

# すなやま支援員

VOL.47

だより



令和4年3月 発行

発行者:砂山地域集落支援員 阿部久美子

拠点施設:ぎよぎよかい めてたや

住所:塩谷1181 電話・告知端末:62-7273

## 旧平林中学校



集落点検で、各集落を回っている時や、高速道路から旧平林中学校を見ることがあります。子供たちが登校している時は、あまり感じなかったのですが、色のない真っ白な建物に見えて、物悲しい気持ちになっていました。春になれば桜も咲き、夏には草木も伸びグラウンドが一面緑になり沿道にはひまわりの花がにぎやかに花を開き、冬になると雪に包まれます。

集落支援員の活動とは、少し趣旨が違うのですが、立地がよく、何かに活用できないかな？牛屋に中学校があってよかったなと集落の人に思ってもらえるようなことに使えないかな？とっていました。



去年は思い立ったのも春先で、雪も少なくお試しのつもりで、教育事務所から快く許可をいただき、バケツに雪を詰めミニ灯籠を作り、中に100均のガーデンライトを入れてみました。突然の話に嫌な顔せず、手伝ってくれた幼馴染の存在を、有難く思えた出来事でした。

年明けに雪もたくさん降って、玄関先の除雪も大変な中、今年は、かまくらが作れるのでは！と休日に、張り切ってグラウンドに出かけていきました。

コロナ禍の中、外出の機会が少なくなった子供たちに、喜んでもらえたらいいなというわくわくした気持ちと、みんなに声がけて、大きいのを作りたいけど、悪天候とコロナの二重苦のなか、こんなことに手を貸してくれる人がいるだろうか？という不安な気持ちの中、作り始めました。



実際に作ってみると手で雪山を作るのは、想像以上に大変で、除雪のブルトーザーを羨望のまなざしで見ながらの作業。大きいかまくらを作る時は、近所から家庭用除雪車を2台借り、持ち主の方も快く手伝いして頂いての作業となりました。ウォーキングで通りかかった方が「かまくらなんて、珍しいね！」と声をかけてくださり、気づいて頂いて嬉しかったです。

通年で旧平中のグラウンドや校舎を借りて、維持管理できれば、いいのですが、現実的には厳しい状況です。でも短期、単発的に費用がかからない場所を利用して、普段から防災で大切な場所なんだと意識して欲しいなと、思います。

日常使いしていると避難した時に安心感もあるのではないのでしょうか？グラウンドで軽トラ市やキャンプをしたり、体育館で映画上映をしたり、自転車小屋でビヤガーデン。可能性は無限大ですね！

## 3月は自殺対策強化月間です

自殺は、個人の自由な意思や選択の結果ではなく、様々な抱える問題が複雑に関係して「心理的に追い込まれた末の死」です。決して他人事ではなく、「誰にでも起こり得る危機」です。

自分、家族、大切な人が危機に陥った時、その方の命を守るための一歩は、皆さんひとりひとりの「気づきの力」です。



### 自分で気づくサイン

- 気分が落ち込む
- やる気が出ない
- 物事を決められない
- 集中できない
- 人に会いたくない
- 眠れない
- 夕方より朝方の方が気分、体調が悪い

### 周囲が気づくサイン

- 楽しみにしていた活動に興味がなくなる
- 食欲の低下や体重減少がある
- 不安や焦りが目立つ
- 性格が急に変わった
- 疲れやすくやる気が出ない
- 慣れた鍛冶屋仕事を「自分にはできない」と手をつけようとしない

上記のような症状が2週間以上、ほとんど毎日続いている場合は、早めに医療機関や相談機関に相談しましょう。

《相談窓口》

新潟県こころのダイヤル相談	0570-783-025	毎日24時間対応
新潟いのちの電話	0254-53-4343	毎日24時間対応
よりそいホットライン	0120-279-338	毎日24時間対応、通話料無料

問合せ先 神林支所地域振興課地域福祉室 0254-66-6113

すなやま支援員だよりについてご意見、ご感想などお気軽にお問い合わせください。  
メールアドレス sunayama-shien@sea.plala.or.jp