シリーズ「原発0をめざして!」

快適エコバスルームのすすめ

冬に健康を損なう原因のひとつになっている「寒いお風呂」。

もし、リフォームをお考えなら、脱衣室を入れる以外に洗い場を冷たくない素材に替え、窓をひとまわり小さくして真空ガラス（例えばスペーシア）にし、冷めにくい「魔法びん タイプ」の浴槽に替えることをおすすめします。予算に合わせて、組み合わせれば身体に負担にも優しいお風呂が手に入ります。

また、手軽にするなら窓ガラスに断熱資材のプチプチを貼っても効果があります。その場合は、窓を開けやすいように突っ張り棒を利用してカーテンのようにするなど工夫してください。

環境ナビゲーター　星井幸子

インフォメーション

お申し込み・お問い合わせは、目黒ネットまでT/F03-3791-8069

「特定秘密保護法案」が通った今、私たちの知る権利と基本的人権が脅かされようとしています。今後、どんなことが起こりうるのか?私たちは何をすべきなのか、一緒に考えましょう!

地域情報

日時：2月6日（木）10:00～11:30
場所：上目黒住区センター
講師：宗　恵燕(そん へよん)さん（若手弁護士会）
主催：目黒地域協議会

＊5月にはパントマイマー松元ヒロさんによる「第二弾 笑って・知って・憲法って!?」を予定しています。詳細が決まり次第、お知らせします。

『ビキニの海は忘れない』『わしも死の海におった』(予定)映画鑑賞会

ビキニ環礁での核実験で被ばくしたのは「第五福竜丸」だけではありませんでした。被爆した乗組員が語る真実とは。3・11以後の社会を考えます。

日時：2月15日（土）午後（時間調整中）
場所：緑が丘文化会館　第3研修室
会費：無料　事前予約不要
主催：自由が丘住区住民会議
　　環境整備委員会・目黒・サステナビリティ勉強会
詳細はhttp://jukunews.yokochou.com/

ビキニ水爆実験被災・第五福竜丸60年記念つどい

「十万光年の彼方から地球と核を考える…」と題して開催されます。多くの方のご参加をお待ちしています

日時：3月1日（土）14:00～16:30
場所：日本青年館　中ホール
会費：2000円（学生1000円　中学生以下無料）全席自由
記念講演：池内　了（天文学者・総合研究大学院大学教授）
　　三宅　唯名（ピアニスト・作曲家）
主催：公益財団法人　第五福竜丸平和協会

☺カンパのお願い　活動を支えるためにカンパでのご支援をよろしくお願いします。同封の振り込み用紙をご利用ください。
1,000円以上のカンパを下さった方には、東京の情報を載せた月1回発行の「生活者通信」(1,000円/年)を2014年12月までお届けします。

【編集後記】国立競技で行われたラグビーの試合を観戦しました。この競技場は、2020年東京オリンピックに向けて、建て替えのため取り壊されることになっています。オリンピックの開催についてはいろいろ思うところがありますが、決定されたからには、オリンピック後の将来を見据えたまちづくりをしっかりとして欲しいものです。(久仁子)

郵便はがき

切手代は
カンパで
お願いします

〒152-0003
目黒区碑文谷6-1-19
アネックスST　1階

目黒・生活者ネットワーク
区議会議員　広吉敦子　行

＊おひさまレポート購読者募集中＊
購読ご希望の方は、右面に記入してFAXまたは郵送でお申込みください。(購読料無料)
次回より、おひさまレポートを発送させていただきます。

目黒・生活者ネットワーク
Tel/Fax　3791－8069
http://meguro.seikatsusha.net

おひさまレポート申込みはがき

おひさまレポートの購読を申込みます。

お名前	
ご住所	〒
Tel	
E-mail	

私たちのまち、目黒を暮らしやすくするために
福祉・環境・リサイクル・教育等身の回りのことで提案がありましたらご記入ください。

ひとこと提案

市民が育てる 東京・未来

広吉敦子(ひろよしあつこ)の おひさまレポート

目黒・生活者ネットワーク

OHISAMA REPORT 2014.1.1　No. 86

発行責任者/今井真理　〒152-0003 目黒区碑文谷6-1-19 アネックスST 1階　TEL/FAX 03-3791-8069　http://meguro.seikatsusha.net

「ありすの杜 南麻布」を訪問して　～港区にある高齢者の住まい～

施設内に地域の人たちも利用できる場所（カフェ）があることも魅力のひとつです。

小雨の降る10月2日、高齢者福祉施設「ありすの杜 南麻布」を訪問してきました。広尾駅からすぐの有栖川宮記念公園に面し、緑豊かな佇まいです。元大学の広い敷地に認知症ケアと医療分野のそれぞれを専門とする二つの社会福祉法人の共同運営により、お互いの得意分野を活かした認知症ケアを実践していました。

特別養護老人ホーム100床、介護老人保健施設50床、デイサービス30名、通所リハビリ10名、ショートステイ10名を受け入れる施設は、新しく、清潔でゆったりと広く、明るい雰囲気でした。「その人らしく最後まで生きる」をめざし細やかなケアに取り組まれていました。

施設長は医師免許を持ち、介護と医療の連携がスムーズに行われています。特別養護老人ホームや介護老人保健施設では、入所者の生活や状態に合わせたケアが行われています。隣接するグループホームに籍を置きながら、介護老人保健施設に入所している人もいるとのことで、そのケアの手厚さが想像できます。

また、廊下の壁やお部屋の入り口には、手作りのタペストリーやパッチワークなどが飾ってあり暖かみが感じられ、地域の方がボランティアに訪れたり、交流するスペース等もあるなど、暮らしていた地域とのつながりをずっと持ち続けられる良さが感じられました。医師の往診など医療面での安心感とスタッフのなごやかな対応など、高齢者の方にとっての充実した日常があり、明るい表情で過ごしていらしたことが印象的でした。

私たちが訪問した時に、入所者の方が自由に外出する姿も見られ、スタッフの方の温かな見守りの中で自分らしく生活している姿を垣間見ることができました。部屋には自宅から使い慣れた家具を持ち込み、自分の個室とし、プライバシーが尊重され、10人前後を1つの生活単位とするユニットの中で、食事なども入居者の方々も一緒になって作ったりと、自宅での生活と同じような日常がある感じがしました。

目黒区も特養老人ホームやグループホームなどの施設が望まれていますが、「アリスの杜」のように広い敷地を確保することは無理だとしても、運営方法により質の高い介護をめざすことができることがわかりました。

奥澤久美子

自分住んでいる自治体にはどのような機能を持つ施設があるのか知っておくことは必要です。

2014年度予算要望提出
福祉や環境部門の専門性を高めること、総合相談窓口として地域包括支援センターを機能させること、放射能対策、セクシャルマイノリティや未婚の親も含めたひとり親への人権問題に取り組むこと、父親の育児休暇の誘導策を作ることなどを盛り込みました。

※この紙は再生紙を使用しています