



京都支部 2022年度支部活動報告



1. <2022. 04. 23 京都支部総会>
2. <2022. 11. 05 2022年度例会>
3. <2022. 11. 18 野外例会>

1. 2022年度京都支部総会

2022年4月23日

日時 2022年4月23日(土) 13:00~14:10
会場 ウイングス京都 2F 会議室1
司会 (島田副支部長) による開会宣言

久保支部長挨拶

開会に先立って本年1月に逝去された田中ひな子会員のご冥福を祈り全員で黙とうをしましょう(全員黙とう)。

コロナ禍はいまだ収束していませんが昨年11月の例会以来半年ぶりに、本日の総会で皆さんにお会いできてうれしい限りです。この間、まん延防止重点措置のため例会はなかなか開けませんでした。今年こそ京都支部らしい活動に取り組めるように状況を見ながら頑張っていきたいと思います。皆様よろしくお願ひ致します。JAUW本部は予定通り事業をこなしておられ、その都度京都支部長に連絡があり、それをできる限り皆様に連絡致しました。本部のホームページは毎月更新されています。15日が更新日なので皆さんHPを見てください。



世界に目を向けると、ウクライナは大変なことになっています。破壊された街、国外に避難する人たちや地下街で暮らす人々の映像を見るたびに早いこと戦争の終結を願わずにはおられません。皆様にウクライナ募金をお願いし、5月に岡山市で開催される全国総会の時に持参したいと思います。また、全国総会で本部が開催するバザーに京都からも出品したいと思いますので、皆様のご協力をお願い致します。

総会の議事に移る。

◇議長は久保支部長、出席14名、委任状15名、総会の成立を確認。(当日体調不良や家族の都合で2名の欠席があったが、前もって委任状が提出されている) 現在の会員は33名。

◇2021 年度事業報告、決算、会計監査報告、2022年度事業計画、予算、各案が全て承認された。2022年度事業経計画として、コロナ禍以前のように、例会や新年会を開催する予定。

◇広報、国際、交流部会からそれぞれ報告があった。フィンランド ラーテイ支部との国際交流はここ数年来中断している。阪田会員が同支部の状況を一度問い合わせることに。

◇会員異動 新たに入会された岡本悦子さんから自己紹介があった。なお、賛助会員の森川紀子さんが退会された。

◇会員状況。

1. 塩尻かおり会員（本日欠席）の近著「かおりの生態学～葉の香りがつなげる生き物たち～」(共立出版)が阪田会員から紹介された。
2. 一原雅子会員 講演会のお知らせ

日時 5月7日(土) 10:00～11:30 会場 京都府総合教育センター

演題 気候変動と地球温暖化に関する講演会

◇欠席者には総会資料と 2021 年度活動報告(冊子)を総会終了後郵送する。



記念講演 14:20～15:30

テーマ 在宅療養の現場から

講師 早川さくらさん(フリーランスライター)

講師のプロフィール(書記 中川が紹介する)

長年フリーランスライターをされている。現在 65 歳。父早川一光さん(医師)が自らの病に向き合う姿と想いを 2016年2月から京都新聞に 2 年余にわたって「早川一光の聞き書き『こんなはずじゃなかった』」を掲載。これにより 2018年に日本医学ジャーナリスト協会大賞、2019年、坂田記念ジャーナリズム賞を受賞された。現在、京都新聞に「在宅療養を支える人たち」を連載中。「早川一光の聞き書き『こんなはずじゃなかった』」は 2020 年、ミネルヴァ書房から刊行。

早川一光さんは 1924 年生まれ。1948 年京都府立医大卒。1950 年西陣で住民出資による診療所を開設、その後、堀川病院院長、理事長など、住民主体の地域医療に専念された。「わらじ医者、京日記ボケを見つめて」など著書多数、ラジオ、講演などで活躍。2014 年多発性骨髄症発症、2018 年 6 月、94 歳で逝去された。



講演

講師は、「在宅療養を提唱した父早川一光の療養生活をそばで見て来て感じたことや患者を支える在宅療養の現場を長年取材して知り得たことを皆さんにお伝えし、ともに勉強させて頂く」と、大変フランクな語りかけで話が始まった。

1. 父早川一光さんの病気との闘い

長年在宅医療に従事してきた父も 90 歳の時、多発性骨髄症という病気がわかり、入院は 4 回した。認知症も出た。夜間妄想がひどくなったが、これを当たり前と家族は受け止めた。家族はそばにいる、ケアはプロにお任せする—そんな心境だった。状況は日々変化する中で本人の意思を尊重しながら家族でローテーションを組み最期をみとった。

介護保険は介護を社会が見ていくという「介護の社会化」で始まったが、制度は 20 年間に随分変化し使いにくいものになってきたが、社会保障制度の一環として堂々と使うべきだと思う。介護にも貧富の格差がある。介護保険に民間業者が参入して、私たちは商品となった。

介護を必要とする当事者として在宅療養のためのいろんなサービスを適切に選ぶことが大事だと思う。与えられたケアプランではなく、当事者の声、ニーズに沿ったプランを自ら選択していきたいものである。

2. 在宅療養を支える人たちとして

年を取って体が不自由になったり、病がちになっても、住み慣れた家で暮らし続けたい。そんな在宅療養を選択した高齢者に寄り添い支える専門家の人たちがいる。次のような多様な職種の実際の現場の取り組みや思いを皆様にお伝えしたい。

ケアマネジャー、訪問診療医、訪問看護師、訪問介護、理学療法士（PT・・・動作のプロ）、作業療法士（OT・・・作業のプロ）、言語聴覚士、訪問歯科医師、訪問薬剤師、訪問管理栄養士、福祉器具レンタル等々がある。

周辺には、認知症を抱える家族の会などの当事者の団体、むつき庵など排泄専門の会社等がある。

3. 多様な職種の人々

(1) ケアマネジャー

介護保険で要介護、要支援になったとき、最初に出会う専門職がケアマネジャーである。

「これからどのように暮らしたい？」と問いかけてくれる。介護を必要とする本人や家族の生活環境やニーズを把握し、最適なケアプランを作りずっと寄り添ってくれる人。医療・福祉・介護などの関係機関や事業所と連絡・調整をしながら多様なサービスを繋いでくれる。介護チームで中核的役割を果たす人である。2000 年施行の介護保険法に基づき誕生した資格である。

(2) 訪問看護師。

在宅療養とは家で治療しながら普通に暮らしていくこと。在宅療養を選択した人も最初か

ら家で死ぬと決めている人は少ない。家で暮らすのが不安になったり、病気が進行すると特養ホーム、ホスピスや緩和ケアのある病院を漠然と考えている人が多い。徐々に、家事、食事、排せつ、入浴、睡眠などができにくくなるが、訪問看護師は本人の意思を尊重し、死を迎えるプロセスを家族に伝え最期を迎える手助けをしてくれる。医療が入りすぎずにその瞬間まで家で本人が家族と共に過ごすように支援する。

ACP (Advance Care Planning)

将来の変化に備え、将来の医療及びケアについて患者を主体的にその家族や近い人に 医療ケアチームが繰り返し話し合いを行い、患者の意思決定を支援するプロセスのこと。つまり患者の人生観や価値観、希望を将来に行うケアに反映させることをいう。

(3) 理学療法士 (PT)

座る、立つ、歩くなどの「動作」の専門家。障害やけが、病気、加齢でからだ動きにくくなった人のリハビリをする人。要介護や要支援などの認定が出ても今の状態よりは重くならないように体の動かし方などを指導する。例えば、入浴の方法について一緒に考えてくれる。また、トイレや玄関の上り口などその人の運動機能に合わせた住宅改修など生活に密着したアドバイスをする。訪問リハビリは定期的に家庭訪問して生活に即したリハビリをしている。コロナ禍で高齢者のフレイル化が進行した。PT さんの指導のもと各地で体力づくりのフレイル予防教室が盛んである。

(4) 作業療法士 (OT)

食事、排せつ、入浴、着替えや仕事、家事等生活の中の動作を「作業」という。障害や病気、けが、加齢で作業がやりにくくなったとき、心身の回復や維持のために寄り添ってくれるのが OT さんである。一般にリハビリは機能回復訓練といわれ病院のリハビリは治療の一環である。家に帰ったらできなくなることばかりが目についてしまう。強いられる訓練はつらいものがある。しかし、今やリハビリの考え方も大きく変化し、その人の心と体に寄り添うリハビリをしてくれる。ガンバレとは言わない。リハビリとは本来、全人間的復権という意味もあり、その人らしく生きていくことを意味している。

(5) 訪問介護士 ホームヘルパー

訪問介護には、主に身体介護と生活支援がある。身体介護は着替え、食事、排せつなど、生活支援は買い物、掃除、洗濯や通院の同行支援などがある。ヘルパーは在宅療養する人を支援し、訪問入浴サー



ビスにもヘルパーがかかわってくれる。利用者の衣食住に直接かかわる存在で、在宅介護を要

する高齢者の生命線となっている。一人暮らしの場合は死活問題につながり大切な命の綱といわれている。

在宅介護の最前線を担うヘルパーさんの存在は大きい。しかし、ヘルパーの数はどんどん減っている。第一に給料の安い登録ヘルパーが大半を占め、常勤労働者としての雇用が少なく、子育てをしながら生活を養うには苦しい賃金体系である。また、当初、新型コロナワクチン接種の優先枠に高齢者と直接向き合うヘルパーは入れなかったという事態がヘルパーの社会的認知の低さを表している。労働に見合った対価と評価がほしい、社会的地位向上が必要である。ヘルパーの業務は実働時間が短縮されたり、支援内容もいろいろと制限がされて、ヘルパーのやりがい、働き甲斐の喪失も問題となっている。

(6) 口から食べるということの大切さ…歯科医師、言語聴覚士、歯科衛生士、管理栄養士人間の健康生活において、「口から食べる」ということは、単なる栄養補給ではなく、生きる活力の源である。しかしながら、昨今では、胃ろうや静脈栄養などによる栄養管理で、口から食べたいという願いを諦めざるを得ない現状がある。どこで生活していても、人間としてのごく当たり前の“口から美味しく食べ続けたい” “一口でもいいから食べたい”という願いをこれらの専門職が支援する。例えば、高齢者が誤嚥性肺炎のリスクと対峙しながら経口摂取を継続していくためには、専門職の資質、チームワークなどが不可欠である。

講演後、会員からは、「自分の身近なこととしてお話を聞いた。健康に年を重ね医療や介護など色々のサービスを利用しながら自分らしく最期を迎えられたらいいですね。」などの意見が多く出された。

以上、講演内容に、当日配布された講師の京都新聞連載中の「在宅介護を支える人たち」の記事を織り交ぜて書かせて頂きました。(中川慶子記)

京都サラ SARA (Sexual Assault Recovery Associate) の活動について ～京都性暴力被害者ワンストップ相談支援センター～

講師は支援員の一人として同センターにかかわっておられる。このような相談窓口があることを知ってほしいと現状などについて話された。

○サラ SARA とは「性暴力から回復する仲間」の意味の頭文字である。

○各都道府県に設置された相談窓口で電話相談に応じている。京都府は平成27年8月開設。専門的な研修を受けた支援員は約40名いる。

○年中無休、10:00～22:00 来所相談、電話相談受付。対応は二人交替で対応。

相談電話 075-222-7711

- 行政、医療機関、警察、弁護士会、民間関係団体などが連携して支援する。
- 相談する人の年齢幅は大きい。80歳代の人でも昔の被害のトラウマで相談をしてこられる。
- 自分が悪かったと一人で悩まずどんなことでも相談してほしい
- 支援員が相談内容をしっかりとワンストップで受け止め、関係機関に繋げていく。時には警察に同行したり、長期にわたる総合的な支援を行う。
- 性暴力を受けた女性に “なぜ逃げなかったのか” とか “お前のせいや” など警察でもこのような暴言が出るほど、日本はまだまだ後進国である。

以上



“もったいない！”フードロスをなくそう

日時	11月5日（土）13：30～15：30	
会場	ウイングス京都 第3，4会議室	
講師	辰馬雅子さん	京料理「せんしょう」女将、当会会員
	飯沼雅浩さん	KKサン食品代表取締役
	石崎信也さん	KKしんやさい 代表
参加者	20名	

支部長の挨拶

皆様、本日は久しぶりの対面での例会を会員の皆様そしてゲストの方々のご参加も頂き開催出来ますことをとても嬉しく思います。お忙しい中をご出席いただきありがとうございました。

7月に予定していた例会がコロナ感染の拡大により本日まで延期になりました。本日の例会は私たちが直面するグローバルな課題とされているSDGSの17の目標の中から「フードロス」についての講演をお聞きします。

気候変動など地球環境が悪くなっていく現状の中、少しでも私たちにもできる事と思い、身近な家庭でのフードロスをテーマとしました。

講師は京料理「せんしょう」女将で京都支部会員でもある辰馬雅子さんと食品会社代表取締役の飯沼雅浩さんそして、しんやさい京都の石崎信也さんをお願いしました。それぞれのお立場からの「もったいないフードロスをなくそう」のテーマに沿ったお話を伺います。それではご講演をよろしく願いいたします。

最初に辰馬雅子さんのお話

プロフィール

KK 辰馬コーポレーション京料理せんしょう代表、同志社女子大学管理栄養士科卒業、大和学園調理師学校日本料理科夜間部卒業、京都市内の料理店で10年間、板前修業の後、せんしょうを引き継ぎ女将として活躍中。

フードロスとは

日々捨てられている食材、食品に関心を持っています。少しでもそれを活かす方法はないものか。食品ロスを減らす工夫を考え、この3人で各地へ出かけて活動をしています。

先進国で日本はもっとも食料自給率が低いにも関わらず、大量の食料廃棄国となっています。食べられるのに廃棄される食品、「食品ロス」(フードロス)の量は年間約 646 万トン。この量は世界全体の食料援助量約 320 万トン(2015 年 WFP 推計)の約 2 倍に相当します。

2015 年の国連サミットで採択された SDGs(持続可能な開発目標)のターゲットの一つに「2030 年までに世界全体の一人あたりの食料の廃棄を半減させること」が盛り込まれるなど、世界的にも対策が進められています。一人一人の環境への身近な配慮が、持続可能なより良い未来を築くために大切なことだと思います。

私たちはこうしたフードロス問題に関心を持ってもらおうと活動をしています。今日、持参した規格外の野菜を使っておいしい惣菜をつくってみます。日本食の魅力をお伝えしたいと思います。

飯沼雅浩さんのお話

プロフィール

1965 年生まれ。実家が元々乾物屋ということもあり、小さいころからいつかは家業を継ぐという想いをもちながら育った。栄養士になるために京都栄養医療専門学校へ進学。卒業後はサン食品へ入社。その後、父の病気を機に 2013 年、代表取締役役に就任。会社は南区。いろんな苦勞も乗り越え、現在は「品質に一切の妥協をしない」という思いを大切に、「雅幸胤(がこういん)の西京焼」をはじめ、業務用魚類切身・焼物・加工食品卸を展開。社員 25 名。品質に一切の妥協をせず、いつでも安心・安全・おいしい食品をお客さんに届けることをモットーにしている。FM ステーションに毎週水曜日DJで出演中。元野球少年、趣味はゴルフ。



写真

マイクを持つ辰馬雅子さん
スクリーンのすぐそばは
飯沼雅浩さん
その左は西崎信也さん

飯沼雅浩さんのお話(パワーポイントを使用しながら)

高校生たち(京都学園高校)とフードロスをなくそうという課題に取り組み頑張っています。また地元の小学生たちを当社の工場見学を受け入れています。見学の後は試食会もやったりしています。ある子は次の給食で嫌いだった魚を食べたとか聞きました。

フードロスのない世界の実現へ。

ワンガリー・マータイさん（2010 年ノーベル平和賞受賞・環境分野）が提唱した“もったいない”は、地球資源に対するリスペクトの念が込められている日本の美しい言葉として広く世界共通語として提唱されました。

食品ロスとは 売れ残り、食べ残し、本来食べられる部分が捨てられている。家庭で過剰除去、直接廃棄したり、食べ残したり。企業では納品切れ、破損、規格外品、製造過程でのロス、大量廃棄等々。家庭系では 55%、事業系では、生産過程、加工の時に出了た端材、規格外品など 89%も廃棄されている実態があります。

“もったいない”は世界中で使われています。高校生は食べ物を粗末にするとバツが当たるという言葉を知らない世代です。これらに立ち向かうにはどうしようもない無力さを感じることもあります。活動は続けていきたいと思ひます。

食の世界に新たな変化が起きている

それは中国です。世界人口の 5 分の一を占め、大きな経済成長に伴い大きな変化が起きている。中国では従来の淡水魚から海水魚へと嗜好が変化し、日本が他国に買い負けをしている。日本では魚はぜいたく品になろうとしています。近い将来、昆虫食も出てきます。皆さん、フードロスを無くす努力すれば日本も変わっていきます。

石崎信也さんのお話

プロフィール

1977 年 11 月まれ。北区。紫野出身。高 3 の時、アルバイトをした警備会社に就職、16年間勤務。この間、様々な資格取得に挑戦した。2011 年結婚を機に、妻の実家が専業農家を継ぎたいと思っていたが義父に猛反対された経験がある。京都府府立農業学校を終了後、久御山の農業法人に入社、アルバイトを 4 年 3 か月したのち独立。2017 年創業、2022 年 4 月に株式会社しんやさいを設立した（南区）。小さい頃から野球少年だった。

石崎信也さんのお話

農業をやってわかることは常にお天気が気になることと虫にもだんだん慣れてくることだとまづ話されて本題に。

2017 年、農業始める

伏見区向島・淀、久世郡久御山町の巨椋池干拓地周辺の土地は 2.7 ヘクタール、甲子園グラウンドの二つ分に相当する農地で野菜栽培を始めた。約 20 カ所点在する。九条ネギをメインに聖護院大根、金時人参、長茄子などを栽培し、京大や行政で開発した新京野菜のみずき菜などの生産にも取り組んでいる。身近な京野菜をもっと食べてほしいですね。

2022 年 4 月 会社組織の法人化に

障がい者の雇用条件の充実のため本年 4 月に株式会社しんやさいとした。障がい者の立場に立って農福連携にも取り組み、障がい者を積極的に受け入れ、障がい者一人を正社員として雇用した。さらに 9 月から障がい者一人をトライアル雇用、また多くの障がい者を実習生として受け入れている。農水省認定の農福連携技術者（ジョブコーチ）の資格を得て指導に当たっている。

2018 年の頃は障がい者は週 1 回程度の就労だったが、その後、週 4、5 日働けるようになった。障がい者も農業分野で就労することで自信につながり夢を持って社会参加していることはうれしい。担い手不足の農業の世界に貢献できればと思っている。

因みに、農業人口は専業で 136 万 1 千人、この 5 年間で 39 万人減っている。平均年齢は 67.8 歳で高齢化している。（令和 2 年調査）

出荷できない野菜

形などが整わないと味は変わらないのに規格外品となる。これらの野菜をこども食堂や施設に持って行ったり、直売所で販売したり、また「もみじおろし」などパックの製品作りもしている。

本日、出荷できない規格外の野菜（ふわとろ茄子、万願寺唐辛子、金時人参）をたくさん持参したので各自持ち帰ってください。

ここで参加者は本当にたくさんの野菜をいただく。いずれも新鮮でおいしそう。

辰馬雅子さんからこれら野菜を使ったお料理の作り方紹介があった。

島田副支部長から感謝の言葉と閉会の辞

講師 3 人の方はお話も上手で和やかな口調で「フードロスをなくそう」と訴えられた。身近なテーマであり食生活について改めて見直す良い機会になりました。

国連の提唱する SDGS はちょうど今年度は折り返しの年である。日本の取り組みは先進国の中では遅い方といわれている。あと 8 年間で達成できるように努力したいものです。今日はいいいお話とたくさんのお土産をありがとうございました。

以上

頂いた野菜は・・・翌日から LINE 上でおいしさ自慢のやりとり

金時人参（かんざしのように細いこどもの人参）・・・生で野菜ステックにしておいしくいただいています。ボイルにしました。

ふわとろ茄子・・・ニンシとお揚げのたいたんを作りました。お味は最高でした。天ぷらにしました。おいしかったです。味噌汁にしました。すごくおいしかったです。等々。

以上、番外報告です。

3. 2022年度野外例会

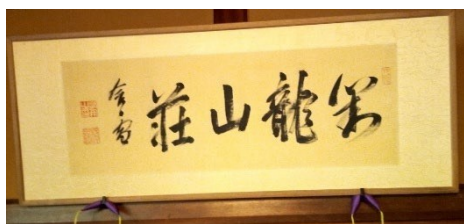
2022年11月18日

紅葉の美しい庭園を楽しみました！

開催日時	11月18日(金)	13:30~15:30
行き先	對龍山莊	京都市左京区南禅寺福地町 22
	昭和63年、国の名勝指定	作庭時期(明治時代) 非公開
会費	2500円	参加者 15名(奈良支部会員2名含む)

秋晴れの下、左京区岡崎南禅寺にある對龍山莊に出かけました。普段は非公開で、なかなか厳しい見学申し入れを経て実現しました。

趣のある山莊の門をくぐり、玄関では一同白いソックスを上履きにして室内に入りました。小川館長さんから「對龍山莊の建物は重要文化財扱い、お庭は国の名勝指定、多くの美術品が展示され、緊張感を持ってご参観ください、写真撮影は許可のある場所のみ」などの説明と見学時のマナーについてのご注意をいただきました。



岡崎南禅寺界限には14、5の立派な別荘庭園があり、その中では對龍山莊は中間程度の規模という。広い敷地内に設けられた池やせせらぎの水は遠く琵琶湖の水が引かれ、滝も勢いよく水を落とす。水車小屋はカタンコトと自然風景を醸し出すなど東山を借景とした庭園には様々な工夫が施されている。特に、對龍台と名付けられた建物は池に張り出すような形で作られ、建物と庭園が一体となった美しい景色を楽しむことができ、紅葉も見事でした。また室内には数々の美術品が置かれ楽しく鑑賞することができました。



對龍山莊は南禅寺の塔頭跡地に明治29~32年にかけて薩摩出身の実業家伊集院兼常の別荘として造営され、その後、呉服商市田弥一郎が譲り受け、明治34~38年に改修が行われ現在の景観の基礎が出来上がった。贅を凝らした数寄屋造りの建物は当代随一といわれた島田藤吉が建てたものであり、庭園は伊集院常兼が作庭したものをもとに近代庭園の名匠7代目小川治兵衛が作り直した。2010年に株式会社ニトリが譲り受け、維持、管理をされているという。

建物の見学の後は庭に降りて、実際に広い庭園内を散策しながら庭師加藤武史さんから説明を受けた。庭園の歴史を守りながら、景観維持に腐心される姿がそこにあり、樹々に対する愛情あるご説明に納得でした。足元の苔類も生き生きしていました。

約2時間近くの見学を終え、心地よい疲れを近くのホテルの喫茶室で癒し会員交流をしました。今回は深まり行く晩秋をたっぷり満喫した野外研修会でした。