

新栄早渕地区社会福祉協議会 社協だより

令和8年1月発行【2025-4】

こんにちは、社協（しゃきょう）です。



「社会福祉協議会」 通称「社協」って何なの？

社会福祉法という法律に定められた「地域福祉の推進を図ること」を目的にした民間組織です。県・市・区にあり、行政と連携もしています。誰もが住みやすい街となるよう、身近な福祉課題について、地域の皆様と考え取り組んでいます。地区社協の委員の中には民生委員・児童委員さんや町内会の役員さんも含まれています。会長、事務局長もボランティアで活動しています！

■ごあいさつ

新栄早渕地区社会福祉協議会の会長の堀隆です。本職は都内の町医者です。昨年5月に、脳卒中で倒れてから、「病気自慢」くらいしか話すネタがありませんが、勘弁してください。さて、間違い無く脳卒中だろうと思ったので、症状の経緯を記載した大学病院宛ての紹介状を書いて持参し受診したところ、「自分で自分の診療情報提供書持って受診された患者さんは初めてですが、今、この場で緊急入院となります」と言われ3週間の入院となりました。入院中は、しっかり医者だけでなく、看護師、リハビリ担当の理学療法士、作業療法士に、管理栄養士からお説教を受けました。「釈迦に説法ならぬ医者に説教、保健指導か！」とも思いたくなりましたが、まあ、脳卒中とは生活習慣病の成れの果てですから、お説教は、しっかり受け止める事柄なのです。そして、本当は、「急性期病棟（大学病院）の次は、3ヶ月間の一般病棟（リハビリ病院）へ転院になります」と告げられたのですが、「嫌です。退院して、自分でリハビリします」と言って自主退院しました。最悪、ひどい患者に他なりません。まあ、偉そうな事は言えませんが、そこからは確かに自分との本当の闘いです。町医者としての診療ですが、病気で倒れる前は、木曜日が休診日で4.5日/週診療のところ、少しずつ仕事を増やして8ヶ月たち現在は、3.5日まで頑張っていますが、中気の体（左片マヒ）では、どうやらこのあたりが限度のようです。今の私には、病気の再発予防が全ての事に優先させる事柄なので、薬物療法は、当然ですが、運動療法がキーなので、リハビリをかねての有酸素運動をすべく、犬との散歩を1時間以上、10,000歩以上のウォーキングとランニングを自分に課して取り組んでいます。勿論、不退転の覚悟であるのは当然なので自分を追い込む意味を込めて10,000歩以上のウォーキングは、日々ブログにアップロードすることとしました。

「犬との散歩は、楽しいですよ♪あっはっは！」

「闘病（治療リハビリ）は、暗く重く考えずに、軽く明るく、楽しく取り組むものです」これは、教科書（医学書）に書いてある事では無く、患者様から医者が教わった事（真実）です。お粗末様でした。



■第5期地域福祉保健計画のパンフレットができました

新栄早渕地区に住む人たちがこのまちで安心して暮らせること目指した地域福祉保健計画は5年ごとに更新しており、今回は第5期（R8～R12）となります。町内会長をはじめとした地域の皆様、地区社会福祉協議会、区役所・地域ケアプラザとささえあい連絡会を4回開催し計画更新内容を議論しました。皆様のご協力に感謝申し上げます。近日中にパンフレットが各世帯に配布される予定です。



■これからの活動予定

●歌声喫茶ゆいび〜

- ・3月1日（日）13時半～15時@ケアプラザ多目的ホール
- ・若い方、ご年配の方、地域外の方も含めてどなたでも！

●公園であそぼ〜

- ・2月5日、3月5日（いずれも木曜）10時～11時30分@早渕公園の砂場

- ・未就学のお子様とお父さまお母さまもごいっしょにどうぞ！おともだちが見つかります！

- 施設見学会 2月8日（日）10時から横浜市民防災センターにて災害体験ツアーを予定します。