

アラジン通信



第33号

2015. 4. 25

NPO法人 介護者サポートネットワークセンター・アラジン

CONTENTS

- ・介護者支援施策の実現をめざして P1
- ・ケアラズカフェリニューアル P2
- ・新ゆうゆう阿佐谷館移転オープンと
ケアと人生を拓く夢プロジェクト P3
- ・インフォメーション P4

介護者支援施策の実現をめざして

ツツジが鮮やかに咲き誇る季節になりました。日頃のアラジンへのご理解、ご支援に感謝いたします。

かねてよりお伝えしていますように、今年度から2017年度にかけて、国の介護保険制度が大きく見直され、自治体の施策が変革していきます。今後ますます高齢化が進む日本社会を見越し、大きく膨らんだ医療や介護の費用を抑制するため、これまで国や自治体が公的に担っていた一部分を、地域や市民参画による地域の福祉力により担ってもらう、という方針が国から示され、それぞれの自治体が施策として推進していきます。“自分たちの地域を自分たちで支えあう”という、まさに私たちがこれまで地域で取り組んできた市民活動が、ますます地域の主流として進む時代が到来したともいえると思います。

「介護者支援」については、特に「認知症施策の5か年計画（オレンジプラン）」の中でははっきりと言葉として打ち出されました。具体的な取り組みとしましては、ここ数年で日本中どここの地域にも広がってきた「認知症カフェ」や「オレンジカフェ」（オランダのアルツハイマーカフェがモデル）の取り組みが目立ってきています。この居場所と相談機能を持つ場では、認知症の本人や家族が、地域で気軽に立ち寄り、相談できることで、医療やサービスにつながりやすくなり、地域の人とも知り合い、より早い時期にこうした場に本人や家族がたどりつくことで、社会参加ができ、地域での孤立を回避することができる、という望ましい効果があらわれてきています。

しかしながら、カフェだけでは介護者の固有の問題はなかなか解決には至りきれないと感じています。働きざかりの50代～60代の方や、主に30代～40代で、親の介護により仕事を辞めざるを得ない独身の娘さんや息子さんの介護者が増え続けている現状の中、ようやく国も「仕事と介護の両立」を掲げ、介護休業制度の拡充や柔軟な働き方への啓発を進めています。

根本的に“介護者の施策”が推進されるためには、イギリスのような「介護者支援法」の実現が不可欠であり、こちらは、一般社団法人日本ケアラー連盟の働きかけで国会議員による学習会も少しずつ始まっています。

私たちは、日常的には地域活動を通じて“介護者の声や現状”を代弁しつつ、国や自治体の施策として、何が望まれるのか、あるいは地域ではどのような環境やサービスが必要なのか、そしてこれからの人達にはどのようなことを知っていて欲しいのか、常にアンテナを張りつつ、主体的に構想をしていく必要があります。アラジンでは、今年度も地域でのインフォーマルな人や場を作る活動モデルや若い介護者達の課題に向き合うという事業に力点を置き、進めていきます。

また、一方で、昨年立ち上がった「介護者支援団体全国連合会」の全国の支援者仲間とともに連携し、本来の“介護者支援施策の実現”に向けて、この運動を全国的に推し進めていきます。

みなさまもぜひこれからの動向をご注目いただき、その一翼を担っていただければと思います。
(理事長 牧野史子)

“ケアラースカフェ in まちのたすけあいセンター”が リニューアルオープンしました！

かねてよりお知らせしていましたがケアラースカフェは、阿佐ヶ谷から新高円寺へ場所を移転し、4月13日（月）に 新たにリニューアルオープンをしました。

この地域拠点は、3つのコンセプトを持っています。

ひとつは、地域で活躍する人材を生み出す“学校”。2番目は、“カフェ”というつながりづくりの場。3番目は、地域の“たすけあい活動”を創出する場、と考えています。「ケアラースカフェ」をさらに深化させ、介護者が地域で支えられる具体的なサービスのマッチングを行う地域の“インフォーマルセンター”を少しずつ目指していきます。

4月はまず、月曜日～木曜日はこれまで同様12：00～16：00までの「ケアラースカフェ」と、さらにあらたに健康をテーマとした「朝から健康カフェ」（水曜日及び金曜日の8：00～10：30）が、地域のボランティアさんたちによりオープンしました。

講座としては、介護の入り口講座としての「介護者予備校」（毎週水曜日10：30～）、さらに相続やエンディングノートなどを学ぶ「エンディングサポーター養成講座」（毎週金曜日13：30～15：30：4月24日～5月15日）を行います。

また、出張相談カフェとして「まちの保健室」＝看護師さんによる健康相談（毎月第1木曜



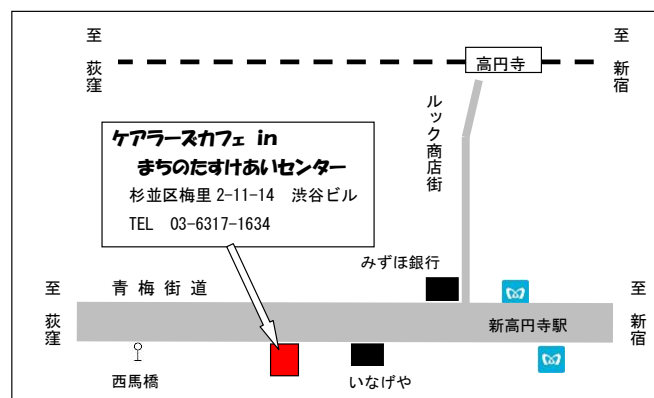
日)、成年後見 NPO の協力による「成年後見カフェ」（毎月第4木曜日10：30～12：00）などが続々スタートします。

場所は、東京メトロ丸ノ内線「新高円寺駅」から荻窪方面に向かって徒歩5分。青梅街道沿いに面した目立つ場所にあります。道行く人達も興味深く覗いて行かれます。

近くの「ケア24 梅里」（地域包括支援センター）とも協力しながら、地域の人達と“まちのリビング”と“インフォーマルサービス”を兼ね合わせた「モデル拠点」を作っていきます。（カフェ利用料は、コーヒー＋ミニ菓子つき300円。別途昼食もあります。）

オープン早々、これまでケアラースカフェに来てくださっていた方々や、地域の民生委員さんなどがお越しくださっています。まだまだ始まったばかりですが、これから介護者や高齢者に必要な地域の人達にとって、居心地のよい空間にしていきたいと思っています。

みなさま、お近くにお立ち寄りの際はぜひお越しください。「ケアラースカフェ」のピンクの旗が目印です。（理事長 牧野史子）



新ゆうゆう阿佐谷館 移転オープン！

杉並区内には、ゆうゆう館（旧敬老会館）が32館あります。アラジンでは、その中の馬橋館（高円寺北）を9年間、阿佐谷館（阿佐谷南）を6年間、杉並区から受託され、管理運営と協働事業の展開に取り組み、地域の皆様と一緒に、生き生きと暮らしていける環境や交流の場づくりを行ってきました。



この4月に、馬橋館は9年間の受託を終え、新たなNPO団体の運営へと変わりました。阿佐谷館は、杉並区区立施設再編整備計画のもと、阿佐谷北に位置する旧阿佐谷区民事務所跡に移転となりました。多世代が身近な地域で利用できる地域コミュニティ施設へ段階的に再編する目的で、阿佐谷館が杉並区内で最初のモデル館としてのスタートです。

阿佐谷館は2階建て6部屋と、とても広く外観も斬新な建築です。4月12日（日）には、地域に向けてのオープニングパーティを開きました。地域の育成会の皆様やボランティアグループ、ゆうゆうスタークラブ（若年認知症のご本人と家族の会）にもお手伝いいただき、130人ほどの方にご来館いただき、カフェやコンサート、バルーンアート、モビールづくりなどを楽しんでいただきました。

今後は、多世代交流を視野に入れ、新たな協働事業にも取り組み、地域の多くの方が集うつながりづくりの拠点になるよう、アラジンスタッフ一同頑張っていきたいと思っております。

（事務局長 中島由利子）



～東京都補助金事業～

「ケアと人生を拓く 夢プロジェクト」を実施しました

このプロジェクトは、シングルで介護をしている30代、40代男女の出会いの機会を提供する場として発足いたしました。日頃介護と仕事に追われなかなか自分のことを考えられない人達にちょっと一息、そして自分の将来を考えてもらうきっかけづくりを目指しました。



4回に及んだクッキングでは、「クリスマス料理」、「バレンタインくる餃子」など、皆エプロン姿もりりしく、腕をふるいました。料理中の介護の話をしたり、しなかつたりと夢中で手を動かしていました。合宿では東京都檜原村と千葉県館山市へ出かけました。ワークショップやアロマ、ヨガ、乗馬体験、買い物をしてBBQを楽しむなど、目一杯の2日間を満喫しました。延べ42名の参加がありましたが、参加者からは楽しかった、だけでなく、いろいろな勉強もしたいとの声もありました。同じ立場にいる人同士の安心感からか、皆さんリラックスした笑顔が印象的でした。



27年度にも継続して行います。6月にはクッキングを予定しています。参加を希望される方は事務所へお問い合わせ下さい。

← 千葉県館山平砂浦で乗馬体験

（事務局 奥美津子）

《INFORMATION》

アラジン第12回通常総会のご案内

と き：2015年5月30日（土）
13:00~16:30

ところ：新宿御苑前「東京在宅サービス」
3階会議室

＊今年は2部構成、総会と「30代、40代ケアラーの実態調査報告会とワークショップ」を行います。

皆さまのご参加をお待ちしています！

★メールアドレスが変わります

ホームページのリニューアルに合わせて、メールアドレスが変わります。

当分は、現在のものも使えます。

新アドレス：arajin2001@arajin-care.net

☆ホームページをリニューアルします！

長年、皆さまに親しまれてきましたアラジンのホームページを、この度リニューアルすることになりました。

新しいホームページは、5月下旬からのお目見えとなりますのでどうぞご期待ください！



2015年
振込用

「ケアフェス2015」開催決定！
9月27日（日） 詳細は追って

介護者フォーラム2015開催！

「地域包括ケアにおける
介護者支援とカフェの役割」

《基調講演：筑波大学 田宮菜奈子教授》
～世界の介護者支援から考える
日本のあるべき姿～

と き：2015年6月27日（土）
13:00~16:30

ところ：青山「東京ウイメンズプラザ」

定員：150名

参加費：1500円（会員1300円）

＊詳細は、追ってご案内します。

事務局リレー便り

新年度がスタートしました。早足に桜の季節もすぎ、つつじが美しく咲く頃となりました。

父に「預金通帳が見当たらない。おまえが盗ったのではないのか。」と言われた時から私と父の認知症のおつき合いが始まりました。初期は緩やかでしたが、消化器系疾患で入退院を繰り返すうちに、認知症は進行していきました。24時間の見守りが必要になり、現在は施設に入所しております。

そんな中、介護をしている友人とケアラースカフェ&ダイニング・アラジン（阿佐ヶ谷）へお邪魔したことがアラジンの事務局に仲間入りするきっかけとなりました。その後、ケアフェスの前夜に父が入院し、ケアフェスを急に欠席せざるをえませんでした。アラジンスタッフの皆様のご協力により、仕事が続けられていることに感謝しながら、自分が今できることを精一杯やることでお返しできたら嬉しく思います。そして認知症の父を持つ当事者から、何か発信していけたら・・・と考えております。

（事務局 井上紀子）

編集後記：先日新ゆうゆう阿佐谷館のオープニングパーティーの会場で来場者のみなさんと歌を歌う機会がありました。歌がお好きな方がたくさん集まってくださいました。みなさんのお気に入りにはやはり昭和の歌謡曲や唱歌。歌集がなくても大丈夫！ 伴奏が追いつかなくても大丈夫！大きな声で歌うのは気持ちいいですね。みなさん喜んでいただけただけでしょうか。また是非一緒に歌いましょう♪
(M. O)

発行：NPO法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン 発行者：牧野史子
事務所：〒160-0022 新宿区新宿 1-25 -3 エクセルコート新宿 302 号
TEL 03-5368-1955 FAX 03-5368-1956
E-mail arajin2001@arajin-care.net URL http://www12.ocn.ne.jp/~arajin