

季刊 GPW 通信

第 12 号 2019 年 秋



メスのクワガタ

この通信は、NPO 法人グローイングピープルズウィルを支援してくださっている会員の皆様及び関係者、居宅介護支援・相談支援事業所、同行援護事業所・福祉有償運送アンサンブルの利用者の皆様に送っています。

目次

ごあいさつ	P1
活動報告 令和元年 6 月～令和元年 9 月	P1
イベントのお知らせ 令和元年 10 月～12 月	P3
自慢のガイドヘルパー紹介	P5
トピック	P5
2019 年度会員・賛助会員報告	P6
会員を募集／寄付を募ります	P6

ごあいさつ

理事長 高橋和哉

蒸せるような緑一色の夏から彩りのある秋になりました。皆様、いかがお過ごしでしょうか。四季のある地域は地球規模でも限られています。四季のある日本に暮らすことができ幸せを噛みしめています。その一方でとうとう 10 月 1 日から消費税が 10%に上がります。政府は消費税を全て社会保障に充てる約束をしたのですが、ないがしろにされています。困ったものです。

消費税アップの措置として、先月の 9 月上旬、年金受給者に対して一斉に年金機構から申請書を郵送された年金生活者支援給付金制度は皆さんもご存じのとおりです。障害年金受給者に対しては、月々数千円の給付があります。皆さんの中で、その郵便物が見当たらない、また申請した覚えがないという方は、当法人もしくは高橋にお電話ください。

この通信の最後に会員募集及び寄付を募っています。当法人を応援しようと考えてくださる方に呼びかけています。皆さまご協力のほど、よろしくお願いいたします。

活動報告 -令和元年 6 月～令和元年 8 月-

1. 「なんでも料理教室 中村透さんに何でも聞いてみよう！」 第 3 回

6 月 16 日 (日) 10 時 30 分～14 時 高井戸地域区民センター

メニューは、ニョッキ、ピタパン、唐揚げでした。全員で 26 名 (うち視覚障害者 11 名、ボランティアの歩行訓練士 2 名) の参加でした。今回は、開始前に買い忘れのものがいくつかあって、バタバタしましたが、無理なく 14 時には終了しました。



ニョッキ、ピタパン、唐揚げ

調理のメインはニョッキでした。僕自身もニョッキを作るのは初めてでした。工程は多いですが視覚障害者にも決して難しくないものでした。中村先生が凄いところは、1種類でいいところを2種類もソースを作ることです。ホワイトソースとトマトソース、どちらもおいしくいただきました。ピタパンは、こねるのも焼くのも手、指で作れるので楽しめました。唐揚げは、底が深い鍋を使うことで比較的安全に料理ができることもわかりました。この料理教室は暑い夏はお休みして、9月、10月と残すところ2回となりました。

第4回の料理教室は、9月15日（日）に開催します。メニューは、太巻き、茶わん蒸し、てんぷらです。特別に中村先生がはまぐりのお吸い物を作ってくださいます。この様子は、次回（2020年1月）の通信で報告します。

2. 社交ダンス

7月29日（月）10時30分～12時 ゆうゆう今川館ホールで行いました。

社交ダンスは2回目です。前回から2か月経過しました。今回もボランティアで教えてくださる先生2名をお迎えして、視覚障害者は5名の参加でした。うち2名は初参加でした。生徒はもちろんのこと先生も見様見真似ができない難し



さはあります。日頃は「このようにやって！」と先生はお手本を見せれば済む話が、生徒は視覚障害者ですのでそうはいきません。それでも時間の経過とともに教わる側、教える側の息は合ってくるのです。皆さんは、心から社交ダンスを楽しんでいるようでした。

より良い活動に発展するように現在、社交ダンスサークルを作る準備をしています。興味のある方は連絡ください。

3. ドレミファン！（Do. Re. Mi. Fun!）

第4回 7月31日（木）14時～16時 ゆうゆう今川館ホールで行いました。

参加者は15名（うち視覚障害者は10名）。音楽を通して脳と身体を働かし、いつまでも健康であることを目指すプログラムです。

酷暑の中、視覚障害者10名の参加でした。毎回、新たなことを仕入れて披露して下さる藤岡葉子先生には頭が下がります。



音楽クイズの様子

音楽に関わるクイズやピアノ演奏のラジオ体操、唱歌を皆さんと一緒に歌って、キツネと鉄砲の

形を左右の手で形作りリズムに合わせて左右入れ違える脳トレなど、ほぼ休みなく2時間を過ごしました。いつも時間が無くなり、お茶の時間を中途半端に終わらせてしまい恐縮しています。

第5回は、9月30日（月）に開催します。次回（2020年1月）の通信で報告します。

4. 高齢視覚障害者のストレッチ教室

第1、第3火曜日の午前中に、ゆうゆう今川館で開催しています。

夏場は大雨の日やガラガラと太陽が照り付ける日が多くありました。毎回6～8名の参加があります。ストレッチは椅子に座ったまま上半身・下半身を少しずつほぐしていきます。ストレッチ前に簡単な健康チェックを行っていますが、皆さんの自己管理の意識は高いので安心して参加していただけます。お茶を飲みながらの話題は、いつも皆さんから湧き出てきます。私の役割は、尽きないおしゃべりの間隙を縫って「時間です。終了ですよ！」と繰り返し伝えることです。



ベルトを使って肩のストレッチをしている様子

5. 楽しくいちからフランス語

7月13日（土）、8月10日（土）の13時30分から開催しました。

毎回、6～8名程度の参加です。誰でも、いつからでも参加していい完全にオープンな場所です。メリット、デメリットを抱えながら継続しています。

今年度に入って、フランス語では一番大切だと言っても過言ではない動詞の活用も丁寧に勉強しています。フランスの鉄道駅でチケットを買うことやパンを買うこと、喫エッフェル塔とセーヌ川に浮かぶバトームッシュ茶店で店の人と会話をするを夢で終わらせないよ
うに皆さん頑張りましょう！



イベントのお知らせ -令和元年10月～令和元年12月-

1. 「なんでも料理教室 中村さんに何でも聞いてみよう！」 最終回

日時：10月20日（日）10時30分～14時

場所：高井戸地域区民センター 3階 料理室

料理：参加者のリクエストに合わせて

参加費：1,000円 ガイド500円 *参加費は会場費・食材費に充当します。

講師は、歩行訓練士の大ベテラン中村透先生です。おしゃべりの中から日常生活における問題点を出し合って解決方法を模索します。参加希望者は 高橋まで

2. 高齢視覚障害者のストレッチ教室

第1、第3火曜日 10時～11時45分 ゆうゆう今川館

対象は、杉並区在住 60歳以上の方 講師：森尚子

血圧測定など簡単な健康チェックもしています。

3. ドレミファン！（Do. Re. Mi. Fun!）

今回は11月29日（金）14時～16時 ゆうゆう今川館 ホール

開催は、2か月（奇数月）に1回 第5週目に予定しています。

対象は、杉並区在住 60歳以上の方 講師：藤岡葉子さん

音楽を活用したレクリエーションです。知的好奇心もくすぐられます。

4. 楽しくいちからフランス語

第2土曜日 13時30分～15時 地域交流館 エルブ どなたでも参加できます。

楽しく基本的なフランス語を勉強します。よく脱線しますがそれもお愛嬌。その後の飲み会も楽しいですよ。講師：高橋和哉

5. 社交ダンス

今回は10月31日（木）10時～12時 ゆうゆう今川館 ホール

対象は、杉並区在住 60歳以上の方です、

6. 第14回 サイトワールド

日時：11月1日（金）～3日（日）

場所：錦糸町 すみだ産業会館サンライズホール

当法人のイベントは、日時・場所などの変更があった場合ご連絡いたしますので、全て申し込み登録をお願いしています。興味がある方はお気軽にお問合せ・お申込みください。

連絡先は03-4285-9727です。お待ちしております。



セミの最後の脱皮です。

自慢のガイドヘルパー紹介

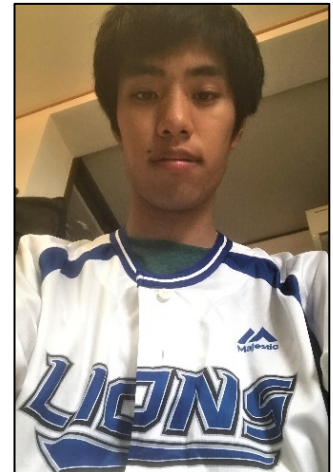
色々アンサンブルが自慢できる事はありますが、学生ガイドヘルパーがいることもその一つです。今回は、大学掲示板に張り出した募集チラシを見てガイドヘルパーになってくれた飯田悠斗さんです。

5人目 飯田悠斗さん

私は約1年前の春休み頃より皆様のガイドをさせて頂いています。本業は学業の為、主に土曜日、週1回のペースで仕事をさせて頂いています。

私がこの仕事を始めたきっかけとしては当時、「将来は福祉現場で働こう」と考えており、その勉強の為にもやらせて頂いていました。ですが、3年次のインターンにおいて、とある市区町村のソーシャルワーカーの長の方からアドバイスと助言を頂き、自分には少しづれがあるという事に気づき、将来は福祉以外の就職を決めました。

このガイドヘルパーという仕事は福祉系統ですが、福祉以外に行く私にとっても毎度のガイドが、日々の勉強です。エスカレーターの乗り方や改札の通り方等、利用者1人1人異なります。ガイドでは、毎度同じ方のみを担当するという訳ではないので、個人的に、毎度のガイドを記録する様にしています。この事により、往路の電車内等で再確認することが出来、利用者様を効率良くガイドできる様に心掛けています。私は学生ガイドヘルパーとして1年半程度やらせて頂いていますが、まだまだ勉強や発見の毎日です。1つのミスを繰り返さない事を心掛け、今後もガイドを行って行きたいと考えています。



ライオンズファンの飯田さん

トピック ～サイトワールド実行委員会の一員として～

第1回 サイトワールドは2006年(平成18年)11月2日～4日、現在と同じすみだ産業会館で開催しました。それ以降毎年開催し今年で14回目となります。

今後も安定した持続可能な発展性のある団体になるべく、この5月にサイトワールド実行委員会はNPO法人格を取得しました。今後も「ふれてみよう!日常生活サポートから最先端テクノロジーまで」を理念として情報の受発信の場として信頼される場を提供していきます。

今年は新規出展者が8団体もあります。既存の出展者は継続出展していますので限られたスペース内でのブース確保に困難しました。

開催当初は既存の点字出版関係が大勢を占めていましたが、ここ数年は実行委員会も耳にしたこともない企業からの出展依頼を受けることもあります。また、パナソニック、三菱電機、ソニーなど大企業がこの分野に進出し従来の視覚障害関連企業に欠けていた競争を繰り広げることは個人的に非常に有意義だと感じています。

今回は、様々な性能を持つスマートグラスが展示されて体験できます。活字読み取り装置、拡大読書器などは小型化が進み性能も向上しています。また人工知能を活用した三療従事者を支援する

スマートスピーカーの紹介など、「よ～、こんなこと考えるなあ～」というような製品もあります。

視覚障害者により良いサービスを提供しようと丸井も出展しています。7 階のレストランフロアの対応も素晴らしく良くなっていますので安心して食事もできます。皆様のお越しをお待ちします。

2019 年度会員・賛助会員報告

日頃より、GPW の活動にご理解とご支援を賜り厚くお礼申し上げますと同時に、会員、賛助会員の皆様のお力添えに感謝いたします。2019 年度は、正会員 14 名 賛助会員 33 名+1 団体です。

GPW 通信の次々号（2020 年 4 月号）で次年度（2020 年度）の正会員、賛助会員の募集を行います。

当法人は障害者も高齢者も住み慣れた地域で豊かな生活を送るための支援を行っています。一人でも多くの方たちが支援に参加して下さることを願っています。

GPW 通信を年に 4 回（季刊）定期的に発行し、活動報告をさせていただいております。会員には、「正会員」と「賛助会員」の 2 種類があります。「正会員」は、法律上の社員となり、会の構成メンバーとして総会での議決権を持つ等、会の運営に参加していただく方々です。また、「賛助会員」は、会の目的に賛同し賛助していただく方々で、いわば、会の活動を側面から応援をしていただく方々です。

寄付を募っています。

2019 年度は、酒井久江様、高橋實様、徂徠千代子様、江島弘明様、宮沢郁子様、平山哲様、FAL 一級建築事務所様、聖明福祉後援会、風呂田和枝様、山本典子様の方から寄付を頂いています。ありがとうございました。

当法人では、高齢視覚障害者のためのストレッチ教室、社交ダンス、音楽を媒体とした集いの場や視覚に障害があってもわかりやすいフランス語教室などのイベントを行っています。福祉制度にない活動が実は利用者にとって非常に大切です。このような活動を安定的に継続し更に充実したものにしていくため、皆様のご理解とお力添えを必要としています。寄付をお考えの方のご連絡をお待ちします。

この通信は、音声版でも発行しています。音声版を希望する方は、当法人までご連絡をお願いします。



子供のかまきりですが、堂々としていま

季刊 GPW 通信 第 12 号 （2019 年秋号） 2019 年 10 月 1 日発行

発行者 特定非営利活動法人グローイングピープルズウィル 理事長 高橋和哉
〒167-0042 東京都杉並区西荻北 2-2-16 オーシャンアート 202 号 Tel 03-4285-9727