NPO法人もの会通信 第54号（2015年4月15日発行）

かがやきながら

春季号
No.54

西荻・まちふれあい かがやき亭 開設5周年を前にして

NPO法人 もの会 理事長 大井 妙子

この 7 月には早いもので、西荻・まちふれあい かがやき亭は開設 5 周年を迎えます。年代を超えて、人と人とが繋がる“ 居場所作り ”と安全で美味しい食事提供という開設の目的はほぼ達成されていると思います。これもひとえに皆様の温かいご協力のたまものと深く感謝しております。

この春、嬉しいニュースがありました。職業能力開発総合大学の高橋一代さんが「高齢者のまちのなかの居場所」をテーマとしてかがやき亭を対象とした、研究が卒業論文としてまとまり、その成果が届きました。111名へのアンケートと11名のインタビューをもとにして、様々な角度から調査・研究されたユニークで力の入った論文です。その論文の中のまとめで印象的だったのはかがやき亭を利用されている人が利用の少ない人、あるいは初めての人をそのコミュニティーの輪の中に引き込む行為があり、その相乗効果として交流の生まれやすい場所になっているという記述です。また、アンケートの中に

○ 健康的な食事が安く提供され、趣味を通じて人と交流が出来る理想的な場所である。
○ 介護保険にこだわらず、好きな時に利用できる。
○ 過ごし方にとらわれないで、利用しやすい

などのご意見がありました。

また、講座や軽い運動、数人で簡単な料理がしたい、映画の上映、夕食の提供などのご要望があり、これからの課題となりました。届けられた卒業論文を前にして、何よりも勇気づけられたのは若い人が迫りくる超高齢化社会を目前にして、真剣に取り組んでいる姿勢でした。そして、国の制度だけでは解決されないと考え、居場所としてのかがやき亭の存在にスポットをあてて調査し、私たちに様々な示唆や課題を投げかけてくれたことでした。

NPO法人もの会を設立し、桃三ふれあいの家を開設して 16 年になりました。16 年前にはNPO法人が介護保険制度開始と同時にその事業を始めるというのは全国でも例が少なく、開始当初は全国から毎日多くの見学者の訪れがありました。どこにもモデルがなく、全てが手さぐり状態でした。最初から（地域づくり）を意識し、それを理念に掲げたスタートでした。行きつ戻りつを繰り返しながら皆様の温かい参加、熱い協力で現在に至っております。その間、最も困難だったのはNPO法人が持つべき運動性とそれを継続していくための経営面との両立でした。特に介護保険事業は、様々な規約と責任があり、スキルの上でも高い能力が要求され、ともすれば経営面だけに偏りがちになります。しかし、運動性が欠如したNPO法人には存在の理由がありません。先に思いがあり、それを形にしていく過程には紆余曲折がありました。また、NPO法人であるからには平等な立場、自由な発言の場を担保していきたいという強い思いがありました。様々な考えの人の発言を聞き、時には傷つき立ち往生したり、時には自分を奮い立たせて柄にもなく強いリーダーシップを発揮したりのこれまでです。

現在、かがやき亭・桃三ふれあいの家を通じて地域の人々の参加と協力の流れが大きくなり、それによって生かされ支えられている喜びを感じています。この喜びを多くの人と感じ合うことで混迷の続く“ いま ”に小さなあかりをともし続けていけると思います。地域をもっと良くしていきたいという運動性と経営面の両立に伴う困難はまず想いがあるという性善説の上に成り立っているNPO法の持つ宿命でしょう。だからこそ参加と協力という希望が生まれてきます。

さて、ところでNPO法人もの会はさらに進化していくために認定NPO法人になるべくただいま準備をしております。予想していたより遥かに高いハードルですが、承認されれば大きな前進になります。認定NPO法人になるとどんな良いことがあるか、下記をご覧ください。

どうぞ、参加と協力をお願いしいたします。

認定 NPO 法人のメリット

*もの会が認定 NPO 法人になると社会的信頼性が向上し、助成金や補助金が得られやすくなります
*また、個人の方にもメリットが出来ました。個人の寄付は、寄付金額のおおよそ半分が税額控除されます
例えば（寄付金 3 万円―2000 円）×0.5=1 万 4 千円が確定申告するときに税額控除されます
*相続財産の寄付についても、寄付した分は課税対象から除かれます。

かがやき亭 おかげさまで5周年

人と人のつながりが広がる場所

猪鼻 徳寿さん

猪鼻さんはまちの活性化の権化のような人。頭の中は次々と新しいアイデアで一杯!!現在、西荻窪商店会会長としてその活躍ぶりに少しハラハラするくらいです。頼もしい太陽のような存在です。

5 年前、大井理事長より「おいしい料理が食べられて、お年寄りが安心して集まれるスペースを作りたいのだが、いい場所はないですか?」という相談を受けました。すぐに、元三益庵のオーナーである小林さんに相談しました。二の足を踏む小林さんに娘さんが「お父さんも社会貢献をしたら!」と背中を押してくれ、杉並区の空き店舗対策の 1 号店（2 号店はなかったそうです）として「かがやき亭」が誕生しました。かがやき亭の「生きがい活動」を通じて人と人のつながりが広がっています。そこに行けば、誰かがいる。逆に、「今日はあの人いないねえ」がわかる。地域コミュニティーのきっかけになる場所として定着したと思います。

［スタッフより］ いつも、忙しそうにしている猪鼻さん。地域の仕掛け人として、これからもかがやき亭をよろしくお願いします。（聞き手／宮浩子）

愛情の交換の場に

川瀬 由紀子さん

かがやき亭の開設以来、月に2度の歌の会の指導や、伴奏のボランティア講師をしていただいています。

かがやき亭で、皆さんと歌っていると始め少し元気のない人でも、ほっぺがだんだんピンクになって来て、その方の活力が溢れてきます。私にとって、かがやき亭で過す時間は愛情の交換の場となっています。ピアノを弾く私の気持ちが皆さんに伝わって、さらに増幅されて私に返ってきます。そして　どんどん素晴らしい相乗効果が生まれてくることを実感しています。私の夢ですか?チョット恥ずかしいけど、この際思いきって言います。私の夢は世界で演奏することです。又最近ケルト音楽に関心があって、アイルランドで演奏してみたいなあ。

［スタッフより］ 川瀬さんの夢が少しでも早く実現しますように。夢は人に話すことで、案外、早く実現するかも。どうぞ自信を持って進んでください。いつも明るく熱心に指導して下さってありがとうございます。（聞き手／大井妙子）

人とのふれあいは一番の元気の元

小林 光寿さん

かがやき亭がある三益ビルのオーナー。小林さんはほぼ毎日のようにかがやき亭に来て下さっていて、訪れる人は小林さんの優しい笑顔に迎えられて「まるで自分の場所に帰ってきたような気分になります。」

――小林さんにとってかがやき亭はどんな場所ですか?
なんたって ここは憩いの場所だよ。いろんな人と話が出来るしね。人とのふれあいは一番の元気の元だね。いろんな人と友達になったよ。女房が先にいっちゃってね。かがやき亭がなかったらいわゆる " ひきこもり " になっていたね。先だってもね、持病が少し悪くなって 2 週間ばかり入院していたら、かがやき亭の常連さんやスタッフの皆からお見舞いの寄せ書きが届いてね。すっかりうれしくなっちゃって元気が出てきて退院して来ちゃったよ。今度こそ禁煙するよ。かがやき亭のヘルシーメニューの昼食と月 1 回の麻雀の会はずうっと続けていきたいね。

［スタッフより］ 小林さんにお話を伺っていると、改めて " 人生は出会いである " と実感します。そんな出会いの場を提供して下さった小林さんに感謝をしながら、これからも大勢の人にとって素晴らしい出会いの場になりますように、NPO 法人ももの会一同、頑張ります。小林さん、禁煙、頑張ってください。（聞き手／大井妙子）

休憩時間のケーキとコーヒーが人気

飯村 孝夫さん

毎月第2日曜日に開催している「楽しく歌おう会」を主催されています。その指導力とユーモアで毎回満席の人気です。

出会いは、桃三ふれあいの家を利用していた方の紹介です。当初は、他所で指導している会の方の参加が多かったのですが、地元西荻の方が増えました。広さもちょうどよく、声がまとまってきました。休憩時間には、友人が作ってくれる季節のケーキとかがやき亭のコーヒーがみなさんの楽しみになっています。これからもやさしい合唱曲を中心に、リクエスト曲も入れながらいただきたい。

［スタッフより］ 日曜日の午前中、素敵な歌声が響きます。熟男熟女の皆様がちょっとおしゃれをして、ハーモニーを奏でる時間。大切にしていきたいと思います。（聞き手／福田恭子）

人が出会い、集い、支えあう場所

長島 英子さん

大人気の「絵手紙教室」（火曜日）の講師として、市川眞子さんとご一緒に活躍して頂いています。桃三ふれあいの家の絵手紙教室にもいらして頂いています。

私がかがやき亭の「絵手紙教室」に初めて参加したのは 4 年前です。当時、主人を亡くし気持ちが落ち込んでいた時で、以前から習っていた絵手紙も初めは描けませんでした。でも、初めての方も一生懸命に描いていらっしゃる姿を見ているうちに気持ちが楽になり、再び描けるようになりました。以来、週一回かがやき亭に通い、市川さんと一緒に皆さんに教えることが私の欠かせない生活のリズムになりました。ここは、カルチャースクールとは違い、描くだけでなく絵手紙を通して人と人が出会い、集い、支え合う場所。長く続いていってほしいと思います。

［スタッフより］ いつも、明るくお元気な長島さんにも辛い時期があったのだなあと感慨深いものがありました。だからこそ、他の人にも寄り添うことができるのですね。（聞き手／宮浩子）

第二、第三のかがやき亭の開設を望んでいます

中澤 正弘さん

人間大好き、歌が大好き。退職後の生活充実度はおそらくミスター NO1です!! そして月に一回「杉並わかば新聞」（私版）を発行。平和を愛する志が温かな人柄を通して熱く伝わってきます。

――中澤さんにとって、かがやき亭はどんな場所ですか?
かがやき亭の3つのグループの歌の会には出来るぎり参加しています。月曜の囲碁の会も毎回参加です。人生勉強させてもらいつつ、随分人間関係が拡がり、いつも楽しませてもらっています。
――かがやき亭に今後期待するものは?
西荻の南にも東にも、第二、第三のかがやき亭の開設を望んでいます。

［スタッフより］ 愛用に自転車に乗って「こんにちは!」とほがらかな声のあいさつを聞くと、誰でも笑顔になります。さりげなく手助けをする親切な中澤さんにはいつもお世話になっています。

桃井第三小学校の子どもたちとの交流

3年生との交流会（2/25～27）

「3年生との交流会」では、折り紙の吊るし雛をご利用者さんと一緒に作り、楽しいときを過ごしました。きれいにできた吊るし雛は、桃三ふれあいの家に3月いっぱい飾られ、いらした方々の目を楽しませてくれました。（介護職員 中尾智）

1年生朝顔交流（3/9）

1年生の代表6名が去年採れた朝顔の種を丁寧に包んで持ってきてくれました。それぞれの小袋には児童の氏名と心のこもったメッセージと絵が描かれていて、利用者の皆様も笑顔があふれていました。（施設長 梅谷則子）

卒業生を送る会（3/10～13）

毎年行われている「卒業生を送る会」では、6年生から歌（「ロックMYソオル」「ビリーブ」）のプレゼントがあり、ご利用者さんからはふれあいの家の歌である「キラキラ」のお返しと手書きのメッセージ入りの八角箱のプレゼントが送られました。最後は、人生の大先輩との握手でお別れしました。心温まるひとときでした。（介護職員 中尾智）

編集後記

新宿から電車通勤している私の楽しみは、阿佐ヶ谷から見える富士山です。しっかり見えた日は何か良いことがありそうな気がします。

気が付くと街中にも色とりどりの花が咲きほこっています。こんなときは、外へおもいっきりとび出してあたたかい日差しを体中にあびたいものです。

（看護主任　関口記代子）

発 行 所…**特定非営利活動法人ももの会**
〒167-0042　杉並区西荻北2−10−7
TEL：03-5311-3631
FAX：03-5311-3632
E-mail：suginami-momo@r7.dion.ne.jp
HP：http://www.h6.dion.ne.jp~momo3/

発 行 人…大井妙子
編　　集…桃三ふれあいの家かがやきながら委員会（第 54号担当：関口記代子、鈴木美穂、宮浩子、梅谷則子）
題　　字…後藤順子さん
制作協力…寺尾祐一

かがやき亭だより

西荻・まちふれあい かがやき亭通信
2015年 春季号

4月、新年度が始まりました。
春は萌え出る季節、永遠に咲いていてほしくても、
保存も再生もできないのが時間です。
春こそ、この貴重な時間（という資源）を、
自分らしく使いたいですね。
新しく始まる「かがやき亭の時間」をご紹介します。

かがやき亭の新しいプログラム「集（つど）い夕どき」オープン

西荻・まちふれあい「かがやき亭」の開設 5 周年を期に、4 月から木曜日・金曜日にの夕方にオープンしました。「集い夕どき」はお客様同士が対話を通して繋がりを深めていく場所です。仲間づくりのきっかけとして、多彩な話題作りのプログラムを予定しています。

飲食を楽しむのもよし、レコード音楽やお話しに聞き入るもよし、是非をお友達をお誘いの上おいで下さいませ。女性お一人や幅広い年代の方にも安心してくつろいでいただけるあっとホームな場所作りを心がけております。

MENU

「集い夕どき」オリジナルメニューです
料金はすべて各500円です

ドリンク

- ワイン（フランス産 グラス・赤）……
- ビール（中ビン） ……
- 日本酒（新潟・八海山 一合）……
- ウイスキー（余市） ……
- コーヒー（クッキー付）……
- 紅茶（クッキー付） ……

軽　食

- 太田シェフの日替わりプレート ……（日替わり2種＋選べる1品）
- ミートローフ ……
- 野菜ミートグラタン……
- オープンサンド ……
- サラダ&チーズ ……
- 山形名物 引っぱりうどん ……
- ナッツ&チップス&サラミ ……

▶ 注目のプログラム&イベント

たんぽぽ洋裁教室

お子さまのお洋服、ご自分のお洋服、好きな生地で作ってみませんか?ご自分のサイズに合ったお洋服は、とっても着心地が良いものですよ。もちろん、小物類などもお教えいたします。

日時	毎月第一日曜日（4月5日、5月10日、6月7日、7月5日、8月2日、9月6日、、、） 【前半】12時～14時 【後半】14時～16時
場所	かがやき亭
料金	半年会費 3,000円 2時間まで 700円 （+2時間）1,000円 西川綾乃（講師）
問合せ先	TEL&FAX：0465-42-9676 MAIL：aromaroast@gmail.com

第6回南相馬支援チャリティーコンサート

南相馬に心をよせる胸に響く音色

出演	【アリオーゾ、無言歌、白鳥他】 小林公明（チェロ）、林久美子（ピアノ伴奏） 【お話：震災から4年。南相馬で見た現実】 吉田阿津子さん （NPO法人杉並冒険遊びの会副理事長）
日時	5月17日(日)14時開演
場所	かがやき亭
料金	料金 2,500円（1ドリンク付き）
問合せ先	090-9157-5635（舛田）又はかがやき亭まで
主催	南相馬支援チャリティーコンサート実行委員会

＊土曜ランチトピックス＊

3月7日（土）南相馬支援ランチ

東北大震災から4年、未曾有の天災・人災を過去のものとしないために、南相馬で福祉活動にがんばっている”NPO法人あさがお”さんの大豆製品を使った家庭料理を作りました。開設以来のボランティアさんといっしょに、素材の良さが活きるメニューを作り、子どもさんにも喜んでいただきました。

MENU

●青豆油揚げのチーズ乗せステーキ●根菜と油揚げの煮物●コラーゲンたっぷり豆腐のサラダ●煎り豆ごはん●豆乳プリン

仮設で暮らす南相馬のみなさん、中でも障害のある方は、心身の健康を保つことが大変だと聞きました。気持ちを表して届けるために、青ばたの煎り豆を、引続き店内で販売しています。美味しく食べて応援。（青ばた豆 300円）

南相馬　NPO法人あさがおのみなさん

かがやき亭ご案内

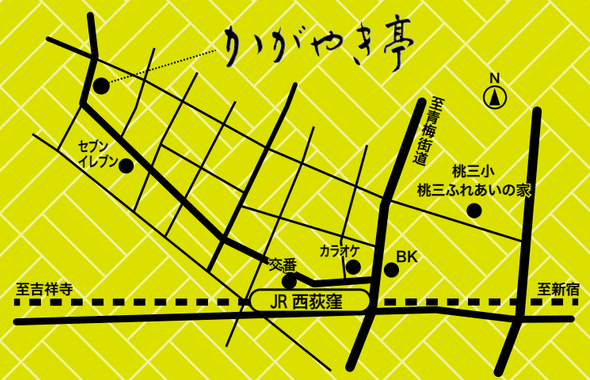
● ランチと喫茶
月～金曜日　11:30～16:00（ラストオーダー 14:00）

● 午後のお楽しみタイム
月～金曜日　13:30～15:30
月：囲碁／火：絵手紙／水 or 木：歌ごえ／金：手芸

● いきがい活動
【健康麻雀】第4日曜日　10:00～16:00（要予約）
【書道教室】第3水曜日　15:00～16:30

● 土曜ランチ
毎週土曜日　11:30～16:00（要予約の場合あり）

● 集い夕どき
毎週木・金曜日　17：00～20：00

● 個別配達弁当
月～金曜日　16:00～18:00（地域に限定あり）

西荻・まちふれあい かがやき亭
〒167-0042 杉並区西荻北4-4-4 三益ビル1F
TEL/FAX：03-5303-5085