






◆ 鶴岡市避難者支援だより ◆ No. 138 2014. 7. 25 発行

7月29日(火)は、「土用の丑の日」です。暑い時期を乗り切るために鰻(うなぎ)を食べる風習があり、実際、鰻にはビタミン A・B 群が豊富に含まれているため、夏バテ、食欲減退防止の効果が期待できると言われています。ただ、鰻の旬は冬眠に備えて身に養分を貯える晩秋から初冬にかけての時期で、夏のものは少し味がおちるのだそうですよ・・・・・・。(佐)

今回は、他の地域で避難生活をされている方々の、 お困りごとや、改善の事例を紹介いたします

	内 容	今後のヒント	鶴岡では
事例 A	<ul style="list-style-type: none"> 震災で夫を亡くし、息子を頼って山形に移住したが仕事が忙しくなかなか会えない。日常の困りごとを相談する人や話し相手がなく、孤独感到に苛まれている。 そのため、毎日ウォーキングをしたり、スーパーで顔なじみになった人と立ち話をしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 地域の催しや活動に参加し、なじみの人を増やす。 24時間受付の無料なんでも相談窓口「よりそいホットライン」☎0120-279-338があります。 	<ul style="list-style-type: none"> 市が開催するイベントや市民講座、コミセンを拠点に活動しているサークルがあります。(毎月発行の『広報つるおか』に掲載があります) 
事例 B	<ul style="list-style-type: none"> 年金生活のご夫婦。子供家族とは遠距離のため交流がない。 夫の体調不良が心配で、独り残しての外出が難しく、妻も体力低下がみである。夫の介護申請をし、サービスの利用を開始したら、妻の負担が軽減した。 妻は、今後再び引越することは負担が大きいため考えていないが、夫は被災元に帰りたい。今後の生活基盤を決めかねている。 	<ul style="list-style-type: none"> 最近の状況変化を子供家族に伝え、できる関わりを探す。 介護のコツや、介護者をケアする講座があります。 被災元に、復興住宅の建設状況や、生活する場合の便利・不便を問い合わせしてみる。 	<ul style="list-style-type: none"> 一人暮らしの支援サービス、介護までは必要でない方へのサービス、介護申請関連や介護家族支援サービス等があります。…市「長寿介護課」、旧市内以外は各地域の庁舎(『つるおか市民便利帳 p.57-65』に掲載があります) 
事例 C	<ul style="list-style-type: none"> 年金生活の独り暮らし世帯。被災元、避難先にも親類縁者がいない。今は大丈夫だが、今後の生活の維持や認知症になったらと思うと心配。相談窓口を探している。 	<ul style="list-style-type: none"> 24時間受付の無料なんでも相談窓口「よりそいホットライン」☎0120-279-338があります。 社会福祉協議会や市町村の介護・福祉の担当課へ相談。 弁護士会が開催する相談会があります。 	<ul style="list-style-type: none"> 事例 B のサービス 判断能力や金銭管理能力の低下に備え、「日常生活自立支援事業」「任意後見人制度」があります。…鶴岡市社会福祉協議会 生活支援課 避難者無料弁護士相談会(支援だよりの裏面に予定掲載)

上記は、ほんの一例です。皆さん抱えているものはそれぞれ違い、歩みを進めていく方法も様々です。

ご自身で改善や解決に至らない場合、必要に応じて私たち生活支援相談員がお宅を訪問するなどして内容をお伺いし、専門機関等へ問合せを行い、適切にお返事をいたします。下記へご連絡ください。

【 ☎ 0235-24-0053 生活支援相談員 清水、佐藤 】

【 7・8月 の 予 定 】

<p>7/27 日 避難者交流事業「ちい散歩」 9:00～12:00 8:45 ほとりあ駐車場集合</p> <p>※ 「ほとりあ」見学のコース、泥んこになって遊ぶコース、遊歩道を散策するコースに別れ鶴岡の自然に触れてみましょう</p> <p>※ 夏休みの自由研究「動・植物の観察」にも最適です。申込みをお待ちしております。</p> <p>※ 問) 社会福祉協議会 生活支援相談員 ☎ 0235-24-0053</p> <p>※ 詳しいことは、6/27発行の支援だよりNo.134に同封してあるチラシを、もう一度ご覧ください。</p>	<p>11 月</p> <p>12 火 避難者相談会 11:00～15:00 会場: 市役所 6 階大会議室東</p> <p>※ 福島県職員がおいでになり、生活支援相談員等も同席する出入り自由な相談会です</p> <p>※ お昼休みもOKです</p>
<p>28 月 心もゆるめるヨーガ教室 10:00～11:30 会場: にこ♥ふる 3階栄養指導研修室</p>	<p>13 水 お盆</p>
<p>29 火</p>	<p>14 木 荘内大祭 ～15 日 祭りのメインは、参勤交代を模した大名行列です</p> <p>※ 場所: 荘内神社 鶴岡公園周辺</p> <p>※ 問) 荘内神社 ☎ 0235-22-8100</p>
<p>30 水</p>	<p>15 金 法律無料相談(山形県弁護士会) 会場: 鶴岡法律相談センター(勤労者会館内) 編み物教室はお休みです。</p>
<p>31 木</p>	<p>16 土 赤川花火大会 19:00～21:30 場所: 赤川河川敷</p> <p>※ 問) 赤川花火実行委員会 ☎ 0235-28-1873</p> <p>週末寺小屋 13:30～15:30 会場: にこふる3階 栄養指導研修室</p> <p>※ 小学1年生から高校生までの学習支援です</p> <p>※ 申込み、問) 子ども支援ボランティア「チーム飛躍(ひやく)」 ☎ 0235-64-1768 Eメール: ijmori@hotmail.co.jp</p>
<p>8/1 金 編み物教室 9:30～11:30 会場: 宝田住宅集会所</p> <p>※ 編み物に加え、布地を使ったソーイングや健康相談もできます</p> <p>※ 出入り自由です 都合のいい時間においでください</p> <p>※ おしゃべりだけでもOKです。「ホッと一息」できる場所です</p> <p>法律無料相談(山形県弁護士会) 避難者は無料ですが、一般の方は有料です</p> <p>※ 避難者相談であることを伝えてください 16:00～18:00(要予約)</p> <p>※ 申込み) 山形法律相談センター ☎ 023-635-3648</p> <p>※ 会場) 鶴岡法律相談センター(勤労者会館内)</p>	<p>17 日</p>
<p>2 土</p>	<p>18 月</p>
<p>3 日</p>	<p>19 火</p>
<p>4 月</p>	<p>20 水</p>
<p>5 火</p>	<p>21 木</p>
<p>6 水</p>	<p>22 金 編み物教室 9:30～11:30 会場: 宝田住宅集会所 法律無料相談(山形県弁護士会) 会場) 鶴岡法律相談センター(勤労者会館内)</p>
<p>7 木</p>	<p>23 土</p>
<p>8 金 編み物教室 9:30～11:30 会場: 宝田住宅集会所 法律無料相談(山形県弁護士会) 会場) 鶴岡法律相談センター(勤労者会館内)</p>	<p>24 日 ドリーム・ベースボール プロ野球の往年の名選手がやってきます。親善試合や野球教室、講演会などが行われます。入場には整理券が必要です。詳しいことは、スポーツ課にお問い合わせください。 ※問) 鶴岡市スポーツ課 0235-25-8131</p>
<p>9 土</p>	<p>25 月</p>
<p>10 日</p>	<p>26 火</p>