



NPO 法人・ACT 小平
らいふえいど通信 30 号
2013 年 3 月 28 日発行
〒187-0034
小平市学園東町-4-16-102
Tel 042-348-0376
発行責任者 黒澤桃枝

15 周年をむかえ新たな飛躍へ

ワーカーズコレクティブ（協同労働）と
共に変化する 『らいふえいど』

『らいふえいど』も1998年に地域で不足した介護、子育てを支えながら、自分たちの働く場として設立15年が過ぎました。その時々で新たな方向性をメンバー皆で討議し、夢を語り・仕事や仲間のことを話し合う事もありました。あの頃は30代・40代で子育て中だったメンバーも還暦を過ぎさらにパワーアップし多様な場所で活躍しています。

現在のメンバーたちも子育て、親の介護などしながらケアの悩みを抱え地域の中で仕事し自分たちのスキルアップを目指して日々努力しています。

2000年にNPO法人を取得し介護保険・障害福祉事業に参入し法律が変わる度に資格取得、研修などを重ね事業を行い、地域のみなさんとの活動にもメンバー全員で関わっています。

これから20・30周年に向け、設立当初みんなが夢に描いていた『らいふえいど』にする為にまた新たな方向をメンバー全員で話し合い考えていきたいと思います。

今年はホームページもリニューアルし、多くの方にアピールできるように日ごろの活動等を紹介し、メンバーの趣味や楽しい時間を切り取ったブログも掲載しています。

今後はより一層地域の方たちとの交流を深めて行きたいと思います。

代表 黒澤 桃枝



2013年1月新年会です。
元気いっぱいのメンバーが集まりました。



和と輪の絆を重ねて15年目



『老いても、障がいをもっても、病気をしても、幼児や赤ちゃんを抱えても男女を問わず人間らしく豊かに生きて行く』初心を忘れずに活動してきました。



夢を持ってスタートした設立時メンバー！！

若かった面々も熟年の顔になりましたが、今も変わらず活躍しています。

- | | |
|---------|----------------------------------|
| 1998年1月 | たすけあいワーカーズ「らいふえいど IN 小平」設立 |
| 2000年5月 | NPO 法人取得し介護保険を開始 |
| 2003年2月 | 設立5周年記念イベント開催 |
| 2004年6月 | 事務所の移転（電車が通ると揺れた事務所から現在の場所へ） |
| 2007年7月 | 設立10周年（地域の皆様のお力で無事むかえることが出来ました。） |



2013年1月 設立16年目に突入しました・・・がんばりま～す。

2007年からの5年間の主な活動

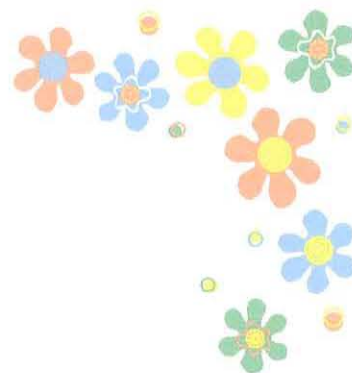
ミニディサービス

場所探しに苦労しましたが、メンバーのお宅を借りて開催しました。

日頃外出する機会の少ない利用者さんにお声をかけ、メンバーの手作りの料理やお菓子が並ぶテーブルを囲み、なごやかな時間を過ごしました。お話しをしながら人生の先輩に学ぶことも多い一日でした。



恒例になった喫茶らいふえいど



軽快なハワイアンメロディー
にあわせ美人ダンサーズの踊り
にリズムにのって

なつメロが多かった演奏にあわせ、メンバー
と参加者のハーモニー♪がメンバー手作り
飲食で心もお腹も満足して会話もはずみ
ました。



とん汁作り NPO フェスタ in 元気村

元気村でのとん汁販売も地域活動として定着しました。おかげさまで昨年、一昨年と好評で、
お昼前には完売しました。メンバーのチームワークのよさで、大なべでの大量のとん汁作りが、
準備から片付けまでスムーズに進みます。





15年目をむかえて、メンバーの声

「フェナーレをありがとう」

20年前高齢化率7%の時代10年後は14%になる一老後の介護問題をどうする一をテーマに生活クラブ生協で「たすけあい生協をつくらねば」という提案がされてつくられたのがアビリティクラブたすけあい、通称ACTでした。設立後3年位で都内各所に助ける担い手として「たすけあいワーカーズ」が30余り設立されました。義母が要介護になったら私も困るだろうと思いつつワーカーズ立ち上げのため東奔西走して誕生させていったお産婆さんは私でした。あれから20年・・・義母の介護8年目に入り母は要介護5になりました。らいふえいどさんに全面的に助けられ主たる介護者の役をまっとう出来ました。義母は盛大なお別れ会までして貰って義妹の家にお引越となりました。感謝！感謝！現在高齢化21%上昇
(生井)

私はワーカーズコレクティブという働き方に興味をもち、この小平で同じ思いをもつ仲間と共にたすけあいの活動にとり組みたいと願い、「たすけあいワーカーズらいふえいど」を立ち上げた一員です。現在、NPO 法人団体として自立援助サービスと公的サービス（介護や障がい）を担い、着実にその実績をつくってきています。ひとり一人の知恵と技術と思いを出し合い日々奮闘しつつ、地域福祉の担い手・創り手としてアピールをしていこう！
(平野)

やっと15年経ちましたね。私自身は知らない福祉の世界に飛び込んで、目の前に来た事をやりこなすと言う思いで進んできたように思います。勉強しながら協力しながらやれば出来ると言うことですね。変わりゆく社会では対応していく事に追われてしまいますが、力のある限りやっていくのは有意義な事だと思います。今、あんなことがあったなあと郷愁の思いに浸っています。
(川端)

らいふえいどの誕生から15年。40代だった私も、もうじき高齢者の仲間入りです。身体が不自由になっても認知症になっても、施設ではなく今の家で暮らし続けたいと思っています。この夢を実現するためには、地域包括ケアシステムが充実していなくてはなりません。往診してくれる医師や看護師も必要ですが、まずは、生活の基盤を支える訪問介護、身の回りのことをしてくれる信頼できるヘルパーさんがいるかどうかが鍵です。らいふえいどがこれからも、10年20年30年・・・継続していることを願っています。もちろん、元気なうちは、なにかお役にたつことをしていきたいと思っています！ 今後とも、よろしくお願いします。
(柴山)

”らいふえいど”を立ち上げて15年経ちました。その頃はまだヘルパーさんとらいふえいどが出来る仕事の違いが利用者さんには分かってもらえず、「なんでらいふえいどさんが来ているのに他の部屋の掃除はしてもらえないのかしら？」なんてこともありました。

私が出来た仕事は夕食作りが主でしたが、何人かで一緒に出来る仕事で幸いでした。そのメン

バーの知恵を教え合ったり、20人から30人の食事を決まった時間で仕上げた経験は私の財産です。何の才能も無い私に今まで食に関しての仕事をして下さった事を感謝します。

最近利用者さんと段々年齢が近付き体の不具合が分かるようになって来ました。今までは考えていることが分かると思っていましたが、あっちこっち痛く感じている自分がいます。（葩島）

「いつもありがとう」の笑顔に励まされ、「今度いつ来るの」の声に力を貰い、「助かった」にやりがいを感じあつという間に15年。これ迄支えてくださった皆様に感謝しています。これから元気でつらつと皆様にお目にかかれるよう、自分の内面を豊かにしていこうと思い、大好きな富士山の裾野を一周ぐりと歩いてみることにしました。毎月一回づつ一年かけて行います。もう2回参加しましたが完歩できるよう頑張ります。（山田）

13/15年の在籍「あつと！」という間の13年いろんな事がありました。11年前アキレス腱断裂で3ヶ月の休養、その後らいふえいどと共に頑張ってきました。これからは若い人たちへバトンタッチし、後方支援に回りたいと考えています。若い力でらいふえいどを盛り上げ、豊かな地域作りを目指して欲しいと思います。（黒澤）

寝たきりのある利用者さんが「私はヘルパーさんのスキルアップのためにいるのよ」・・・と。私はその利用者さんの生き方に心を動かされ、そのことばに答えたくて必死にケアに入りました。あれから6年。もしその利用者さんが生きていたら「少しは成長したね」と言ってもらえるかな？未熟な私はこのことばが聞きたくて日々悪戦苦闘しています。

欠点だらけの私が12年もらいふえいどにいられたのは、互いにたすけ合う気持ちで集まった仲間のお陰です。これからも地域で信頼されるらいふえいどのメンバーとして、活動できたらな・・・と思っています。（鈴木）

らいふえいどのメンバーになって記念すべき10年が経ちました。はじめはパート的な気分で、都合のよい時間を提供し、ある程度の収入が得られれば・・・と安易な気持ちでした。しかし、10年経つと変わるものです・・・今や経営に深く関わり、事業を安定させていく為にはどうすべきかと真剣に考え、理事のメンバーと白熱した意見を取り交わしています。何はともあれ、らいふえいどのメンバーが大好きです。ずっと一緒に仕事を続けていけますように！！（板倉）

らいふえいどのメンバーになって8年。いろいろな立場で仕事させて頂いた中で感じることは・・・ワーカーズという働き方に対する自由と責任のバランス・・・個人的には、家族の状況が年々変わる中で、いつも中途半端な自分にもどかしさを感じています。また、事業所を運営していく上でのメンバーの意識のバランス。まだまだ見えていない部分もたくさんありますが、自分自身の課題として持ち続けたいと思っています。（稲實）





本を読んでいたら、こんな文章に出会いました。 ヘルパー教育、規則をもう一度考え直してほしい。ヘルパーは、①ハートが無い ②融通がきかない ③常識がない

これらの言葉は”らいふえいど”には当てはまりません。私達介護職員の実力を見てほしいです。設立16年おめでとうございます。(小糸)

らいふえいどで仕事をするようになってから5年。色々な人との出会いがあり、関わりがあり、その都度、対応の仕方はこれで良かったのかと振り返る事の多かった日々だったように思います。

まだまだ分からない事ばかりで落ち込む事もありますが、何事にも好奇心を失わず一歩ずつ進んで行こうと思います。(中田)

たいして役に立てない私でも仲間に入れて頂いて、利用者さん、ご家族、メンバーと沢山の皆様との関わりの中で、いろいろな事を感じながら生きさせて頂いています。元気に身体が動いて、大きな声でおしゃべりができるあたりまえの幸せを有難いと感謝して。新しい出逢いを楽しみにして、学生の時の様に4月を迎えたいと思います。(酒井)

ワーカーズ・コレクティブにはバリバリ働くコワイ人たちがいるのでは・・・というのが、以前の私が持っていたイメージでした。しかし、らいふえいどに入ってみると、そこにはテキパキ働く優しいワーカーズ・メンバーがいました。そして皆さんとても頼りになる！ 皆さんからは、いつも明るいパワーをもらっています。ますますパワーアップしてらいふえいどが発展を続けますように。(林)

丸三年がたちました。ケアに入る度に、利用者さんとの接し方はこれで良かったのかな？・・・と思います。お互いにとって気持ちの良いケアというのは難しいものですね。ヘルパーってとても奥の深い仕事なんだとつくづく思います。一喜一憂しながら続けています。(出口)

在宅ヘルパーを始めて二年半になります。この間に、未曾有の東日本大震災がありました。大津波、原発メルトダウン。天災と人災を一緒にしてはいけませんが。起こるべき事はおき、思いもよらない出来事もおきるのが人の世でしょうか。私は今のところ健康に恵まれ、動ける身です。助けを必要とされておられる方々(特にお子さん!)に寄り添っていきたいです。(前田)

15周年おめでとうございます、会計をやらせていただき十年経ちました、当初はお金が入ってからようやく給与が支払えるという状況でしたが、現在は資金的にもある程度余裕が出来、ゆとりを持って仕事をしております、常勤者2名を抱え社会保険にも加入出来るようになりようやく事務所としての形が整ってきたと思います、これも歴代メンバーの方々含め皆の努力の賜物と思います、ここから再スタートの気持ちで未来を切り開いていきましょう。(佐渡)

らいふえいどの活動を始めて2年がたちました。この間、出会った皆さまからたくさんの気づきや学びをいただきました。その中で、ある利用者さんが家族からもらったというメモを見せていただいたことがあります。そこには、「精進・修行・反省・許す」と書かれていました。私にとって大切な言葉となっています。事務所ではメンバーのみなさんのパワフルなエネルギーと、声をかけてくださる温かさが私の活力になっています。いつもありがとうございます。これから出来ることで「らいふえいど」と繋がっていかれたらと思っています。(色摩)

メンバーになってまだ1年にも満たない新米者ですが、仕事に地域活動に事業参加にと内容の濃い充実した1年でした。生活を助けるという意味のらいふえいど。持ちつ持たれつ、出来るときにできる人がやるという理念そのまま、小さい子供がいる私でも、沢山の人の支えられ続ける事が出来ました。いつかは支える側になれるよう、今出来ることを着実にやっていきたいと思っています。これからもよろしくお願いします。(中山)

ACTメンバー歴も8年を経過した私が入会した頃には、らいふえいど事務所の空気も張りつめていて提出物等用件のみをドア半開きで済ませていました。

経験豊かなメンバー達もケアと事務仕事におわれる時期でもあったのでしょうか。10周年を乗り越えた頃から、事業所としての実績も地域で認められ、ゆとりもできてきたのでしょうか、「立ち寄りたい事務所」に変わってきたように思います。メンバーの新旧や老若を問わずに”こんにちは”と声をかけあって何でも話し合い、学び、研修を重ねています。

毎年の新年会は、ほぼ全員集合のお楽しみ会になっています。ケアに出るメンバーに”気をつけて行ってらっしゃい!” ”おかえりなさい。お疲れ様です!”と自信をもって取り組んでいる姿をたのしく見守れる昨今です。笑顔でやさしく対応できる人の力を発揮しているらいふえいどのメンバーにエールを前向きにと。(塩野)

”らいふえいど”が10周年を迎えた時、私はまだ何もわからず、ただただ自転車をこぎ回すのみ。15周年になり、少しわかりかけたのは”寄り添う”という事。でもこれがまたすごく難しい。時折、私を悩ませ落ち込ませもする。前に勤めた所で一番先に学んだ事は”傾聴”これは今の私の軸である。落ち込んだ時はいつもこれ!玉川上水を歩く事。さ〜て、今日も春めいて来た川沿いを歩いて、この前みつけた花ダイコンを見てこようかな。(石盛)

エネルギッシュなメンバーに囲まれ、はや9年。日々進化しつづけていると信じたい私から一言。錆び付いた脳ミソに喝をいれ、花粉とパソコンと戦いながら自転車を乗り回し、気がついたら心も体も元気になっていました。ここはみんなが元気になれるところです。

らいふえいど15周年に乾杯!

(竹野)



『長いおつきあいの利用者さんの近況報告です。』



『祝・卒寿を迎えて』

千代子さんとはじめてお会いしたのは、圧迫骨折で「う〜う〜」と唸っている時でした。その日から支援が始まり、早いもので10年になります。その間に圧迫骨折、脳内出血と大病をされましたが、見事に復活し卒寿を迎え、さらにお元気で暮らしています。長いようであつと言う間の10年でしたが、前向きな考え方や夫婦円満が元気に暮らす秘訣のようです。宏さん92歳と共に白寿・百寿までお元気でいてください。



「皆様のおかげでこの年まで元気にやってこれました。これからも長生きします。」と笑顔で転居された喜美さんです。メンバーにはいっぱい知恵ややさしさをありがとうございました。



編集後記

めまぐるしく変化する社会情勢や異常気象の中でも春が来て、桜の花も咲き木々は芽吹き小鳥のさえずる緑の街こだいらを活動拠点の「らいふえいど」メンバーは自転車で東へ西へ利用者さんのもとへ走らせています。

多忙の中にも決して忘れてはいけない3.11東日本大震災のことなど、しっかり心に留め置きたいことです。今回の記念号に寄せるメンバーの思いを受け、15年を節目に健康で新たな一步を踏み出しましょう。

(S)