

蕨12 広報WARABI

2015/平成27年
わらび・776

- 平成27年12月1日発行 / 発行所・蕨市役所
- <http://www.city.warabi.saitama.jp/>
- 蕨市の面積 5.11km²
- 11月1日現在人口：73,123人 前月比 +192人
男 37,203人 女 35,920人
世帯数：36,861
人口密度：14,309人/km²



沿道に向かって手を振る、今年度のミス織姫・平山知美さん



第32回中仙道蕨宿宿場まつり 沿道華やぐ「織姫道中大行列」

宿場町として栄えた歴史を今に伝える「宿場まつり」が、11月3日、中山道本町通りで開かれました。ミス織姫を中心に練り歩く「織姫道中大行列」をはじめ、今年は「エンジェルわらぶー」の着ぐるみお披露目セレモニーなどもあり、会場は15万人の人出でにぎわいました。

～今月の特集～

- 認知症を考える
- 蕨版総合戦略を策定





支えあいのリング

日時や場所の感覚がなくなる…
普通にできたことができなくなる…
今や高齢者の15%が発症している、認知症。
その対応は急務です。
今月の特集は「認知症を考える」。
まずは、ある夫婦の姿を通して、
考えてみたいと思います。

傾きだした日ざしを受け、
まちがオレンジ色に包みこま
れた、ある秋の午後。
私たちを「いらっしやい」と、
笑顔で自宅に迎えてくれたの
は松井さんご夫妻（塚越在住）
です。スポーツマンで、市の
体育指導員などを長年務めて
きた聖さん（81歳）。その姿は
至って健康そうですが、認知
症を患い、その症状が日常生
活でたびたび顔をのぞかせま
す。「社交的な人だからお客
さんが来るとうれしいんです
よ」と、優しいまなざしで夫
の横顔を見つめるヨシ子さん
（75歳）にお話を伺いました。

～ 認知症 ～

いろいろな原因で脳の細胞が壊れてしまったり、働きが悪くなったりしたため、さまざまな障害が起こり、生活をする上で支障が出ている状態のこと。厚生労働省によると、65歳以上で認知症の人は平成24年時点で15%（462万人）と推計され、37年には約20%になると予測されている。

皆さんの励ましの言葉に 心が軽くなっていくようでした

健康そのものだった夫

初めて「あれっ」と、思ったのは4年前のことでした。ゴルフに朝早く出かけた夫が、その1時間後に帰ってきたのです。「めんどくさくなくなったから」と、明らかに日頃と違う様子に胸騒ぎがした私は夫の手を取り、すぐに県内の総合病院へ。でも脳の画像を診た医師の「加齢によるものでしょう」という言葉に胸をなでおろし、家路につきました。

ただ、それからの夫は一見普通でしたが、同じことを何度と言ったり聞いたりするなど、その姿にどこか違和感を覚えずにはいられませんでした。そして、親しかった民生委員のかたや保健センターに相談し、市内のクリニックを受診することに。そこで認知症と分かりました。ある程度、心の準備ができていたものの、「健康そのものだった夫がまさか…」と、ショックでした。

増大する戸惑いと疲労

また、元来穏やかな夫が病気の影響からか、怒りっぽくなり、ときには見たこともないような形相も…。そうした変化に戸惑い、私の疲労は増すばかりでした。でも、今振り返ると、それ以上に夫自身が苦しかったはず。

そんなあるとき、旧知の仲間の集まり

で「ご主人、ぐあい悪いって聞いたけど元気そうね」というひと言。そのなにげない言葉に「今のままでは理解されない。夫にとっても、私にとっても状態を知ってもらったほうがいいのでは」と、現状を打ち明ける決意をしたのです。

周囲からの温かい言葉

夫の状況を話すと、皆さん、初めは少し驚いてはいましたが、口から出てきたのは、「な

にか困ったことがあったら言って」「実は私の家族も…。お互い様よ」といったうれしい言葉の数々。常に不安でいっぱいだった心が「すーっ」と軽くなっていくようでした。それから、夫が道に迷ってしまわないよう送迎を引き受けてくれたり、会費の支払いを忘れないよう優しく声掛けをしてくれたりと、おおぜいの人たちが手を差し伸べてくださっています。



(写真左から時計回り)朝夕の服薬を管理するヨシ子さん。脳の体操のために二人で計算ドリルに取り組むのが日課です。夫の様子を記した妻の日記

まつい ヨシ子さん

しかし、アルツハイマー型特有の症状である、直前のことを思い出せない、正しく判断できないことが増え、会話に支障を来したり、違う場所へ行ったりしてしまうことも…。

今まで築いてきた関係が とても大きな支えになっています



ハイタッチは元気の源
毎朝、市民公園で行うウォーキングでは、こんなうれしい日課もできたんですよ。
それは「笑顔のハイタッチ」。同世代の女性が夫に「松井さん、おはよう！」と声をかけると、「パチン」と軽快な音が響きます。昨年看取ったご主人が認知症だったその女性は、家族以外と触れ合うとよい刺激になることを知っているため、「少しでも役に立てれば」と、半年前から続けてくれてます。ハイタッチをすると、夫



笑顔のハイタッチ（聖さんの左の女性と）後のウォーキング

はいつもご機嫌に。その笑顔に私も穏やかな気持ちに。私たちにとって一日の元気をもらっているようです。

このまちでいっしょに

この4年間、つらいこともありましたが、でも少しずつ「聖さんは聖さんだから」と、考えられるようになってきました。これも温かく見守ってくださる皆さんや親身になって悩みを聞いてくれる人たちの支えがあったからこそ、心の整理がついてきたのだと思います。

たまに迷子になったり、同じことを繰り返したり…。それでも、ときおり見せる笑顔は昔と変わらないまま。やっぱり私の愛する夫なんです。

長年連れ添った夫と50年以上暮らすこの場所ですと手を取り合っている…。これが私の今の願いです。

必要なのは「理解」する心

取材中、ヨシ子さんの隣で終始笑顔を浮かべていた聖さん。その様子から二人の強い絆を感じました。そして「周囲の温かい手がどれだけ支えになっているか。ありがたいですね。でも、もつとつらい思



町会の皆さんと楽しむグラウンドゴルフ

いをしてる人はたくさんいるはず。もし家族だけで抱えているのであれば、声をあげてほしいですね」と、ヨシ子さんは話を結びました。今回取材にに応じてくれたのは、皆さんへ感謝の気持ちを伝えたいとともに、同じ悩みを抱える人たちへの一つの道しるべになればとの思いがありました。
住み慣れたまちでいきいきと暮らし続ける…。誰もが抱くこの願いの実現には、ご夫妻の姿を通して支え合いの必要性、また、本人やその家族が一步踏み出す勇氣を持つことのたいせえさを感じました。
そして、そのためにも認知症という病気について、より多くの人が理解を深める必要があると強く実感しました。

医師に聞く 認知症の“基本”



認知症は特別な
病気ではありません
誰でもなる可能性があります

認知症とはどのような病気なのか。家族や周囲の人はどのように接すればいいのか。市内唯一の認知症サポート医で、ふたばクリニック（中央1丁目）の熊谷久代院長にお話を聞きました。

くまがい ひさよ
熊谷 久代 院長 ふたばクリニック

認知症サポート医（※下一行参照）
精神保健指定医。蕨市保健センターで月1回
「こころの健康相談」の担当医を務めている

～認知症とは～

脳の病気により、後天的にその機能が低下し、社会生活に支障を来す状態のことをいい、誰でもなる可能性があります。主な種類は脳が萎縮する「アルツハイマー型」や「前頭側頭型」、脳細胞が損傷するため、脳細胞の働きが失われる「脳血管性」があります。

予防法としては、日頃から人と接する、軽い運動をする、バランスのよい食事をする、などが挙げられます。

～症状と対応法～

過去の記憶が抜け落ちる記憶障害、日時や場所が分からなくなる見当識障害、判断力が低下する実行機能障害といった中枢症状に加え、徘徊や人格変化、妄想、幻覚などの周辺症状が人によって出てきます。

現状では治療は難しいのですが、早めの服薬、対応により、症状や進行の緩和につなげることができます。そのためにも早めに診断を受けること

たいせつなのは「早期発見」と「適切な治療」

が重要です。少しでも異変を感じたら、主治医や医療機関に相談してください。その際には付き添いの人がいるといいでしょう。そして、診断後に注意するのが薬の管理です。家族や介護サービスの介助により、飲み過ぎ、飲み忘れのないようにしましょう。

～接し方と心構え～

本人の自尊心を尊重することが重要なので、認知症の人の言動を頭ごなしに否定せず、

肯定する気持ちを示しましょう。状態によっては周囲に相談し、理解を求めることも必要だと思います。家族以外の人と触れ合うことで刺激を受けるので、外とのつながりを持つのも大事なことです。

認知症は脳の病気の一つで、本人や家族の責任ではありません。今は無関係の人でもいずれ関わることがあると認識し、「理解」と「見守る目」を持つことが必要ではないでしょうか。

認知症自己チェックシート

～認知症かも？と思ったら要チェック！～

ほとんどない0点、ときどきある1点、たびたびある2点

- | | |
|--------------------------------|--------|
| 1 同じ話を無意識のうちに繰り返す | _____点 |
| 2 知っている人の名前が思い出せない | _____点 |
| 3 物のしまい場所を忘れる | _____点 |
| 4 漢字を忘れる | _____点 |
| 5 今しようとしていることを忘れる | _____点 |
| 6 器具の使用説明書を読むのがめんどろ | _____点 |
| 7 理由もないのに気が塞ぐ | _____点 |
| 8 身だしなみに無関心である | _____点 |
| 9 外出がおっくうだ | _____点 |
| 10 物（財布など）が見当たらないのを他人のせいにしてしまう | _____点 |

合計が0～8点＝正常、9～13点＝要注意、14点以上＝要診断です。要注意の人は家族に再チェックをしてもらったり、数か月置いて再チェックをしたりしましょう。要診断の人は、家族にも再チェックしてもらい、結果が同じならば、医療機関を受診してください。

（参考：大友式認知症予測テスト～認知症予防財団HP～）

安心して暮らせる まちへ 鍵は地域の“連携”



南町・塚越地区担当は
第二地域包括支援センター
南町2-32-20(いきいきタウン藤内)
☎290・85587

認知症の人が安心して、住み慣れた地域で暮らし続けるには、どのようにすればいいのか。
6、7ページでは、今年度から認知症地域支援推進員を務める伊東光枝看護師にお話を聞きました。



蕨市認知症地域支援推進員
伊東 光枝 看護師

認知症地域支援推進員：認知症の人への効果的な支援体制の構築とケア向上を図るための体制づくりの推進役

地域のつながりを深め
孤独と不安をなくす環境づくりを

～本人の声に耳を傾ける～

まずお伝えしたいのが、認知症の人は「困った人」ではなく、「困っている人」だということです。状態の変化に戸惑い、どうすればいいのか分からず、誰よりも苦しみ、悲しんでいる当事者なんです。だからこそ、家族や周囲の人は、本人の声や思いに優しく耳を傾け、サポートし

認知症の人への対応の心得 三つの「ない」

- 1 驚かせない
- 2 急がせない
- 3 自尊心を傷つけない

具体的な対応の7つのポイント

- 1 まずは見守る
- 2 余裕を持って対応する
- 3 声をかけるときは1人で
- 4 後ろから声をかけない
- 5 相手に視線を合わせ優しい口調で
- 6 穏やかにはっきりとした滑舌で
- 7 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

(参考：認知症サポーター養成講座標準教材)

「必要なのは「地域の力」」
認知症を進行させる要因は、「孤独」と「不安」です。この感情を抱かない環境こそが、認知症の人が安心して暮らせるまち、そして、誰もが住みやすいまちといえるでしょう。そうしたなか鍵を握るのは、地域の力です。困っている人がいたら手を差し伸べる、温かく見守る、声をかけるといった住民どうしの支え合いが

【相談窓口】

地域包括支援センターの他にも相談窓口があります。

認知症の人と家族の会(埼玉県支部)

月・火・金の午前10時～午後3時
☎048・667・5553

若年性認知症コールセンター

月～土の午前10時～午後3時
☎0800・100・2707

戸田病院認知症疾患医療センター

月～土の午前8時45分～午後5時
☎048・433・0090

【皆さんが集うサロン】

介護交流サロン

月1回(今月は16日、1月は20日)
午後1時半～くるる 詳細Ⅱ第一地域包括支援センター(☎434・6721)

介護おしゃべりサロン

毎月第4木曜日(今月は24日、1月は28日) 午後1時半～ところ・詳細Ⅱ東公民館(☎442・4052)

自由に相談やおしゃべりができます



ホッとおしゃべりサロン

毎月第1木曜日から土曜日(今月は3日、1月は9日) 午後1時半～ところ・詳細Ⅱ中央公民館(☎432・2530)

なんでも気軽に
お話ししてみませんか





いけだ
池田フサさん (97歳・北町5丁目)
よしのり あきこ
池田善紀さん・明子さん

上手に介護サービスの活用を

85歳まで近所で独り暮らしをしていた母。身の回りのことは全て行っていたのですが、同居後は環境の変化からか、できなくなってしまいました。しだいに「物を盗られた」、「金を盗られた」と言うように…。そうした状態が続き、ケアマネジャーに相談して思い切ってデイサービスを利用することにしました。すると、規則正しい生活と外からの刺激を受けたためか、落ち着いた状態へ。今では週6回、デイサービスを利用しています。もしもあのまま、家族だけで解決をしようとしたら、私たちが参ってしまったかもしれません。家族だけで抱え込まず、上手に公的サービスを利用しながら、介護を続けていくのは一つの手だと思います。

(明子さんのお話)



デイサービスで笑顔を見せるフサさん

錦町・北町・中央地区担当は
第一地域包括支援センター

錦町3-3-27(総合社会福祉センター内)

☎434・6721



必要となります。皆さんには認知症が人ごとではないと認識し、正しい知識を持つことから始めてほしいですね。

各機関の連携の推進を

ただ、家族や近所だけで問題を解決できないときは、専門的な職員がいる地域包括支援センターにご相談ください。状況によって各機関や地域の人と連携し、必要な支援を行います。特に家族だけで抱え込むと孤立し、前向きな解決が難しくなる場合もあります。そのためにも周囲に打ち明けて支援をしてもらったり、介護サービスを利用したりして、負担を軽減させることも重要です。本人や家族が

ご利用ください 蕨市認知症安心ガイドブック



認知症に関することや支援体制をまとめました。市役所や公民館、市内医療機関などにあります。詳細＝介護保険室(☎433・7756)

安心して生活を送るためには、長期的な支援が必要でしょう。今後、高齢化が進み、市内に認知症の人が増えていくなか、地域のつながりを深め、医療・介護・行政と連携し、それぞれの役割を果たすことが、誰もが住みやすいまちの実現につながるはずですよ。

上手に活用！介護サービス

住み慣れた地域で生活できるよう主な介護サービスを紹介します。

〈在宅サービス〉

訪問介護(左写真)・訪問看護・訪問リハビリ・訪問入浴介護・通所介護・通所リハビリ・短期入所生活介護・短期入所療養介護などがあります。



サービス回数は介護度によって異なります(写真はイメージ)

〈地域密着型サービス〉

認知症対応型共同生活介護(左写真)・認知症対応型通所介護・小規模多機能型居宅介護などがあります。



だんらんを楽しむ入所者たち(グループホーム わらびの郷)

※サービスの利用には「介護や介護予防が必要」と認定されることが必要です。手続きは次のとおり。①申請 ②調査・医師の意見書 ③認定 ④ケアプラン作成 ⑤サービス開始
詳細＝介護保険室(☎433・7835)

※市内では、高齢者などの見守り活動を蕨市社会福祉協議会、蕨市民生委員・児童委員協議会連合会などが関係機関と連携して行っています

お互い様の心で 身近な“応援者”に

自分にできることはなにか、そう考えたときが行動を起こすチャンスです。8ページでは、蕨市社会福祉協議会の高橋良知会長のお話や市民の声などを紹介します。



蕨市社会福祉協議会
たかはし りょうち
高橋 良知 会長

挨拶やちょっとした気遣いなど
大事なのは小さな行動の積み重ねです

んだな』と、手を引いて帰る、そうした輪が更に広がると思います。そして最後に「支え合い」といっても難しく考えず、お互いの気持ちを少し意識するだけでいいと思います。挨拶やちょっとした気遣いなど、今の自分にできることだけでもいいでしょう。そうした小さな行動の積み重ねこそが、地域を安心感で包み、暮らしやすくしていくのだと思います」と話を結びました。

「向こう三軒両隣、いいですがちょっとした声掛けや相手の話に耳を傾けるといったことが地域の中でたいせつではないでしょうか」と、話す高橋良知さん（塚越在住）。蕨市社会福祉協議会の会長であり、長年民生委員を務めてきた経験から、支え合いの必要性を深く理解しています。蕨市の高齢化率は22・8％。今後も高齢化が進むなか、「認知症の人を地域でどう支え合っていくかは課題の一つです。そのためにも、やはり顔の見える地域づくりが欠かせません。認知症の人が徘徊していたら、『あの家のおばあちゃん

お芝居で伝える 地域の支え合い



今月8日に開催！認知症サポーター養成講座

※参加者にはオレンジリングを差し上げます

今できること！認知症への理解を
深められる講座があります

認知症サポーター養成講座

認知症の人やその家族を温かく見守る応援者「認知症サポーター」になりませんか。認知症に関する知識やその人への接し方を学べます。

とき＝12月8日（火） 午後2時～3時半

ところ＝中央公民館 先着50人

申し込み＝介護保険室（☎433・7756）

講座では認知症への理解を深めるため、市民による寸劇が行われます。6回目の今回のテーマは「地域の支え合い」。メンバーは「認知症は人ごとではない。高齢者が住み慣れたまちで暮らしていくには、地域の協力が必要です。少しでも役に立てればとの思いで続けています。ぜひお越しください」と、意気込みを話してくれました。

写真左から大淵道子さん（お嫁さん役）・佐々木厚子さん（認知症のタツさん役）
下村真由美さん（タツさんの友達役）・萩原敏子さん（民生委員役）

～市民の声～



中央3丁目・66歳
たなか とうきち
田中 登吉さん

姉が認知症を思った経験から家族や地域との触れ合いが大事だと感じています。こうした課題に、いつ誰が直面するか分かりません。人ごとだと思わず正しい知識を深めたいですね。



錦町1丁目・50歳
さかもと
坂本 さゆりさん

認知症の家族の介護をしていましたが、サポーター養成講座で、見つめ直すことができました。介護を一人で抱え込まないこと、また周囲は温かく見守ること、これがたいせつです。



南町2丁目・36歳
はなの きたくみ
花ノ木 拓真さん

製薬会社に勤めていることもあり、認知症への関心を持っています。全国的に高齢化が進むなか、制度の面も含め、国全体でフォローできる環境づくりが進むよう期待しています。

誰もが暮らしやすいまち

原点は地域の触れ合い



今回の取材を通して、さまざまな立場の人たちにお話を伺うことができました。

認知症と向き合い、模索しながら歩み続けている本人やその家族。一方、介護現場の最前線で奮闘している専門職の人たち。皆さん、懸命に前を向いて進んでいます。

しかし、認知症に限らず、介護の問題はきれいなことや美談だけではありません。むしろ厳しい現状こそがその本質です。家族が認知症だと分かり、それを受け入れられない悲しみ…。献身的に尽くしても思いが伝わらない苛立ち…。それまで想像していなかったことが自身に降りかかり、苦しみ、感情的になり、ときには距離を置きたくなることもあるでしょう。

こうした本人やその家族にしか分からない悩みに対して、他の人ができることは限られているかもしれません。

しかし、周囲の人が「理解する心」「共感する心」を持ち、寄り添うことが、苦しみを抱えている人たちにとって、いつしか、心の支えになっていくのではないのでしょうか。

「皆さんのお気遣いには、ほんとうに助けられています。そうした支えがあるからこそ、今も夫は趣味や外出を楽しみることができずし、私も前向きな気持ちになれます」。松井ヨシ子さんがインタビューで話してくれた言葉です。

今後高齢化が進み、多くの人が直面するであろう認知症の問題。乗り越えるためにも、地域の役割はいっそう大きくなっていきます。その上でたいせつなのは、より多くの人が正しい知識を持ち、本人やその家族が暮らしやすい環境とともに、近隣どうしで「どうしましたか」「実はこんなことがあって」と言える関係をつくることではないでしょうか。一人ひとりの力は僅かでも、そうした思いやりや気遣いの一つひとつがつながり、やがて支え合いの輪になって広がっていくはず。す。「こんにちは。元気そうですかね」「ありがとう」。そんなひと言から、認知症の人だけでなく、子育て中の人、人間関係で悩みを抱えている人、全ての人に優しいまちづくりが、きっと始まるはず。

自由な発想と遊びが 生きる根っこに

特集：みんなの冒険あそび場

日本一の過密都市・蔵で、子どもたちが自然に触れ合いながら、たっぷりと五感を使って遊べる場所をご存じですか。ここは「冒険あそび場」(主催=どろんこの王様)。好奇心をくすぐるたくさんの材料がざっしりです。

外遊びを考える会「どろんこの王様」

子どもたちの外遊びが減少しているなか、思い切り遊べる環境をつくりたいと、平成18年に結成された団体(新妻朋子^{にいづまともこ}代表)です。西公民館との共催事業として錦町ちびこ広場No34(錦町6-2)を会場に、毎月、「プレーパーク」と「けころぼーく」(お知らせ版12頁)を開催しています。



②



③



④



⑤



①

①季節限定!!落ち葉のプールでみんな大はしゃぎ ②一等賞は誰だ!?廃材に乗ってよ〜いどん ③ゆらゆらして気持ちいいね。手作りの大型ハンモックで一休み ④パパもいっしょに木工作。好きなおもちゃも作れるよ ⑤汚れたってだいじょうぶ!泥んこになった分だけ大きくなろう

決まりなんてなし!
いっしょに遊ぼうよ



ここは、錦町6丁目のちびっこ広場No.34。月に2回、子どもたちが、自由な発想で、思いっ切り体を動かせる「冒険あそび場」に変身します。大きなタイヤのブランコ、うんていに掛けられたチューブやハンモック。まるで秘密基地のような空間に、子どもたちは胸をときめかせます。廃材だってここでは立派な遊び道具に様変わり。自然はいつもみんなの先生で、乾いた落ち葉の感触や、穴を掘った

たときの土の匂い、木登りではそれぞれの木肌の違いを覚えてくれます。おながが鳴ったら火を起こして、焼き芋やべっこう飴づくりにも挑戦です。そして、家に帰る頃にはみんな泥んこにー。こうした一つひとつの瞬間が、子どもたちの宝物になっていきます。運営する皆さんのモットーは、「自分の責任で自由に遊ぶ」こと。子どもたちがいきいきと遊べるこの場所を、地域で見守り続けていきたいですね。



子どもたちを見守るスタッフの皆さん



切れ目のない施策の展開で出生率の向上と子育て世代の定住促進を進めます（写真はイメージ）

出生率向上と子育て世代の定住促進へ 『蕨版総合戦略を策定』

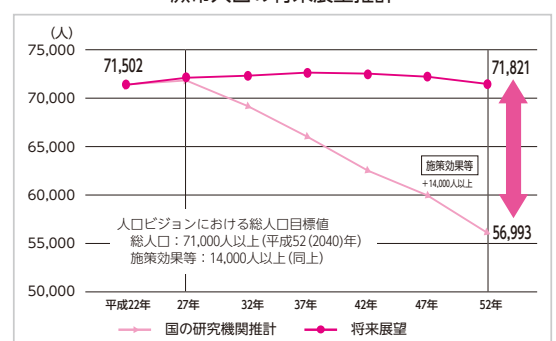
市では、急速な少子高齢化の進展や人口減少社会に対応し、持続可能な都市として発展し続けるため、この度「蕨市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定しました。ここ12、13ページではその概要について紹介します。

将来ビジョンを基本とし
構成する「蕨版総合戦略」

日本は現在、超高齢化・人口減少社会に直面しています。そうしたなか、国は人口減少を克服するため、「まち・ひと・しごと創生長期ビジョン」と、それを踏まえ、具体的な施策をまとめた「まち・ひと・しごと創生総合戦略」を昨年12月の閣議で決定しました。

地方自治体においても、個性的で魅力的な地域づくりが求められており、蕨市では現在、人口が微増傾向にあるものの、今後も持続可能な都市として発展し続けるために、その対応として、「蕨市まち・ひと・しごと創生総合戦略」（以下「蕨版総合戦略」）を10月に策定しました。「蕨版総合戦略」は、同じくこの度策定した「蕨市まち・ひと・しごと創生人口ビジョン」で掲げた、平成52年（2040）の人口目標値である7万1000人以上（右下グラフ）を踏まえ、市民意識調査や市民懇談会などの意見をいただきながら、市の最上位計画「コンパクトシティ蕨」将来ビジョンを基本とし、構成しています（13ページ図）。

蕨市人口の将来展望推計



現在の人口維持に向けて
切れ目のない施策を展開

「蕨版総合戦略」では、蕨市が国、県、近隣市よりも出生率が低いことや、若い世代の転入が多い半面、結婚・出産・子育て期になると、市外に転出する傾向が見られるといった課題を抱えていることから、現在の人口維持を目指していく上で、「子どもを産み育てやすい環境づくり」と「子ども・子育て世代の定住を促す環境づくり」の更なる充実を図っていきます。

具体的には妊娠・出産・子育てに対する切れ目のない支援の充実による「出生率の向

～蕨版総合戦略の構成図～

「蕨版総合戦略」は、市の最上位計画である「コンパクトシティ蕨」将来ビジョンを基本とし、「国の総合戦略」等に合致した方向性や施策の柱を抽出し、具体的施策などを加えて策定しました。

国総合戦略

「コンパクトシティ蕨」将来ビジョン

課題

- ①子どもを産み育てやすい環境づくり
- ②子ども・子育て世代の定住を促す環境づくり

まちづくりの理念

みんなで未来の蕨を創る

まちの将来像

安心とにぎわい みんなに愛あつたかい 日本一のコンパクトシティ蕨

基本目標Ⅰ 安全で安心して暮らせるまち

(1) ほっとわらび！安全安心プロジェクト

基本目標Ⅱ 豊かな個性を育み子どもたちの未来輝くまち

(2) キラリわらび！子ども未来プロジェクト

基本目標Ⅲ みんなに愛あつたかく健康に生活できるまち

(3) イキイキわらび！健康密度日本一プロジェクト

基本目標Ⅳ にぎわいと活力、市民文化と歴史がとけあう元気なまち

(4) ワクワクわらび！にぎわい創出プロジェクト

基本目標Ⅴ 快適で過ごしやすく環境にやさしいまち

(5) 住マイルわらび！暮らし快適プロジェクト

基本目標Ⅵ 一人ひとりの心でつなぐ笑顔あふれるまち

(6) わがまちわらび！市民が主役プロジェクト

蕨市まち・ひと・しごと創生総合戦略
(蕨版総合戦略)

※蕨版総合戦略の詳細は市ホームページをご参照ください。

上」と「子育て世代の定住促進」があげられます。
各事業として、「出生率の向上」に関しては、不妊治療への支援や父子手帳の配布、ぶらっとわらびの妊婦無料化のほか、マタニティ音楽鑑賞会などの事業を展開していきます。
一方、「子育て世代の定住促進」に関しては、既に実施している多子世帯への保育料軽減措置や三世代ふれあい家族住宅取得支援事業に加え、認可保育園や学童保育室の更

なる増設などを掲げています。こうした取り組みに加え、更なるにぎわい創出と魅力を発信していくために、蕨ブランド戦略やシティプロモーションの推進に加え、創業支援体制の強化や女性がいきいきと輝ける環境づくりを進めていきます。
**計画の推進期間は5年間
検証を重ねて事業を実施**
計画は、27年度から5年間です。その間、各基本目標に

数値目標を、各施策に重要業績評価指標を置き、達成状況を踏まえ検証を重ね、施策や事業の拡充・維持・縮減などに反映していきます。なお、検証は外部有識者等を含めた推進組織で行い、その妥当性や客観性を確保していきます。蕨市では今後、人口減少社会への対応に向け、こうした施策を着実に展開し、魅力あるまちづくりを進めていきます。
問い合わせ 政策企画室（☎433・7698）

市政にひとこと Voice

市民の皆さんにお聞きました



子育て支援の
更なる充実を

まつもと
松本 みのりさん
錦町1丁目・39歳



特徴生かして
事業の推進を

たかた ゆういちろう
高田 雄一郎さん
中央4丁目・32歳



施策とPRで
若い世帯増を

やまうち いすず
山内 五十鈴さん
塚越5丁目・60歳

現在、少子化が進んでいますが、環境や条件が整えば、2人目や3人目の子を望む人も多いと思います。そうしたなか、認可保育園や学童保育室の増設は、子育てをする親にとって朗報ですね。蕨で子育てをして6年。歩いて行ける距離に公共施設もあって、利便性の高さを感じています。今後も更なる施策の充実を期待しています。

住宅を購入し、10か月前に他市から越してきました。都心に近く、公共施設等も身近にあり、住みやすさを実感しています。今後もまちの特徴を生かしながら、子育てしやすい環境づくりを進めていけば、それが魅力の一つになると思います。どの自治体も財政は厳しいと思いますが、メリハリのある行政運営を行ってほしいですね。

蕨は交通の便がよいですし、住民どうしの活動も活発で住みやすいまちだと感じています。ただ、都心に近い分、住宅価格が高いといった面もあるので、新しくできた子育て世代への住宅補助制度は購入の動機づけにもなると思います。若い世帯が多いと、まちは活気づきます。蕨のよさを市内外にどんどんPRしてほしいですね。

私たちが暮らす もう一つの家

12月3日～9日は障害者週間



家族やスタッフの皆さんとともに

—紙ふうせん DATA—

市有地を活用し、特定非営利活動法人障害者の自立を考えるあしたの会が運営する障害者グループホーム。現在、藤にゆかりの深い6人が共同生活を送る、「住み慣れた地域での暮らし」を実現する施設。

- 概要／入居者用居室6部屋、ショートステイ用居室2部屋

錦

町にたたずむ一軒家。室内からは楽しそうな

笑い声が聞こえてきます。ここは障害者グループホーム「紙ふうせん」。知的障害のある皆さんが、今年4月から暮らしている新しいお家です。

一つの屋根の下で共同生活を送っている6人は、日中はそれぞれの仕事や生活訓練へ。異なる舞台で奮闘しています。

親元を離れてのこの8か月間には、寂しいときや悲しいときもあったかもしれませんが、でも、笑いあり、涙あり。そうした時間を共有するうち、いつしかもう一つの居場所、そして家族が出来たのです。

「おもちゃの紙風船は壊れやすいように見えるけれど、なかなか破れない。皆さんにも強くしなやかな人でいてほしいんです」と、施設長の尾崎節子さん。また、保護者からは「娘が成長した気がします」「以前よりも明るくなったんですよ」といった声も聞こえてきます。そんな優しい思いに見守られながら、ここにはいつも笑顔が広がっています。



紙ふうせんでの一日 ～里子さんの場合～

- ①午前8時半、身支度を済ませ、
今日も元気に「いってきます～す！」
- ②勤務先の「パン工房いちよう」
では、ピザパン作りの担当です
- ③午後3時半頃に帰宅。仲よしの
雅さんとの心温まるひととき
- ④できることは自分でやりまし
ょう。食後はきちんとお片づけ



ここにも分かり合える 家族がいる

ドアを開けた瞬間、温かい雰囲気包まれる私たちの家。
「ただいま」、「ありがとう」、「いただきます」、「おやすみ」—
そんなあたりまえの言葉を繰り返す日常が心地よい空間です。
お父さん、お母さん、きょうだい、紙ふうせんのスタッフ、
そしていっしょに暮らす5人。家族がいっぱいでうれしいな。





レポート そこが知りたい

〈112〉

市民意識調査の結果まとまる

市民の皆さんからご意見を伺い、今後のまちづくりに生かしていこうと、市では毎年、市民意識調査を実施しています。この度、その結果がまとまりましたので、「まちへの愛着」や「永住意識」など、主な調査項目の結果についてご紹介します。

して調査票を送付。そのうち850人からご回答をいただきました（右下囲み参照）。全34項目のうち、その結果の主な内容は次のとおりです。

まず、左下囲みのとおり、「まちへの愛着」について、「感じている」と答えた人は69%と、高い水準となっています。その理由としては、「買い物など生活に便利だから」が1位でした。

また、「永住意識」についても、これからも「住みたいと思う」が59.2%となったことから、多くのかたが愛着と満足を感じながら蔵で暮らししていることがうかがえます。

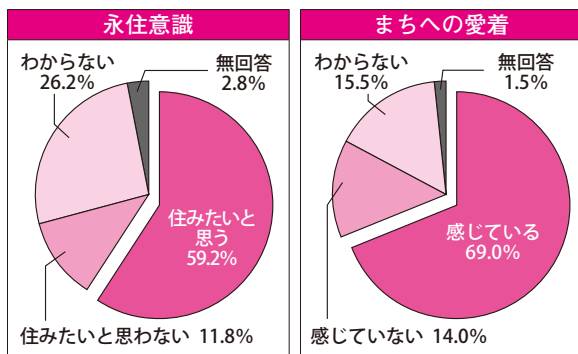
暮らしに便利な蔵に約7割が愛着を感じる

皆さんのご意見を市政に生かそうと、毎年実施している市民意識調査。

今年度は、公共施設を最適な状態で運営、維持していくために、今後の公共施設のあり方などについて、7つの設問を追加しました。それに伴い、対象者を例年の1000人から2000人に増や

安全安心の分野への期待・関心が高まる

次に、市の重点施策について、36項目それぞれ



重点施策	
満足度	重要度
1位 消防・救急体制	1位 消防・救急体制
2位 防災対策	2位 防犯対策
3位 コミュニティバスなどの公共交通の充実	3位 防災対策
4位 公園緑地の整備、身近な緑と花の充実	4位 学校教育の充実
5位 地域コミュニティ・市民活動の活性化	5位 財政の健全化

の「重要度」と「満足度」をお聞きしました。「重要度」では、1位が「消防・救急体制」、2位が「防犯対策」、3位が「防災対策」と、安全安心に関する分野に関心が集まっていることが分かります。また、「満足度」では、1位が「消防・救急体制」、2位が「防災対策」、3位が「コミュニティバスなどの公共交通の充実」でした。続いて、新たに加わった公共施設等に関する項目をご紹介します。「老朽化などが全国的に課題になっていること」について伺ったところ、「詳しく知っていた」と「ある

平成27年度市民意識調査

調査期間：平成27年8月
 主な調査内容：◎まちへの愛着
 ◎永住意識 ◎まちづくり
 ◎重点施策
 ◎今後の公共施設のあり方などについて 全34項目
 対象：市内在住の20歳以上の男女2,000人（無作為抽出）
 回収率：42.5%（850人）

程度は知っていた」が合わせて60%となりました。また、「今後、維持・整備していく上で重視すべきもの」については、「防災機能などの安全性」が40.3%、「維持管理、運営の効率化」が21.3%という結果でした。

市民の皆さんの声が愛されるまちの礎に

市では、これらの調査結果を今後の市政運営の参考にしながら、誰もが住み続けたいと思えるまちを目指して、各施策の更なる充実を図っていきたいと考えています。

なお、今回の調査結果は、市役所1階市民活動推進室や各公民館、図書館のほか、市ホームページでも御覧いただけます。

問い合わせ＝政策企画室（☎433・7698）

情報ダイヤル

掲載は無料。申し込みは秘書広報課（☎433・7703）へ。

（譲ります）

石油ファンヒーター 高さ45センチ×横幅40センチ×奥行30センチ 価格応相談 灯油缶付き 取りに来てくれる人へ宮本・☎080・1224・3894

（見に来ませんか）

子どもミュージカルラビコ 新春公演「薔薇の王子」 1月17日 1回目 午後1時 2回目 午後3時半 東公民館へ永沼・☎452・8143

（仲間にならませんか）

ねこのみ（市民交流・談話） 月1回 正午 市内 500円へ北田・☎432・8501

和楽備ラジオ体操練習の会 月・水・金曜日 午前6時15分 火・木曜日（男性のみ） 午前7時 城址公園へ平田・☎090・3131・9399

蔵北町サッカースポーツ少年団 土・日曜日・祝日 北小学校 月1500円 2000円（未就学児は年間1000円） 年中・小学生へ小泉・☎090・4948・5936

南園基クラブ 火曜日 午前9時半 南公民館 無料へ井上・☎442・0259

楊名時（太極拳） 土曜日 午後2時半 蔵駅東口駅前ラ・セーヌビル 月4500円へ浦島・☎224・5915

平成27年台風第21号と那国町災害に伴う義援金 65,996円を被災地へ送金 問い合わせ＝庶務課（☎433・7705）

一着ぐるみで新登場ー

エンジェルわらぶー!!

THE ALFEEの高見沢俊彦さんがデザイン



蕨市のマスコットキャラクター「エンジェルわらぶー」の着ぐるみが、11月3日の宿場まつりで初披露されました。平成21年度の市制施行50周年を記念して、蕨市出身で「THE ALFEE」の高見沢俊彦さん(ミュージシャン)が、いつまでも皆さんが安全に幸福に暮らせることを願う「しあわせのねむりブタ」としてデザインした同キャラクター。そのかわいらしい姿に、子どもから大人まで大人気でした。今後は催しなどに登場し、蕨の魅力をPRしていきます。



お披露目セレモニーでは市内のゆるキャラが大集合!

「エンジェルわらぶー」の周りはあっという間に人だかり



ワラビーも新しくなりました!!

皆さんおなじみ、「ワラビー」の着ぐるみも、この度、リニューアル。以前よりも背が低く、丸くなっていっそう愛らしさが増えました。引き続き、応援よろしくをお願いします。



市民の皆さんの健康づくりを応援する「わらび健康まつり」と「歯ッピーわらび」が、11月1日に市民体育館で同時開催されました。会場は各種測定や相談会、体験コーナー、講演会などで大盛況。訪れた956人にとって、生活習慣を見直すよい機会となりました。

市の文化功労者に贈られる「けやき文化賞」の表彰式が、11月3日に市民会館で開かれました。受賞者の児玉信さん(北町在住)は伝統芸能研究家・邦楽プロデューサーで、市内でも、多数の伝統芸能事業の企画・制作を手がけるなど、市民文化の向上に尽力されています。

11月12日、松原会館で市内そば組合加盟店や蕨市社協錦町支部などの協力の下、今年も「善意のおそばプレゼント」が開かれました。60歳以上の市民にてんぶらそばがふるまわれるこの催し。訪れた皆さんは計250食のおそばを堪能し、心も体も温まっていました。

11月20日と21日、中央公民館で「園芸品評会」が開かれました。市内の農家のかたが丹精こめて育てた182点を出品。訪れた150人は、最優秀の県知事賞に選ばれた野崎清蔵さんのサトイモなどを目にし、農家の皆さんの思いや努力に触れるよい機会となりました。

11月22日、23日に「第1回蕨市民音楽祭」が開かれました。参加者111人が、蕨市音楽家協会の皆さんによる指導の下、初日に市内各地で合唱・合奏の練習を実施。翌日には市民会館で486人を前にその成果を披露し、地域ぐるみで音楽に親しんだ2日間となりました。

健康意識を高める催し



児玉氏がけやき賞を受賞



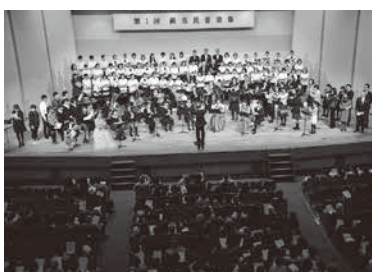
温かそばで伝わる善意



自慢の農作物が大集合



市民主役の音楽の祭典



- ▼ABCキッズ(幼児英会話) 月3回水曜日 午前10時 中央公民館か旭町公民館 月2300円 未就園児入野上・ ☎090・4622・3864
- ▼日本語ボランティアわらび 中央 火曜日午後1時半 水曜日午後2時 中央公民館 月2000円/新保・ ☎090・1811・1636
- ▼困炉裏の会(日本の昔話の伝承) 第2木曜日 午後1時半 下蕨公民館 年2000円 1月から活動開始/小谷地・ ☎41・3293
- ▼合気道無為会 月・木曜日 午後7時 土曜日午前11時 市民体育館か第二中学校 月2000円/壺内・ ☎41・1072
- ▼(参加しませんが)「柴又七福神と寅さん記念館」参加者説明会 12日 午後3時 わらびネットワークステーション/日帰り旅倶楽部・岩本・ ☎090・3431・4295
- ▼ダンスパーティー 2日 9日 16日 午後1時 くるる 499円/大塚 ☎41・7373
- ▼セピア・火曜会ダンスパーティー 8日 19日 午後1時 15分 くるる 600円/貫井・ ☎080・5401・1753
- ▼(ご相談ください) 蕨断酒会(酒害相談) 1日 中央公民館 11日 南公民館 17日 旭町公民館 午後7時 語り合いの場/円浄・ ☎090・2522・8688

出火リスクの高まる冬 心のサイレンで 防火意識の向上を

最悪の場合には、尊い命まで奪う火災。特にこの季節は、空気が乾燥し、そのリスクが高まっています。火災予防には火気の正しい取り扱いはもちろん、なによりも欠かせないのが皆さんの心がけです。もう一度、防火について確認してみませんか。

親と子の ニュースの 小窓



県下一斉火災予防PRの様子(先月9日)

危機意識を欠かさず日頃の火災予防を

フラビ 消防士さんこんにちは。なにしてるの？
隊員 火災予防の啓発活動を行っているんだよ。
お母さん 冬は乾燥していて、火災が大きくなりやすいって聞くわ。
隊員 はい。いっそうの心がけがたいせつです。
お母さん そういえば、この前、イトーヨーカド

1 錦町店で、小学生の防火ポスターが貼り出されていたわね。
隊員 先月9日から15日まで、入選作品30点(下囲み)を展示しました。
フラビ そうなんだ。
隊員 初日には消防車両の展示や、蕨防火協会(山口武義会長)とちらしの配布も実施しました。

忘れずに！住宅用火災警報器の点検を

お母さん ところで、家庭でできる火災予防対策はなにかありますか？
隊員 火の元に注意するのはもちろんですが、この時期は暖房の使用方法にも注意が必要です。
フラビ うちは、カーテンの近くにストーブを置かないようにしてるよ。
隊員 よい心がけですね。では、万一の際に、逃げ遅れを防ぐ住宅用火災警報器は設置していますか？
お母さん 寝室と寝室のある階段への設置が義務付けられているのよね。
隊員 はい。気をつけて

いただきたいのは、電池切れや故障などです。
フラビ 電池切れ？
隊員 乾電池タイプの物は電池切れにご注意ください。また、警報器は機種ごとに交換期限が定められています。本体にある表示をご確認ください。
フラビ 確かめなきゃ。
隊員 1か月に1回程度の定期点検もお願いしますね。点検ボタンや引きひもを使用した動作確認ができますので、説明書などでお確かめください。

問い合わせ〓消防本部
予防課(☎441・0174)

高学年の部(215点)

金賞
西小6年
飯島紅桜さん



銀賞
北小4年
かわもと なつめ 河本 夏芽さん



銅賞
中央小4年
伊藤捺華さん

低学年の部(67点)

金賞
中央東小2年
にしお ほのか 西尾 帆加さん



銀賞
塚越小3年
寺園叶舵さん



銅賞
西小1年
たかなし りお 高梨 理央さん

【消防長賞】
鶴田綺奈さん(北小4年)
【防火協会長賞】
原田真生さん(北小4年)
※ほか佳作10作品

【消防長賞】
篠崎航太さん(東小3年)
【防火協会長賞】
沼田花織さん(東小1年)
※ほか佳作10作品

ほっと・エッセイ 84

蕨市とエルドラド郡が 姉妹都市締結40周年

市長 頼高英雄



今年、蕨市とアメリカ・エルドラド郡の姉妹都市締結40周年を迎え、10月末、エルドラド郡から、ヴィアキャンブ郡議会議長や郡庁所在地であるプラサビルのボレリー市長をはじめ、38名の訪問団が蕨を訪問されました。

物を行いました。また、着物を着ての宿場まつり大行列への参加や小学校訪問など、蕨の歴史や文化に触れ、大いに喜んでいただくことができました。私は、こうした国や文化の違いを越えた交流こそ世界平和の礎であり、今回の交流を通じて、両市郡の友情と信頼を更に深く確かなものにするこ



10月31日の記念式典

市民と市長の面会日

面会日は毎月第1木曜日。今月は3日です。1月は7日です。時間は午後1時～5時を予定しています。

ご希望のかたは秘書広報課(☎433・7701)へご連絡を。



変身！ヘチマがたわしに!? 子どもクラブ さつき保育園

たわしを手に、砂場で使うテールやおもちゃの汚れを「ごしごし」と落としていく子どもたち。先月4日、さつき保育園の5歳児クラスによるお掃除の様子です。23人全員が握りしめていたたわしは、実はみんなで苗を植え、育てた15本のヘチマから作った物なんです。初めは不慣れな手つきでしたが、「しっかりとするときれいになるね」と、しだいに夢中になっていました。1時間後、ぴかぴかになったおもちゃを前に満足げな表情を見せる子どもたち。これでまた、思い切り遊ぶことができますね。

「3歳になり、なんでも挑戦するようになった遥真。最近是一人で着替えられたり、お手伝いをしてくれたり、その成長ぶりに喜びを感じています。10月に保育園へ入園したばかりですが、すぐに溶け込んでくれたよう

で、『青虫はおなががべつこぺこ〜』など、教わった歌を披露してくれるんですよ。今日はなにを覚えてくるのか、毎日楽しみにしています。そんな遥真には、ずっとまっすぐで優しい子でいてほしいな」と、母親の悠季さん。



わが家のアイドル

はるま 遥真ちゃん
(3歳3か月)

こいけ みつ 小池 光貴さん
ゆうき 悠季さんの

長男

北町1丁目

—524—

蕨市で健康アップ

蕨市では健康寿命の延伸と健康密度も日本一のまちを目指して、さまざまな取り組みがされているのをご存じですか。

かるた DE ヘルスケア



蕨市立病院
柴田 優子 医師

市内各所で内科、歯科、栄養、子育て、心の健康など、健康をテーマとして随時たくさんの方の講演会や参加型の催しが開催されています。今年の夏には、健康長寿埼玉モデルプロジェクトの一環として「わらび健康アップステーション」も開設されました。このような自治体の催しをきっかけとして、ベストコンディションを見つけていくのもよいですね。

柴田医師の健康増進外来は木曜日午後。詳細は市立病院ホームページでご確認を



これまでの活動を振り返る内田さん

輝いています

ひと

蔵市青少年相談員協議会会長

うち だ ゆ か
内田 有香 さん

子どもたちの成長とともに

今年、発足50周年の節目の年を迎えた蔵市青少年相談員協議会。「子どもたちといっしょに成長していきたいですね」と、語るのは同協議会15代会長の内田有香さん（23歳・中央5丁目）。昨年、会長に拔擢され、9人の相談員とともに活動を支えています。地域の身近な「お兄さん」、「お姉さん」となり、遊びや集団活動を通じて、子どもたちの健全育成の手助けを行う青少年相談員。小学生の頃に同会が主催する活動に参加していた内田さん。学校や学年も異なる友達と過ごした楽しい思い出とともに、鮮明に覚えているのが、傍らで優しく接してくれた相談員の皆さんで

した。その姿に強い憧れを抱き、委嘱年齢の18歳に達すると、すぐに活動を始めました。年6回の事業では、クラフト体験や地域行事への参加、サマーキャンプなど、さまざまな催しを企画。「経験を共有することや、人と関わる喜びを感じてほしい」と、保育士として働く経験も生かしながら、「子どもの目線」をたいていせつに、一から計画づくりに取り組んでいます。そんな内田さんのモットーは「自身自身が楽しむこと」。いつも笑顔を保ち、子どもたちを引っ張る姿勢は、先輩相談員の背中から学んだものです。一方で、安全面や時間の制約、更には、仕事との両立に悩むこともあるという内田さん。月1回の会議では、相談員どうし、本音で意見をぶつけ合うことも。でも、「これも熱意の裏返し。信頼関係にもつながっているんです」と、活動の充実に力を注いでいます。「活動ができるのは、仲間や地域の皆さんの支えのおかげ。そして、なにより参加してくれる子どもたちの存在があるからです」と語る内田さん。50年の歴史を未来へ紡いでいく責任と幸せを胸に、この先も子どもたちと歩み続けます。

紹介します！皆さんの市民活動

キラリ!!
みんなの力

～刀禅蔵同好会～

メッセージ



こよう しげお さん
小用 茂夫 さん

蔵生まれで今や世界へ
広がる刀禅と交流の輪

「刀禅」という言葉を初めて目にするかたが多いのではないのでしょうか。実は私が考案した蔵生まれの鍛錬法で、ヨガやピラティスと同じように、体を動かすことで心身の機能を高めるボディーワークの一つです。立つ、歩くなどの日常の所作を見直し、最善の状態を維持することで、身体能力の向上を図ります。現在、北は青森県から南は広島県まで、全国各地に同好会が



基本の構えを披露する皆さん

このコラムでは、わらびネットワークステーション（☎45・7256）の市民活動登録団体を紹介しています。

ありますが、本拠地の蔵では、毎週土曜日の午後3時から、市民体育館で活動しています。主に行っているのが、三体式という手のひらを突き出した構えや2人1組で木刀を合わせて歩く、一線行などの練習です。足の置き方や運び方に基準を設けることで、身のこなしや体の安定感を増していきます。刀禅には試合や競争はありません。会員どうしで姿勢や動作を正しい合点から切磋琢磨しています。蔵発祥の刀禅は、会員を通じて、日本だけでなく世界各地にも広がっています。興味のあるかたは小用（@kouhoun_m@yahoo.co.jp）までご連絡ください。