

生き生き ほっと通信

認定NPO法人
生き生きネットワーク



〒420-0882 静岡市葵区安東1-23-12
TEL 054-209-0700 FAX 054-209-5700
E-mail npo_ikiiki@pure.ocn.ne.jp
URL <http://npo-ikiiki.net/>

No. 131

「もぐもぐキッチン」

代表理事 杉本彰子

藤枝にベーカリーカフェ「風」というお店があります。正式には「藤枝市地域支援センター風」NPO法人です。そこでは仕事ができない人たちが軽作業や創作活動をしています。その代表は「岸」さん。大変な努力家。

次男さんが交通事故に遭遇し一命は取り留めましたが重い後遺症を患うことになったのです。預かってくれるところもなく、全く別の分野から初め農業を経てパンは小麦粉から作り、2011年「グループホーム緑の風」を設立。次男さんも入所しています。「風」さんのパンはとにかく美味しい！先日も総会後の懇親会では風さんのサンドイッチ、スパゲティ、太巻き、ピザ、焼売などいつもの心のこもった沢山の料理を作ってください、大好評でした。

私達のもぐもぐキッチンは“居場所”からスタートしました。皆さまが楽しく集い、語り合う場です。コロナ禍からお弁当を販売しています。以前のようにイートインを始め、お客様と語り合いたいのですが4年前には戻れません。

様々な事情で助けてくださる方々がいないと出来ません。具体的にはスタッフが足りません。風さんのような小麦粉から作って、とはいきませんが食事を作ってください方、接客が楽しいと思える方、短時間だけ働ける方、朝早く働ける方、ボランティアとして手伝ってくださる方など募らせていただきます。

現在もぐもぐキッチンのメンバーはとてもいい仲間ですが。本業があつてのメンバーで呼ばれれば様々な現場に行かなければなりません。居宅訪問など。年齢などは問いません！紙面をお借りしてですが、よろしくお願ひします。

新しい出会いが始まりますよ♪面接はいつでも可能です。

ひとりひとりが生き活きと生きるために、わたしたちは個々人の生活を大切に、できるかぎりの知恵をしばります。「できるできないではない。やるかやらないか」-スタッフ誓いの言葉-

「近況：87歳の母と57歳のバツイチ独身男」

評議員 高島 利充

(デザイン事務所 オフィストイボックス代表)

活き生きネットワークさんとの長いお付き合いの中で、高齢者の介護に関していろいろなお話を伺っていましたが、まさか自分に強烈な試練が待ち受けていようとは2年前までは夢にも思っていませんでした。

母はいつまでも元気であるものと心のどこかで根拠もなく思っていました。しかし、80年以上生きていけば身体のどこかにガタもくるでしょう。数年前から腰が痛いと言っていた母は「脊柱管狭窄症」の手術を受けることになりました。母にとっては人生初の大きな手術でした。

手術は無事に成功したものの、そう簡単に母の期待通りに歩けるようにはなりません。この時、母の心と身体に大きなズレが生まれました。「手術は成功したのに、なんでスタスタ歩けないの?」「もうずっとこのまま思うように歩けないの?」85も過ぎた人間が大きな手術をして、そんなにすぐ回復して若い頃のように歩けるようにはなりません。その事実を母の心は受け入れられません。

母はだんだん落ち込むことが多くなり、ついに「老人性うつ」と診断されました。その後大きな事件が2度ほどあり(あまりにもショッキングなためここでは伏せさせていただきますが...) 県立こころの医療センターに入院。歩行リハビリも途中だったのに他科への入院となってしまったため、退院してもなかなか歩くことはできません。

それから週に何回もの通院と月に一度の大きな検査の日々が始まり、そしてそれは今も続いています。自営業で「自宅」=「職場」のため、常に母とはひとつ屋根の下におり、自分も心身ともに疲れが溜まっていくのがわかります。母の世話をするたびに、「ああ、活き生きネットワークさんはこんなに大変な仕事を毎日笑顔でこなしているんだ」と、あらためてその事業の必要性とご苦労が身に染みてわかりつつある今日です。

理事会のお知らせ

7月25日(木) 18:30~20:00 場所:くすくす2号館 2F

8月24日(土) 10:00~12:00 場所:くすくす2号館 2F

いきいき研修会のお知らせ 場所:くすくす2号館 2F

7月19日(金) 18:30~20:00 「NPOって何?」

講師:岡田 実&杉本昭夫

8月30日(金) 18:30~20:00 「コミュニケーションスキルとしての手話講座」

講師:谷脇葉子さん

(静岡市青少年子ども若者相談センター)



新しく理事さん評議員さんに加わっていただきました♪

✿ 相原雄治さん (株)アセットコンサルティング代表

本年度より理事を拝命いたしました。私は、個人の生活設計や不動産、相続を中心にファイナンシャルプランナーとして活動しています。微力ではありますが、活き生きネットワークの皆様や利用者の皆様のお力になれるよう頑張っていきたいと思っております。何かあればお気軽にお声掛けください。フットワーク良く対応させていただきます。



✿ 水野正志さん カーサフェリーチェ代表



本年度より活き生きネットワーク様の理事を務めさせていただくことになりました建築士の水野です。昨年くすくす2号館の建設で初めてお会い致しました。すべては(活き生きネットワーク)係る皆さんの人柄に惹かれ工事をお受けさせていただき、今後も建物の維持管理に努め、私に出来る事はお手伝いさせていただきますので今後共宜しくお願い致します。

✿ 袴田靖子さん 学校法人国際ことば学院理事長

留学生に日本語を教えながら、何より大切なものは「共感する力」だと感じています。私のモットー、相手の身になって考える…これは、「活き生き」さんの活動理念にも通じるものではないかと思っております。この度理事の一人に加えていただくことになり、共に成長できるような関りを目指していければと願っています。



✿ 高橋邦典さん 静岡県社会福祉士会会長、ソーシャルアクトポラリス代表



私は3月まで県社会福祉協議会常務理事を務めていました。県庁福祉長寿局時代から交流があり、県ボランティア協会の理事仲間の杉本代表からお誘いいただき、このたび評議員に就任することとなりました。現在はソーシャルワークのほか、福祉介護アドバイザーの活動もしています。微力ながら福祉・介護の向上に努めてまいりますので、よろしくお願いたします。

✿ 黒川彩子さん きみのスペースまんま代表

活き生きネットワークさんには、プライベートでは子育てを支えていただき、仕事では不登校支援に関してご相談させていただくなど、様々な場面で助けられています。介護や育児など大変なご家庭を笑顔で包み込み、励ましてくださる皆さんと一緒に、私もできる事を頑張っていきたいと思っております！評議員として少しでもお役に立てたらうれしいです。



✿ 杉山昌弘さん 安東地区社会福祉推進協議会会長



このたび評議員になりました杉山昌弘です。現在は、地元の安東地区社会福祉推進協議会会長として活動しています。活き生きネットワークが地域の中で期待される役割はますます大きくなっています。さらに発展していくために評議員として、安東地区社協との連携を深めながらできることを協力していきたいと考えています。よろしくお願いたします。

令和6年度通常総会を開催いたしました



6月15日(土)、くすくす2号館多目的室にて通常総会を行い、令和5年度の事業報告と決算報告を採択いただきました。新型コロナウイルス感染症が5月より5類に移行し、各事業所で日常を取り戻しつつある活動や人とのふれあいや交流の再開状況を報告いたしました。

また、11月にはくすくす2号館が完成し、12月にはにこにこが移転、2月には発足40周年、NPO法人認証25周年の記念イベントを開催いたしました。のびっこハウスやにこにこをはじめ、各部門によっては多くの利用申し込みをいただいている状況です。人員体制の整備が急務であり、課題を共有しながらご意見を伺いました。

令和5年度は設備投資や記念イベントにより8年ぶりの最終赤字となりましたが、積極的な投資の効果が現れ始め、年度末から収入は安定しております。運営面・収入面において、約3年間のコロナ禍の苦しみを乗り越え、ようやく落ち着きを取り戻してきたことをご報告し、ご理解を賜りました。今後とも、皆様のご支援をよろしくお願い申し上げます。

※事業報告書詳細につきまして、ホームページをご参照ください。



介護職員初任者研修を行っています

令和4年から行っています「介護職員初任者研修資格」取得の講座を、5月14日から7月9日までの16日間、くすくす2号館で行っています。参加者は、家族介護・子育てや障がい者施設、子育て支援活動をしている方々で、研修と両立できるよう皆さんが互いを尊重し、良い雰囲気クラスとなっています。受講生さんからは、「この研修が日々の仕事や生活に役立っています」「分かったつもりがついていけなくて、気づけば学友に助けられています」「我流で親の介護をしましたが、もっと早くこの方法を知っていれば、親も自分ももっと楽にできたのではないかと思います」等々、皆さん目標をもって取り組んでいます。



体位変換介助



入浴介助



車いす介助



静岡市委託事業静岡市緊急サポートセンター 支援スタッフ研修会を行います

病児保育やベビーシッター、子育て支援に興味のある方、子どもの病気のことなど
素晴らしい講師の方々の元、一緒に勉強しませんか？誰でも参加可能です
子育てや保育にとっても役に立つ講座です。1コマでもOK！お問合せください♪



日程		内容	講師
6/26 (水)	10:00～12:00	オリエンテーション ～病児保育・緊急サポートセンターについて～	杉本彰子代表理事 認定NPO法人活き生きネットワーク
	13:00～15:00	小児看護の基礎知識② ～症例検討を中心に～	大石志津さん 静岡県立こども病院看護師
6/28 (金)	10:00～12:00	保育のこころ ～いまどきの子育て事情と変わらない子育て～	石川すみ江さん 静岡中央子育て支援センター所長
	13:00～15:00	心の発達とその問題① ～乳幼児の心の育ちと子育て支援～	森憲世さん 臨床心理士・公認心理士
7/3 (水)	10:00～12:00	子どもの栄養と食生活 ～病児の栄養・健康管理～	中谷杏奈さん 栄養士・調理師
	13:00～15:00	子どもの遊び ～願い事がかなう七夕飾り～	大川美佐子さん 中部支部代表 あそび子育て研究協会
7/5 (金)	9:30～12:30	普通救命講習Ⅲ ～小児・乳幼児・新生児の心肺蘇生法・AED	千代田消防署 消防OB指導員
	13:30～14:30	わが家と地域の防災対策	葵区役所地域防災係
7/10 (水)	10:00～12:00	小児看護の基礎知識① ～子どもの病気とそのケア～	荒井裕也さん 静岡県立こども病院看護師
	13:00～15:00	子どもが快適に過ごす為にケアと環境作り サポート事例紹介	高橋真由美さん 保育士主任 認定NPO法人活き生きネットワーク
7/12 (金)	10:00～12:00	心の発達とその問題② ～発達障害や不安定な子との関わりについて～	稲葉俊彦さん 主幹 社会福祉士 発達障害者支援センターきらり
	13:00～15:00	身体の発達と病気 ～子どもの生理機能はまだ未熟～	岡村暁美さん 副理事・看護師 認定NPO法人活き生きネットワーク
	15:00～15:15	閉講式	緊急サポートセンター事務局

※会場は活き生きネットワークくすくす2号館で行います。(静岡市葵区安東1丁目26-14)
申込みは、緊急サポートセンター054-209-0899までお電話ください♪

緊サポ研修の感想(心の発達とその心 発達障害者支援センターきらり稲葉先生の講義)

褒めて自己肯定感を高めていくが、なかなか褒めるのも難しい。でも今日のお話を聞いて「ほめる」の定義を広めるというのを聞いて安心できた。

笑顔で「おはよう」とあいさつしたり、「ごはんおいしいね」などでも褒めるに含まれる
実況中継にあたたかい言葉を添えるだけでも、褒めているといえると教えていただき
普段からできていることだったので、自分の支援に自信が持てました。



4/20(土) フリーマーケット行いました♪



4月20日(土)フリーマーケットを行いました。今回は藤枝のベーカリー風さんと珈琲のcanvasさん、ご近所の和菓子屋さんの角屋さんにも出店していただきました♪
お天気も良く、大変多くの方に来ていただき食べ物は完売しました！
次回のフリマは11月16日(土)となります、ありがとうございました♪



くすくす2号館じゃがいも収穫しました♪

今年の始めにくすくす2号館の花壇にじゃがいもの種芋を植えました。
カカシを作って畑ぼくして(笑)みんなで収穫を楽しみにシャワーの水やりも頑張りました！
そして6月、いよいよ収穫です。茎にヒモをくくりつけて引っ張って抜きました。
少しでも皆に味わってほしいので、蒸かしてポタージュにして舐めたり匂いを嗅いだりと楽しみました。たくさん獲れた分は一袋150円で販売し、あっという間に完売しました♪



キタアカリとメイクイーンです



のびっこハウス動物園に親子遠足に行ってきました♪

5/18(土)、日本平動物園に親子遠足に行ってきました♪行く前から「あと3回ねたらどうぶちゅえん！」と楽しみにしていた子どもたち。スタンプラリーの絵を見ながら散歩し、「次はこっち！」と案内してくれたり「カメがみたい!!」と好きな動物を目指したりそれぞれのペースで楽しみました。お昼から芝生広場へ行きお家の人と「なべなべそこぬけ」やお菓子取り競争などみんなでひと遊びしました♪子どもたちの笑顔が見られてスタッフも嬉しい1日でした。またこういった機会をつくってほしいと思います♪



のびっこハウス&エンジェルハウスの日常です♪

暑い日が続きのびっこエンジェルでは6月から少しずつ水遊びを午前中にしています♪泡を作ると大喜び！暑い日でも元気いっぱいです。そして水遊びの後はお昼ご飯です、もぐもぐキッチンで給食の子やお弁当の子、みんなそれぞれのペースで食べます。ゆっくり食べる子、あっという間に完食する子、ソース掛けてと濃い目の味が好きな子みんな違ってみんないい、ですね。今年は暑い夏になりそうなので水遊び楽しみです！





安東夏まつりのお知らせです



少し先の話ですが、8月17日(土)に安東中学校で安東夏まつりが行われます。

毎年活き生きネットワークも参加させていただいています！昨年はくじ引きとお絵描きせんべい、手作りにんじんケーキを販売しました♪今年はまだ未定ですが、子ども達が喜ぶ出し物を検討中です。ぜひ遊びに来てくださいね！

日時:令和6年8月17日(土) Pm15:30~20:00

場所:安東中学校グラウンド(駐車場はありません)



新人紹介

はじめまして、6月から活き生きネットワークで働かせてもらっている滝本です。

兄が発達障害を持っていることから障がい児・者分野に興味を抱き、看護師として関わらせていただくことになりました。スタッフの皆様の温かいご指導の下、利用者様が楽しく過ごせるよう頑張りたいと思います。よろしくお願いいたします。



滝本彩乃(看護師・重心デイにここを担当)

中古のタオル、綿の服ゆずってください

活き生きネットワークでは中古のタオルや綿100%の服を使って、ウエスに利用しています。これからの季節には色々なことに活用できるので、不要なタオルなどがある方は、譲っていただけると助かります。取りにも伺うので、よろしくお願いいたします！



事務局:054-209-0700

*汚れがあっても大丈夫です！

編集後記

家の模様替えをしました。昔から模様替え大好きな私なので今回も家族が寝ている隙に一人で静かに重い家具を少しずつ動かします(笑)コタツにさよならをしてスッキリ。部屋の隅にラグを敷き、ダイエット振動マシンとヨギボーを置いていい感じ！でも気が付くと、いつも娘と犬が気持ち良さそうに寝ていて、ダイエットマシンにいつまでも乗れない私です(笑)

森藤キョ

