

くらしの相談センター 多摩 ニュース NO. 9

「先生も走る」ほど忙しい師走！12月4日の「忘年会」では楽しいひと時を過ごすことができ、感謝しています。ある日「くらしの相談センターのニュースはファイルしているのよ」と声をかけられました。うれしい一言です。これからも、ご支援よろしくお願ひします。



体験談 (10月に相談に来られたAさんに体験を書いてもらいました。)

アパートの郵便ポストが怖かった…。
無造作に投げ入れられている請求書の数々は、神経症のデパートの様な私には脅迫状にしか思えなかった。
しかし、ある日ポストの中にあつた1枚のカード「井口まみ・くらしの相談センター」が私を救ってくれた。
会社の永年に渡るハラメントに耐え切れず、パニック障害が悪化し入社不能になるとクビ。市役所の相談所、労働基準監督署、ハローワークとたらい回しにされ、結局みんな企業の味方…
クビなのに自己都合にされ最短しかもらえなかった失業保険も底をつき、絶望している時に、私の救いを求めるアンケートに反応してくれた。その救いの手は私の唯一の希望となった。
すぐ連絡すると、当日担当の相談員の方が、何と初対面の私の為に一緒に区役所へ行き、生活保護の手続きをサポートしてくれた！！それもお二人で！こんなにも心強い事はなかった。
もちろん生活保護を自力で申請する事を全く考えていない訳ではなかったが、それまでの経験から行政に対する不信は大きく、それは恐怖心に近いモノになっていた。一人では無理だった…。
生活保護の申請に関する知識など皆無の私に、専門相談員の方が詳しくアドバイスしてくれて理不尽な状況(翌日に引き落とされることが明確な預金もあってはいけなないなど)に困惑しながらも、相談センターの弁護士の方にもサツゼスジョンして頂き、何とか申請を受理してもらう事が出来た。
何よりありがたかったのは、初めて相談センターに連絡した時に対応して頂いた相談員の方が、最後まで同行してくれて、神経が高ぶり、弱り、役所の狭い面談室に長時間居るだけでも耐えがたくなる私の大きな力になってくれた。

今、無事支給を受け将来の希望も少しずつではあるが、
垣間見えてきたのも全て母親の様に励まし
支えて頂いた相談員のBさんのお陰である。
もう郵便ポストは恐くない。

その後Aさんは「くらしの相談センター」の
賛助会員になってくれました。

12月の専門家による相談予定

- * 法律相談——川崎北合同事務所内田弁護士(毎月第3火曜日)
12月21日・要予約・時間が限られています。
相談内容の要点をまとめてください。
- * 育児相談——稲田助産院藤井よし江助産師
(毎月第1火曜日・午前中)・要予約
- * 税金 相続 登記 医療 福祉 介護 年金 教育 住宅 ペットの相談
◎専門家が随時対応します。電話で要予約◎
- * よろず相談——所長・井口まみ市会議員がすばやく相談に応じます。
月曜日～金曜日…時間については電話でご予約ください。
休み……土曜・祝日・お盆・年末年始
(12月29・30・31日*1月1・2・3・4日)
電話……044-949-6674

10月の 相談状況

● 寄せられた件数
11 件

● 4月からの総数
68 件



所長の視点

☆☆☆希望を持って生きよう・・・釧路市生活保護行政の挑戦☆☆☆



井口まみさん

(1/23 野外ハイパー 似顔絵)

10月、釧路市に視察に行ってきました。釧路市の生活保護のとりくみがとてもあたたかく、ユニークだと聞いたからです。生活保護の制度の中で役所がすることといえば、保護を受けたい人の話を根掘り葉掘り聞いて、たくさんの書類を書かせて、あとは月に1度お金を渡して、“ずる”をしていないか監視する、という程度です。釧路市では、「ただお金を渡すだけでは、本当に人間らしい生活をするということにならない」。「希望を持って生きる」ことにこそ支援をしようと、熱い取り組みをしているのです。

生活保護を受けるまでには、とても苦しい思いをして、親戚や友人との付き合いも絶ってきた人が圧倒的です。親が生活保護世帯で高校に行かれなかった、という人たちは、生活保護から抜け出せず、その子どもたちもまた満足に学校に行けずに貧困から抜け出せないという「貧困の連鎖」が起こっています。母子家庭であるというだけで就職できず、どの人たちも社会から切り離されています。そこで、ボランティアという形で社会とのかかわりを持ってもらうように、いろんな仕事を市がみつけてきました。ヘルパーさんの補助、公園の掃除など、まだお金にはならないけれど社会の貢献になるような仕事にできるようになって、「充実感があった。社会の役に立っているという気持ちだ」「ヘルパーをやりたいと思うようになった」など、好評で、そういう活動の中で、生活のリズムができて、身なりもきちんとなったり、働く自信が生まれて、その会社に就職するなどのドラマが生まれていくのです。

NPO法人と連携し、「高校に行こう会」という勉強会も始めました。高校を卒業する時には希望者には車の免許も取れるようにして、まともに就職できるように援助しています。こういう援助を市役所がおこなうことで、単に「生活保護をもらっているだけの人」から、「希望を持って生き生きと生きる」市民へと変貌していくのです。

こんな温かい、血の通った政治をしたいものだ、つくづく思いました。市がやらないのなら、私たち相談センターがやらなくちゃ！ この川崎にいても「生きてよかった」と思える生活ができる取り組みを、考えていきたいと思います。



(釧路市・冊子)

豆知識

=ワンポイント学習= 認知症《その5》

専門相談員（看護師） 中村登美子

〇〇〇笑顔でコミュニケーション〇〇〇



5回にわたり、運動・食事・嗜好品・生活習慣・前向きな気持ちなど心がけたいことをお伝えしてきました。今回が認知症について最後の記述になります。振り返ってみるとどれも昔から『こうするとよい』と言われていたことばかりですね。『楽は退化・活動は進化』が身体の原則、脳も例外ではありません。経験をつむこと、特に失敗をすることで脳は進化します。

また、人間は相手の動作や仕草、言葉などを脳の中で真似ています。ミラーニューロンという神経細胞の働きです。その時の脳は気持ちよく感じています。ですから、**人とのコミュニケーションには笑顔が大切です。**

覚えておきたいことなどは、夜寝る前に繰り返し思い出して眠りについて下さい。脳で記憶を一時保管する海馬、その隣にある扁桃核では記憶を長期にするかどうか判断しています。数日反復すれば確実に

記憶として定着します。**2つ2つ**です。それでも加齢とともに認知症は発症しやすくなります。

『一人暮らしが困難な程度に認知機能が低下すること』が認知症の定義です。

その一歩手前が軽度認知症です。

いくつかのチェックリストがありますので気になる方はお薦めです。

いつでも「くらしの相談センター」にご相談下さい。

