

172号  
認定NPO法人 紋  
2020年7・8・9月



題字 デイサービスの皆さん  
新聞ちぎり絵で作成



『新聞ちぎり絵』講座が始まります

新聞のカラー広告をちぎって貼るだけ、誰でも簡単にできます！

毎月第4水曜日 10:00 ~ 12:00 (地域の縁側 グリーン・ラソにて)

詳細は『紋 ♡ 居場所 スケジュール』のページをご覧ください。

予約制  
定員15名



畠を通した居場所づくり

～愛知の35種類の伝統野菜を学ぼう・育てよう～

2020年9月6日(日) 10:00 ~ 12:00

講演／地域たすけあいセンター紋 ミニ体験／紋の畠『ラソファーム』

詳細は別紙チラシをご覧ください。

予約制  
定員20名

## 弱さを気づきに

代表理事 山崎紀恵子

横文字が苦手な私でも、さすがにソーシャルディスタンスが社会的距離という意味で、人との間隔を取るよう言われてることは、わかるようになりました。いつだつて大した化粧をしているわけではありませんが、どうせマスクで隠れるはありませんが、それ違つても、マスクのせいで誰だかわからず<sup>ゞ</sup>無礼してしまつたという残念な話や、何か月もサロンや居場所に行けなくて足腰が弱つた、誰だかわからぬどころか認知機能が衰えたという話も、あちらこちらから聞こえています。

世界を不安と混乱に陥れた新型コロナウイルスの拡散。現実の不安に加えて、買い占めや差別、攻撃など、混乱に拍車がかかる事態もたくさん起きました。この先、マスクを外せる日が本当に来るのか、平穏な日常がいつ戻るのか、第一波の心配等……先の見えない不安の日々

は、まだ終息しそうにありません。

これまで様々な災害が起つる度に、日本人は辛抱強いという言葉を耳にしました。それは、もしかしたら辛抱強いだけではなく、困つてること、苦しいことがあつても助けてと言えなかつたのかもしれません。でも今回、世界中に広がつたコロナウイルス禍のように、誰もが不安でしんどくて、決して他人事ではない時には、悩みやSOSを出しやすく、人

がつながりやすい傾向になると聞いたことがあります。確かにSNSを活用して勉強を教え合つたり、子育ての悩みを共有したり、魚のさばき方まで丁寧に指南。自分ができることで誰かの役に立したい、誰かとつながりたい……そんな想いがきつかけで、新たなチャレンジや、情報のシェア、助け合いの輪に次々と広がつているような気がします。

最後に、私の好きな言葉を三つ<sup>ゞ</sup>紹介させていただきます。

①マイナス（-）を二つ組み合わせると、プラス（+）になる。（だから縦にも横にもなるよう、心を柔軟に）

②ピンチはチャンス

③弱さを気づきに、強さを分かち合う力に、不安を勇気に、逆境を創造を灯す光に……（次の五千円札の顔 津田梅子さんの言葉）

いなければ、こんな素敵な発明も生まれなかつたでしょう。愛知県では、NPOがつながり課題解決の知恵を出し合おうと「NPOおたがいさま会議」もスタートしました。あちらこちらで点々の頑張りが、線になり面になり、新たな仕組みづくりにつながつています。将来、必ず教科書に載るであろう時代を共に生きる私たちです。今、自分のできることで支え合おうとする生き方が、一人一人に問われているのではないか。

皆さんから、たくさんのマスクやお心のこもつたご支援をいただきました。手作りマスクのゴムがTシャツだつたり、ストッキングだつたり。ゴムが不足して

暑さ厳しき折、マスクやソーシャルディスタンスと上手に付き合いながら、ご自愛くださいますように……。

### 代表理事 4月～6月の主な外部活動

4/24 6/26 介護給付認定審査会

5/8～6/26 日本福祉大学 講師(Zoom授業)

5/18 6/1 地域福祉サポートちた(Zoom理事会)

6/18 食でつながるゆるい情報交換会

## ～ディサービスセンター 絆～

月初めに行う体力測定をリニューアル。スタッフ考案の手作りグッズは大好評です。動きやすい部分や動きにくい部分、体のバランスを自ら知ることにより、次のリハビリへつなげ、日常生活動作の改善を図ります。



ふ～力測定 (肺活量)

効能 大きな声が出る



くじゃく (腕上げ)

効能 服の脱ぎ着がラクになる



伊勢エビ (前屈)

効能 遠くの物が楽にとれる

### その他のメニュー

- スクワット → 体が軽くなる
- 胸を張る → 猫背がよくなる
- 足上げ → ひざの痛みがやわらぐ
- 握力 → 全身の筋力の程度がわかる
- 玉投げ → 物がしっかりと持てる

### いきいき健康相談

身体の心配事は看護師へ。話すことで悩みを解消できます。



## ～さくさく工房 絆～

これまでスタッフから企画を提案する事が多かったさくさくですが、少しづつご利用者さんからやりたい事を発信してくれるようになりました。その想いをカタチにしたいと、様々な企画が動き始めています。



### 毎年恒例の筍掘り

毎年自宅に生える大量の筍に困っていたMさん。さくさくで何かお手伝いできないかと考え、数年前からみんなで筍掘りを行っています。長年筍に悩まされていたMさんも、今ではさくさくの仲間やスタッフと一緒に筍掘りを楽しめています。



### 大好きな料理の時間

「料理がしたい」 Iさんの提案で始まった企画。買い物から調理まで、仲間と一緒に黙々と取り組んでいます。



### ミニ ジム始動

「自分で動けるようになりたい、家族の負担を減らしたい」 Yさんの発案でさっそくジムが始まりました。



コロナウイルス禍  
における  
縊での取り組み

# 困った時は

## テイクアウト支援

### ～お弁当の注文～

少しでも地域の飲食店を応援したい！という想いから、事務所スタッフの昼食を近所やお世話になったお店で注文しました。  
(注文したお店 11店舗 392食)



## デイサービスセンター 縊

### ～できることをやってみよう～

毎月多くのボランティアさんに盛り上げていただいているますが、その活動も自粛に。それなら自分たちで頑張ろう！と、利用者さんが先生になり、得意なことを教える「ボランティア先生」がスタート。絵手紙の先生、畑の先生、体操の先生……。知恵と経験が光る場となっています。



## さくさく工房 縊

### ～散歩におでかけ～

外出する機会が減り、室内で過ごすことが増えていた皆さん。気分転換と運動不足解消も兼ね、近所の公園へ散歩に出かける回数を増やしました。初めて行く公園にも気分が上がり、自然と笑みがこぼれます。普段散歩をしない方も一緒に参加して、心も身体もリフレッシュしています。



## 自分たちで作ろう

### ～手作りマスク～

マスクが手に入らない！という利用者さんやヘルパーさんの声を受け、裁縫が得意なスタッフや利用者さんがマスクを作成。試行錯誤を重ね、子ども用から大人用まで、900枚以上の色とりどりのマスクをお値打ちに販売しました。



## 今出来る事

### ～坂野 康司さん～

地域の縁側 ラソ・プラザのボランティアさんで、チーフマスターの坂野さん。ラソ・プラザの休館中、縊のあらゆる箇所のペンキ塗りや棚の設置、修理、草取り、畑など、環境整備をしてくださいました。どこもかしこもとても綺麗で使いやすくなりました。



# おたがいさまの心で

## ヘルパーステーション 縊

### ～不安に寄り添いながら～

万が一、自分が感染していたら……そんな不安と闘いながら、在宅を支える事業所として頑張っています。コロナの影響で他の通所施設が休みになった方への訪問や、お散歩の支援など柔軟に対応。また、支援内容の見直しでは、ご本人やご家族にもご協力いただきました。



病院の送迎や院内の付き添いは神経を使います。  
車の窓は対角線に5cm開けるのが効果的とか……。

# つなぐ♪ きずな

澤田ひで子さん



「長生きの秘訣はね、  
何でも食べて、運動も  
一生懸命することよ」



ぬり絵が好き。「やさしい  
色も濃い色もみんな好き」  
と丁寧に仕上げられます。



お気に入りの『ふれあいマーケット』でお買い物♪ いくつ  
になってもおしゃれは大切よ♡



30年前のひで子さん。カラオケが大好きで公民館の舞台にも立たれ  
ました。身長160センチ、スラリとした評判の美人さんでした。



緒川地区

おもだかたちよりマップ



## ～『おもだかたちよりマップ』の誕生秘話～

「一つ一つが常設の居場所になることは難しいけれど、個々の居場所がつながれば、  
毎日通える居場所になる」との発想でスタートした“おがわヴィレッジプロジェクト”。

### 《チームメンバー》

サロンで活動する方々や、福祉施設、児童館、コミュニティセンター、社会福祉協議会やふくし課の皆さん。もちろん絆もメンバーとして、地域の皆さんと心を合わせ居場所づくりに取り組みました。

### 《気分はまちづくり特派員》

居場所づくりが、地域の見守りや活性化につながるようにと、飲食店や施設、お寺を中心にみんなで取材。2020年4月、まさに手作り感満載の「おもだかたちよりマップ」が完成しました。



絆・総合ボランティアセンター・役場  
社会福祉協議会などで、無料配布中！

三密を避け、精いっぱいの予防を心がけながら再開します

## 絆・居場所 スケジュール

ご協力よろしく  
お願ひします

### 地域の縁側 グリーン・ラン

月・火・水・木・金曜日 9:00 ~ 16:30 (祝日お休み)

◆囲碁・将棋・麻雀	月曜 10:00 ~ 13:00 火曜 13:30 ~ 16:00 金曜 10:00 ~ 16:00
◆サロン・ド・ラソ	火曜 10:00 ~ 12:00

◆は、参加費100円(ドリンク付)

まかないシェフランチ 火・木曜 11:30~

※ランチは7月・8月中止、9月1日(火)から再開予定

えんがわ体操	9月まで中止
歌声喫茶	10月以降の予定は、次号でお知らせします
カラオケ	

ルピナスBAR

放課後ラソ

フォーク酒場

夜カフェ

当面の間、中止

New!

### 『新聞ちぎり絵』講座 スタート!

毎月第4水曜日 10:00 ~ 11:30

定員/ 15名

参加費/ 200円

申込み/ 絆 ※予約制



### 地域の縁側 ラソ・プラザ

モーニング 9:00 ~ 14:00

トースト・サラダ・玉子・ドリンク 350円

一品注文していただくと、アイプラザのお弁当の持ち込みができます。

コーヒーおかわり(ホット/アイス) 100円

火・水・木・金曜日 9:00 ~ 14:30 (祝日お休み)

※7月~8月末まで時間を短縮して営業(9月以降は調整中)

まちの保健室

第2木曜

13:30~14:30

『ほろよいラソ』

8月14日(金)

16:00~18:30

(オーダーストップ 18:00)

歌声喫茶

ランチ

当面の間  
中止

※新型コロナウイルスの状況により、変更する場合もございます。

その際は、チラシやホームページでお知らせします。

### ラソファーム ~みんなの農園~

雨天休み

定例会/毎週日曜日 8:00~9:00 草取り等

随時/草取り・水やり・収穫・研修会など



野菜の種まき



玉ねぎの収穫

### たすけあいセンター 絆・風ハウス・あんきにきて家

	7月	8月	9月	10月	時間
風喫茶	7(火)・17(金)	4(火)・21(金)	1(火)・18(金)	6(火)・16(金)	12:30~15:30
お茶を楽しむ会	22(水)	26(水)	9(水)	21(水)	10:30~11:30
さをり織り	火曜・木曜 11日(土)(23日休み)	火曜・木曜 8日(土)(13日休み)	火曜・木曜 19日(土)(22日休み)	火曜・木曜 17日(土)(29日休み)	10:00~15:00
にこにこヨガ	6・20・27(月)	3・24・31(月)	7・14・28(月)	5・12・19(月)	14:30~15:30
ビアントのパン	1(水)・16(木)	5(水)・20(木)	2(水)・24(木)	14(水)・29(木)	午後から
くすの樹のシフォンケーキ	10(金)・28(火)	27(木)	8(火)・30(水)	9(金)・20(火)	午後から

都合により変更する場合もございます。時間や費用など詳しい内容は、お問い合わせください。

## 事務局からのお知らせ

- ▶ 事務所・デイサービス・さくさく工房 絆の夏季休暇を 8月13日(木)～15日(土) とさせていただきます。緊急の場合は、専用携帯電話にお願いします。
- ▶ 2020年度 通常総会は、新型コロナウイルス感染拡大の情勢を鑑み、規模を縮小して5月30日に開催し、全ての議事が承認されました。
- ▶ 第11回絆まつりを9月に開催する予定でしたが、残念ながら中止となりました。来年の絆まつりでお会いできることを楽しみにしています。



## 絆の研修予定

- ▶ 7月と8月の研修は中止します
- ▶ 10月26日(月) 16:30～17:30  
「初心とプロ意識を忘れない 接遇の心得」  
(事務局 鈴木真由美)

(公財)日本財団より助成金をいただき、車いす対応のエブリイを購入しました。感謝を持って、ご報告いたします。



今年も(株)サンスタッフよりチューリップのプランター17鉢をご寄付いただき、約1ヶ月間楽しませていただきました。



## 活動実績(2019年3月～2020年5月)

	たすけあい活動	訪問介護	障がい福祉居宅・移動支援等	通所介護	生活介護	ごみ出し支援	子育てヘルパー	グリーンラソ	ラソ・プラザ	会員数(2019年度) (6月11日現在)
3月	479(件)	864(件)	450(件)	407(人)	257(人)	144(件)	0(件)	休館	794(人)	利用会員 229人 賛助会員 116人 活動会員 94人
4月	477(件)	856(件)	407(件)	386(人)	255(人)	155(件)	0(件)	休館	331(人)	合計 439人
5月	427(件)	771(件)	371(件)	316(人)	220(人)	138(件)	0(件)	休館	休館	

## 編集後記

新しい生活様式が求められ、日常が大きく変化し、戸惑ったり、人との関わりが少なくなり、寂しさを感じることもあります。しかし、こういう時だからこそ、今をしっかりと受け止め、何が出来るのか、何がしたいのかを考えるチャンスです。前向きに一步一歩を心掛けたいです。(森)

コロナ禍により、家族が在宅になったため、「いってらっしゃい」と見送られる側に。これがなかなか気持ちがよいものでした。絆事務所でも行き交うこの言葉。どんな声も誰かが聞きもらさず、声をかけてくれます。自分もまた誰かの安心になれますように。そう思う瞬間です。(石松)

## ＜絆の事業＞

<u>たすけあい事業</u> たすけあい 絆 福祉有償運送	<u>介護保険事業</u> ヘルパーステーション 絆 デイサービスセンター 絆	<u>地域ふれあい事業</u> さわり織り講座 コミュニティカフェ など	〒470-2102 愛知県知多郡東浦町緒川北赤坂35番地の1 TEL 0562-83-7563・FAX 0562-83-7518 e-mail info@kizuna.aichi.jp <a href="http://tasukeai-kizuna.jp/">http://tasukeai-kizuna.jp/</a>
<u>障がい福祉サービス事業</u> ヘルパーステーション 絆 さくさく工房 絆(生活介護)	<u>東浦町委託事業</u> ゴミ出し支援(環境課) 子育て支援ヘルパー(児童課)		 <b>発行：認定NPO法人 絆</b>
<u>地域の縁側 グリーン・ラソ</u> 〒470-2102 愛知県知多郡東浦町緒川屋敷式区61-1	☎ 0562-84-7836	 <b>地域の縁側 ラソ・プラザ</b> 〒470-2103 愛知県知多郡東浦町石浜菰蓋1-143	☎ 0562-22-2005
		 <b>時間外 090-3930-3042</b>	 