

第4金・朝市を毎月1回20年。LINE登録130店！

■こんにちは、しょうちゃんです！ 朝市の高野正希さんに話を聞きました。大田原の中心市街地活性化のため、朝市や屋台祭りをやる思いと活動の裏側をお伝えします。鍼灸院などを30年、NP0ナチュラルも20年やっています。

●「朝市」は多世代が集まる！

2003年7月から「朝市」を開始。毎月第4日曜の8時～13時に開催しています。朝市の出店者はグループラインで約130人が登録され、毎回さまざまなお店が出店しています。美容師さんが作る絶品カレーや、フェアトレード商品やモリंगा商品、健康を考えたりサイクル活動や体に優しい石鹸作り、豚屋さんの豚串、タイ風ラーメンや又焼井、総菜パンやホットドッグ、自家焙煎珈琲、メダカすくい、等々。他にも中央包括支援センターが主催する高齢者無料お悩み相談や、犬猫の里親会など多彩なブースが並びます。

スゴイのは住民が自由に楽しめる「世代間交流の場」としての朝市。この魅力は大きく、子どもからお年寄りまで幅広い世代が集い、歌や踊りのステージも楽しめます。特設ステージのパフォーマンスもあり、地元と来場者が一体で盛り上がります。



●「屋台まつり」を色んな人が参加できるようにしたい。

高野さんは「屋台まつり」にも熱心です。元々は大田原神社の例大祭から始まったもので、町内9つの屋台が参加します。今月9/15には大田原神社120周年記念で、なんと20年ぶりに6つの屋台が神社の例大祭に参加します！ 祭りはつながりとともに、文化の継承と発展を目的です。

将来は朝市を大規模にして、大田原以外からも多くの人を集めたいと話します。中心市街地への移住も促進できるようにとも言います。屋台まつりも、広く県外の人に

も参加を促す工夫をしているそうで、来年は「屋台を引く」体験を検討中です。

●出展料・ほか全部無料。「出そう」

高野さんは地域の活性化と文化の継承に大きく貢献しています。NP0 ナチュラルの朝市や屋台まつりはその具体的な形。ますますの盛り上がりを目指しています！

「朝市は出店料・電気水道代全て無料です。来場が活性化につながるの、出店者も出演者もお客さんも是非お気軽にご参加ください」と高野さん。きっと楽しい時間を過ごせるはずです！（安井将太）

今月のSOS

予約なしでOK
食品配布会

毎月第2土曜

13-15 時 ● F B 県北事務所

FB 利用世帯数

8月 新規 11、総数 67 世帯

9月 新規 5、総数 46 世帯

●下記の事例は新規の世帯をピックアップしています。この他に40～50世帯の継続支援の世帯があります⇒「総数」。

●「新規」はその月に今年初めて来た世帯。「継続」は前年からの継続ですが、その月初めて来た世帯（しばらく来なかった世帯）です。

新規利用者

■ 8月：11 家族

8月1日 ● EGY 男 73・継続2回・那須塩原。独居。生活費を引き出したが財布に移した時に落とした。所持金2000円。生活に困り市役所に相談して社協FBを案内される。⇒食品3.3K

8月2日 ● MTS 男 46・継続2回・大田原。4人家族。1年前から同居、収入が少な

い。⇒米4K、食品1.6K

8月2日 ● HUY 女 50・初・大田原。独居。精神疾患。10年前に離婚し子は祖母が見ている。生保で生活が安定するまでFBで支援する。⇒α米食品3.2K

8月7日 ● MSH 男 67・継続・那須。独居。滞納の支払でお金がなくなる。9/21年金支給ミス。10月には元に戻る⇒食品5K

8月7日 ● MTK 男 79・初・大田原。独居、無年金。お金がなく一日一食。定職

につかず年金を収めていなかった。頼れる親族なく、区長が心配して包括に連絡。電気が止められたのをきっかけに弟が母親92を引き取る。⇒米3K、食品1.8K

●⇒8/17：食品1k

8月9日 ● OKY 男 80・初2回・那珂川。独居。滞納が続き、返済が追いつかない。物価高騰で困窮⇒米3K 食品1.3K

8月10日 ● MTS 男 78・継続2回・大田原。3人家族。年金で医療費等を支払い

【福祉を支える人Ⅱ】

「その人らしく」「先に立たない」「見えないものを大切にする」が訪問看護の本質

●「患者」でなく「生活者」

こんにちは。私たちの日々の活動や訪問看護への思いを皆さんにお伝えしたいです。訪問看護師は1996年から。以前は東京で助産師でしたが、祖父母の介護をきっかけでここに来ました。当初は不安も多かったですが、ここで暮らす高齢者や病気の人々の生活で、訪問看護がどれほど大切で必要なものかを実感して、成長してきました。

この仕事は、病院の看護とは少し違います。「患者さん」ではなく「療養者」や「生活者」。つまり病気を抱えながら家で生活が続いている人の支援なのです。

●「その人らしさ」の尊重。

大切にしているのは「その人らしさ」の尊重。現場では病気や障害だけでなく、個々の生活背景や価値観、家族関係までを包括的に捉えます。例えば同じ病気でも、生活の仕方や望む生活の形態は一人ひとり違う。だから一つの枠に当てはめるのではなく「その人が大切にしていること、どう暮らしたいか」を第一に支援を決めます。

訪問看護の素晴らしさは、病院のようなルールや時間に縛られず、利用者さん一人ひとりとじっくり向き合えること。訪問先で30分から1時間という時間をかけて、一対一でケアを行うことは、利用者さんの本音や悩みを引き出すための貴重な時間です。この時間で、心の声を聴き「その人らしい生活」の支援を模索します。

また、「見えないものを大切にする」ことが求められます。これは単に血圧や脈拍などではなく、表情、声のトーン、体の動き、そ



して「なんとなく感じる違和感」などを通して、心の中にあるものを読み取る力です。たとえば、訪問時に差し出された手の動きにも、不安・信頼感・気持ちの変化が表れます。こんな細やかなサインを見逃さないことが大切な技術です。時には「本人や家族が何を望んでいるのか分からない」こともあります。そんな時こそ「先に立たない」姿勢を貫きます。私たちはあくまで応援団であり、助言役です。「こうすべき」ではなく「どうしたいのですか?」と問いかけます。それが訪問看護の真髄だと信じています。

●やりがいのある、五感をフルに使う仕事

私たちの理念は「地域住民から愛され、信頼されケアステーションになる」です。そのためには、まず、その人らしい生き方を支え、生活の質を向上させることが重要です。どんな状況でもその人が「自分らしく」生活できるようにサポートしていきたくて、訪問看護ステーションにいます。

訪問看護はとてもやりがいのある仕事です。一人ひとりの生活に深く関わり、その

人が笑顔で過ごせる日々をサポートできる喜びがあります。これから訪問看護師を目指す人にも自分の持つ「五感」をフルに活用しながら人の心に寄り添う看護の素晴らしさを感じてほしいです。

気軽に相談ください。皆さんと共にさくら訪問看護ステーションとして、これからも一步一步進んでまいります。

●インタビュー後記) 鳥居さんが訪問看護に込める深い愛情と使命感に触れることができました。特に印象的だったのは、「先に立たない」「見えないものを大切にする」ということ。訪問看護の本質が凝縮されているように感じました。(しょうちゃん)

気になる
この人⑨
◎
鳥居 香織さん
さくら訪問看護ステーションにいます。

後、生活費がない。⇒米 5K 食品 2.2K

●⇒9/14: 食品 2.6 K

8月15日●OMT 男 40・初・那須塩原。

2人。生活費がない。病気で休職したが今月仕事に就いた。⇒米 10K 食品 4.1K

8月17日●ANS 女 25・継続・大田原。

夫と2人。20日に給料がはいるが、それまで食べ物がない。夫は精神疾患で無職。両親と妹から借金。子ども3人は里親や児童養護施設にいる⇒α米 1.8K

8月22日●TNS 男 67・初・矢板。息子26と2人。年金のみの暮らし、借金も多少ある⇒缶パン、米パック5個

8月24日●NKK 男 61歳・継続2回・大

田原。独居。生活費少なく光熱費の高騰で困窮。⇒米 4K 食品 0.9K

8月30日●ICM 女 39・初・那須塩原。

3人暮らし。夫4はコンビニ閉店にて収入ない。精神障害手帳2級、借金は弁護士と整理中。⇒食品 4.5K

■9月:5家族

9月2日●ISH 女 36・初・大田原。5人家族(子3、1、0歳)。内縁夫がいる。

FB利用について消極的だが本人は1日1食で生活をしている。食料支援の必要性あり。育休で収入減。⇒米 5K、食品 8.3K

9月6日●YMM 男 39・初・大田原。2

人暮らし。給与と障害年金の収入はある。同居の母親にも借金がある。今回のみFBで支援⇒食品 1.1 K

9月13日●SCS 男 61・初・大田原。独居。失業。先を考えると不安で市に相談⇒「ヤスイの食卓」を案内。⇒米 5K、食品 2.6K

9月14日●SZY 女 26・初・大田原。夫26・子0の3人家族。困窮し福祉課でFBを紹介される⇒米 5K 他食品

9月14日●MTK 女 60・初・矢板。夫62・子19の3人家族。夫のパート9万では生活できない。義母が最近死んでその年金がなくなり、夫のパート収入のみになった。⇒米 5K 食品 3.4K

ケアマネは「本人と家族と地域の他の資源」 の間に立つ、縁の下の方たち

こんにちは、ボランティアのしょうちゃんです！ 「大田原厚生会」の在宅介護支援センターでケアマネージャー（ケアマネ）をしている尾又正志さんに話を聞きました。ケアマネの魅力、やりがいをたっぷりお伝えします！

●介護・サービスの計画つくる人

要介護や要支援の人に必要な介護サービスを計画し生活をサポートする仕事です。自立した生活を送れるようにケアプランを作って、サービスが提供されているかを確認し、状況に応じて調整をします。

尾又さんは24歳から福祉の業界で働きはじめ、10年以上の経験を持つベテラン。当初は保育士を目指していましたが、母親がケアマネで働く姿を見て興味を持ち、この道に進むことにしたと言います。

●本人と家族、家族と地域資源の間に立つ

ケアマネは利用者と家族との信頼関係を築くことが非常に重要です。同時に家族との連携も大切で本人の生活環境や健康状態を聞き取ったり、地域の関係機関とも密に連絡を取ります。



気になる
この人⑩



尾又正志さん

大田原厚生会・ケアマネ

●「感謝の言葉」が励みになる

やりがいは、と聞くと「利用者や家族から感謝の言葉をもらえる瞬間」と言います。病気や事故で入院した人から、感謝されたり。その時が「何よりも励み」と言います。

しかし、利用者と家族の考えが違う時には、間に立つ難しさもあります。例えば、本人は自宅の生活を望んでも、家族は施設への入居という場合など。双方の意向を尊重しつつ、最善の解決策を見つけるために

時間をかけて話し合いを重ねます。

●地域の高齢者家族の「縁の下の方たち」

高齢化が進む中で、介護の需要は増え続けていますが、まだ多くが「介護サービスを身近に感じていない」と言います。利用者や家族が介護の必要性を感じながらも、初めての利用には抵抗があることも多いです。ケアマネの役割はこうした人を支えること。地域全体で支え合い、介護が必要な人たちにもっと気軽に利用してもらえるような環境づくりが大切だと感じました。

ケアマネは、まさに地域社会の縁の下の方たち。彼らのサポートがあるからこそ、高齢者が安心して生活続けることができるのです。介護や福祉の仕事に興味を持っている方は、ぜひこの職業にチャレンジしてみてください！

取材後記●この仕事は、多くの知識と経験が必要で、さらに人との信頼関係を築く能力も必要と分かりました。印象的なのはケアマネの「よりそい方」でした。本人の暮らしの歴史や趣味、家族との関係性など、さりげない会話の中から理解し、安心して生活を続けられるようサポートする姿勢に感動しました。(しょうちゃん)



4月から **youtube** はじめました。
チャンネル登録、お願いします！
<https://www.youtube.com/@shouchann>



認定 NPO 法人 とちぎボランティアネットワーク

会員大募集

年間＝賛助会員 3,000 円、支持会員 5,000 円、
団体会員 20,000 円 (安っ！)

隔月で『ボランティア情報』

隔月で『FB うつのみや通信』

隔月で『県北Vネット+ FB 大田原通信』3冊届く！

助け合う
那須・県北
づくり



編集後記) しょうちゃんが「youtube」をやり始め、さらに毎週水曜日にはLIVEもやりだし情報発信しない日はないぐらい。頑張っているの、会員になって、寄付してもらって県北を応援してください (矢)

電話 0287-48-6000 (安井)

県北Vネット+

子どものフードバンク

居場所 & FB 通信

発行日◎ 2024/10/15 ◎第 28 号

発行者◎認定NPO法人とちぎボランティアネットワーク（県北事務所）

324-0051 大田原市住吉 2-16-22

●電話 0287-48-6000

●FAX 0287-48-6700

● <http://tochigivnet.com>

● tvnet.kenhoku@gmail.com

スマイルハウス HP

● <https://smilehouse-kenhoku.com>

◎記事 / 安井将太

◎発行人 / 矢野正広



2024/9/7

自然の中でいっぱい遊んだよ！ 初体験キャニオニング

子ども体験活動でキャニオニングに挑戦しました！最初は緊張していた子どもたちも、冷たい川の水に触れるとすぐに笑顔に。滝を滑り降りたり、岩場をジャンプしたりと、たくさんの挑戦にチャレンジしていきます。

そして、怖がりながらも勇気を出して進み終わる頃には「楽しかった！またやりたい！」と話していました。

素晴らしい思い出になりました。自然の中での遊びは、子どもたちにとって大きな成長の機会ですね。（しょうちゃん）



2024/10/05

あなたの一歩が地域を変える。 「チャリティウォーク県北 2024」

少し雨が降る中、約 100 人の参加者とボランティアが力を合わせ、地域を支えるために一歩一歩進んでいきました。フードバンクを応援するためのこの活動は、たくさんの人の温かい支援と協力のおかげで大成功となりました！印象的だったのは参加者一人ひとりが意気込みをホワイトボードに書き、それを写真に残し

てくれたことです。それぞれの思いを込めた言葉を発信し、地域への愛と支援の気持ちが伝わってきました。

ウォーク中も皆さんの一体感が感じられ、少し雨が降っていたにもかかわらず、ゴールを目指す姿が印象的でした。歩くたびに絆が深まり、みんなで支え合いながら素晴らしい時間を過ごしました。

チャリティウォークは、フードバンクを知り伝え広める。それが地域を支える力となって、今後もフードバンク活動を続けていく励みとなります。

今回のチャリティ活動で多くの人が「地域のために何かできる」という思いを持ち続けてくれることを期待しています。

（2024 実行委員長の安井将太）