

# 包括支援センター便り

●申し込み・問い合わせ 町地域包括支援センター ☎096(292)0770 ☎096(292)0771



## ワンコインサービスを利用しませんか？

『ヘルパーさんに頼むほどではないけれど・・・誰かに頼めないかな～。』といった困りごとを抱えていませんか？

高齢者の世帯のちょっとした生活の困りごとを、大津町シルバー人材センターの「シルバーお役に立ち隊」がお手伝いします。

### ●サービス内容

#### 100円メニュー(作業時間30分程度)

- ・電球や壁掛時計の電池の交換
- ・ごみ出し
- ・布団干し
- ・洗濯物干し
- ・植木や花の水やり など



#### 500円メニュー(作業時間60分程度)

- ・資源物の仕分けと回収指定場所までの持出し
- ・家具の移動
- ・米の精米(10kgまで)
- ・クリーニング出し
- ・住居内の簡単な清掃や整理整頓 など

### ●利用料

100円または500円

ワンコインサービスは、高齢者同士の支えあいの仕組みを作る「大津町まごころ生活支援事業」の一環として、町がシルバー人材センターに委託して実施する事業です。日常生活上のちょっとした困りごとを解決することで、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう支援します。また、サービスを提供する元気な高齢者「シルバーお役に立ち隊」の活躍の場を確保することも目的としています。

申し込みから利用の可否を決定するまで1週間程度かかります。また、困りごとの内容によっては、ヘルパーによる支援(訪問介護など)を紹介することや、お断りせざるを得ないこともあります。まずは、地域包括支援センターにご相談ください。

## 介護予防買い物リハビリ事業の利用者も募集中です！

自分で買い物に行くことが困難な状態にある高齢者に、買い物によるリハビリ教室を実施しています。

●日時 毎週水曜日 午前10時～午後1時(3時間程度)

●場所 イオン大津店(送迎があります)

●対象者 自分で買い物に出かけることに自信がない人。運動機能の維持向上がしたい人。介護予防体操に意欲的に参加ができる人。

※これまでは一人暮らしや高齢者のみの世帯などに限定していましたが、家族と同居していても日中は高齢者のみとなる人も対象にします。まずは地域包括支援センターにご相談ください。



# American Post

アメリカンポスト



CIR (国際交流員)：マシュー・サイバート

## HOLIDAY SEASON!

アメリカでは、多くのイベントが同時期にあれば、holiday season と言えます。特に、大学で様々なアンサンブルとして参加していた学生にとっては、毎年予想される忙しいシーズンです。

一方、これまで過ごした中では、日本ではもっとシンプルに感じます。

最近、熊本市の祭りで楽しいパフォーマンスをする機会がありました。それは、健軍商店街で開催された第22回熊本国際交流祭典で、商店街の通りには各団体や国をテーマとしたお店や展示ブースが並び、ステージでは様々な出演がありました。その中に、私はバイオリンと歌とで参加することになり、とてもワクワクすることが出来ました。

この祭りの様に、今日では、自分達の国だけでなく、より広く国際的に考えることは益々重要になってきています。この世界は、テクノロジーの進歩とともに、どんどん繋がっていています。数千マイル離れていてもすぐに連絡が取れる様になり、日々進歩しています。



祭典でのバイオリン演奏

日本を旅行する人が、文化の違いを理解するように、一つの文化から別の文化へと理解を示しあいましょう。

そして私はこれからの、感謝祭、クリスマス、新年と、アメリカにもある馴染みの休日と文化について、皆さんと過ごして日本の伝統を学びたいと思っています。あなたの holiday season を楽しんでください！

※ holiday season (主に感謝祭から年末にかけての休暇シーズンのこと)

## ウズベキスタンからアッサロームアレイクム

JICA ボランティア青年海外協力隊 職種：青少年活動 おおつかまりこ 大塚麻里子

### 「ウズベキスタンのクリスマス」

師走の12月。町中、クリスマスムードでしょうか。今回はウズベキスタンのクリスマスについてお話しします。ウズベキスタンは人口の約9割がイスラム教徒で、基本的にクリスマスは存在しません。しかし、日本と同様イベント的に、イルミネーションにクリスマスツリー、そしてサンタクロースが現れ、町をにぎやかに彩ります。ロシア系住民を中心に少数のキリスト教徒(ロシア正教会)では1月7日に



コルボボとコルケズ

クリスマスを祝うそうです。ウズベキスタンのサンタクロースは、「コルボボ」と呼ばれ、意味は雪のおじいちゃんです。驚いたことにこのコルボボ、いつも水色か白の服を着た若い美しい女性を連れています。その娘は「コルケズ」と呼ばれ、意味は雪娘。聞けばこの娘さん、コルボボの孫だそうで、お手伝いをしてくれる人なんです。そんな彼らは日本などのクリスマスより遅れて12月31日にやって来て、子どもたちにプレゼントを渡します。子どもたちが大喜びすると家族が幸せな雰囲気になれるのはどこの国でも同じですね。

ウズベキスタンにおいて、コルボボとコルケズは新年を祝うための使者であり、クリスマスツリーは、新年を祝うための飾りとなっています。いよいよ今年最後の楽しいイベントがやってきますね。みなさんも楽しいクリスマスを！