

# 西一会館 YOU I センターだより

心  
NPO法人  
ユウ・アンド・アイ

2016年8月  
第17号

〒525-0036 草津市草津町1446-1  
TEL 077-562-5448  
TEL 077-563-7000  
FAX 077-563-7007  
ホームページ <http://youandi932.jp/>

## 梅雨にも負けず!

蒸し暑い日が続きます。長期予報では、気温、降水量ともに平年並みかそれ以上になると言われています。

食中毒や熱中症の心配もされるところです。みなさまにおかれましても、体調管理には十分にお気をつけいただきますようお願いいたします。

梅雨の最中ではありましたが、子育てサロンに参加した子どもたちは元気いっぱい笹飾りを作って楽しみました。



## 『知っている』から『している』へ

6月28日(火) 今年度第1回の人権学習講座を開催しました。  
講師にお招きしたのは、県内各地で啓発活動をされている「A&B」(エイトビート)さんです。



「A&B」さんは、歌・映像・語りを通して、我々の周りにある様々な人権問題について提起してくださいました。

・人種問題 ・認知症 ・ヘイトスピーチ ・東北大震災 ・いじめなどのテーマをもとに、差別の構造・差別意識・差別をなくす取り組み等について考える機会を持つことができました。

明日のエネルギーとパワーをいただきました。歌詞の中にも含まれる思いにふれると、いろいろと想像力がわきました。

自分自身は差別(部落)について何も考えていない。その状態がよいのではないかと思っていたように思う。何かやれることが私にもあるように気持ちが変わっている自分を感じています。

自分自身を問い直すこと、自分の心にとどめておくべき言葉がたくさん見つかりました。今後自分の人生に人権という視点が重要で、1つでも学んだことをいかしていきたいと思います。

~参加者アンケートから~

# シリーズみんなで考えよう No.17

手紙

原作詩：不明

年老いた私がある日 今までの私と違っていたとしても  
どうかそのままの私のことを 理解して欲しい  
私が服の上に 食べ物をこぼしても 靴ひもを結び忘れても  
あなたに色んなことを 教えたように 見守って欲しい  
あなたと話す時 同じ話を何度も何度も 繰り返しても  
その結末を どうかささげずに うなずいて欲しい  
あなたにせかまれて 繰り返し読んだ絵本の あたたかな結末は  
いつも同じでも 私の心を 平和にしてくれた  
悲しいことではないんだ 消えて去って行くように 見える私の心へと  
励ましの まなざしを 向けてほしい  
楽しいひと時に 私が思わず下着を濡らしてしまったり  
お風呂に入るのを いやがることには 思いついて欲しい  
あなたを追い回し 何度も着替えさせたり 様々な理由をつけて  
いやがるあなたと お風呂に入った 懐かしい日のことを  
悲しいことではないんだ 旅立ちの前の準備をしている私に  
祝福の祈りを捧げて欲しい  
いずれ歯も弱り 飲み込むことさえ 出来なくなるかも知れない  
足も衰えて 立ち上がる事すら 出来なくなったなら  
あなたが か弱い足で 立ち上がろうと 私に助けを求めたように  
よろめく私に どうかあなたの 手を握らせて欲しい  
私の姿を見て 悲しんだり 自分が無力だと 思わないで欲しい  
あなたを抱きしめる力が ないのを知るのは つらい事だけど  
私を理解して支えてくれる心だけを 持っていて欲しい  
きつとそれだけで それだけで 私には勇気が わいてくるのです  
あなたの人生の始まりに 私がしっかりと 付き添ったように  
私の人生の終わりに 少しでも付き添って欲しい  
あなたが生まれてくれたことで 私が受けた多くの喜びと  
あなたに対する変らぬ愛を 持って笑顔で答えたい  
私の子供たちへ  
愛する子供たちへ

(原文のまま)

少し時間をかけて読んでみてください

この「手紙」という曲は、先日の人権学習講座において「A&B」(Iイベント)さんが披露してくださいました。元はポルトガル語で書かれていて、世界中で翻訳され、歌われています。

先日も、「65歳以上の高齢者が全人口の1/4になった」との新聞報道があったところです。高齢者のしめる割合が多くなるにつれて「認知症」の方へのかかわり方も話題になることが増えてきています。

きちんとかかわっているつもりでも、「虐待」ととらえられることもあるようです。接し方の原則・心がまえとして、次のようなことが挙げられています。



- ・自尊心を傷つけない
- ・本人の形成している世界を理解しそれに合わせる
- ・相手の主張を受け入れる
- ・やさしく愛情を持って接する
- ・通訳者としてのコミュニケーションをとる
- ・生活のリズムを整える
- ・本人の習慣や役割を継続できるように接する

つまり、介護者に視点をおくのではなく、認知症の方に視点をおくケアが必要であるということになります。認知症を発症しても、自分らしく生きられること健康な生活をめざして支援していけるといいですね。

今一度、「手紙」を読み返してみませんか？

明日はわたしが通る道かもしれません。

## 近すぎると かえって 見えないことがある

親友だったのに、ちょっとした行き違いで仲が悪くなる、なんてことも。でも、はなれてみると、相手の気持ちもよくわかるはず。

そう近すぎるとかえって見えないこともある。

今も昔も大切な100のことば

～菜根譚より～



# 講座・教室のご案内

## ～自分でできる健康法～

日時： 9月26日(月)  
10月3日(月)  
10月17日(月)

内容： セルフマッサージ

講師： 千村 まさ子  
(看護師・鍼灸師・あんま、マッサージ、指圧師)

定員： 各回15名

会場： 西一会館 2階 多目的室A

参加費： 無料

持ち物： 筆記用具・ハンドタオル・水筒  
※動きやすい服装で参加ください。



## ～子育てサロン～

①日時： 9月14日(水) 10:00～  
内容： ファミリーコンサート  
講師： メロディー

②日時： 9月28日(水) 10:00～  
内容： 親子で運動遊び  
講師： ぴよんぴよんKIDS

定員： 各回 親子15組程度

会場： 西一会館 2階 多目的室A・B

参加費： 無料

持ち物： 着替え・お茶



## ～和菓子作り教室～

日時： 9月28日(水) 13:30～15:30

内容： ・栗と黒ゴマケーキ  
・サツマイモの黒ゴマダレ 他

講師： 野洲 弘恵

定員： 12名

会場： 西一会館調理室

参加費： 500円

持ち物： エプロン・三角巾



## ～料理教室～

日時： 9月17日(土) 10:00～12:00

内容： ・ニョッキ(トマト系ソース) ・カルパッチョ  
・ティラミス

講師： 瀬川 咲江

定員： 12名

会場： 西一会館調理室

参加費： 500円

持ち物： エプロン・三角巾



## ～お気楽ビクス教室～

※4月から行っている教室の追加募集です。

日時： 9月1日～ 月2～4回(木曜日)  
10:00～11:30

定員： 5名程度

会場： 西一教育集会所 集会室

参加費： 無料

持ち物： 上靴・お茶・汗拭きタオル  
マットまたはバスタオル

その他： 運動のできる服装で参加ください。

申込み： 8月8日(月) 9:00～



## ～なかよしひろば～

日時： 9月3日(土) 10:00～

内容： 手品を見て体験しよう

講師： 草津迷術会

対象者： 草津小学校区の5才～中3生

参加費： 100円

持ち物： 水筒

締切り： 8月19日(金)

## ～福祉講座～

日時： 9月15日(木) 14:30～

内容： 薬を服用する時の注意

講師： 松本 公平(薬剤師・農学博士)

会場： 西一会館 大会議室

参加費： 無料



## 申し込み方法

西一会館 YOU I センター(NPO法人ユウ・アンド・アイ)まで参加費をお持ちのうえ、お申し込みください。定員になり次第、締め切らせていただきます。ユウ・アンド・アイのホームページからもお申し込みいただけます。

ホームページ <http://youandi932.jp/>



# 8月行事カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 書道教室	3 放課後学びの教室 ほっと事業（楽器演奏） 子育てサロン なかよしひろば	4 百歳体操 健康相談 料理教室	5 民謡教室 珠算教室 子育ておはなし会	6 サロン開放 健康マージャン
7 休館日	8	9 書道教室 配食	10 放課後学びの教室	11 休館日（山の日）	12 ほっと事業（折り紙）	13 サロン開放
14 休館日	15	16	17 ほっと事業（楽器演奏）	18 百歳体操 健康相談	19 民謡教室 子育ておはなし会 中3特進教室	20 サロン開放 料理教室 健康マージャン
21 休館日	22 子ども英語	23 書道教室 配食	24 放課後学びの教室 子育てサロン ほっと事業（カラオケ）	25 百歳体操 健康相談	26 珠算教室 子育ておはなし会 絵手紙教室 中3特進教室	27 サロン開放
28 休館日	29	30 配食	31 放課後学びの教室			

草津市指定ごみ袋等を取り扱っています【指定ごみ袋、粗大ごみ処理券の引き換え及び販売】