



32歳
小金井
育ち

坂井えつ子の

つながる小金井通信 第4号



事務所：小金井市本町2-19-36（市民自治こがねい）
TEL&FAX：042-316-1619 メール：tunagarukoganei@yahoo.co.jp
HP・ブログ・Twitter・Facebook ⇒ **坂井えつ子** 検索
発行：坂井えつ子とつながる小金井の会

2013年1月25日発行

介護する側も、される側も 自分らしく日々を送れる体制づくりを

少子高齢化が進む中、子育てしながらの介護や“老々介護”など課題は大きくなっています。介護する側も、される側も「自分らしく」日々を過ごせることが大切です。介護疲れからうつになる、高齢者虐待や殺害に至る事件も起きています。介護を受ける本人の意思を尊重した上で、家族に負担が集中しないための体制づくりが必要です。

小金井市でも 5人に1人がお年寄り

- *高齢化率 …19.7% (2013.1現在)
- *高齢者のいる世帯 (2010年国勢調査)
65歳以上の親族のいる世帯…26.0%
高齢者夫婦世帯数…8.2%
- 65歳以上高齢者単身世帯…8.6%

※57,613世帯に対する割合

家族介護者支援の充実を

◎交流会・講習会の委託事業

当事者が交流できる場合は、ストレス発散やつながりをつくる意味においても重要です。現在は3施設で行われていますが、市内4カ所にある各地域包括支援センターで行うなど拠点を増やし、各施設で月1回は行えるよう頻度を高める必要があります。

◎訪問事業

岩手県花巻市では、介護をしている家族を対象にした事業を行っています。実態調査で、うつ傾向がみられた家族への訪問相談事業です。小金井でもこの取組みを参考にした事業を展開しましょう。

◎ショートステイ

現在、市内4施設で対応していますが、ほとんど空きがないのが現状です。家族の負担軽減のために、ショートステイを充実していくべきです。

◎市民団体への支援

小金井市内にも家族介護者への支援をしている市民団体があります。助成金を出すなどして、協働を進めていく必要があります。

坂井のつづやき

「メンタルヘルス、当人と家族への支援を」

うつ病の方、周りにつつの人がいる方、今の社会では多いと思います。“死にたい”の真意は「生きたいのに、生きづらい。生きたいのに苦しい。生きたいけど、どうしたらいいのかわからない」にあるのではないのでしょうか。うつ病は、今の社会が産んだ病です。当人も大変ですが、家族も大変です。カウンセリングやメンタルヘルスの勉強会や家族会など、当人と家族へのケアを併せて行っていくことが大切です。

推薦します! ていねいに人と人をつないでいく坂井さんは、小金井市の「市民参加」をしっかりと考えていてくれると期待しています。
(漢人あきこ・緑町・小金井市議会議員)



市議会に新しい風を!



選挙に行こう! 3月24日は小金井市議選です

「坂井えつ子とつながる小金井の会」の政策3本柱

小金井でつながる 未来につなげる

～7世代先のことを考えたまちづくり～

1 人と人がつながる支え合いのまちづくり

- 「障がい者」も地域で暮らし働けるまち **福祉**
 - ・ 就労支援 ～市役所での雇用を拡大
 - ・ グループホームの増設
- 孤立しない介護・介護者支援
 - ・ 各地域包括支援センターで家族介護者の交流会を
 - ・ 在宅介護者への訪問事業
 - ・ 往診、訪問看護の充実を
 - ・ 「高齢者福祉のしおり」など刊行物の周知を
- 誰もが自分らしく暮らせるまち
 - ・ ジェンダーフリーな社会 ～性的マイノリティも生きやすいまち
 - ・ 小金井市外国人市民会議の開催
- 地域で見守る子育て、教育
 - ・ 子育て支援のネットワーク
 - ・ 郷土学習、環境教育の促進
- 市内にある場や情報の共有
 - ・ 空き店舗を有効活用
 - ～市民が憩える居場所づくり・若者カフェの開催など
 - ・ 市内のイベントや市からのお知らせをメール配信



2 自然とつながった共生のまちづくり

- 脱原発と被ばく防護を自治体で **環境・平和**
 - ・ 脱原発小金井宣言・市内放射能汚染MAPを作成
 - ・ 放射能ハンドブックの作成と配布
- ゼロ・ウェイスト宣言でゴミゼロ都市に
- 玉川上水・国分寺崖線(はげ)・野川の自然保護
- 環境にやさしいエコ庁舎に
- 車中心社会から、歩行者・自転車に快適なまちに
- 9条を選びとる。東アジア地域の平和を日本から発信
- ・ 平和事業の充実 ・ 平和条例の制定を

3 市政・議会を身近につなげる

民主主義

- 議会基本条例の制定でより開かれた議会に
- 4年に1度は市議会アンケート
- 市民交流センターに投票所設置で投票率UP!
- ・ 期日前投票も市民交流センターで!!

坂井えつ子 プロフィール

1980年大阪市生まれ
10歳の時、小金井市に転入
現在は桜町在住
小金井市立緑小学校
緑中学校卒業
都立小金井北高等学校卒業
日本大学法学部法律学科卒業
日本福祉教育専門学校言語聴覚療学科入学



20代後半で、在宅で親を介護する大変さを経験。
介護する側へのケアの必要性を痛感する。

「憲法9条を守り東アジアから平和な社会をつくらう」と韓国一周100日Walkに参加。

現在NPO法人びあたちばな勤務。精神障がい者と呼ばれる方達が暮らすグループホームで働く。

小金井市図書館協議会委員(2011.11～2012.10)
市民自治こがねい運営委員/みどり三多摩運営委員
緑の党結成に参加・Youthチームとしても活動中!

応援します!

私たちは心の病を抱えている方々が病院ではなく地域で暮らせるように支援している団体です。坂井さんにはグループホームという場所での生活支援を手伝って頂いています。彼女の人の、やさしさに入居者さんもとて安心して過ごしています。人が抱えている痛みや苦しみ、生きづらさを理解し、想像する力があります。自分で考えて納得が出来ないことに対しては、とことん追求される。自分で考えて行動に移すことが、当たり前のように出来る方だと思います。そんな坂井さんを私は応援します。きっと新しい風を吹かしてくれると信じています。

(NPO法人びあたちばな・戸上智郎)

さよなら原発! 街かどリレートーク

福島原発事故からもうすぐで2年。
事故を繰り返さないため、美しい地球をつないでいくためにも、まずは小金井から社会の在り方を変えていきましょう。
市民によるリレートークを行います。

【日時】 **3月3日(日)**

14:00～15:30 (雨天中止)

【場所】 JR武蔵小金井駅南口

<<主催・問い合わせ>>

坂井えつ子とつながる小金井の会

TEL.042-316-1619

!!会員募集中!! 坂井えつ子とつながる小金井の会



- 年会費：一口 2,000円
- 郵便振替口座：00130-3-652172
- 「坂井えつ子とつながる小金井の会」

カンパ大歓迎