



6月9日(土)13:30～ 生活クラブいなげビレッジ虹と風にて

第10回通常総会が開催されました

VAIC コミュニティケア研究所は、前身となる「NPO 法人生活クラブボランティア活動情報センター (VAIC)」と「NPO 法人コミュニティケア研究所(CCI)」が合併し現在に至っています。2008年10月設立総会后 2009年5月登記、同年第1回通常総会を開催し今回が10回目となります。

VAIC-CCIでは2011年度から3ヶ年ごとの中期計画を作り始め、第3次中期計画では以下のようなことを掲げています。



- 八街・柏・千葉の3つのセンターに地域コーディネーターを配置。地域づくりと人材創出・組織化を進めていきます。
- VAIC-CCIの多様な事業を着実にすすめ、新規事業を模索します。
- 地域コーディネーターや相談支援事業を介して、VAIC-CCIの各事業が連携することで支援や地域づくりに繋げていきます。
- 生活クラブ千葉グループ間の連携を深め、協力して地域に貢献していきます。



第3次中期計画の2年目となる2018年度、昨年新たに配置し研修や活動の仕方を模索してきた地域コーディネーターの更なる活躍が期待されます。地域コーディネーターの活動に各事業が重層的に連携し、地域の孤立しがちな方への支援、意志ある方を中心とした地域づくりを今後も積極的に進めていきます。



定数 17名、参加者数 15名(うち委任状参加者数 2名)、有効議決数 15名

第1号議案	2017年度事業報告	賛成 15名 反対 0名
	2017年度決算報告	
	2017年度監査報告	
第2号議案	2018年度事業計画	賛成 15名 反対 0名
	2018年度予算計画	
第3号議案	役員報酬限度額	賛成 15名 反対 0名
第4号議案	定款の変更	賛成 15名 反対 0名
第5号議案	役員を選出	賛成 15名 反対 0名

「amico」はイタリア語で「友達・仲間」という意味



VAIC-CCI は千葉市稲毛区園生と柏市の2拠点で、地域の人と人が出会い交流する場として、さまざまな教室や講座を開催しています。友達同士での申し込みもありますが、興味のある事に一人で申し込む方がほとんどです。一人で来ても同じ楽しみを持つ者同士会話が弾み、挨拶するようになり、食事をしたり、助け合える…そんな身近な楽しい関係が作れる場になっています。

あみいこ園生 since 2011

in 生活クラブいなげビレッジ虹と風

7年目を迎える今年度は7講座 195回の開催予定です。昨年度は年間のべ2,000人以上が参加し交流を深めています。教室では病気や障害がある方もサポートが出来る範囲で受け入れています。

●昨年度まで開催していた「盆略手前教室」(茶道)と「佐賀先生の医療講座」の参加者が、気の合った仲間とさらに楽しみたいと自主活動グループを作りました。これからも趣味がつなぐ人の輪づくりを応援していきたいと思えます。

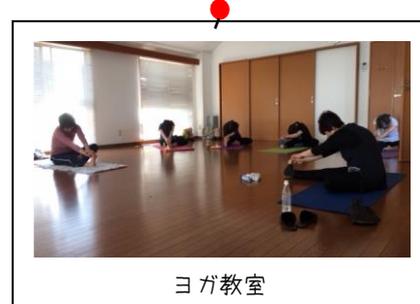
●より地域に根ざした情報を提供できるように、今年は防災NPO・稲毛区のくらし安心室・稲毛区社協とともに「園生近隣の防災」をテーマに4回連続で「防災教室」を開催しました。地域の自主防災会・自治会の防災委員・民生委員・一般参加者と地域の輪が広がっています。

●後半には国が進める地域包括ケアシステムの情報をより具体的に学べる医療と介護の教室を企画しています。

各教室、ほとんどが10人前後のアットホームな教室です。ヨガや太極拳・健康麻雀・水彩・男の料理・医療と介護のお話など、運動から趣味、医療まで幅広い範囲で講師と参加者・スタッフが一緒になって楽しみながら開催しています。



佐賀先生の医療講座



ヨガ教室



水彩画教室の作品



楊名時太極拳



男の料理教室

あみいこ柏 since 2012

in 生活クラブ風の村光が丘

地域出会いの場・仲間づくりを目的に「季節を楽しむ…」と題して、健康麻雀・折り紙・ニット・手芸・ブロック折り紙等の教室を企画し、今ではなくてはならない地域の方々の居場所となっています。



ラベンダースティックづくり



ラベンダースティック

●きめ細やかな指導が人気の「ニット教室」は、編み物大好きな仲間が毎月1回つと楽しんでます。

●毎年7月恒例「ラベンダースティックづくり」は、先生の畑で育てた特性ラベンダーが評判。アロマ効果をいっつまでも楽しみたいとロコミ参加でいっぱいです。

両先生とも“ニットボランティア”や“演芸ボランティア”として隣接する介護施設につないだ事がきっかけ。息の長い楽しい活動となっています。

あみこ Pick up 講座

健康麻雀教室

ルールは3つ

「お金を賭けない」

「煙草を吸わない」

「お酒を飲まない」

指先と思考力を使う麻雀は、楽しみながら「脳の老化を予防する」と 50~70 代を中心に大人気。未経験でもひとりでも、気軽に参加できます！

千葉センター



参加者が、年齢も病気も気にせず互いにサポートしあい麻雀を楽しむ姿には、スタッフの気持ちも暖かくなり励まされます。また障害を持ちながらも教室のサポーターとして活躍している方もいます。参加者は 50~70 代の女性が主流でしたが、今では男性の参加者も増えて全体の 3~4 割ほどになっています。“定年後の居場所”のひとつとして、また教室を日々の生活サイクルに組み込んで楽しむ人も増えています。

当初は元気な男性の楽しみでしたが、最近は 6 割が女性の参加となっています。

「おい！〇〇さんが来てないぞ、電話してくれ〜」

毎週木曜日の麻雀教室はサポーターのこんな声から始まります。つい忘れちゃう方、のんびり来られる方、張り切って何十分も前から来られる方…と、いろいろな方がいます。

ひとり暮らしの男性で、いつも毎週楽しみに来ているのにその日は来ない。電話を何度かけても出ない。「毎週来ているのに怪しいな〜。誰か見に行けよ」とみんなで心配します。結局は寝坊だったとわかり、ホッとしました。サポーターもわかっていて、何事もなかったような優しい目で見守っています。ああ、麻雀教室は遊ぶだけではなく、地域の見守りも兼ねているのだなと。「〇〇さんが来てないぞ、電話してくれ」このひとことが素晴らしい言葉に感じるこの頃です。

柏センター



センター紹介 Part 1

柏センター

柏市東中新宿 4-5-12
生活クラブ風の村光ヶ丘内
TEL 04-7170-0939

今号から 3 回にわたって、柏・千葉・八街のセンターを紹介します

生活クラブ安心システム柏の活動 街の縁側 よってって 6月オープン

●初めて出会った人たちが、昼食やコーヒーを頂きながらおしゃべり。「ひとりでご飯を食べるのが味気なくて…ここはいいわね」という方。「書道が得意なんだけど何かお手伝いできることはないかしら」という声に、入居者のためのお誕生日カード作りをお願いしました。2 回連続参加の方が 3 回目からはボランティアスタッフとして参加してくれました。

スタッフ紹介



小畑

元気印。
みんなのアイドル！
特に麻雀教室の
シニア達に。

竹中

ケアラー支援ネットワー
ク協議会事務局も兼務。
ひたすら走る日々！

小口

こちらも元気印。
生活支援サービス
に力強く対応中！

- 5月のケアラーズカフェに奥様からの勧めで初めて参加した男性が、**よってって**にひとり来て身体の悩みをとうとうと話します。心地よい居場所の持つ力はすごい！と感じます。
- 地域コーディネーターの竹中は、柏市支えあい推進員を柏市社会福祉協議会から委嘱されています。光ヶ丘地域の町会、サロンやシニアクラブなどを訪問し、住民主体の支えあい活動(生活のちょっとした困りごとのたすけ合い・居場所づくり・見守り)を立ち上げるための支援をしています。そこで出会った方々からも、安心システムのサロンや、**よってって**に協力があり、つながりが広がっています。

活動の現場から

八街センターは草の中?!

事務所の窓の外には、ここは原生林のど真ん中かと見間違ふような深い緑が広がっています。午前中は隣の「風の村保育園」の園児たちのお散歩の時間。小さな水筒とリュックを背負って、虫や木の枝に寄り道しながら探検隊のように元気よく出かけていきます。午後の風は心地よく、小鳥たちのさえずりが近くから遠くから聞こえてきます。

5月に入ると事務所のある「風のロッジ」入り口付近は、ドクダミなどの雑草が勢いよく生えてきます。うっかり1週間見逃すと手に負えないあり様になってきて、慌てて草むしり。午後3時を回ると、保育園にお迎えの保護者が、雑草と格闘する私の背中に「こんにちは」「お疲れ様です」「大変ですね」と声をかけてくれます。

帰途につく園児たちは、肩車をねだったり雨上がりの水たまりに突進したり。「ほら、あそこにもおっきな水たまりがあるから行こうよ」とママは先を促すけれど、2歳児はいっこうに動きません。「この水たまりがいいんだね」と返す私に、ママは「そうなのね、きっと」と苦笑しつつ、幼な子のこの瞬間を愛おしそうに見守っていました。(M.K)



八街発

地域出合いの場
あみいこ
amico

男の料理教室



豚しゃぶの胡麻だれ和え

疲労回復効果のあるビタミンB1豊富な豚肉をさっぱりいただいて、夏を乗り切りましょう!

<材料> 4人分
豚薄切り肉…300g
(しゃぶしゃぶ用)
レモン … 1/2個
レタス … 適量

★胡麻だれ

練り胡麻(白)…大さじ1・1/2
しょうゆ…大さじ1
酢…大さじ1/2
砂糖…小さじ1/2
生姜(すりおろし)…小さじ2/3

<作り方>

- ① 鍋に湯を沸騰させ、豚肉を入れて弱火で色が変わるまでゆでてザルにあげる。(長ネギや生姜の切れ端を加えて湯を沸かすと風味がよくなる。ゆで汁は野菜スープに利用しましょう。)
- ② 冷めた豚肉と食べやすい大きさにちぎったレタスと一緒に皿に盛り、半月形の薄切りにしたレモンを散らす。
- ③ 胡麻だれを作る。ボウルに練り胡麻を入れ、だし汁・しょうゆ・酢を少しずつ加えて溶きのばす。残りの砂糖・生姜を加えて混ぜ合わせ②にかける。

ハイ! 出来上がり♪



～料理教室この日の献立～

- ・車麩の揚げ煮
- ・たこのさっぱりサラダ
- ・ひじきの煮物
- ・野菜スープ
- ・即席漬け

VAIC-CCI からのお知らせ

- ◆いなげビレッジ虹と風では、地域食堂「みんなのテーブル」を毎月最終金曜日に開催しています。お近くの方はぜひおこしください!(要申込み)
- ◆春号でお知らせした「会費の銀行振替」は7月23日までに電話いただければ依頼書を郵送いたします。7月31日までに依頼書をご返送ください。9月開始に間に合います。ご希望の方はご連絡ください。

アウトドア派の娘夫婦に「富士登山」に誘われた。「お母さん、最後のチャンスだよ」。還暦目前、確かにそうかもしれない。でも、登山自体が10年ぶり…。話が決まった時から、極力歩き、エレベーターを封印して階段を上る。果たしてその程度の準備で登れるのか…日本一の山?! しかし、5合目から頂上までって、いったい階段何段分あるんでしょう…ね。(A.M)

スタッフの
カフェタイム



特定非営利活動法人(認定NPO法人)
VAICコミュニティケア研究所
【発行責任者: 岩上 章子】

〒263-0051 千葉市稲毛区園生町1107-7
【TEL】043-290-8015 【Fax】043-290-8016
【E-mail】info@vaic-cci.jp
【URL】http://www.vaic-cci.jp/
2018年7月発行

