

グランパ

Vol.18
2011
夏号

特集

人に、地域に、もっと夢と活力を!
移転拡張とリニューアル

連載

医療ソーシャルワーカーのまなざし
「患者との接し方で悩んだ場合」

金谷忠のポジティブな遊びの心

第16回 秋の日帰りバスツアー
秋の丹後半島をめぐる、天橋立と伊根町

アクティブから、プロダクティブへ。



特定非営利活動法人
おおさかシニアネット
理事長

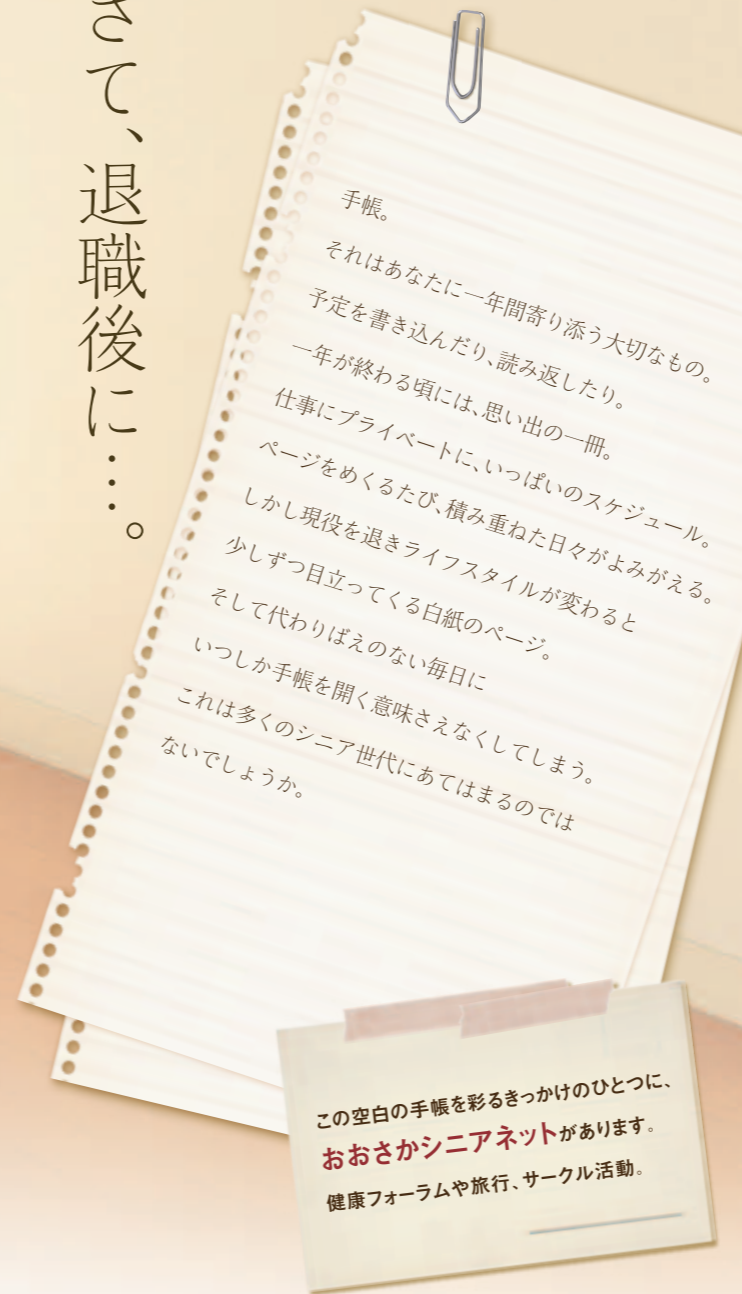
中西 建策

2003年の設立以降、私たちNPO法人おおさかシニアネットは、パソコン教室をはじめとしたシニア向けのIT関連事業を展開してまいりました。これまでの受講者数は、市内24区で開講した教室で、約6,000人(大阪市の受託事業/3年間)。さらに私たちが運営する6教室(本部・大阪駅前第2ビル・市民交流センターひらの・平野区民センター・阿倍野区民センター・城東区民ホール)では、30,000人を超えています。

超高齢社会に突入した今こそ、シニア世代の方々も、意識や生活様式など自らの生き方を見つめ、変革していくことが重要だと考えます。そして新しい文化・潮流を形成し、広く社会に発信していくことが肝要かと存じます。

私たちはパソコン教室をはじめとした様々なシニア向けの講座を通して、皆様の新たな自己表現に寄与するとともに、皆様が単に活動的だけでなく、いま一度社会に貢献する創造的で生産的な「プロダクティブ・シニア」としてご活躍していただけるよう全力でサポートしてまいります。これからも私どもの活動をご理解いただき、多くの方々のご支援の輪が広がっていくことをひとえに願っております。

さて、退職後に…。



この空白の手帳を彩るきっかけのひとつに、
おおさかシニアネットがあります。
健康フォーラムや旅行、サークル活動。

きっと待ちきれない予定と
多くの仲間にかこまれた充実の日々を
送ることができるでしょう。まさに人生は二毛作です。

人に、地域に、もっと夢と活力を！

2011年3月、おおさかシニアネットは 移転拡張しました。

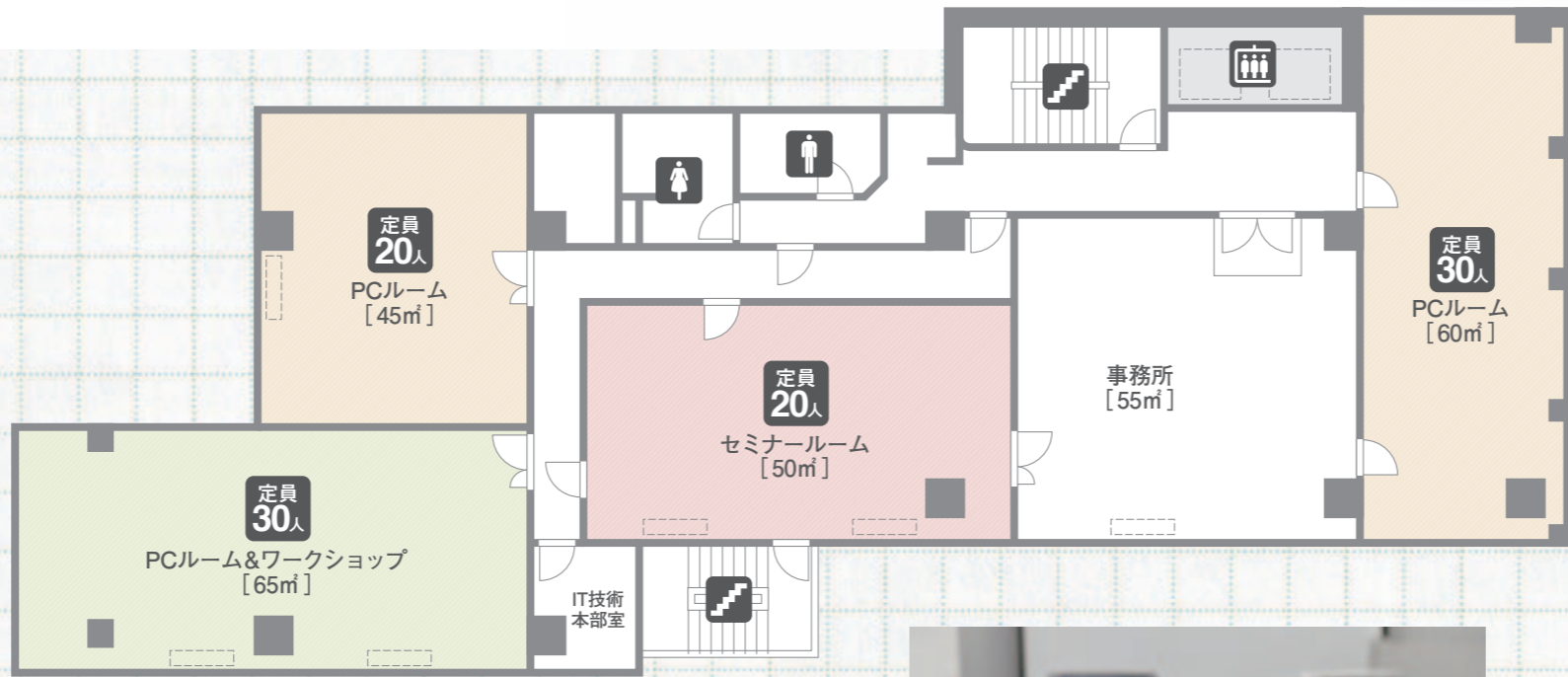


2003年の設立以降、パソコン教室をはじめとしたシニア向けのIT関連事業を展開してきたおおさかシニアネット。これまでの教室受講者数は、3万人を超えます。そしてこの度、さらなるステップアップを目指し、本部を移転拡張。新たな拠点で、シニアの方々の自己実現により一層寄与するとともに、皆様が単に活動的だけでなく、いま一度社会に貢献する創造的で生産的な「プロダクティブ・シニア」として活躍していただけるよう全力でサポートしてまいります。



おおさかシニアネット本部の全容をご紹介します。
パソコン教室はもちろん各種セミナーを行うスペースも十分な広さです。

パソコン教室リニューアルオープン!



地下鉄「本町駅」より徒歩1分で、本町通に面した好立地です。





おおさかシニアネットでは こんなサービスを行っています。

おおさかシニアネットは「健やかに老いる」を主題にパソコン教室や健康フォーラム、小セミナーなどを開催しているNPO法人。

会員数は現在約3,000名です。

会員の方には、様々な特典が受けられる「シニアネットカード」を発行しています。



ただいま 会員 募集中!

会員になるには、会員登録と入会金および年会費のお支払いが必要です。

①お申込み

- お電話で・・・おおさかシニアネット本部 ☎06-6282-7991
- FAXで・・・ホームページ (<http://osaka-senior.net/kaiin/join.html>) から「会員登録用紙」を印刷して ☎06-6282-7992までお送り下さい。

②年会費のお支払い

<個人会員の方>

- 入会金 / 1,050円
- 年会費 / 2,100円
- ※初年度は計3,150円が必要です。次年度からは2,100円のみ。

<賛助会員の方>

- 入会金+年会費 / 10,000円
- 詳細はおおさかシニアネット本部までお問合せ下さい。
- ☎06-6282-7991

振込先：郵便振替 00910-4-244622 加入者名：おおさかシニアネット
※備考欄に「個人会員」、または「賛助会員」と必ずご記入の上ご入金下さい。

基本から丁寧に指導する「パソコン教室」

初心者の方でも安心して受講できる、シニアにおすすめのパソコン講座を開講しています。基本を習得する「はじめてのパソコン教室」は入会金と年会費のみでコース料金不要。1,000円少々の教材費が必要です。さらに、ワードやエクセル講座も格安価格。デジカメ講座なども人気の講座の一つです。



■はじめてのパソコン(4回)

会員の方は別途教材費のみで、4回まで受講できます。

■インターネットとメール(4回)

コース料:4,200円+教材費など

健康・相続・法律セミナーへの優先参加



当団体が主催する「健康フォーラム」をはじめとした、暮らしに役立つ様々なセミナーを優先してご案内します。

サークル活動の実施・旅行会の開催

「写真教室」、「書道倶楽部」など、サークルやクラブ活動も盛んに行われています。新しいサークルの設立も可能です。また年に1~2回、歴史探訪や四季の風情を楽しむ旅行会も開催しています。



IT関連の資格取得・職業訓練事業の実施

①シニア情報生活アドバイザー

シニアを対象に、パソコン講習のサポートや、パソコンに関するアドバイスを行う、「シニア情報生活アドバイザー」資格取得のための養成講座を開講しています。

②職業訓練校

ITスキルアップ講座をはじめ、厚生労働省が管轄する職業訓練事業を推進します。

パソコンの修理・パソコンの疑問に回答

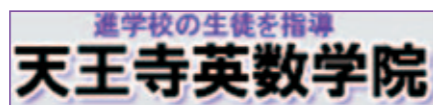
パソコンに関する様々な疑問に対応。会員様であれば、低料金でパソコンの修理(持ち込み・訪問)も承っております。



大阪保健医療大学

どんな時代、どんな国でも役立つ、21世紀のリハビリテーション技術を育成。「理学療法学専攻」、「作業療法学専攻」の2つの専攻を置くと共に、大学卒業生を対象とした「言語聴覚専攻科」を設け、専門教育を行います。

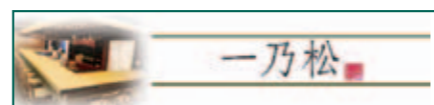
- 大阪市北区天満 1-9-27
- 06-6352-0093
- <http://www.ohsu.ac.jp/>



天王寺英数学院

創設1971年。関西で唯一、有名進学校志望の生徒だけを専門に教える塾。天王寺と阪急淡路で開校しており、赫々たる実績を上げています。

- 大阪市天王寺区堀越町 13-2
- 06-6771-4609
- <http://www.eisuugakuin.com/>



日本料理 一乃松

極めの越前料理。本場福井(武生・鯖江)で、新鮮な海の幸・山の幸と最上級のおもてなしを!福井へお出かけの折は、是非お立ち寄りください。

- 福井県鯖江市下河端町 4-6-1
- 0778-54-8600
- <http://www.ichinomatsu.jp/>



東海カントリー倶楽部

大阪都心から35分ほどで行ける兵庫県川西市の美しい庭園型コース。5人乗りのリモコンカートで思う存分プレーを楽しみましょう。

- 川西市国崎字笹ヶ谷 1番地
- 予約専用 072-733-3737
- <http://www.tokaicc.jp/>



アズガーデン日本橋

道頓堀のほとりに佇む長期滞在型ウィークリーホテルであり、ホテル感覚のレンタルルームもあります。ご自分のお部屋の感覚でくつろぎのひとときを。

- 大阪市中央区宗右衛門町 1-6
- 06-6212-1120
- <http://www.azu-garden.co.jp/>



医療法人医誠会 医誠会病院

ハート ツー ハート。当院は、放射線治療の専門的な診療体制を整え、関係する診療科が集まり、患者さま一人ひとりの治療についてカンファレンスを行うチーム医療を実践しています。

- 大阪市東淀川区菅原 6-2-25
- 06-6326-1121
- <http://www.iseikaihp.or.jp/>

7月、8月のパソコン教室情報

本部・梅田・阿倍野
Windows 7導入

会場	講座名	日程	時間
おおさか シニアネット本部	ワード初級前編XP	4(月) 11(月) 20(水) 25(月)	10:00~12:00
	はじめてのパソコンXP 無料	4(月) 11(月) 20(水) 25(月)	12:45~14:45
	カメラ・ビデオ映像撮影	11(月) 25(月) 現地撮影 天神まつり	15:00~17:00
	手づくり絵本	5(火) 19(火)	10:00~12:00
	はじめてのパソコン(Windows 7) 無料	7(木) 14(木) 21(木) 28(木)	10:00~12:00
	楽しいワード2010前編	7(木) 14(木) 21(木) 28(木)	13:00~15:00
	ワードで作品づくり前編	7(木) 14(木) 21(木) 28(木)	15:15~17:15
	はじめてのパソコン(Windows 7) 無料	1(金) 8(金) 15(金) 22(金)	10:00~12:00
	楽しいワード後編	1(金) 8(金) 15(金) 22(金)	13:00~15:00
	ピクチャーで画像加工	1(金) 8(金) 15(金) 22(金)	15:15~17:15
大阪駅前第2ビル	パソコンクラブ	4(月) 25(月)	15:00~17:00
	はじめてのパソコン(Windows 7) 無料	6(水) 13(水) 20(水) 27(水)	9:30~11:30
	楽しいインターネット基本	6(水) 13(水) 20(水) 27(水)	12:30~14:30
	楽しいワード2007(はがき編)	6(水) 13(水) 20(水) 27(水)	14:45~16:45
市民交流センターひらの	ペイントとワード2007(写真加工)	15(金) 22(金)	13:00~17:00
	はじめてのパソコン 無料	1(金) 8(金) 15(金) 22(金)	10:00~12:00
	楽しいエクセル2003後編	1(金) 8(金) 15(金) 22(金)	13:00~15:00
平野区民センター	ウィンドウズ活用&トラブル対策	1(金) 8(金) 15(金) 22(金)	15:15~17:15
	はじめてのパソコン 無料	7(木) 14(木) 21(木) 26(火)	9:50~11:50
	ワードで暑中見舞いはがき	7(木) 14(木) 21(木) 26(火)	12:40~14:40
阿倍野区民センター	インターネット活用	7(木) 14(木) 21(木) 26(火)	14:50~16:50
	はじめてのパソコン(Windows 7) 無料	6/29(水) 6(水) 13(水) 27(水)	9:50~11:30
	ワードで暑中見舞いはがき	6/29(水) 6(水) 13(水) 27(水)	12:10~14:00
城東区民ホール	オリジナル時計とブックカバー	6/29(水) 6(水) 13(水) 27(水)	14:10~16:00
	はじめてのパソコン 無料	2(土) 6(水) 16(土) 23(土)	9:40~11:40
	画像加工	2(土) 6(水) 16(土) 23(土)	12:30~14:30
	ワード初級後編	2(土) 6(水) 16(土) 23(土)	14:40~16:40

会場	講座名	日程	時間
おおさか シニアネット本部	ワード初級後編XP	1(月) 8(月) 22(月) 29(月)	10:00~12:00
	はじめてのパソコンXP 無料	1(月) 8(月) 22(月) 29(月)	12:45~14:45
	カメラ・ビデオ映像撮影	8(月) 15(月) 現地撮影 大文字送り火	15:00~17:00
	手づくり絵本	2(火) 16(火)	10:00~12:00
	はじめてのパソコン(Windows 7) 無料	4(木) 11(木) 18(木) 25(木)	10:00~12:00
	楽しいワード2010後編	4(木) 11(木) 18(木) 25(木)	13:00~15:00
	ワードで作品づくり後編	4(木) 11(木) 18(木) 25(木)	15:15~17:15
	楽しいインターネット7	7/29(金) 5(金) 19(金) 26(金)	10:00~12:00
	はじめてのパソコン(Windows 7) 無料	7/29(金) 5(金) 19(金) 26(金)	13:00~15:00
	楽しいエクセル2010前編	7/29(金) 5(金) 19(金) 26(金)	15:15~17:15
大阪駅前第2ビル	パソコンクラブ	1(月) 22(月)	15:00~17:00
	はじめてのパソコン(Windows 7) 無料	3(水) 10(水) 24(水) 31(水)	9:30~11:30
	楽しいワード2007前編	3(水) 10(水) 24(水) 31(水)	12:30~14:30
	Liveメールとインターネット	3(水) 10(水) 24(水) 31(水)	14:45~16:45
市民交流センターひらの	Windows7とは? USBの取扱	19(金) 26(金)	13:00~17:00
	はじめてのパソコンXP 無料	7/29(金) 5(金) 19(金) 26(金)	10:00~12:00
	ワード初級前編	7/29(金) 5(金) 19(金) 26(金)	13:00~15:00
平野区民センター	楽しいインターネット7前編	7/29(金) 5(金) 19(金) 26(金)	15:15~17:15
	はじめてのパソコンXP 無料	2(火) 11(木) 18(木) 25(木)	9:50~11:50
	楽しいエクセル後編	2(火) 11(木) 18(木) 25(木)	12:40~14:40
阿倍野区民センター	オリジナル手帳作成	2(火) 11(木) 18(木) 25(木)	14:50~16:50
	はじめてのパソコン(Windows 7) 無料	3(水) 17(水) 23(火) 31(水)	9:50~11:30
	楽しいエクセル後編	3(水) 17(水) 24(水) 31(水)	12:10~14:00
城東区民ホール	データや音楽でCD作成	3(水) 17(水) 24(水) 31(水)	14:10~16:00
	はじめてのパソコンXP 無料	3(水) 11(木) 24(水) 31(水)	9:40~11:40
	オートシェイプでお絵描き	3(水) 11(木) 24(水) 31(水)	12:30~14:30
	エクセル初級	3(水) 11(木) 24(水) 31(水)	14:40~16:40

※**無料**のものはコース料金が無料です。※「はじめてのパソコン」と「インターネット&メール」は新教材を共通で使用します。
※講座によって別途教材費が必要です。料金の詳細、またそのほかの講座につきましては、ホームページをご覧ください。
http://osaka-senior.net/pc/pc_nittei.html

気力はまだまだ充分。
昭和生まれのシニア世代は、行動力も知識、経験も豊富。
若者にはまったくひけをとらない。
しかし、大きな課題が一つ。情報力です。
アナログ世代は今日のデジタル化の波に乗りきれない。
パソコンを使える人と使えない人の差は広がるばかり。
それが、デジタル・デバインド(情報格差)です。

特にシニア世代において、この傾向は強く、
インターネット、メール、ブログが苦手。
IT力を身につけると、世界はぐんと広がるのです。
そして今や時代はITからICTへ。
得た情報を他人としっかりと共有できなければ
取り残される時代なのです。
すこし興味はあるけれど、なにから始めればいいのか。
そんな思いを抱くひとのために…

おおさかシニアネット主催のパソコン教室。
それぞれのレベルにあわせて、初級から実践まで幅広く学べます。
また「シニア情報生活アドバイザー」資格の養成講座もあり、
社会での活躍の場も広がります。

てくてくてくてくて、
デジタルへ行く。

8月

■大阪駅前第2ビル
(大阪市立生涯学習センター)
大阪市北区梅田1-2-2
大阪駅前第2ビル5・6階
JR北新地駅より徒歩2分

■阿倍野区民センター
大阪市阿倍野区
阿倍野筋4-19-118
地下鉄阿倍野駅より徒歩2分

■市民交流センターひらの
大阪市平野区平野市町3-8-22
JR平野駅より徒歩15分、大阪バス
1・9・10・14・18系統「平野宮町
2丁目」より徒歩5分

■大阪駅前第2ビル
(大阪市立生涯学習センター)
大阪市北区梅田1-2-2
大阪駅前第2ビル5・6階
地下鉄北新地駅より徒歩2分

■阿倍野区民センター
大阪市阿倍野区
阿倍野筋4-19-118
地下鉄阿倍野駅より徒歩2分

■市民交流センターひらの
大阪市平野区平野市町3-8-22
JR平野駅より徒歩15分、大阪バス
1・9・10・14・18系統「平野宮町
2丁目」より徒歩5分

■平野区民センター
大阪市平野区
長吉出戸5-3-58
地下鉄出戸駅より徒歩5分

■城東区民ホール
大阪市城東区中央1-3-6
地下鉄本町駅より徒歩10分

■おおくさシニアネット本部
大阪市中央区南本町3-1-12
地下鉄本町駅より徒歩3分

■大阪駅前第2ビル
(大阪市立生涯学習センター)
大阪市北区梅田1-2-2
大阪駅前第2ビル5・6階
地下鉄北新地駅より徒歩2分

■阿倍野区民センター
大阪市阿倍野区
阿倍野筋4-19-118
地下鉄阿倍野駅より徒歩2分

■市民交流センターひらの
大阪市平野区平野市町3-8-22
JR平野駅より徒歩15分、大阪バス
1・9・10・14・18系統「平野宮町
2丁目」より徒歩5分

■平野区民センター
大阪市平野区
長吉出戸5-3-58
地下鉄出戸駅より徒歩5分

■城東区民ホール
大阪市城東区中央1-3-6
地下鉄本町駅より徒歩10分

■おおくさシニアネット本部
大阪市中央区南本町3-1-12
地下鉄本町駅より徒歩3分

- エクセル初級
コース料4,200円+別途教材費
- はじめてのデジカメ(4回)
コース料4,200円+別途教材費
- ワード初級(前編・後編各4回)
コース料4,200円+別途教材費
- 携帯電話使い方講座(1~2回)
無料
- ステップアップコース
- はじめのパソコン(4回)
無料 教材費は別途
- インターネットとメール(4回)
コース料4,200円+別途教材費
- パソコン初めてコース
コース料4,200円+別途教材費

初心者大歓迎
お孫さんとのメールやインターネットを楽しもう!
主催: NPO法人「おおさかシニアネット」
「あんしん価格のパソコン教室」

開講会場ののご案内
コースのご案内
パソコン教室は大阪市内6カ所で開催
して頂きます。
※携帯電話の使い方のみ1日
1回2時間程度で4日間です

大阪市立大学医学部
附属病院からのご案内

大阪市立大学医学部附属病院 医薬品・食品効能評価センターでは、医薬品や食品などのヒトでの試験（臨床試験）にご協力いただけるボランティアの皆さまを募集しています。

★新薬の臨床試験にご協力いただける患者の方

★特定保健用食品（トクホ）の臨床試験にご協力いただける健康な方

血圧、血糖、
体脂肪、中性脂肪、
コレステロール
等が気になる方

★健康食品、医薬部外品、化粧品などの臨床試験にご協力いただける方

注) ボランティアの皆さまには、大阪市立大学医学部附属病院での採血などにご来院いただく場合がございます。また、試験内容によって謝金をご用意いたします。



おおさか臨床試験ボランティアの会
登録ボランティア募集中!



《お問合せ》 大阪市立大学医学部附属病院
医薬品・食品効能評価センター事務局
〒545-0051 大阪市阿倍野区旭町1-2-7
あべのメディックス6F

0120-238-500

受付時間 平日 9:00 ~ 17:00 (土日祝除く)

臨床試験実施場所
ボランティア登録受付

大阪市立大学医学部附属病院
医薬品・食品効能評価センター

〒545-0051 大阪市阿倍野区旭町1-2-7
あべのメディックス6F

- JR・地下鉄各線「天王寺駅」下車徒歩約9分
- 大阪市営バス・赤バス「市大病院前」下車すぐ



20名の会員が合格

楽しさ広げ、シニアの活動をリードする、
「シニア情報生活アドバイザー」

コンピューターを利用したことがない高齢者にとって、現代社会は暮らしにくいものになっています。そんなシニアを対象に、パソコン講習のサポートや、パソコンに関するアドバイスを行うのが、「シニア情報生活アドバイザー」。おおさかシニアネットでは平成18年から資格取得のための養成講座を開講しています。



シニア世代の良きリーダーになる
シニア情報生活アドバイザー制度を運営するのは経済産業省の外郭団体、(財)ニューメディア開発協会です。
アドバイザーの役割は、高齢者がパソコンやネットワークを利用するときのリーダーとなること。パソコンやネットワークの使い方

◆養成講座の内容◆

講座は1講義3時間を8回、合計24時間受講します。

- 1: イントロダクション
制度の概要および色々なパソコン活用方法
- 2: パソコン操作の基礎
初心者にはパソコンを教える場合に知っておくべき内容やトラブルへの対処方法
- 3: インターネットの利用
インターネットの仕組み・設定、トラブルへの対処方法、セキュリティや著作権
- 4: 講義案を作成しよう
講義案の作成および教材づくりのヒント
- 5: 講師を体験してみよう
4で作成した講義案をもとにした講師体験/講師に必要な心構えや知識
- 6: 色々な活動のための基礎知識
遠隔サポート、訪問サポートを行う際に必要な知識や心構え
- 7: 活用方法を考えよう
具体的なテーマを採り上げ、趣味や関心を活かしたパソコン活用方法
- 8: 活用方法を発表しよう
パソコン活用方法のプレゼンテーション

を教えるだけでなく、趣味に役立てる方法や生活を楽しく便利にする方法、さらには社会参加のために役立つ方法を指導します。また、養成講座実施団体と連携して地域のIT講習会のサポート、シニア向け講習会の開催、パソコン相談コーナーの相談員、訪問サポートなど、主にボランティア活動を行います。
新たな人生の活力に
ぜひ、チャレンジを!
アドバイザーになるには養成講座を受講し、認定試験にパスしなければなりません。
現在、アドバイザーの資格を持っているのは全国に約3千人。おおさかシニアネットの養成講座の受講者は、現在まで20名が合格しています。

養成講座を受けられるのは概ね50歳以上の人で、日常的に電子メールなどパソコンを活用している人。講座内容はパソコンを教えるための基礎知識や操作能力、インターネットのトラブルの対処法や講師としての心構えなどです。講座の最後には、自分でテーマを決め、パソコンの活用方法を発表します。認定試験は、「筆記」「実技」「発表」の3種類。受講者の多くは経験のない人前での「発表」に戸惑うようですが、苦労された分、合格した時の喜びや達成感は大いようです。
自信を生み、暮らしに潤いを与え、新たな活動の場を広げるシニア情報生活アドバイザー。あなたもチャレンジしてみませんか?

9月のシニア情報アドバイザー講習に関するお問い合わせは

NPO法人 おおさかシニアネット ☎06-6282-7991

ポジティブな 遊びの心

vol.4

日本ビデオ映像作家協会所属
フリーカメラマン・映像作家

かなや ただし
金谷 忠

● Profile ●

1936年9月26日生まれ。1958年、読売テレビ放送株式会社入社。報道局撮影編集部、制作技術局制作技術部を経て、編成局でコンピューターによる映像ライブラリー構築に参加。1996年60歳で退職後、フリーカメラマンとして現在に至る。

映像に優るもの無し！ 東北大震災に思う。

3月11日の東北関東大震災は、関西でも揺れを感じましたが、その総てはテレビ映像や新聞の紙面で知ることになりました。発生が14時46分、小生は映像編集の作業中で揺れた瞬間、貧血状態と錯覚して、疲れてきたのかな、休憩しようかなと考えながら、区切りがつくまでと編集作業を続けていました。そんな最中、アメリカ・オレゴン州の知人から、金谷さん大丈夫？ アメリカのテレビニュースが日本で巨大地震発生と報じている、とメールをもらいその深刻さを始めて知りました。

平日頃から東海、東南海、南海地震の危険性を言われていただけに他人事ではなかった。テレビ映像で見る東北各地の津波の恐怖は言葉にならない。背後から迫る津波に、高台に必死で逃げる住民の姿、この様な映像を見て、思いだすのが、阪神淡路大震災です。自宅の部屋が足の踏み場も無い被害に遭いながらも、ビデオカメラを持ち出し貴重な記録を残したマニアの方の多かった事、今回の東日本巨大地震は、発生が昼間であった事もあり、その場に居合わせないと撮れない津波の恐怖を見事に捉えていました。

撮影講座等で常に言っている言葉があります。「プロ・アマに関係なく、撮りたいと思う者総てにシャッターチャンスは平等である」と言う事です。

発生から一週間ぐらいの新聞も朝刊、夕刊を問わず、紙面は写真で埋め尽くされた。ビデオ映像や写真がコミュニケーションエネルギーに如何に優れているかをまざまざと実証した出来事でした。

復興を信じ東北を旅し続けよう。

津波で根こそぎ財産を失った人々が、整然と列を作り援助を待った東北人気質は世界から絶賛された。我々はこの行為を日本人の誇りとして、これからの険しい復興の中で、一人一人が出来る事で応援して行きたいと思う。発生当初は、やれボランティア、やれ義捐金などと誇れる仲間を支援し続けて来ました。これから先は長期戦です。より自然なスタイルで支援するしかありません。我々シニアがボランティアとして力仕事が出来ない訳ではありません。

ある学生のグループがボランティアセンターを通して活動したところ、日替わりでたらい回しされ、これは仕事だろ、ボランティア活動ではなからうと悩む姿があった。我々が長期に渡って支援していく方法の一つは、東北に重点的な旅をし、自然体で被災された地域の方々と接し、励ましの力を与え、力を貰い僅かでも現地で消費する事が現地に力を与える一番の方法だと思います。桜前線は何事も無かったように北上して、震災の人々をも癒しました。東北三大祭り、仙台七夕も前向きです。東北を旅して力になろう。



治療に理解を示さず、否定的な暮らしを続ける患者さんにとどのよう接したらよいのかと、悩むご家族のかたは多いことと思います。ある男性の話ですが、糖尿病でインスリン治療を始めることになりました。医師や看護師から、食事療法と運動療法、血糖値測定とインスリン注射の必要性をあれだけ説明をうけたのに、自宅ではいい加減にしてしまふ。家族がいくら口を酸っぱくして諭しても、逆に家族に当たり散らす始末です。かと思えば、病気に打ちひしがれたように、暗い表情で後ろ向きな

家族に当たる、塞ぎこむ こんな時どうする？

医療ソーシャルワーカー 向市真知の まなざし

File 1 患者との接し方で 悩んだ場合



向市 真知

Profile
大阪市立大学生生活福祉学専攻卒業。大阪厚生年金病院に医療ソーシャルワーカーとして23年間勤務。医療、保険制度、生活保護、障害福祉にかかわる問題をかかえた患者さんの相談に従事。また、ホームレス、児童虐待、DVの問題への取組みや介護支援専門員の資格を活かした退院援助も行う。

発言しませんが。家族としたらもうどうしていいかわからない状態です。このような状況はご本人の問題なので、いくら家族がやきもきしても、本人が心の持ちようを変えないかぎりには解決しません。では家族は何をして無駄なのでしょう。いえ、そうではありません。まずは患者さんの気持ちに思いをさせてみましょう。

患者の不安を知ることが 解決への第一歩

患者さんは自分のことを「この世でいちばん不幸な人間だ」と考えています。ですから、健康である家族がうらやましくしかたないのです。「あんたらにワシの気持ちがわかってたまるか」と思っています。更に「こんな病気の体になってしまつて、きつと家族はワシのことをやっかい者と思っているはずだ」と勝手に想像しています。家族とすれば、「こんなに一生懸命思っているのに、逆に考えているなんて許せない」と腹が立つこと

でしょう。でも立腹しないでください。患者さんの不安とはそのようなものです。見捨てられる不安はとも恐ろしいものです。家族としては、まずこのような気持ちでおられることを深く思っただげてください。そのうえで、病身であつても「あなたはあなた。家族にとつて代わりはない」こと、見放してはいないことをずっとずっと伝えていきましよう。「お父ちゃんがおつてくれて助かったわ」「お父ちゃんに言われて気付いたわ」「二人でお茶飲んでいたらほっとするね」の言葉かけでい

いので、続けていきましよう。もうひとつの対策として、患者仲間とのコンタクトが自分をかえりきつかけになることが多いのです。自分と同じ病気で、同じ悩みの人がいること、自分だけじゃないことを知れば、病気との付き合い方もかわってきます。ぜひ患者会を利用したり、看護師さんに口添えをもらつて、先輩を紹介してもらつたり、家族ではない方たちとの交流の場を準備することが大切な気がします。

お悩みにお応えします。

会員無料！

おおさかシニアネット 個別相談

向市真知氏による、個別相談を受付けています。相談内容は社会福祉、介護保険、年金、医療保険制度の利用と医療・介護施設の利用案内など。医学や治療方法についての相談は受付けていません。

■場所/おおさかシニアネット

2ヶ月に1回相談日を設けています。日時はHPにてお知らせします。緊急の場合はご連絡ください。

- 個別相談・プライバシー保護。
- おおさかシニアネット会員の方は無料です。

お問合せ・お申込み

おおさかシニアネット

☎06-6282-7991

FAX 06-6282-7992

●直接メールでご相談したい方はHPから

<http://osaka-senior.net/machi/>

秋の日帰りバスツアー 天橋立と伊根町の舟屋

丹後半島の見所を1日でめぐる、 天橋立と伊根町

毎年恒例、秋の日帰りバスツアーの季節が今年もやってきました。今年はずっと紅葉が楽しめる11月28日(月)先行先は京都府丹後半島の名所、天橋立と伊根町です。

美しい自然と景観を眺める天橋立

京都府北部の宮津湾にある天橋立は、「日本三景」のひとつである景勝地。幅20~170m、全長3.6kmの砂嘴でできた砂浜に約8,000本の松が茂っています。人が逆さになって見る、いわゆる「股のぞき」をすると松林が天への架け橋になって見えることから、この名がついたといわれています。



伊根湾に沿って建ち並ぶ舟屋

丹後半島の北端にある伊根町。ここは古くから漁業が盛んで、舟を格納するための舟屋が伊根湾を取り囲むように建てられました。その数、約230軒。平成17年7月には国の重要伝統的建造物群保存地区に選定。満潮時には海に浮かんでいるような幻想的な雰囲気になるなど、時間帯・季節によって様々な情景を楽しむことができます。

日時:平成23年11月28日(月)
行先:天橋立と伊根町の舟屋
定員:45名(定員になり次第締め切り)
費用:6,500円~7,000円(税込)
集合:天王寺または梅田
申込み:おおさかシニアネット事務局
TEL.06-6282-7991
FAX.06-6282-7992

第8回 シニア作品展を開催

「あなたの暮らしを豊かにしてみませんか?」を目標に設立したNPO法人「おおさかシニアネット」も8年目の活動に入りました。趣味やスポーツ、お稽古事を支援するために立ち上げた、パソコンクラブ、編み物教室、料理教室、書道倶楽部、カメラ教室等の、サークル活動も、年を経るにしたがい、充実した活動が展開されております。

この度、昨年に次いで、第8回シニア作品展を開催する事になりました。

作品大募集!
▶作品受付期間
8月1日(月)~
8月31日(水)(厳守)
▶応募内容
・作品の大きさ
60cm×50cm以内
※作品は展示可能な状態
※1人2点以内
(枠や台紙付き)で応募する



会場には皆さんの力作が並びます!

■開催日時/9月5日(月)~9月16日(金)
■時間/午前10時~午後5時(土・日は休み)
■展示会場/中央区民ギャラリー
(中央区役所1階ロビー無料)
大阪市中央区久太郎町1-2-27
TEL.06-6267-0201
■アクセス/地下鉄堺筋線本町駅(堺筋線・中央線→3号出口東へ100m)

第7回おおさかシニアネット健康フォーラム



大阪産業創造館



■開催日時/11月2日(水)
■内容/シニアのための“便利グッズ”(健康福祉用具)
■会場/大阪産業創造館4階イベントホール
大阪市中央区本町1-4-5
TEL.06-6264-9800
■アクセス/地下鉄中央線「堺筋本町駅」2番出口北へ5分
地下鉄堺筋線「堺筋本町駅」12番出口東へ6分

今年で、健康フォーラムも第7回目を迎えます。当初は「アンチエイジング」をテーマに進めてまいりましたが、数年前より「健やかに老いる」というテーマのもとフォーラムを開催してまいりました。昨年度は、新しい試みとして講演の間に歌を歌うなどして、聴くだけのフォーラムではなく参加型の来場者も参加していただくことができました。今年度も、さらに新しいことを取り入れ、来ていただいた皆さんに喜んでいただけたらと思います。

スポーツ科学のセンターが彩都に誕生!

大阪保健医療大学の先端研究所が彩都に誕生しました。皆様の期待に応えて、スポーツとリハビリテーションに新時代を拓きます。力を合わせて、貴方や私のプログラムを一緒に作りましょう。



- 子供からお年寄りまで、安全で楽しいスポーツプログラム。
- メタボ対策やアンチエイジングのプログラム。
- お年寄りには運動器疾患(ロコモ)対策とアドバイス。
- 記録更新をめざすアスリートの皆さんには最新鋭の動作解析装置が力になってくれます。無理のない、最高のパフォーマンスを記録から読み取ってください。
- 故障をかばいながら無理を重ねる貴方には、一緒に正しいリハビリテーションを工夫しましょう。大阪大学整形外科の先生方も助言してくれます。



所在地

茨木市彩都あさぎ7丁目8015番
大阪モノレール彩都線「彩都西駅」下車 徒歩5分



スポーツが持つ楽しさ・達成感と爽快感を若い世代に伝えます!
彩都から大阪再生を始めましょう!

〈大学設置に関するお問い合わせ〉



FUKUDA GAKUEN

大阪保健医療大学

〒530-0043 大阪府北区天満1丁目9番27号

☎0120-581-834

TEL:06-6352-0093 FAX:06-6352-5995

e-mail:junbishitsu@fukuda.ac.jp

http://www.fukuda.ac.jp



「天満橋駅」下車 徒歩8分。

「南森町駅」「大阪天満宮駅」下車 徒歩9分