しらかば

2025年度秋号　第70号

北海道社会福祉協議会

北海道中国帰国者支援・交流センター　〒060-0002　札幌市中央区北２条西７丁目一番地かでる２・７

電話 011-252-3411　FAX011-252-3412　URL: http://www.hokkaido-sien-center.jp/　E-mail: hokkaidocenter@dosyakyo.or.jp

交流事業・体験旅行

旬を味わう特別なひととき

９月29日、帰国者18名、支援者6名、計24名で仁木町の「さくらんぼ山観光農園」に果物狩りに行きました。北海道の南西部に位置する仁木町は、「フルーツの町」と呼ばれるほど果樹栽培が盛んです。広い農園内にはぶどう、りんご、プルーンなど、豊富な種類の果物が栽培され、参加者のみなさんは、新鮮な旬の味覚を味わうことができました。互いに食べごろの実を教えあったり、高い所にある実を取ってあげたりと交流し、普段の日常生活では得られない特別なひとときとなりました。

稚内・地域生活支援推進事業

道北を知る旅・地域への愛着を深める

稚内日ロ経済交流協会に委託している地域生活支援推進事業では、「郷土を知る旅」が毎年実施されています。今年は９月８日から９日にかけて、「道北を知る旅」として稚内市に住む樺太帰国者6名が上川町層雲峡を旅しました。美しい景色に心うごかされ、またひとつよい思い出ができました。このような思い出が、自身が住む地域とその周辺への愛着へとつながります。

展望台をさらに上ったところにある上川町のシンボル「エスポワール（希望）の鐘」。年配の帰国者のみなさんは、自分のペースでゆっくり上りました。

ロープウェイで黒岳の５合目へ。絶景に感動！

旭川市の上水道、発電などの役割を担う大雪ダムを見学

介護支援事業・ボランティア研修会

寄り添い、安心感を与える「傾聴」

9月16日、「語りかけボランティア研修」を開催しました。語りかけボランティアとは、中国残留邦人等のみなさんが介護サービスを利用する際のコミュニケーションのお手伝いをしたり、中国語、ロシア語でお話相手をするボランティアを指します。

この語りかけボランティア活動において大切な「傾聴」について、合同会社うぇるかむ代表の池田ひろみさんに「認知症高齢者との会話における傾聴について」というテーマでお話をしていただきました。

傾聴とは、相手の話に耳だけでなく心も傾けてしっかりと聴くことです。わかったつもりになって途中で遮ったり、自分の知りたい情報ばかりを得ようとせず、相手が何を言おうとしているのか、最後まで聴こうとする姿勢が大切、と池田さんは語ります。そのようにして、相手に「この人は聴いてくれる」、「この人には話してもいい」という安心感をもってもらうことが傾聴の目的です。

認知症の人を相手にする場合でも、この傾聴の基本的な姿勢は変わりません。その上で、短い簡単な言葉、相手がいつも使っている言葉を使う、あいづち、うなずきなどで話を聴いていることをアピールする、相手の言葉を復唱するなどのコツが語られました。また、相手が問題を抱えていることが明らかになっても、ボランティアさんが抱え込む必要はなく、解決できるところにバトンタッチするまで、隣で寄り添い続けること、これが語りかけボランティアの役割ではないか、と池田さんは結びました。

講演の後、次のような質疑応答がありました。

●会話の中で訪れる沈黙がこわい⇒話題になっていることについて考えているなど、黙っているのには理由があるはず。むやみに話題を変えようとせず、まずは待つ。どうしてもつらければ、その気持ちを正直に言ってみては。

●認知症の人と接していて、自分の言ったことが伝わっていないと感じる場合、言葉を変えて繰り返すのはどうか⇒繰り返すこともいいし、大きな紙を準備して大切な言葉を書いて見せる、写真や絵を使うなど、耳だけでなく目でも確認できるようにすると効果的。

●相手がなかなか話をしてくれない場合、一方的に話すしかないのか⇒初対面で話をしてくれないのは仕方がない。まずは自己紹介をし、当たり障りのない話などをして様子を見る。認知症が進んでしまっている場合は、ただ隣に座わらせてもらうだけでもコミュニケーションになる。大切なことは相手に無理強いせず、ありのままに受け止めること、またボランティア本人が深刻になりすぎないこと。

池田さんのお話は、語りかけボランティア活動のみならず、日常生活での人との関り方においても色々と参考になる内容でした

公共職業訓練施設・事業所見学

伝統がもたらす新たな発見

9月12日、樺太帰国者4名が株式会社福山醸造の苗穂醤油工場と北海道職業能力開発センター（ポリテクセンター）を見学しました。

醤油工場では、1891（明治24）年の創業時からほぼ同じ製法で受け継がれている醤油づくりを目のあたりにし、醤油が日本人の食卓に欠かせないものであることを改めて知る機会となりました。また醤油づくりに欠かせない麹菌について、興味深いお話を聞き、麹菌が日本の「国菌」だということも知ることができました。

工場内では、もろみ（大豆・小麦を麹と混ぜ、食塩水を加えて発酵熟成させたもの）からしぼられた醤油が床下のタンクに流れていく様子や、箱詰めされていく様子を見学しました。明治時代から伝わる道具や写真などを展示した史料室もあり、帰国者のみなさんはとても興味を惹かれた様子で、積極的に質問をしていました。

ポリテクセンターでは、仕事をやめた人や現在仕事をしている人のための技能訓練が行われている様子を見学しました。早期就職や技能向上のための支援の仕組みがあることを学ぶことができました。帰国者のみなさんは、訓練生の試作品などに興味深げに見入っていました。

11月・12月・1月の予定

11月17日	健康運動（ふまねっと）
11月18日	介護予防運動（手稲前田）
11月23日	介護予防運動（手稲前田）

12月1日	健康運動
12月8日	健康運動
12月15日	健康運動（ふまねっと）
12月16日	介護予防運動（手稲前田）
12月21日	介護予防運動（もみじ台）
12月22日	健康運動

1月14日	健康運動
1月18日	介護予防運動（もみじ台）
1月19日	健康運動
1月20日	介護予防運動（手稲前田）
1月26日	健康運動

編集後記

今回、豊富な知識にユーモアも交えつつ醤油工場のガイドをつとめてくださったのは、福山醸造のOBの小林さん。帰国者からの、醤油はしょっぱいばかりで好きではない、という「問題発言」に対しても、他の食材との組み合わせで様々な味が生まれると返し、次々と料理を挙げ、好きなものがあることに気づかせてくれました。