

2014年 秋号

笑顔と心をつなぐネットワーク 明社通信

HEARTFUL

はーとふる

特集

地域に活躍のステージを用意する

第3回

商店街が改修した空き店舗で 高齢者とまちを元気にする

東京・大田区「みまもステーション」

連載 市民活動を楽しくする虎の巻

“広報=聴いていくこと”で仲間や味方を増やす!

被災地レポート「わすれない、いつまでも」

第2回 福島の子どもたちを守りたい

明社活動実践レポート／東京都・墨田明社

夏の風物詩を支える明社活動

第3回

商店街が改修した空き店舗で 高齢者とまちを元気にする

——東京・大田区『みま～もステーション』——



商店街が改修した空き店舗で、年間200を超えるサロン事業を展開している拠点があります。東京都大田区の大森柳本通り商店街振興組合と「おおた高齢者見守りネットワーク」の共同事業『みま～もステーション』です。高齢者とまちを元気にする取り組みを紹介します。



手芸部でピエロのマスコットづくり

「みま～も手芸部」の講座。講師による講座は毎月2回実施され、この日は毎月見えます。JR大森駅から徒歩5分の大森柳本通り商店街に入ると、中ほどに『アキナイ山王亭』が出現します。同商店街が空き店舗を改修した「無料お休み処」で、平日の昼間は『みま～もステーション』のミニ講座の拠点となっていました。手芸に精を出すご婦人たちが、和気藹々と手芸に取り組んでいました。

お互いが寄り添える関係づくりを目指す

なかでも月1回開催する食事会「みま～もレストラン」は一番人気の事業。この食事会で、参加者同士がお互いを思いやり、体調が悪いときには支え合う姿が見られるようになつたことから、「地域みんなで見守り支え合う活動に発展させよう」と設置されたのが『みま～もステーション』です。

行政機関が手をつなぎ、高齢者の安心・健康をテーマに活動する「おおた高齢者見守りネットワーク」(平成20年発足。以下、愛称「みま～も」で表記)は、高齢者が安心して暮らし続けられる地域づくりを目指し、様々な事業を展開しています。

今年も『全国都道府県会議』を開催します

昨年、初めて開催した『全国都道府県会議』を、今年も下記の日程で開催します。

【日 時】平成26年11月1日(土)13時～2日(日)12時

【会 場】日本青年館(東京都新宿区霞ヶ丘町7-1)

【目 的】明社運動の方向性や事業のあり方を模索・検討し、全国の運動の維持・連携を図るため、全国都道府県の皆様との情報・意見交換を行い、更なる運動の発展に努め、明るい社会の実現を目指す。

【参加対象】都道府県組織から推薦された方で、本人が全国明社の運営会員、または賛助会員であること。

【参加人数】各都道府県1～3人

【参加費】1人5,000円

【交通費】遠方から参加される方には交通費の一部助成を行います。



昨年実施した『全国都道府県会議』の様子

『全国集会 in 京都』を開催しました

9月6、7の両日、国立京都国際会館と比叡山延暦寺会館を会場に、『提唱45周年 感動 感激 感謝 全国集会in京都』を開催しました。

集会の詳細は同報告集をご参照ください。会員の皆様には、本誌とともに報告集を送付しました。

なお、全国集会報告集の完成を待って発送したため、本誌のお届けが遅くなりましたこと、深くお詫び申し上げます。



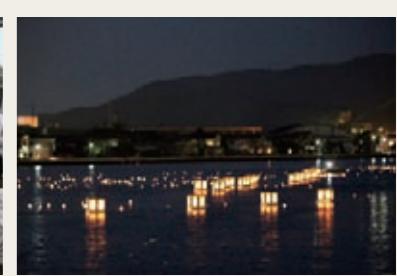
『全国集会 in 京都』での講演風景

『北上川川開きまつり・灯籠流し』にボランティアを派遣

全国明社は、東日本大震災の年から開催されている『北上川川開きまつり・灯籠流し』に55人のボランティアを派遣。大燈籠100基の組み立てと設置を行いました(詳細はホームページに掲載)。

震災の年から4回目となる同祭のボランティアには以下の皆さんが出ました。

埼玉県=久喜明社4人、加須明社1人、
ジュニアサークル風の子6人、こもれび5人、
石巻明社5人、宮城県明社1人、
めだかの楽校10人、全国明社3人



北上川を流れる燈籠の数々

■会員としてご協力ください

明るい社会づくり運動(全国明社)は、都道府県・地区明社を支援するために各種事業を展開しています。その基盤となる資金は会員の皆様に支えていただいています。全国明社の事業にご賛同いただき、ご入会ください。

【会員の種類】 ◇運営会員 年間1口 10,000円

◇賛助会員 個人:年間1口 3,000円／団体:年間1口 10,000円

※賛助会員は総会での議決権を持ちません。ご入会のお申し込みには「払込取扱票」が必要です。全国明社事務局までご連絡ください。



役の小澤和代さんの指導でピエロのマスコットづくりが行われました。費用は材料費の100円のみ。路面たため、「皆さん、何を毎週火曜と木曜に歩いて来るの。今日の午前中は、この裏の公園で体操よ。『公園体操』は月に1回、介護福祉士のお兄さんの指導で行うの。楽しいから、疲れても来ちゃうのよ。」

週2回「みま～もステーション」に通う

大貫菊江さん

これまで、ぬいぐるみ、ブローチ、ポシェット、帽子、マフラー、雛人形を作ったわ。ここには毎週火曜と木曜に歩いて来るの。今日の午前中は、この裏の公園で体操よ。『公園体操』は月に1回、介護福祉士のお兄さんの指導で行うの。楽しいから、疲れても来ちゃうのよ。

スタッフで看護師の幸崎華江さん

ここでは、地域住民が困ったときに、お互いが寄り添える関係づくりを目指しています。私たちスタッフは、「みま～もステーション」にもスタッフは、「みま～もステーション」に来られた方々



熱中症予防について説明する幸崎さん

役の小澤和代さんの指導でピエロのマスコットづくりが行われました。費用は材料費の100円のみ。路面たため、「皆さん、何を毎週火曜と木曜に歩いて来るの。今日の午前中は、この裏の公園で体操よ。『公園体操』は月に1回、介護福祉士のお兄さんの指導で行うの。楽しいから、疲れても来ちゃうのよ。」

の二ーズをお聞きし、各種講座をご紹介しています。

一緒にまちづくりに参加協力

「みま～もステーション」のミニ講座は実際に多彩です。これまで実施したメニューは、手話ダンス、手芸、パソコン教室、巻き寿司教室、お散歩お話し会、公園体操、レストラ～ン、日本伝統文化講座、染め物教室、写経、絵本読み聞かせなどなど。ほとんどの講座が要申込込みとなっています。



ミニ講座のひとつ「手話ダンス」で、地域住民が協力する応援団「みま～もサポート」も募集しています。会費は年間2千円。ミニ講座を除くイベントなどの活動に2時間以上参加すると、1回500円の活動費が贈呈されます。このほか、ボランティア保険への加入、年1回無料の体力測定と毎月のミニ講座・イベント案内が受けられ、サポート一親睦会に参加できる特典もあります。

高齢者が主体となって活躍できる場の提供

6月の「みま～もレストラン」のテーマは「ちょっと贅沢に三つ星ランチ」。日頃、頑張っている自分へのご褒美ランチをみんなで楽しみましょう」と案内されると、すぐ予約で満席になりました。参加費1500円で本格的なフレンチコースが出されました。

毎回料理を提供



ご褒美ランチとして出された本格的なフレンチコース

多くの講座に参加するサポートーの藤村明子さんは、まだ難しいわね。私は公園にある花壇の管理をしているの。ここはみんなが代わる代わりの知恵をはじめとする情報交換ができるのでうれしい。「みま～もステーション」は私の生きがいね。

多くの講座に参加するサポートーの藤村明子さんは、まだ難しいわね。私は公園にある花壇の管理をしているの。ここはみんなが代わる代わりの知恵をはじめとする情報交換ができるのでうれしい。「みま～もステーション」は私の生きがいね。

しているのは有料老人ホームNRE大森弥生ハイツ。平成21年4月の「みま～もレストラン」のオーナーは同老人ホームの多目的ホールを会場にしていましたが、「みま～もステーション」の開設後、会場も「アキナイト王亭」となりました。この日、手芸部の講座を覗いたことで、このレストランを知った人も参加していて、早速自己紹介。皆さんに大きな拍手で迎えられました。

この日、手芸部の講座を覗いたことで、このレストランを知った人も参加していて、早速自己紹介。皆さんに大きな拍手で迎えられました。

「みま～も手芸部」で講師を務める

小澤和代さん

「みま～もステーション」には、昨年の暮れから参加しています。私が一番の遠方だそうです。このレストランでは、私たちサポートーも配膳のお手伝いをしています。

こんなに凝った料理は作れないで、毎月ほんとうに楽しみです。今日集まっている方々から参加しています。私が一番の遠方だそうです。このレストランでは、皆さん、お話をしたいという願いがあるので、抵抗なく、すぐに馴染んでいますよ。

友だちがたくさんできてうれしい

毎週月曜の午前は「手話ダンス」のミニ講座。午後の「飾り巻き寿司づくり」では、手話ダンスで生徒だった新保照恵さんが先生を務めていました。

堀ヒロさん、椿原千恵子さん、足立原淑子さんに「みま～も」のキャラクター「みま～もく」の飾り巻き寿司を手際よく教えています。

役割と仲間と楽しい場所が

「みま～もレストラン」の発案者で料理を提供するNRE大森弥生ハイツ施設長片山敬一さん

参加者の笑顔が見たくてオープンしたレストランですが、「食の支援」ではなく、「地域づくりにつなげるレストラン」として進めました。その後、参加される高齢者の方々との出会いにより、「月1回の飛びつき楽しい時

「みま～もレストラン」の発案者で料理を提供するNRE大森弥生ハイツ施設長片山敬一さん

参加者の笑顔が見たくてオープンしたレストランですが、「食の支援」ではなく、「地域づくりにつなげるレストラン」として進めました。その後、参加される高齢者の方々との出会いにより、「月1回の飛びつき楽しい時



「みま～もくん」の飾り巻き寿司をつくる

手巻き飾り寿司で先生を務める

新保照恵さん

主人が亡くなり、山梨から息子の家に引っ越してきました。私は歌もダンスも下手ですが、手話を覚えたい一心で通っています。手巻き飾り寿司はスタッフの皆さんに勧められて、教える立場になってしましました。いまはとっても楽しいです。こんなにも素敵な場所があつて、ほんとうによかったです。

高齢者を元気にする

大田区には20の地域包括支援センターがあります。入新井地区で始まった「みま～も」の取り組みは、いまでは3つの地区で展開されるまで広がりを見せていました。「大田区地域包括支援センター入新井」のセンター長で「みま～も」発起人の澤登久雄さんに、「みま～もステーション」の成果

と今後の展望をお聞きしました。

『みま～も』発起人 澤登久雄さん

『みま～も』では、毎月「地域づくりセミナー」と「みま～もレストラン」を主催していましたが、もっと住民が主体者として役割をもつて関わる場ができるだろうかと考えたのが『みま～もステーション』です。初年度の平成24年には103の「ミニ講座」に総勢700人が参加してくださいました。今年は200を超える講座が予定されています。

「みま～もサポートー」のみなさんは『みま～もステーション』の裏手にある大田区立新井宿第一児童公園の花壇と畑の運営も担っています。10年以上も放置され、住民に忘れ去られていた公園ですが、大田区「ふれあい

パーク活動』を運営することになり、錆び付いた柵を真っ白なペンキで塗り直し、花壇を耕し、季節ごとに花を咲かせ、野菜の収穫ができるまでに復活させました。

復活した公園には、近隣の高齢者がどんどん集まりました。人が集まることで安心できる場所と認知され、子どもや親子連れも集まるようになりました。今春にはリハビリのできる健康器具とイベントのできる設備を兼ね備えた公園に新しく生まれ変わりました。サポートーの努力が行政をも動かしたのです。

このように、いまではただ参加するだけでなく、自分の得意なものを活かし、地域づくりに励む住民が増えました。いくつになつても役割と仲間と楽しい場所を持つていられる人が元気でいられます。こうした取り組み

が広がれば、高齢者の孤立もなくなると思いません。

『みま～もステーション』のスタッフは「地域包括支援センター入新井」の職員が兼務しています。尻込みする高齢者に講座の先生役をお願いするのですが、引き受けたくなるよう上手い接し方をしていますね。この接し方こそ、医療や介護の専門職に番求められる人間性です。この人間性を磨き、高めてくださっているのが、元気な高齢者のみなさんだと、最近つくづくそう思います。

今後、介護保険が改正され、医療や介護の現場では様々な変化が生じてきます。いまここにあるミニ講座は元気な人が対象ですが、今後は講座に来られない人に対する事業が、今後は講座に来れない人に対する事業が展開できればいいなと思います。



10年以上も放置され、住民に忘れ去られていた公園に、近隣の高齢者たちが健康づくりのために集まるようになった



サポートーと談笑する『みま～も』発起人の澤登久雄さん。
下は『みま～も』の愛すべきキャラクター「みま～もくん」



『みま～もステーション』お問い合わせ先

大田区地域包括支援センター入新井 (さわやかサポート入新井)

東京都大田区大森北1丁目34番10号
TEL:03-3762-4689
FAX:03-3762-7465
<http://kamata-mimamo.sakura.ne.jp>

市民活動を楽しくする虎の巻!

連載

認定NPO法人 ハンズオン埼玉
吉田知津子副代表理事に聞く! ③

“広報=聴いていくこと”で仲間や味方を増やす!

ボランティアさんもイベント参加者も協賛先も絶えないその理由は、
関わった方に助けてもらって仲間にしちゃうその魅力!?



今回も吉田知津子副理事長(右)に極意を教えていただきました!

ハンズオンのボランティアさんはリピーターが多数!
ハンズオンではいろいろなイベントや企画、調査など各プロジェクトごとにボランティアさんの力を借りています。自慢ではないのですが、ハンズオンではボランティアの会議への参加者が多くて事務所に入りきらないような時もあります。事務所が狭い?!せいもありますが(笑)、学生や主婦、市長さん……といろんな人が訪れます。

“自分から”来たいと思つて参加して、樂しくつて、また参加する

ボランティアさんに応募

してくる人は口コミでハンズオンを知った方が多いです。「楽しかったよ」と聞いて「私もやってみたい」と“自分が来てください”と思つた瞬間にかなりトーンダウンします。もちろんリピーターも増えない。“自分から”来たいと思つて参加して、楽しくつて、また参加する。その繩

協賛先の方と一緒にイベントしちゃう!

事業の継続やイベント開催にはも

ちろん資金が必要です。でもいつのまにか関係が冷めてしまい、またつきの協賛先を探さなきゃなんてことになつてしまいがちです。

接点がありませんでした。そこで

礼や反響のご報告等も心がけています。「お願いする関係」でなく共に暮らしを創る仲間としてのおつき合いを心がけています。

書き方の視点はいろいろですが、だいたい記事にしていただこうことが多いです。載せてもらうためにFacebookや電話といったアノログなアプリケーションはもちろん、掲載後は必ずお

ます。「お願いする関係」でなく共に暮らしを創る仲間としてのおつき合いを心がけています。