

# HAMAYOU

芦屋町ボランティア活動センター通信 107号

発行者 芦屋町ボランティア活動センター「リード」  
発行所 遠賀郡芦屋町中ノ浜 11-6 町民会館 2階  
TEL 093-221-1011  
発行日 平成 31年 2月 1日

## あしやまちマーケットを楽しもう!

2月3日(日)に町民会館で、「あしやまちマーケット」を開催。昨年5月に開催した断捨離マーケットと、毎年夏恒例のフリーマーケットを合体して、「あしやまちマーケット」として、冬に初開催です。「あしやまちマーケット」は、これから夏と冬に2回開催を予定しています。

あしやまちマーケットでは、買い物の楽しみだけでなく、コミュニケーションも提供したいと考えています。売る人と買う人とで、商品の説明や品物にまつわる思い出話など、日頃と違う会話を大いに楽しんでいたいただきたいと思っています。

おしゃべりを楽しみ元気になるコミュニケーションマーケット。  
そんな「あしやまちマーケット」を目指していきます。  
次回は7月を予定しています。



断捨離マーケットは不用品を処分し、家の中を整理することを目的としています。単に不用品を捨てるというのではなく、必要な方に購入していただき、その後売れ残った物は、処分を主催者に任せるといった方法をとっています。

フリーマーケットは不用品を持ち寄って取引する市場のこと。ボランティア活動センターでは、なんでも市場としています。果物とか野菜もあります。

どこかで見えた人も物色中！  
買い物大好きです

争奪戦になることも！



ご報告です。

りーどぼらんていあキッズ1期生が、今年度成人しました。おめでとうございます。

1月13日に町民会館で開催された、「芦屋町成人式」に数名が参加していました。

平成24年度にりーどぼらんていあキッズをスタートした時、彼らは中学2年生でした。復興支援作業ボランティアとして、八女市や朝倉市にも行きました。東日本大震災の被災地に図書カードも送りました。

現在も、りーどぼらんていあキッズの一員として活躍しているメンバーもいて、何

でも任せられるたくましい存在になっています。

今後の彼らがとって

も楽しみます。



### ★りーどぼらんていあキッズ募集!

平成31年度の募集を開始します。  
小学1年生から参加できます。

#### ★学生ボランティア募集!

- ① 高校生・大学生・専門学生
- ② 主な活動期間は長期休暇中  
(夏休み・春休み)

- ③ 活動内容は学生2〜4名で

1〜2時間程度でできる作業

※詳細・お問い合わせは

ボランティア活動センターまで



キッズにゅ〜す

### 認知症のこと

冬になると認知症が悪化するのをご存知ですか。寒くて家に閉じこもることが一因です。

認知症は老化により、誰にでも起こりうる病で、治る病気ではありません。しかし、発症を遅らせることは可能で、症状を緩和する薬も開発されてきています。

この冬、芦屋町の様々な場所を訪問させていただいたのですが、どこでも必ずお散歩をされている方を見かけました。

杖を突きながらの方もいらつしやいました。みなさんご自分のペースでゆっくり、景色や天気を楽しみながら歩かれていました。1時間くらい歩くよという方もいらつしやいました。とてもいいことです。

体を動かすことも大切ですが、家から外出することが大事なのです。外出しようと思えば、今の時期は寒いので寒さ対策を考えますし、人に会うかもしれないので部屋着というわけにはいかず、服装を考え替えます。状況を見て考えるとこの手間こそが、認知症対策の一つです。



さらに、たかが散歩でも段取りを考えますよね。何時くらいに家を出て、どこを歩き、何時くらいには家に戻る。そのことを家族にも伝えなければいけない。こんな日常的なことでも結構、頭はフル回転です。認知症予防に最適です。

認知症の発症でわかりやすいのが、服装です。寒いのに薄着だったり、夏に厚着をしていたり、汚れたままの服だったり。見当識障害の一つです。(見当識とは基本的な状況を把握すること、見当識障害は、季節感や時間感覚が薄れていくこと)

認知症の症状の一つにあげられる「徘徊」も、この見当識障害が原因です。近所の散歩を「徘徊」と勘違されないので、季節に合った服装と、出会った方との楽しい会話が不可欠です。すれ違うご近所さんに、ご自分から声をかけてみてはいかがでしょう。

話しは少し変わりますが、この「徘徊」という言葉を、認知症患者の尊厳を守るために使わないようにしようという動きがあります。

「徘徊」の辞書上の意味は「あてもなく、うろろうと歩さまわること」です。

しかし高齢者の「徘徊」はあてがないわけではなく、「子どもを迎えに行く」「買い物に行く」など、ご本人には理由が存在するケースもあるのです。あてもなく「徘徊」しているのではなく、するべきことを途中で忘れてしまったためで、辞書上の意味とは違う気がします。

近頃は「高齢者のひとり歩き」という言葉に変えられつつあります。この言葉についても賛否はあるようですが、「徘徊」より優しい言葉だと思います。

認知症を発症しても、日常生活は営めます。家族や地域で見守り、住み慣れた町で未永く過ごすことができると思います。



### ★季節のボラセン★

1月のボランティア活動センターは成人式のお手伝いで忙しかったです。センター自体が来賓・主催者の控室になるので、準備も大変なんです。少しでもくつろいでいただけるように、お花も飾るんですよ。今年は町民会館で咲いた水仙を飾りました。



### ★編集後記★

成人式にリーどぼらんていあキッズの1期生が出席するというので、「廣田さん感激して泣かないでね!」と言われました。まさか1期生が成人するまで見守れると思っていたので、ほんとに感慨深いです。成人おめでとう。といいつつ、2月のマーケットには「手が足りない。絶対来て」と言い、それに応えてくれるメンバー。素敵なお大人になってほしいな。冬は焼いもです。健康にいいそうですよ。廣田

### ボランティア活動センターよりお知らせ

#### ❖あしやまちマーケット実行委員募集!

あしやまちマーケットの運営ボランティア・サポーターを募集しています



詳細はボランティア活動センターまで ☎093・221・1011

#### ★各種教室 (見学できます。詳細はお問い合わせ下さい)

##### ■デジタル写真教室

・ADPC (火曜日 13:00)

##### ■福祉支援教室

・芦屋町手話の会 (月4回 水曜日 19:00)

・ハーティネットあいあい視覚障がい者支援 (月2回 木曜日 13:00)

##### ■手作り教室

・さくら会 (洋裁教室) (水曜日 10:00)

・でんでんむし (布絵本教室) (木曜日 10:00)

##### ■英会話教室

・AEGC (木曜日 10:00)