳以上②要支援2から要介護5までの要介護認定を受けている③医師から認知症の診断を受けている④集団生活を営むことに支障がない、の全てに当てはまる人です。利用料金は、要介護度や負担割合のほか、入居するグループホームによって変わりますので、直接施設にお問い合わせください。また、入居を希望する人は、直接施設に申し込むか、担当のケアマネジャーまたは地域包括支援センターにご相談ください。

次号は、救急搬送の現状について紹介します。

■問い合わせ＝本庁地域包括ケア推進室（内線268）、高齢者に関する相談＝市地域包括支援センター（内線281）

はい、こちら

総合相談室

（内線141）

▣ 消費生活相談 ▣				
本庁総合相談室	月～金	9:00～17:00	前沢総合支所 市民環境課	毎週火
江刺総合支所 市民相談室	月～金	9:00～15:45	胆沢総合支所 市民環境課	毎週木
			衣川総合支所 市民環境課	毎週金

10:00～15:00 ※前日までに要予約

生活費の補てんから多重債務者に～借金は解決できます～

仕事を辞めてから、なかなか次の仕事が見つからず、銀行や消費者金融など数社から生活費を借り続けました。次第に毎月の返済額が膨れ上がり、住宅ローンの負担もあって、返済できない状況になってしまいました。自宅だけは何とか手放したくありません。（40代男性）

複数の業者からお金を借りている人を「多重債務者」といいます。多重債務者の多くが、返済のめどが立てられないまま「借金返済のための借金をする」という、いわゆる自転車操業を繰り返してしまいます。このような場合は早急に「債務整理」をする必要があります。

市では、毎月「多重債務者弁護士相談」「無料法律相談」「くらしとお金の安心相談」などさまざまな相談会を行っています。（各種相談日程は広報おうしゅうお知らせ版の7ページに掲載）

借金の返済に行き詰まると精神的にも追い詰められてしまい、「悪いのは自分だ」と誰にも相談できず一人で抱え込んでしまいます。借金問題は解決できます。一人で悩まず、まずは総合相談室にご相談ください。

広　告