

季刊 GPW 通信

第 14 号 2020 年 春



目 次

ごあいさつ	P1
活動報告 令和元年 12 月～令和 2 年 3 月	P1
イベントのお知らせ 令和 2 年 4 月～	P2
自慢のガイドヘルパー紹介	P4
トピック	P5
2020 年度会員／寄付を募ります	P5

ごあいさつ 理事長 高橋和哉

令和 2 年度がスタートしました。このあいさつを書いているのは、3 月上旬ですので新型コロナウイルスの真ただ中です。社会的にも経済的にも大きな打撃を受けています。今年度の先行き不透明感は半端ではありません。それでも私たちには障害者支援の使命がありますので、ウイルスに負けずに支援を続けていきます。この 1 年も皆様のお役に立てるよう、職員、ガイドヘルパーが一丸となって頑張りますので、よろしくをお願いします。

新年度に入ることもあり、この通信の最後に会員募集及び寄付を呼び掛けています。既に会員継続してくださった皆様には謹んで感謝を申し上げます。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 ー令和元年 12 月～令和 2 年 3 月ー

1. 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。毎回、8～9 名の視覚障害者の方々が参加しています。決まった顔ぶれが集まりますので、皆さん安心して参加されています。



肩のストレッチをしている様子

血圧と体温チェックと健康相談をし、ストレッチをして、お茶を飲みながら楽

しくおしゃべりをしています。残念ながら新型コロナウイルスの影響でゆうゆう今川館が閉館したこともあり 3 月は開催を見送りました。それを見越していたわけではありませんでしたが、2 月 18

日（火）は、4 月からの進め方を皆さんで話し合いました。指の運動のバリエーションを増やしてほしいという意見や体幹を鍛えることができればよいという意見も出ました。できる限り皆さんの要望に応えられるように続けていきたいと思っています。

2. 楽しくいちからフランス語

12 月 14 日（土）、1 月 11 日（土）、2 月 8 日（土）の 13 時 30 分からエルブで開催しました。3 月 14 日（土）は、新型コロナウイルスの影響を受け、事務所で行いました。

前回もお伝えしましたが、ここ数か月は真面目にフランス語習得に取り組み、脱線しながらも少しずつ確実にステップアップしています。具体的には、様々な例文を通して動詞の活用を中心に勉強しています。皆さんが熱心に質問すればするほど、先生のメッキが剥がれていきます。



白ワインとおつまみ

3. ドレミファン！（Do. Re. Mi. Fun!）

・第 7 回 11 月 29 日（月） 第 8 回 1 月 29 日（水）

14 時～16 時 ゆうゆう今川館ホール

各回ともに視覚障害者は 10 名参加しました。

第 8 回は、講師の藤岡さんの友人であるバイオリニスト美尾洋乃（みおひろの）さんが特別参加していただき、演奏やラジオ体操に活躍してくださり皆さんを楽しませてくださいました。

残念ですが、新型コロナウイルスの影響で 3 月 30 日（月）は中止になりました。



ピアノとバイオリンの演奏会

4. 社交ダンス



会場を高円寺障害者交流館に定めて、毎月第 2、第 4 木曜日の午後を基本にダンス教室を開催しています。

視覚障害者の生徒が 6 名集まりましたので、この 6 名で社交ダンスの同好会を結成することになりました。これまで通り、持田先生と 2～3 名の女性講師陣で担っていただいています。

現在、持田先生は左膝の腱移植手術のためお休みしています。その代わりに 3 名の女性講師陣のお陰で、皆さんも楽しんで踊っています。こちらも新型コロナウイルスの影響で 2 月下旬から休止しています。

イベントのお知らせ - 令和 2 年 3 月～ -

1. 第 5 回 九重雑賀酒蔵見学と高野山巡礼

3 月 21 日（土）～22 日（日）に予定していましたが、秋に順延となりました。

2. フランス語を勉強しながらフランス料理、お菓子を作しましょう！

第 1 回 7 月 12 日（日） 10 時～14 時

ガレットとデザートとしてキャトルカール

第 2 回 8 月 9 日（日） 10 時～14 時

キッシュロレーヌとデザートとしてリオレ

場所：高井戸地域区民センター

参加費：500 円（材料費として）

定員：10 名（ガイドヘルパー含めて 20 名）

フランス語を使って、フランスの軽い食事とお菓子を作ります。

簡単な料理ですので、真剣に料理を学ぼうとする方には物足りないと思います。

* 料理室の利用料は日本盲人福祉委員会からの助成金を充当します。



リオレ キッシュロレーヌ ガレット キャトルカール
時計回りで

3. 今年もやります！ 中村透のなんでも料理教室 計 5 回

昨年度、大好評でしたので、今年も千葉の九十九里浜から中村先生に来ていただき、料理と生活の知恵を教えてくださいます。

スタッフも昨年度同様、歩行訓練士の方々です。

日時：5 月 10 日（日）、6 月 14 日（日）、9 月 13 日（日）、

10 月 11 日（日）、11 月 15 日（日）

5 回とも 10 時～14 時 高井戸地域区民センター

参加費：1,000 円 食事をするガイドは 500 円

定員：15 名（ガイドヘルパー含めて 30 名）

料理の内容も前回同様、皆さんのリクエストにお応えします。

杉並区議、民生委員など地域で活動しているの方々にも参加していただき、食事をしながら緊急時対応や日常的な困りごとを皆さんで話し

合います。この教室を通して、視覚障害者の理解と地域のつながりを強めたいと考えています。

* 杉並区社会福祉協議会 地域福祉活動費助成事業として申請中です。



中村透さん

4. 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 血圧測定など簡単な健康チェックもしています。

講師：森尚子

5. 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。楽しく基本的な実践フランス語を勉強します。

その後の飲み会もどなたでも。 講師：高橋和哉

6. ドレミファン！（Do. Re. Mi. Fun!）



講師の藤岡葉子さん

5 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、60 歳以上の方です。音楽を活用したレクリエーション
です。健康増進とともに、知的好奇心もくすぐられます。
講師：藤岡葉子さん

7. 社交ダンス

毎月第 2、第 4 木曜日 13 時 30 分～15 時 30 分 高円寺障害者交流館

対象は、視覚障害者 年齢は問いません。

講師：持田康二さん アシスタント：木村さん、清水さん、佐藤さん

今後は、当法人から独立して「ブラインドダンスの会」に移行する予定です。

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。

自慢のガイドヘルパー紹介

事業開始当初から様々な経歴の方々が関わってくれていますが、芸術に関わる方が多いのもアンサンブルガイドヘルパーの特徴かもしれません。今回は、女性最年少の島村愛美（なるみ）さんです。

7 人目 島村愛美さん

1995 年千葉県生まれ、武蔵野美術大学版画専攻卒業後、杉並区の中学校で美術の正規教員として着任しましたがその翌年、様々な仕事を体験するため退職しました。

現在、昼は中学校で非常勤講師、夕方や土日を中心にガイドをし、夜はスナックで働いています。また、依頼があればチラシ作りやイラストを描くなど広く活動しています。新学期からの予定は未定。

大学時代は、視覚障害者にとっての見え方と美術の関わりをテーマに作品を制作しました。趣味はものを作ったり食べたり、弾き語りをする事です。

将来の夢はおもしろくてカッコいいおばさんになることです。



島村愛美さん

トピック 九重雑賀さんとのお付き合い

私は、法人活動の中でお世話になった方々に九重雑賀のお酢を差し上げています。また毎年、新酒ができる春に数名の視覚障害の方々と一緒に蔵にお邪魔しています。

ここに至った経緯を書かせてもらいます。

平成 26 年の冬、ある方から九重雑賀社長の雑賀俊光さんを紹介していただきました。雑賀さんの思いは、「視覚障害者にも買い物をする楽しみを味わっていただきたい」ということでした。私は点字大好き人間ではありませんが、それなりに点字が大切なものであることはわかっています。念のため、雑賀さんに点字ができる人は視覚障害者の中でも決して多くないこともお伝えしました。それでも、雑賀さんは「見えない方に買い物を楽しんでもらう社会にするには、うちのような会社でもできるということを社会に見せて他の会社にもやってもらいたい。」とおっしゃってください、肩ラベルの点字表示の話が始まりました。

最終的には、5 種のお酢と 2 種のノンアルコール飲料に点字表示付きの肩ラベルを付けることになり、平成 27 年秋頃から新たなラベルで販売を再開しました。

一般商業ベースにあわせて点字印刷を提供することは点字印刷業者にとっては、結構ハードルが高いもので現在、点字印刷をお願いしているところは 3 業者目になります。雑賀社長の心意気に応えなければならないのに、点字印刷体制がバタバタして迷惑のかけっぱなしです。

現在、点字印刷を請け負ってくださっているのは、浜松にある NPO 法人六星（むつぼし）(<http://np06seiwith.sakura.ne.jp/>) です。

九重雑賀の 5 種類のお酢は、KINOKUNIYA やクイーンズ伊勢丹など高級スーパーの店頭にあります。よろしければお買い上げください。

最後に、九重雑賀の紹介をします。

和歌山県紀の川市にある食酢・日本酒・梅酒を製造する蔵元です。創業は 1908（明治 41 年）です。「より良い酸を食卓へ」「主原材料からの一貫造り」この 2 つをテーマに、食酢・日本酒・梅酒を醸している蔵元です。(<https://www.kokonoesaika.co.jp/>)



特に好みの 3 種のお酢

新年度 2020 年度会員・賛助会員大募集！

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。2019 年度は、正会員 14 名 賛助会員 33 名 + 1 団体でした。

前回（13 号）に引き続き 2020 年度の正会員、賛助会員の募集を行っています。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。一人でも多くの方々が支援に参加してくださることを願っています。

会員の方には、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。「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。会員の区分により、年会費は次のとおりです。

- ◎ 正会員 5,000 円
 - ◎ 賛助会員 1 口 3,000 円
- 郵便振替 口座番号 00110-5-696178
口座名 NPO グローイングピープルズウィル

寄付を募っています。

2019 年度は、FAL 一級建築事務所様、聖明福祉後援会、酒井久江様、高橋寛様、徂徠千代子様、江島弘明様、宮沢郁子様、平山哲様、風呂田和枝様、山本典子様、竹村郁様、東恵子様、市川保様 匿名の皆さまから寄付を頂いています。ご支援を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、料理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。



猫のしまちゃん

季刊 GPW 通信 第 14 号 (2020 年春号) 2020 年 4 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