

NPO法人ニッポン・アクティブライフ・クラブ
NALC東大阪・大東拠点 広報委員会発行
〒578-0941 東大阪市岩田町3-12-39
TEL, FAX 06-6724-3114
E-mail nalc.mez@axel.ocn.ne.jp
ホームページ http://mezame123.sakura.ne.jp



東大阪・大東 7月号 No. 229

第22回定時総会報告

6月24日(土)東大阪市立東体育館にて、72名の会員が参加され(委任状166名を含め、総会は成立)第22回定時総会が開催されました。

定刻に坂谷運営委員の司会で開会が宣言され、堂前代表の挨拶では、今後のめざめの活動方針「出ざるを制して入るを量る」が示されました。



ナルク新会長の神野(71歳)氏が来賓としてお越しいただき、「楽しく、安心、感動のナルク」の実現へボランティアマインドで進んでいこうとお話いただきました。



森田副代表が議長を務め、28年度の事業、決算、29年度の事業計画案、予算案、事務所移転などが承認されました。活発な意見も出て充実した総会となりました。

昼食後、総会記念講演「健康寿命をのばす暮らし方」を、枚岡在宅緩和ケア研究会、看護師でもある森田愛子氏がパワーポイントによる話を頂き健康寿命から要介そうです。らないよけること、うにしつ大切との



わかりやすいお命とは平均寿命護の時期を差し引いたもので、男性は、9.02年、女性は12.4年あるその期間をいかに短くするのは、三大生活習慣病(成人病)になうにし、がんは早く見つ虚弱・衰弱にならないよかりとした食事と運動がことでした。

最後にビンゴゲームとめざめ愛唱歌「手のひらを太陽に」を歌って有意義で楽しい一日を過ごしました。



「夏祭り」ボランティア参加のお願い

春光園から「夏祭り」ボランティアの依頼が来ています。例年通り皆様の参加をお願いいたします。

とき	平成29年8月5日(土) 午後6時~8時
場所	春光園 東大阪市横枕8-34
内容	盆踊りの踊り手 10名程度、屋台のお手伝い 3名
集合	午後5時30分 打ち合わせ *参加できる方は事務所までご連絡下さい

ケア委員会だより

7月 提供者募集

月1回から結構です。めざめ事務所までお電話ください。
電話とファックス 06-6724-3114

地区名	利用者	提供内容	提供日、時間など
①若江岩田地区 (稲葉)	80歳代女性	家事援助(掃除、洗濯、 買い物)、話し相手	毎週金曜日 月1回からでも結構です 午後1時30分から3時30分まで
②若江岩田地区 (菱江)	70歳代女性	家事援助	提供者と相談させていただきます
③若江岩田地区 (稲葉)	70歳代女性	家事援助	提供者と相談させていただきます

新事務所への移転が決定しました

平成29年4月度臨時運営委員議事録より、平成28年度の決算と29年度予算について、「会計監査も滞りなく終了したが、西村監査から赤字予算案については、運営委員会で良く検討をお願いしたい旨の指摘」を頂きました。

従って、平成29年5月18日の運営委員会にて支出を抑えるため、めざめを一から出直し、現在の収入に見合った家賃の事務所があれば、そこへ移転することもやむなしと決定して、事務所移転プロジェクトチームを結成いたしました。メンバー：(敬称略) 堂前代表、北村憲正(チームリーダー)、伊藤副代表、田中、三角、北村博子、合計6名。平成29年5月22日13時30分からめざめ事務所にて第1回目会合を、その後数回開催。

また、事務所を移転すると活動場所がなくなる同好会に対して、年1万円の同好会への活動助成金を利用して、会場を自ら手当することをお願いするとの結論となりました。

(会計報告は必要です。)

新事務所選考の前提

- ①現行の事務所家賃7万5千円のおよそ半額、3万から4万円を目標とする。
- ②公共交通機関駅より徒歩10分以内
- ③道のりに急な坂道でないこと。
- ④1階にあること。(階段の上り下りがないこと)
- ⑤近隣に会合などに利用できる施設があること。
- ⑥洋式トイレであること
- ⑦車が荷物の積み下ろし程度停められるほどの道幅がある。

以上7点をクリアする物件を5月29日の会合までに提示するよう要請した。

6月15日の運営委員会で、A案の田村荘を契約することに決定した。先に述べた7点をクリアすることに加え、行き先の目印として、石切神社正面を飾る一番南の鳥居南斜め向かい「ゆうホール」の東隣と非常に分かりやすい所です。新石切駅より山に向かって広い歩道を歩く。額田駅からは下り道。(家賃は月40,000円(税込み)敷金・保証金なし)

今後の日程予想

- ①現事務所の契約解除願いの提出、6月末日までに行う
 - ②新事務所の代理店へ契約日は7月1日をお願いする。
 - ③移転日は、8月11日(山の日)とする。
 - ④原状回復：契約内容を確認し、契約者の同意を得て実施する。
 - ⑤備品の整理、廃棄か移動を確認し実施する
- 事務所移転プロジェクトチーム

コミュニティカフェ推進委員会からのお知らせ

コミュニティカフェに関する情報提供 その5（最終回）

総合事業について／委員長・田中幸夫

今回は第5回目（最終回）、「総合事業に関すること」と「全体のまとめ」です。

「総合事業」は、「市町村が中心となって、地域の実情に応じて、住民等の多様な主体が参画し、多様なサービスを充実することで、地域の支え合い体制づくりを推進し、要支援者等に対する効果的かつ効率的な支援等を可能とすることを目指すもの。」と謳われています。私の解釈では、「超高齢社会を迎え、今までの制度のままでは介護保険財政が破綻する。軽度の方については、各市町村の責任で、介護に関する新たな仕組みを作りなさい。」ということになります。

東大阪市では、平成29年度から、「訪問型助け合いサービス」「通所型つどいサービス事業」に対して、運営のための事業経費（家賃・光熱水費となど）の補助を始めました。補助は、経費と補助金を比べて、少ない方の額が支給されることになっています。詳しいことは割愛しますが、どんなにやっても、この事業で“金儲け”することは困難です。皆さんご存知のように「NALCめざめ」は「訪問型」にエントリーしていますが（4/1現在、[訪問型]は4グループ、[通所型]は23グループがエントリー）、「通所型」については、当分の間は様子を見ることが得策と思われます。

なお、大東市（人口は約12万人、東大阪市のおおよそ4分の1です）は、昨年度から「総合事業」を開始していますが、すでに、100か所以上の「集いの場」（週1回以上の開催）が運営されています（経費補助の制度はありません）。28年度実績で介護給付費〔通所・訪問計〕を1.3億円削減しています（29年度は2.5億円削減予定となっています）。

以上で、「会場」「内容」「意義」「経費」「総合事業」に関する説明がすべて終わりました。

最後には「まとめ」です。昨秋、「東大阪市『集いの場の会』」主催で開催されたイベント「『集いの場』の集い」で、「NALCめざめ」の顧問でもある前田正道氏が基調講演で話されたものを引用します。



- ◇いろいろなカタチがある。
- ◇地域の中で「社会的孤立」を防ぐことができる。
- ◇「出番」と「役割」がある。
- ◇共に助け合い・支え合う、互助の役割・機能がある。
- ◇絆や共感が生まれ、地域力を強めていく。
- ◇地域のセーフティネット、官民協働の「公共事業」。
- ◇「新しい総合事業」の要であり、土台となる。

今後、「場所」や「ひと」について、会員の中から手を挙げてくださる方があれば、運営委員会で「NALCめざめ」としての取り組み（内容、頻度や時間帯、経費などについて）を具体的に検討、『カフェ』の開設、運営に繋げていきます。手を挙げてくださる方を、お待ちしております。

「コミュニティカフェ・勉強会」を、5月、6月に開催しました。ご希望があれば、第3回目を開催します。ご用命ください。また、「資料（縮刷版）」があります。入手を希望される方は、事務所まで連絡ください。

「場所」や「ひと」の情報、「勉強会」開催希望、「資料」入手希望、ご意見・ご感想やご質問は、「めざめ」事務所までお願いします。どうぞ、よろしくお願いします。

サロンってどんなことをしているのでしょうか。
東大阪市で活動しているところをいろいろと訪ね歩く企画をします。コミュニティカフェの推進委員会からのお知らせにあるように、いろんなカタチがあると。
どんな会場で、どんな内容なんだろう？

「サロン」を訪ねて！ ①

北石切自治会館（北石切町17-11）で毎月第3水曜日に開催される「北石切コミュニティ茶論（サロン）」を訪ねました。あいにくの大雨でしたが、大勢の方が参加していました。

かわいいパッチワークの壁掛けのお迎えがあり、受付を済ませ部屋に入ると会員の方々があちらこちらでおしゃべりされています。

10時になると、らくらくトライ体操がはじまり、頭の体操のようなもの、替え歌を唄ったりして身体をほぐします。それが済むとお茶とお菓子で雑談タイム おしゃべりもよし、囲碁、将棋、トランプ、マーじゃん、卓上ゲーム、わらじ作り、手芸などそれぞれの希望で楽しめます。

12時になるとランチタイムです。持参したお弁当や、受付時に頼んでおけるお弁当をいただいたり、自宅に戻って食べるのもよし、自由です。



13時からはその日のイベントです。今回は、包括支援センター（布市福寿苑）の方が地域で元気に過ごすために「介護予防勉強会」と題したお話しでした。今回はフラダンス体験だそうです。

イベントが終わるとまた午前中の趣味の続きを楽しみますが、14時からカラオケも加わります。だんだん慣れて、まるで自宅に居るようにリラックス出来てきます。もっと続きをしたけれど、残念ながら15時に解散となりました。



次回は7月19日の第3水曜日です。よかったら一度参加してみてください。
ホームページは <http://kitaishikiri.html.xdomain.jp> です。

(なお)

なぜ今、「介護を支える 外国人介護士なのか」を考える

(介護保険市民オンブズマン機構・大阪 講演会より抜粋)
青木富子

介護とは、日常生活を営むことが困難になった人に対して、生活行為を支えて、生命を護り、生きる意欲を引き出すこと。(公益財団法人)介護労働安定センターの調査によると、従業員の不足感は70.8%で、理由は「採用が困難である」。原因は「賃金が低い」が57.4%、「仕事がきつい(身体的・精神的)」が48.3%である。介護福祉士の受験数は昨年160,919人、今年は79,113人と半減しているが、要介護の高齢者は増え続けている。平成25年現在、要介護者は564万人、介護従事者は171万人、平成37年度には約250万人の介護従事者が必要とされている。

人口問題研究所推計の人口ピラミッドは逆三角形のまま推移する。多死時代(表1)に対応する待ったなしの改善策を考えていかなければならない。(図1、図2参照)

このような介護現場の問題を解消すべく、EPA(経済連携協定)に基づく外国人介護士の受け入れ(フィリピン・ベトナム・インドネシア)が始まっている。EPA介護福祉士候補者の受け入れ実績は全国で平成28年度671人、29年度763人の見込みであるが、対して求人希望施設は平成28年度1056人、29年度1651人あり、施設の希望する人数の半分しかない。その他、EPA以外の介護人材として、就労目的の在留、身分に基づく在留、技能実習、特定活動、留学生アルバイトなどの外国人就労者(約38万人)がいる。この中で介護職に就く人もある。

現在、施設に外国人介護士の姿を見かけるようになってきた。受け入れた施設では生活文化・言葉の違いの驚きを感じている。

(プラス面)

- ・明るい性格の人材が多いので利用者も笑顔になる。
- ・「遠い所から来てくれて」と利用者から感謝の意を伝えられることがある。

職員からは

- ・難しい日本語を勉強しながら大変なお仕事を頑張っていると励みになる。
- ・異文化に触れて、日本がいかに恵まれているか理解できる。
- ・初歩的なことから教える中で職員の勉強になる等が聞かれる。

(マイナス面)

- ・日本語(大阪弁)が通じず利用者の思いが通じないことがある。

職員からは

- ・日本語の記述間違いで、業務が増えることがある。
- ・サービスの質を維持することに常に心配がある。
- ・学習時間や集合研修などで業務を抜けてしまう等の声がある。

日本は介護士の不足を、積極的な外国人受け入れで補おうとしているが、しかし外国人介護士には単純な仕事を渡すなどという人手不足の補完のみで考えるのではなく、EPA協定による技能移転という趣旨に沿って対応することになる。日本人と同様に適切な処遇の確保をしなければならない。そしてサービスの質の担保をするとともに、最終的に利用者の不安を招かないようにすることを期待する。

「おじいちゃん、これ食べ」と覚えてたての日本語で話されている利用者は、今までと違う介護者に戸惑いながらも受け入れているという。20年後の私はどうだろう、言葉のニュアンスに戸惑うかな。意外と明るく親切なので馴染むかな。お世話を上手にしてくれたらそれでいいのかな？

5年前にスウェーデンへ行き、責任者以外はほとんど移民介護者という高齢者施設を見てきた。遠からず日本の姿も似てくるのかもしれない。否、二足歩行のロボットが「お元気ですか」というかもしれない。とにかく要介護高齢者増と人手不足は現実問題なのだから。どんな風が吹こうとも、我々は相当の覚悟がいることは確かである。

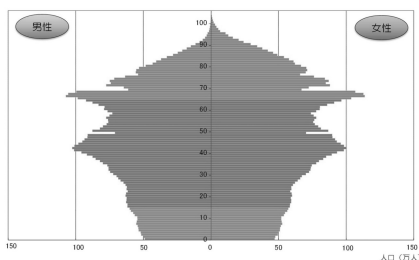


図1 2015年国勢調査 平成27年(2015)国勢調査



図2 2015年国勢調査より、25年後(2040年)の推計

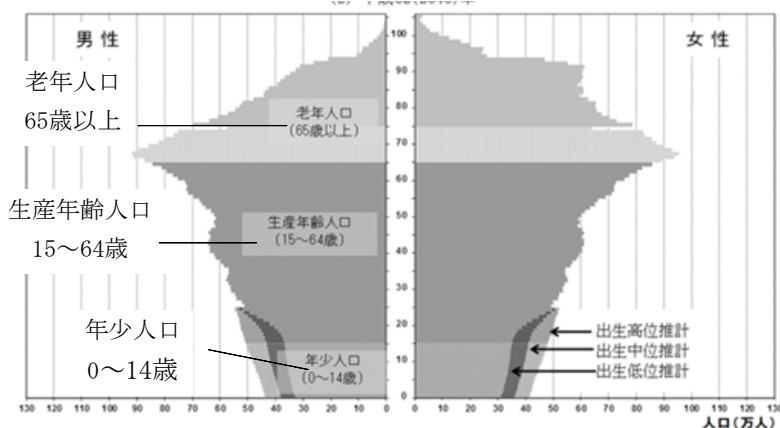


表1 出生数・死亡数の推移見込み(人)

	2015年	2025年	2040年
死亡数	1,311,000	1,537,000	1,669,000
出生数	952,000	782,000	667,000

介護保険市民オンブズマン機構大阪(通称0-ネット)とオンブズマン活動とは

0-ネットは2000年にできたNPO法人です。特養・有料老人ホーム・グループホームなど50カ所以上の施設で活動を展開。2人で施設を月2回訪問し、介護の現場を実際に見て、利用者の苦情・要望、第三者の立場から観察して気づいたことを施設に伝えて改善を促す活動を続けています。入所している人が「自分らしさ」を失わないで暮らすには、第三者によるサポートが必要ではないか。施設介護の質の向上のために「介護保険の隙間を埋める事業」を市民が担おう。ひいては自分たちが入りたいと思える施設を増やすことにもつながる。そういう考えで活動を続けています。

事務局だより

新入会員ご紹介 (平成29年6月末)

敬称略

宝田 淳代
ほうだ すみよ

(上石切町)

どうぞよろしくお願
いいたします



1. 時間預託活動実績(5月分) 人数は実人数 サービス利用人数 12人

めざめ提供	講師	事務所当番	コーディネーター	合計
23人	2人	15人	0人	40人
108点	6点	74点	0点	188点

2. 奉仕活動実績(5月分)

434点(内訳 福祉 11点 ナルク活動 423点) 68人

3. 会員の動向

男 105名 女 221名 合計 326名 237所帯(5月末)

4. 地域別会員数

やまなみ地区 161名 岩田地区 87名 ゆめ地区 64名
大東地区 8名 その他 6名

* 移送サービスのガソリン代変更について

従来の1km30円のガソリン代が、6月25日より、1km50円となりました。ご理解いただきますようお願いいたします。

2017

街かどデイハウス



だより

催し物のご案内(7/16~8/15)

開所日	当日の主な催し物		開催場所	
	午前	午後		
7/17	月	休み(海の日)		
7/18	火	運動機能向上	抹茶	街かど
7/19	水	運動機能向上	フラワーアレンジメント	街かど
7/21	金	認知症予防	手芸	街かど
7/24	月	認知症予防	マーじゃん	街かど
7/25	火	運動機能向上	ちぎり絵	街かど
7/26	水	運動機能向上	手芸	街かど
7/28	金	認知症予防	はがき絵	街かど
7/31	月	認知症予防	マーじゃん	街かど
8/1	火	運動機能向上	はがき絵	街かど
8/2	水	運動機能向上	カラオケ	まねきねこ
8/4	金	認知症予防	習字	街かど
8/7	月	認知症予防	マーじゃん	街かど
8/8	火	運動機能向上	習字	街かど
8/9	水	運動機能向上	手芸	街かど
8/11	金	休み(山の日)		
8/14	月	休み(盆休みは14~16日)		
8/15	火			

街かど講師のご紹介8
手芸

今回は、第2、第4水曜日の手芸の先生 藤森美千代さんをご紹介します。先生は、子供の頃からお母様が手芸をされていたので、とても興味があり、洋裁学校を卒業後、フランス刺繍にはまりました。形にはまらない自由な刺繍が性に合ったとのこと。結婚後も茨木市の実家近くの手芸の先生の所や、南海電鉄羽衣にある教室に通われて手芸を楽しまれました。

街かど講師になられたのは最近で、2年前ご主人様が亡くなられ、自宅に開いておられた教室も閉めて、一年ぐらいたった頃、ご近所で昔着物着付けでご縁のあっためざめ会員の木下洋子さんが訪ねて来られて講師の話がまとまったそうです。

街かどでは今までビーズ飾りを付けた手提げ袋、金襴生地でお雛様、今月は刺繍で書いた色紙を作りました。来月はお人形です。

先生は、好きな事をしていて楽しいし、月2回の合間の2週間は忙しくあっという間に過ぎるとか、受講者も時間が直ぐに経つとおっしゃいます。手芸の他「いのちの貯蓄体操」や週1回の草引きボランティアで外に出られ、心も体もとても健康的な生活をしてられるように

「いのちの貯蓄体操」

運動法と食養法で気血の流れを整え、体質を改善する。特徴は「呼吸法」「発声」「力を抜く」。東洋医学の力で身体の芯(インナーマッスル、関節、内臓)を調える生命の貯蓄体操、ストレスで緊張している身体、老化で縮んできている身体、疲労やコリで固まっている身体を“呼吸法”と“動き”で緩めていきます。普及会HPより



お問い合わせ

電話 072-980-704

7～8月行事予定表

7月16日～8月15日

月	日	曜日	行 事	時 間	場 所
7	18	火	ケア委員会	10:00～12:00	めざまめ事務所
	19	水	事務所パソコン同好会	10:00～12:00	めざまめ事務所
	20	木	7月度運営委員会	14:00～16:00	めざまめ事務所
	21	金	カラオケ同好会	13:00～16:00	まねきねこ新石切
	23	日	日曜健康麻雀・囲碁・将棋同好会	13:00～17:00	めざまめ事務所
	25	火	卓球同好会	10:30～15:00	めざまめ事務所
	27	木	手芸同好会	13:00～16:00	めざまめ事務所
	29	土	卓球同好会	10:30～15:00	めざまめ事務所
8	2	水	事務所パソコン同好会	10:00～12:00	めざまめ事務所
	3	木	研修委員会	14:00～16:00	めざまめ事務所
	4	金	広報委員会、会報印刷	10:00～15:00	めざまめ事務所
	5	土	卓球同好会	10:30～15:00	めざまめ事務所
	5	土	春光園ボランティア参加	17:30～20:00	春光園
	7	月	習字同好会	13:30～15:30	めざまめ事務所
	8	火	卓球同好会	10:30～15:00	めざまめ事務所
	9	水	大東地区ふれあい交流会・説明会	10:00～11:00	大東市立市民会館
	9	水	めざまめ訪問型お助け隊委員会	14:00～16:00	めざまめ事務所
	10	木	街かど委員会	14:00～16:00	街かど
	11	祝日	事務所引っ越し		
	12	土	ゆめ地区ふれあい交流会	10:00～12:00	青少年女性センター
	12	土	若江岩田地区ふれあい交流会	10:00～12:00	めざまめ事務所
12	土	やまなみ地区ふれあい交流会	10:00～12:00	東体育館	
			13(日)～16日(水)はお盆休みです		

おしらせ

*事務所移転について

6月15日の運営委員会で場所が決定され、総会において
 いろいろな意見がありましたが、身を切る決断となりました。

新事務所住所

東大阪市東山町14-16 田村荘105号室

石切神社南の鳥居より南斜め向い、ゆうホール隣り

7月1日より契約します。現在の事務所は、8月末までの契約です。

今の事務所にある個人の持ち物は早めに引き上げてください。
 また、不要となるもので、欲しい方は事務局へ申し出てください。
 ただし、引き取りは各自の責任でお願いいたします。
 引き取り期限は、8月18日(金)までとさせていただきます。

移転日は、8月11日(山の日)を予定しています。



編集後記

いよいよ引っ越しが決まった。大きな場所から小さい場所に移るのはなかなか難しいし、寂しさも伴う。でも、新しい気持ちで、負けない心で頑張るしかない。
 ボランティアとして少しでも人のためになるようにと頑張ってこられた方々に恥じない活動を続けて行かねばと思う。