



発行 青森市沖館市民センター  
〒030-0002 青森市沖館 1-1-11  
TEL 017-761-4161  
FAX 017-761-4164



講座レポート

老後一人暮らしになったら (6/26)

～知っておきたい成年後見制度や高齢者福祉サービスなど～

参加者 28 名を得て、地域力アップ講座「老後一人暮らしになったら～知っておきたい成年後見制度や高齢者福祉サービスなど～」が開催されました。講師は青森市高齢者支援課 佐藤環さん、山田記子さん、佐藤黎さんです。

講座の前半は、「もしものときに備え、青森市が作成した「わたしノート」を活用し、これからの生活について自分の考えや情報を整理する」、後半は「成年後見制度について、概要を知る」「市でおこなっている高齢福祉サービスを知り、生活に活かす」等について実例を交えながら分かりやすく講義してくれました。

\* 成年後見制度は、「法定後見制度」「任意後見制度」の2種類  
・**法定後見制度**⇒すでに判断能力のない、あるいは不十分な方が対象

- 本人の能力に応じて「補助」「保佐」「後見」の3つの類型
- 後見人等の選定は家庭裁判所

・**任意後見制度**⇒判断能力のある人が対象

- あらかじめ本人自らが選んだ人(任意後見人)に、してもらいたいことを契約(任意後見契約)で決めておく制度
- 任意後見契約は、公証人の作成する公正証書を契約

青森市が実施する高齢福祉サービス

- 成年後見制度利用支援
- 高齢者等見守り体制確保事業(愛称:みまも～る)
- はり・きゅう・マッサージ施術料の助成
- 介護予防普及啓発事業 ● ころの縁側づくり事業
- 高齢者健康農園 ● 高齢者福祉乗車証
- 緊急通報装置 ● 配食サービス

※詳細は高齢者支援課あるいは地域包括支援センターへ

参加者からは「分かりやすく参考になった」「資料を自宅で読もうと思う」「内容が具体的でレジュメが良かった」「成年後見制度の内容をもう少し詳しく説明してほしい」「事例があるととっても良かった」等の感想を頂きました。



熱心に講義を聴く参加者

業務員コーナー

これまでに、こんな講座が開催されました!

担当 田中



こぎん刺しでペアのランチョンマットづくり

中村由紀子さんを講師に迎え、7月18日から全3回、こぎん刺しでペアのランチョンマットづくりを開催しました。こぎん刺しの基本的な刺し方や糸こきの重要性、生地裏の糸始末などについて説明しながら制作に取り組んでいました。基本的な技法を参加者の皆さんが習得することができたようです。津軽発祥のこぎん刺しを津軽弁を使って説明することで、雰囲気は和み、とても楽しい講座となりました。



クラフト式ミニ金魚ねぶたづくり

～出前! ワ・ラッセ工房～

7月23日、ワ・ラッセ 佐々木 琢也さんとボランティアの佐藤 剛さんを講師に迎え、クラフト式ミニ金魚ねぶたづくりを開催しました。18人の参加者のほとんどは親子での参加であり、ねぶたの制作技法である「骨組み」「紙貼り」を通して親子一緒に楽しんで制作していました。また金魚ねぶたの由来なども学び、夏休みの工作によかったという感想も聞かれました。

## 丸勝水産ほたて工場見学 ～三方の海からの新鮮な水産加工づくり～



(7/29)



猛暑の中、丸勝水産ほたて工場見学が行われました。参加者は総勢 24 名。7 名の子ども達も参加しました。受付で衛生管理点検記録表に基づいて健康チェックを行ない、従業員の休憩室であるプレハブで長谷川常務から丸勝水産の紹介や工場見学時の留意点についてお話がありました。お話の後に、工場に入場するための準備をしました。着替えを済ませた人から工場内へ移動しました。



- ①アクセサリを外す
- ②不織布白衣着用
- ③衛生キャップ着用
- ④マスク着用



長靴に履き替える



手をきれいに洗う



手袋をつける

靴底を消毒してから工場内に入場し、工場責任者から加工場の仕事内容の説明を受けました。



段ボールに半成員を詰める



筋子を発泡スチロールに詰める

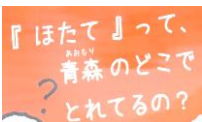


冷凍庫(-30℃)体験

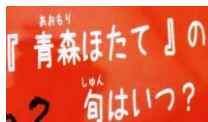


ほたて貝むき体験

見学後に、プレハブで「ミニほたて講座」が行われました。



- 陸奥湾沿岸がほたての産地
  - 青森ほたて組合別 共販実績
- |       |       |
|-------|-------|
| 1 平内町 | 2 青森市 |
| 3 外ヶ浜 |       |



- 青森ほたてには2度旬がある
- ①貝柱が大きくなる5月～8月
  - ②生殖巣(卵)が発達する12月～3月

「ミニほたて講座」終了後、アンケート記入、店舗見学をして解散になりました。受講者からは「見学・貝むき体験が楽しかった。ほたてもぷりぷりで美味しかった」「大変楽しくいろいろなことを知ることができてうれしかった」「冷凍庫が寒かった。子どもも喜んでいました」等の感想を頂きました。



## お勧め講座・イベントのご案内! (11~12月)

### 「要注意! 最近起こっている詐欺の手口」

日時: 11月17日(金) 10:00~12:00

募集: 18歳以上 20人

講師: 青森市民消費生活センター

受講料: 無料

準備物: 筆記用具

申し込み: 詳細は11月1日号広報をご覧ください。



### 「お正月を彩る 華やかフラワーアレンジメント」

日時: 12月28日(木) 10:00~12:00

募集: 18歳以上 12人

講師: フラワーコーディネーター 川口 松子

材料費: 3,000円

準備物: 花ばさみ・新聞紙

マチの大きな袋・オアシス1コ

申し込み: 詳細は12月1日号広報をご覧ください。



### 編集後記

市民センターでは、にぎやかで楽しそうな声が聞かれるようになりました。市民センターまつりも各市民センターで開催される予定で、コロナ禍以前のように、講座やサークル活動が活発になってきた兆しが見られます。市民の皆様の学習活動が安全・安心に行われるよう今後も努めてまいります。

〈取材・編集〉

青森市中央市民センター1F

青森市生涯学習推進員室

TEL 017-734-0164 (内線 36)

沖館市民センター担当: 須藤、横内