

5月12日は民生委員・児童委員の日

いつでも気軽に



東京都民生委員・児童委員のキャラクター(ミンジー)

# あなたの身近な相談役 民生委員・児童委員

民生委員・児童委員を知っていますか？皆さんからの困り事や心配事を聞いて、助けてくれる人や場所を紹介する頼れる地域の相談役です。その悩み、一人で抱え込まないで、まずは気軽に相談してみませんか？

## 民生委員・児童委員って？

民生委員・児童委員は、法律に基づいて国から委嘱されたボランティアです。

各委員には担当地域があり、地域の皆さんからの困り事や心配事を聞いて、助けてくれる人や場所を紹介するパイプ役です。

地域の住民でもある民生委員・児童委員は、住民と日頃から関わり地域住民に寄り添いながら活動をしています。相談された方の秘密は必ず守ります。

## 民生委員・児童委員の活動イメージ



小川 時雄さん(民生委員・児童委員 第2地区会長)

## 民生委員・児童委員に聞きました



中村 悦子さん(民生委員・児童委員 第5地区会長)

### － 始めたきっかけは

始める前までは、小・中学校のPTA役員を務めたり、消防団などの地域活動をしていました。そのような中、声を掛けていただき、お手伝いできればと思い引き受けました。そこから、20年以上、民生委員・児童委員として活動しています。

### － どんな活動をしていますか

時間がある時は担当地域を歩いて回っています。支援が必要な方を訪問したり、市の広報物などを配布しています。コロナ禍で訪問する機会が減っていますが、対話を通じてその人の様子を確認するように心掛けています。

### － どんな時にやりがいを感じますか

最近が高齢者の支援が多く、特に認知症の方も増えています。高齢になると会話の内容を理解するまでに時間が掛かることもあるので、相談者の話をよく聞いて、「あなたの言っていることは間違っていないですよ」と伝えたり、疑問に感じていることを行政に確認し本人に伝えたりしています。その人が安心してくれて「誤解が解けたよ」と連絡があった時には、やりがいを感じます。

### － 最後にメッセージを

時には、夫婦生活が長く続いた中で、パートナーが亡くなり一人になられた方に対して、声を掛けようか迷う時もあります。身近な相談役として地域の皆さんから気軽に声を掛けてもらえるような人間関係を作っていきたいです。人のために行動することは自分のためにもなります。相談を受けて必要な支援に結び付いた時には一安心します。



### － 始めたきっかけは

夫の仕事の関係で海外に住んでいた時に、周囲の人たちに手助けをしてもらいました。こうした支援に触れてボランティアに携わりたいと思いました。今では約30年間、活動を続けています。

### － どんな活動をしていますか

地域の住民や他の民生委員・児童委員から連絡がくることも多く、その都度、相談に応じています。最近はコロナ禍で活動が少なくなり、対面でのコミュニケーションが取れないのが残念です。

### － やりがいを感じたエピソードを教えてください

自分が支援をしている人が、しっかりと支援に結び付いた時に喜びを感じます。また、地域活動を通して地域に住む子どもと接する機会も多く、接した子どもが成長し、久しぶりに会った時にニックネームで呼んでくれたり、良い関係性を築くことができたことで、その子の親などの支援が必要な時にスムーズに対応できたことです。

### － 活動の中で心がけていることは

日頃から人との繋がりを大切にしています。私は、人が好きでどんな人でも話をするように心掛けています。これまで出会った人との繋がりがあったからこそ、長い期間活動ができています。地域の中にもさまざまな人がいます。話をすると、その人の良さに気付けるので、良いところを引き出すような気持ちで支援しています。

### － 最後にメッセージを

コロナ禍で外出する機会も減り、誰かに相談することも大変な状況かと思えます。自分の近くに相談できる人がいたらその人を頼ってください。そして、いつもあなたのそばにいる民生委員に一声を掛けてください。



### ●高齢者虐待の「早期発見」は、高齢者の権利を守るための第一歩です

怒鳴り声や聞こえたり、身体に痣があるなど虐待が疑われる行為や身体の状態を発見した場合はご連絡ください。なお、連絡した方の個人情報を守ります。 圓高齢者支援室 ☎481-7150