

特定非営利活動法人

さわやか北摂つうしん

編集発行:さわやか北摂広報部 川西市水明台 1-2-49 TEL 072-792-3532

地域の役に立てることが喜びに

「日常のちょっとしたことを気軽に頼める場所があれば、どんなに助かることだろうか。」という地域住民の思いから、先代表の久恒がさわやかサービス北摂（現：NPO 法人さわやか北摂）を立ち上げ、今年7月で早や25年目に入りました。

現在450名の利用者と120名の活動者の計570名の会員の方々が在席され、介護保険や障がい福祉等の公的サービスと連携をとりながら、「困った時はお互いさま」の精神で、たすけあい活動に参加し、高齢者や障がい者の方々の生活全般をサポートしています。

病院や買い物の付き添い、屋内のそうじや洗濯、話し相手、庭の草刈りなど多岐にわたり「家族がもう一人いたら」といった日常の家事サービスを提供しています。また、要介護者や要支援者、障がい者の方々には、福祉有償運送により病院や買い物などの移送サービスもご利用いただいています。

我々が取り組んでいるたすけあい活動や公的サービスは、人と人との心がふれあい、そして助ける側も助けられる側も双方に幸せや生きがいをもたらし、地域が活性化していく社会貢献活動です。

活動者の中には、移送サービスやデイサービスのドライバー、10台ある車両の管理、今までの経験を生かした事務所のシステム管理など、週6日にわたり朝から晩まで活動してく

ださる方がいます。自分を必要としてくれている人がいるから、頑張れるとのこと。並みの努力ではありません。つわものぞろいです(^-^)

設立から25年が経ち、前例のない高齢化が進んでいます。単身もしくは夫婦2人暮らしの高齢者宅も増え、たすけあいサービスを利用したいという方が急増しています。地域の支えがあれば、高齢者や障がい者は安心して暮らすことができます。人とのつながりを持つことで、明るい毎日が増えることでしょう。

今世の中は、人手不足から、AI化が進んでいます。もちろんそれらを否定することはできませんが、設立当初からもっとも大切にしてきた「人と人との心のつながり」は決して忘れてはなりません。「困った時はおたがいさま」の精神にて、今後も末永く継続していきたいと思っております。

代表理事 高田 憲二



則久 昭代 画



さわやか福祉財団主催の大阪サミット

— いきがい・助け合いサミット in 大阪 —



全体会場の風景



交流会の風景

写真：さわやか福祉財団 提供

9月9日と10日、大阪府立国際会議場に於いて2019年度の「いきがい・助け合いサミット」が開催された。全国から集まった人々約3千人が一同に会し、今迄にない大規模な集会であった。9日は南関東地方は台風に見舞われたにも拘らず、タイムリーなサミットの内容に引かれて多数の主席者となった。

力強いアフリカンドラマー達のオープニングアトラクションに、先ず驚かされて拍手喝采！！この度は2日間で54の分科会があり、聞きたい部門ばかりで選び出すのに悩む程であった。もう少し分科会を小分けにして頂けたら良かったなあ、という意見もちらほら聞かれました。

「さあ言おう」9月号に掲載された大阪府太子町の記事は特に心引かれたし、貝長さんのお話も興味深く聞くことが出来た。今は自治会と社協、行政とで大変うまく運営されていて、羨ましい地区の1つであるが、20余

年前、さあ言おう9月号の文中にある池内さんと知りあい「コスモス」というグループの立ち上げをお手伝いした頃を、なつかしく思い出した。会の立ち上げのノウハウをお教えしたり、遠路の往き来が続いた。

池内さんは、現在は介護保険事業をはなれ、経験を生かして地域の助け合い活動に力を注いでおられるとのこと。助け合いの原点をいつも考えていてくださる事に心から応援しています。



「さわやか北摂 25 周年」

記念誌原稿 募集

市民活動団体を立ち上げてから、今年25年目を迎えました。ひとえに多くの皆さまのご支援の賜物と心から感謝申し上げます。

此の度4半世紀 経過を記念して、5冊目の記念誌を発行することに致しました。

当初よりの会員さんをはじめ、25年間支えて下さった方々に紙面を飾っていただきたいと思っておりますので、記念誌に興味のある方はどうぞご連絡下さい。お待ちしております。一応、締め切りは11月末日とさせていただきます。

<連絡先>

NPO 法人 さわやか千の里

担当者 久恒・わし野

電話 072-792-0431

さわやか北摂 25 年の主なあゆみ

1995 年	7 月	任意団体 さわやかサービス北摂設立 設立時会員数 31 名
1995 年	9 月	「困った時はお互いさま」の市民活動が認められ、先駆者団体としてよみうりテレビの「ズームイン朝」で放映された。司会者福留さんの総合的な活動紹介を受け、全国各地から問い合わせがあった。
1998 年	2 月	(公財) さわやか福祉財団(堀田力前理事長・現会長)のインストラクターを任命され、10 年間地域福祉活動の普及にたずさわる
1998 年	4 月	福祉市民ネット・川西の設立に参加；NPO のネットワークを計る
2000 年	8 月	NPO 法人 さわやか北摂設立
2001 年	3 月	介護保険・訪問介護事業開始
2002 年	8 月	介護保険・通所介護事業開始 5 周年記念誌発行
2003 年	5 月	障がい福祉サービス開始
2004 年	11 月	10 周年記念誌発行
2009 年	4 月	居場所「わたしのオアシス」を開始し地域へ開放
2010 年	7 月	15 周年記念誌発行
2010 年	11 月	「川西市コミュニティサービス事業」を協働事業として市から受託(2013 年迄)
2012 年	12 月	東日本大震災への支援金(1 年間で 100 万円)をさわやか福祉財団を通じて寄贈
2012 年	12 月	さわやかデイサービス水明台・リハビリ付きとして開設、2 階に地域の居場所を併設
2014 年	11 月	さわやか北摂 20 周年記念誌発行
2015 年	3 月	ひょうごコミュニティ財団から「共感寄付制度」の対象団体に指定される
2016 年	4 月	「さわやかデイサービス緑台」を水明台デイに統合し、定員 18 名の地域密着型にする
2016 年	11 月	市役所職員が当団体に NPO 活動の体験研修に来所；例年の恒例行事となる
2017 年	1 月	国土交通大臣より福祉有償運送運転者講習者講習団体に認定される
2017 年	4 月	さわやか北摂事務所を現地に移転(設立から 4 度目で落ちつく)
2017 年	11 月	世界一のギタリスト ドン・ロス氏を迎えて市役所 1 階ロビーでオープンコンサート開催(コーディネートをつとめる)
2018 年	6 月	さわやか北摂代表理事が交代(新代表理事 高田憲二)
2018 年	8 月	さわやか福祉財団・全国交流フォーラムに参加 一みんなでつくろう助け合いのまち
2018 年	10 月	第 67 回兵庫県社会福祉大会において、「兵庫県知事彰」を賜る 永年の活動功績が認められ、代表として久恒が対象者となった
2019 年	4 月	「NPO 法人さわやか千の里」を設立 2 本立ての市民活動団体となる 近い将来の認定 NPO 法人を目指している
2019 年	4 月	助けあい活動のチケット制を廃止し、1 カ月単位の請求書を金融機関での引き落としに変更
2019 年	9 月	8 年間の間に日本財団を通じ、270 万円を災害復興支援金として寄贈 今後も社会貢献活動に力を入れていく
2019 年	9 月	さわやか北摂とさわやか千の里の合計会員数 558 名



デイサービス あれこれ

と 獅正の獅子舞団 来演 の



さわやか北摂 25 周年とさわやかデイサービス開設 17 年を記念して 7 月 23 日にお忙しい中を獅子舞団がお越しくださいました。

立派な親獅子 2 頭、子獅子 1 頭、太鼓係鐘の進行係の 7 人組で、プラスワングループさんの男性陣です。力強い獅子舞を目の前でやっていただき、デイに来られている方を中心に皆さんで拍手喝采がいつまでも続きました。

演舞のあと、獅子頭で体調の悪いところを噛んでもらうと治るとか。『無病息災!!』『笑福来門!!』と大声で叫びつつ、厄払いの為に一人ずつ噛んで下さいました。

本当にありがとうございました!! 最後にかぶりを取られた汗だくの皆さんに、オトコマエやね〜と、これまた大拍手でお見送りとなりました。

100 歳! おめでとうございます 黒田美津子さん



さわやかさんへご挨拶:

このたび満百歳を迎えました。この歳になっても痴呆症にも寝たきりにもならず、自宅で余生を過ごせるのはこの 17 年 1 日も休まずに介助に来て下さったヘルパーさん、お話し相手になって頂いた友愛訪問の方々をはじめ、多くの地域の皆様に支えられてきたおかげで、日々感謝しつつ暮らしております。残り少ない人生でございますが、これからもどうぞよろしく御願いたします。

さわやかから: いつまでもお元気で、まずは 120 歳を目指しましょう!

「たすけあいの市民組織です」 高齢社会を共に支え合いませんか



♪♪ さわやか北摂25周年記念 ♪♪ 亀工房コンサート



2002年8月にデイサービスをオープンしてから17年。毎年恒例になっている亀工房さんのコンサートは、今年で9回目。世界で活躍されている前澤氏のアコースティックギターと、いやしの音色でハンマーダルシマーの第一人者、朱美様とのコラボレーションは、実に見事でした。南米の軽やかな音楽、沖縄民謡や童謡、ポップスなど、オリジナル曲も含めて素敵なコンサートとなりました。沖縄出身のスタッフの為、再度アンコール。ババロアトリオの内2名が曲に合わせて軽快に即席ダンス。一度に会場のお年寄りの方々から手拍子と拍手とブラボー!! 大盛り上がりのひと時となりました。

今回のコンサートはお互いに心のふれあった、全員参加の温かい良いコンサートでした。又きてねえ～ また来ま～す (^_^)



ちらし寿し作り

さわやか北摂とデイサービスのイベント応援団



★元タカラジェンヌのSKさん

6月25日(火) デイサービスに来て下さり、歌って踊って、さすが元プロやね～ 昔、少し背が足りずに劇団へ入れなかった人がおられ、拍手しながら大喜びでした。ブラボー!!

★ハンドチャイム演奏“のぼら”

棒状の楽器から穏やかな癒しのメロディーがながれますが、演奏者はあっという間にあちこち移動してそのまま演奏！
わぁ～、タイヘンそう～

★ソバ打ち

プロ級の2・8ソバをデイの皆さんの目の前で、毎年打ってご馳走して下さいのご夫妻は、さわやか北摂理事の岡田さん。見事な手さばきと、包丁で切られたソバは1.5ミリのプロの世界。来年もお待ちしています!

★デイサービスいろいろ

楽しさが売り物のさわやかデイサービスでは、今まで午後のレクの時間に各種のイベントや工作などをしていました。近頃では昼食のちらし寿し作りで盛り上がっています。私はうす焼き玉子を作るわ! 私はきゅうりを切るの、あなたはデザートを作って! 昔とった杵柄は健在です。ワイワイ ガヤガヤ・・・楽しいネ! 全員まわるまで続きそうです。来週はおはぎ作りかな?

<NPO法人さわやか千の里>だより

川西市水明台 1-2-49

TEL 072-792-0431

認定 NPO 法人を目指して「ご報告 No2」

こんにちは。「NPO 法人さわやか千の里」事務局長の本田圭です。

さて、私たちが移送サービスや家事援助などのたすけあい活動を本格的に「さわやか千の里」としてスタートしてから約半年が過ぎました。



まずはこれまでにご協力いただいた活動者、利用者の皆さまに改めて感謝申し上げます。

「困ったときはお互いさま」の理念のもと、さまざまな課題もありますが何とかここまで活動を進めることができたのも、皆さまのご指導とご協力のおかげです。

事務局では、4月以降、理事会のほか、月一度の会議を継続し、事業のブラッシュアップに努めてまいりましたが、半年を過ぎていよいよ認定に向けた準備が本格化しています。

また、先日は設立当初より課題であった役員任期の空白期間について、理事会の承認をいただき、その後兵庫県からの認可を受け、正式に定款の変更を行い課題の解決にいたしました。新しい定款は、内閣府のホームページより閲覧いただけますので、ご確認頂けますと幸いです。

認定に向けた取り組みと今後のスケジュールといたしましては、年末の決算の後に理事会及び総会にて二期目事業報告と決算報告をご承認いただいた後、認定申請を進めます。

この作業の中で、書類整備はもとより非営利組織評価センターの「グッドガバナンス認証」を受け、適正な組織の運営を図ってまいります。これからも「NPO 法人 さわやか千の里」の活動にご理解とご協力をいただけますよう、よろしくお願いいたします。

事務局長 行政書士 本田圭

「さわやか千の里」の立ち上げに対してご賛同いただいた方々のご芳名

(令和元年6月10日以降分 敬称略)

北村 康男	高橋 早智子	高木 和浩	高木 佳子	有井 朋子	藤田 佳子	日野 修
山川善一郎	三輪 千華	松井 秀夫	明石 安人	川島 脩	山川せつ子	上西 肇
山田 澄子	宮本 良江	山浦 俱子	高野 律子	石川 珠子	山内 照子	村井 房子
中尾 好子	宮脇香代子	富林 寛子	長井 俊彦	木村 和子	(9月17日現在)	

前回6月15日発行のつうしん67号に掲載させていただきましたご芳名の内、お名前に多数の誤りがございました。誠に申し訳ございませんでした。改めてお詫び申し上げます。

さわやか北摂・さわやか千の里は多くの人々のご協力に支えられています

たぐちクリニック

理事長 田口 恵三

見野 072-791-5775

三木眼科医院

院長 三木みどり

向陽台 072-792-4191

中村内科・小児科医院

院長 中村 修

向陽台 072-793-8002

ふかみレディースクリニック

院長 深見 和之

栄町 072-740-0230

さくらホームケアクリニック

理事長 久保 雅弘

平野 072-793-4000

♡♡ 善意の輪は広がり続けます ♡♡

MM様から毎月提供していただくボリスブラウンの玉子料理は、デイの皆さんからも大好評です。卵を割れば黄身がぽっこりと盛り上がっています。殻は茶色なのに、黄身は薄黄色で、良質なエサによる自然な色とか。ふくさ卵や出し巻き玉子、野菜オムレツにトマトスクランブルなど、調理担当者は張り切って腕を磨いています。



MM様の卵を運んで来てくださるHM様。本来は川西里山のボランティアリーダー。あちこちの祭りで大量のピザを焼いてふるまうなど、ボランティアの大道を続けておられます。

楽しいイベントを沢山やられる里山クラブでは、時々手伝ってくださる方を募集しておられます。善意の輪が広がることを私達も願っております。

SK様も珍しいフルーツを届けて下さるなど、さわやかはその他多くの方々に支えられてきました。私達はひたすら良いサービスに精を出して、感謝にかえさせていただきたいと思います。

障がい(児)者の防災への取り組み

思いがけないときにやって来る自身や豪雨。これまで例になかった大規模災害の発生が増えています。さわやか北摂では、一人暮らしの障がいのある方への防災の取り組みを行っています。川西市防災マップを活用し、災害時の避難場所や避難経路の確認を随時行い、ご家族や地域の方と連携を図っています。

また、初動期における職員の役割分担を明確に定め、日頃より防災意識をたかめています。『川西安心ネット』等を活用し、災害が発生したら災害対応をスムーズに行えるよう、障がいサービススタッフ一同これからも取り組んで参ります。

障がい福祉サービス副管理者 増山さおり



まちづくり 井戸端会議

緑台・陽明コミュニティ協議会主催の自由な意見交換の場が8月31日(土)第2自治会館で開催された。皆さんはどんなまちで暮らしたいですか?がメインテーマで、若い人が中心に約15名の方が集まりました。主な意見は免許返納後の移動手段をどうするか。助け合い活動の有償ボランティアが必要だけれど、活動者が不足していて広がらない。などなど課題は多いことだけは理解し、問題は共有された。

さわやか北摂・さわやか千の里は多くの人々のご協力に支えられています

さいとう眼科

院長 斎藤 喜博

栄根 072-756-0300

青心会メンタルクリニック

石島 正嗣

中央町 072-758-0620

まつうら歯科医院

院長 松浦 孝治

畦野駅前 072-794-8786

堀池歯科医院

院長 堀池 周司

加茂 072-757-1118

三木外科・胃腸科

院長 三木 篤志

加茂 072-752-5752

活動実績

	たすけあい活動 (件)	訪問介護 (件)	障がい者支援 (件)	水明台デイ (延べ人数)
2019年5月	756	1,401	610	405
6月	801	1,261	603	374
7月	855	1,395	632	401
8月	753	1,388	575	387

被災地支援金のご報告

天災の多い令和の始まりから半年近くたちました。被災地は全国に広がっていますが、現地へ行けない思いを少しでもお役に立てたらと支援金を募っています。2012年から現在まで合計370万円を寄贈し、今後も続けたいと思っています。デイ2階・居場所のバザーをのぞいたり、ご協力の程よろしくお願い致します。7月末のサマーカーニバルにも例年通り参加し、夜店で野菜販売もしました。

★ 定年準備七箇条 ★

世の中の中老年男女の方々について、あるラジオ番組で、定年前の人を対象に下記のような放送をしていました。

- 1条 あせらず急ぐ
- 2条 趣味の範囲には留めない
- 3条 子供の頃の自分を取り戻す
- 4条 自分の身銭を切る
(時間を含む)
- 5条 個人事業主と接触する
- 6条 自分の手の届く人と接触する
(歩み方を学ぶ)
- 7条 自分の得意部分を生かす

活動者募集!

男性協力者募集!

— 退職男性の出番です —

通院の送迎・家の片付け・庭の手入れ・家事全般 など「もう一人の家族」のような助け合いを希望される方が増えています。週1回、月1回でも喜ばれる事に少しの時間を生かして下さいませんか?
有償のボランティア活動です。

お問い合わせ先：NPO 法人 さわやか千の里
電話 072-792-0431

お知らせ

10月から消費税法改正にともない、サービスの消費税も変更になります。
(別紙でお知らせ致します)

＜さわやか北摂・さわやか千の里の応援団＞

馬淵英男様 三好眞喜雄様 釜野澄夫様 岡崎信一・民子様 山田龍三・澄子様
藤原 昌様 岡田八郎様 熊田孝子様 佐野隆二郎様 植田寛昭様 大坪俊子様
深野麗子様 梶原幸一様 毛呂貞夫様 岡登茂子様 美濃由美子様 田中智子様
久恒千里様 今田博隆様 板井繁典様 中谷雄吉様 野老山京子様 沢田武司様
田村龍司様 勝田祥子様 川口千香子様 上野 瞳様 奥山聰子様 増山さおり様
高須賀厚子様