



ビレジサポート 会員ニュース

第10号 2016. 12. 15

発行： NPO法人 ビレジサポート
04-7106-5117

会員数：320名（平成28年11月末現在）

目次

| | |
|----------------------|---|
| 理事長メッセージ | 1 |
| ビレジサポートの価値 | 1 |
| 介護予防について いろいろ思うこと | 1 |
| 各部の活動紹介 | 2 |
| おおつち海産物ご案内 | 3 |
| 受付業務を担当して 会員寄稿 | 4 |
| サービス提供スタッフ 募集 | 4 |

ビレジサポートの価値

理事長 林 忠男

「この街をもっとよくするためには、何をしたら良いのか？」との声を基に立ち上がったビレジサポート（VS）は、この11月で丁度4年が経過することになりました。ビレジ住民の抱える問題を少しでも少なくしようとする助け合い活動は年間の出勤回数が400件近く、また街の美観維持に努める剪定活動は年間100件を超えることになりそうです。VSの活動が、住民の方々のお役に立ち、みなさんが健康で、少しでも長くこの地に住み続けられるようになれば、と願っています。国・千葉県・柏市の指導を

受けながら、これから互助会を立ち上げようとしている町会が多い中で、4年前からこうしたサービスがあることが、柏ビレジの付加価値を高めているのではないかと自負しています。

今年7月からは、「はなみずき」と一体となり介護予防のための活動にも取り組むことになりました。家に閉じこもらないで、天気の良い日は「はなみずき」に出かけてお茶を飲み、IVY-LABOで人とおしゃべりすることだけでも、十分、介護予防につながります。みなさんのお越しをお待ちしています。

介護予防について、いろいろ思うこと

VSでは、まだ始めたばかりの介護予防ではありますが、短い体験のなかから感じたことをお話しします。介護予防という暗いイメージがありますが、大事なことは、人の世話にならず、できるだけ明るく、楽しく、元気よく、認知症にもならず、健康で生きて行くために、毎日の生活に気を配ることにあります。VSが皆さまの健康づくりのお手伝いをさせていただきます。

● 健康とは

- ① 心の健康（閉じこもりにならない、社会参加など）、
- ② 栄養（バランスよく食えること、歯科・口腔のケア）、
- ③ 身体の健康（筋力の維持・歩ける）

どれ一つが欠けても、生活に不自由となり、ひとの助けが必要になります。3つのバランスが大事ですね。VSでは、IVY-LABOを通じて、月1回程度の企画を実施します。

● 「通いの場」とは？

2018年からスタートする新しい介護保険に備えて、高齢者が住み慣れた環境で住み続けることができるような支え合いの環境を整えることが、重要になってきました。地域の中で、人とあったり・話をしたり・体操をしたりするような場所（通いの場）、これが、「はなみずき」であり、IVY-LABOであります。住民の誰もが集い、語り合えるようなスペースにしたいと思います。

● 柏ビレジは、素晴らしい！

柏ビレジには、自治会の下に、新樹会・はなみずき・アイビーサロン・ビレジサポートなどの活動により、趣味のクラブ・毎朝の健康

体操が行われ、また、お茶を飲む場所・人と話し合う場所が身近に週5回もオープンしているなど、介護予防につながる運動が長年継続されています。さらには、民生委員の方々の献身的な活動があって、柏ビレジほど介護予防・健康 推進の環境に恵まれた街は近隣地域には少なく、柏市がモデル地域に指定したいというほどです。

● 平均寿命と健康寿命：

日本人の平均寿命は男性81歳・女性87歳、健康寿命はそれぞれ71歳・76歳で世界一の長寿国ですが、その差の10年間は、いろいろな人の手助けが必要になっています。介護予防の取り組みで、この10年をできるだけ短くすることが、結果として介護保険料の負担軽減につながるのではないのでしょうか。

理事長 林 忠男



10月5日、IVY-LABOで行われた体操教室

助け合い活動部

部長 井原 久夫

助け合い活動部では、これまで高齢者や留守がちなお宅を中心とした日常の生活支援を行って来ました、その結果として当期半年で次のような実績を残すことができました。依頼人された方々、協力員の方々にあらためてお礼申し上げます。

| 項目 | 2016年4～9月 (件数) | 前年同期間 (件数) | 増減率 (%) |
|--------|-------------------|---------------|------------|
| 草取り | 37 | 25 | 148 |
| 水遣り | 122 | 98 | 125 |
| ごみ出し当番 | 15 | 9 | 167 |
| 空家サポート | 22 | 21 | 104 |
| その他 | 46 | 27 | 170 |
| 計 | 224 | 180 | 134 |

当期の新しい取り組みとして、花の井保育園のお手伝いをする活動を始めています。9月から開始、3カ月間で40件を超える活動実績となっています。

剪定サービス部

部長 宮定 俊作

4年前、地域住民のお役に立ちたいという思いで5人の有志が集まって剪定グループを立ち上げ、活動を開始しました。メンバーは平成25年に9名だったものが、平成26年に3名、平成27年に4名、平成28年5名が加わり、現在26人で活動しております。

立ち上げ時の有志の人脈で、剪定に関する豊富な知識と技術をお持ちの指導者に恵まれ、現在も剪定現場での指導と作業後の最終点検をしていただくことにより作業の品質向上の実をあげ、併せてメンバーも着実に実力を身に付けております。

剪定件数は平成24年度と25年度計で40件でしたが、26年度79件、27年度89件と増え、28年度は年内に100件を達成する勢いで、通算で300件を超えました。ビレジ住民の方々にここまで育てて頂き、厚く御礼申し上げますとともに、引き続きご愛顧賜りたいと願っております。

平成27年度から軽トラックを保有し、機動力をアップするとともにお客様の要望に応じて、剪定ゴミの北部クリーンセンター持ち込みを実施しています。軽トラックはVSの他の活動での運搬作業でも

仕事の内容は、園内・園庭の清掃、園児の午睡見守り、園児迎えまでの見守り、イベント時のお手伝い等で、現在約10名の協力員の方が、交替で当番を引き受けてくれています。かわいい子供さんたちに囲まれての活動を、あなたも楽しませてはいかがでしょうか？会員の方ならどなたも参加可能ですので、事務所へのご連絡をお待ちしております。

写真：花の井保育園の園児たち



活躍しています。ぜひご利用ください。

活動の中心は個人宅のお庭の剪定ですが、柏ビレジ入口のモニュメントの剪定、商店街周囲の垣根・樹木の剪定も実施しています。入口モニュメントはビレジのシンボルとして心を込めて作業しております。その他、キャンパス駅西口ロータリー周辺の植え込みの剪定（年1回）・除草（年3回）を事業開発部との共同作業として実施しています。

我々と一緒に、剪定やりませんか！ 部員募集中！



写真：イベントでも活躍する剪定サービス部の軽トラック

事業開発部

部長 樽見 進

事業開発部は、三井不動産から受託して柏キャンパス周辺で5つの事業を行っています。①鍵っ子倶楽部（アクアテラス親水

公園の鍵開閉）、②パラソル倶楽部（キャンパス駅西口のパラソル開閉）、③葉っぱ倶楽部（キャンパス駅西口の植え込みの除草・剪定作業）、④らら・ポット倶楽部（キャンパス駅西口のポットとプランターの散水業務）、⑤「あ・し・た」（まちの健康

研究所「あ・し・た」の運営管理業務)

これらの業務は、現在ビレジ内で支援を必要としている方々に直接お手伝いする仕事ではありませんが、今後更なる高齢化が進むビレジで、VSの活動の充実にむけての取り組みが重要で、活動の継続と運営に欠かす事が出来ない財政的な基盤作りに、これらの事業収入が貢献しております。

上記の内、④らら・ポット倶楽部と ⑤「あ・し・た」の管理業務では、ビレジ住民以外に30人程が賛助会員として、美しい街づくりと地域の健康づくりを担っています。

キャンパス1番街の「みんなの祭り」では、味自慢の三陸大槌町特産の海産物販売を行い、祭りの賑わいと盛り上げに喜ばれています。また大槌町特産の海産物を使ったランチパーティーをキャンパスで開催する等、地域を超えた交流が始まり深まっています。

現在準備中の案件では、柏市からビレジ内第三緑道・第四緑道の除草・剪定作業の受託に向けて動いています。この案件は

過去2年にわたって管理を行った実績があり、VSの象徴的な業務として、限りなくボランティアに近い形態で運営され、多くの方々に集まって頂き、作業時はビレジ住人の良き交流の場となり、お喋りを楽しみながら緑道を綺麗にし、健康長寿（歩く・喋る・食べるがキーワード）の効果も期待できます。



写真：11月26日 かしわ田中収穫祭に出店

総務部

部長 嶋浜 祥之

VSの会員が今年9月に300人を突破しました。4年前に28人の有志で立ち上げて以来、地道にかつ着実に助け合い活動や剪定サービスを展開し、地域内で困った問題を少しでも解決するために、多方面で活動していることを理解していただく方が急速に広がってきました。

VSの中で、総務部は広報ニュース発行（住民やVS会員の方々への情報発信）、拠点となるIVY-LABO事務所の管理、諸経費の管理、会員総会・理事会運営等、多岐にわたって

下支え的な仕事を引き受けています。

IVY-LABO内のVS事務所は、住民の為のコミュニティ・スペースとして、木・日曜日を除く毎日11時から16時までオープンし、38名の会員スタッフが交代で、VS諸活動のサービス受付、小箱ショップ（趣味の作品の展示即売）の運営、三陸おつちの海産物加工品販売などの仕事に取り組んでいます。

何か身の回りで困った問題、例えば、旅行で不在中の水遣り、犬の散歩、庭木の剪定、ゴミ出しなど…がありましたら、お気軽にご相談下さい。また、ご近所でお困りの方がおられたら、ぜひお声をかけてVSの活動を紹介ください。



味自慢名産品、三陸海産物を!!

VS会員の皆様には、いつもご愛顧を頂き厚くお礼申し上げます。あの悲惨な大震災からもうすぐ6年！それでも本当の復興はこれから… 復興の一助に！ ビレジ商店街の活性化に！ 住民の買い物のお役に！

東京大学のサポートを得て始めた「三陸海産物冷凍加工品販売」もすでに3年。今年4月から木・日曜・祝祭日を除く毎日11:00～16:00の開店です。

革新的な冷凍技術で、三陸の味覚・美味しさが生きています。

* お鍋の季節に豊富な品揃え

- ・ 鮭ミンチ ・サンマつまみれ ・豆乳入り鮭つまみれ ・さつま揚げ
- ・ 若布 ・昆布

* 夜長の一杯のお供に味自慢の数々

- ・ 真イカー一夜干し ・イカの沖漬け ・ほたてのチーズ焼き

* 簡単調理でも三陸の味:

- ・ カレイの煮付 ・イカとすき昆布煮付

* 日本初！肉を使わない: ・鮭ぎょうざ ・鮭ソーセージ

* 健康食品、青魚: ・サンマ、サバフライ、みりん干し、一夜干し

* 新巻鮭・東北の風土が生んだ発酵食品、塩味抑えた名品

* ミニトマトジュース 露地栽培1Kgの濃縮720ml 850円
(有名デパート1,600円)

新潟・村上産品も加え、50種類を超える扱い品目となりました。38名のスタッフが交代でお待ちしています。IVY-LABOでお会いしましょう。

IVY-LABO 海産物等担当 萩原 辰雄

IVY LABO 「受付業務」を経験して

ビレジサポートが IVY-LABO の運営を担当して半年が過ぎました。住民に Face to face の心のこもったサービスを提供する窓口業務も、VSの会員有志が当番で担当しています。今回はメンバーの中から3人の方に体験談を寄せていただきました。

受付業務は、ビレジ住民と接して様々なご相談やニーズを伺い、少しでもお役に立てる活動の出発点です。笑顔の対話や問題解決の模索は、こちら側のボケ防止にもなるかもしれません。皆さんも参加してみませんか？



Y.M さん

月に2回ほどIVY-LABOで受付業務に関わっています。1回2時間半という短い時間ですが、被災地のおつち町のお魚を求めている方や 小箱ショップの作品を見にいらっしゃる方などとのふれあいを楽しみながら担当しています。留守中の水やりやゴミ出しなど、ご利用になられた方から「本当に

助かりました」とお礼のお言葉をいただいた時が一番嬉しいです。柏ビレジに住んでいても初めてお会いした会員の方も多く、VSを通じてお友達になれたこともとても嬉しいことでした。

「小さな力でも地域の方のお役にたっているのかな？」と思いながら 無理のない範囲でこれからもお手伝いできればと思っています。

B.T さん

IVY-LABOにVSに受付、・・・何じゃこれ？

実はこれ ビレジにお住いの皆さんの困りごと相談の入り口でせ。なにせ このビレジにお住いの38人の会員が月に2〜3度、日替わりメニューよろしく交代で '受付' におられて、なんでも相談に乗るだけでなく、三陸や新潟の名産を売ったり、いろいろおもろい品々も扱ってまっせ。まず '大変や、どないしょ' と思ったら迷わず電話あるいは 茶飲み処、はなみずきの横の事務所にお越しあれ。

足の悪い人には電話もFAXも、はやりのメールもありまんがな。(メールで大統領になり損ねた人もいましたがね)

ビレジの同じ仲間が 何とかしましょ、と待っててくれます。お気軽にどうぞって！

てなわけで、小生も受付担当のメンバーに入って半年余り、少しはお役に立ててるのか、と自問しながらの毎日です。お互いに仲良く 楽しく、のんびり 行きましょか。待ってまます。素敵な出会いがあるかも？！

R.T さん

まさに今の日本の縮図・65歳以上の高齢者が50%を超える柏ビレジ。まだ何とか動けるけれど、10年後のことを考えると自分たちの未来像もボケてきます。

買い物が難しくなる住民のためにと立ち上げた、岩手県大槌の三陸海産物の販売に携わってもう2年半になりました。東日本大震災の復興支援もあり、少しでも多くの方々に利用して頂けたらと願っています。

・今夜のおかずは何にしようかしら？

・冷蔵庫の中に何も無いわ！

・今日は寒いから買い物億劫！

そんな時、大槌のこと、思い出してくださいね。

あの三陸大津波の悲惨な光景は、しっかり脳裏に焼き付いて忘れられません。東北の人達は我慢強く、どんなに辛くても、じっと、じっと、しっかりと頑張っています。 私達の力は小さなものですが、皆で少しでも応援しませんか。

サービス提供スタッフ、募集しています！ 楽しい仲間に入りませんか？

皆さんの熱心な活動のおかげでビレジサポートの認知度が上がり、業務の依頼が増えています。高齢化、介護、子育て、旅行、仕事など、様々な事情でちょっとした手助けを必要としている住民に、あなたの時間を提供しませんか。特別な技術や経験がなくても、都合のつく少しの時間だけでも、お役に立てることがたくさんあります。ぜひご連絡をお待ちしています！