

2021/8
No.282

WAC
WONDERFUL AGING CLUB
長寿社会文化協会

2021年8月10日発行 通巻282号
<https://www.wac.or.jp/>
E-mail: iken@wac.or.jp



ふれあい Wonderful Aging Club Network and Communication ねっと



▼ 升田理事長を3選 / 5人の常務理事を選出
 ▼ コロナ禍でも1331万円の黒字
 定時総会と理事会を開催

▼ 研修、面談でオンライン広がる
 福祉サービス第三者評価、高齢者疑似体験

▼ 全国のWACポイント40拠点の一覧



升田忠昭
理事長

生涯現役社会の実現に向けて 理事長3期目の抱負

●ともに働き、社会に役立ち、元気に学び、もっと楽しもう。

AARPから「高齢者雇用」の提言

AARP（旧全米退職者協会：会員約3800万人）、OECD及びWorld Economic Forumの3団体が協業してコラボレーション・フォーラムを結成し、With/Afterコロナ、長寿化、生涯現役等に関する提言を行っております。私はAARP日本連絡事務所代表としてその任に当たっております。

最近発表された主要テーマの一つとして「現在の雇用者が高齢者を受け入れるべき理由と方法」があります。長寿社会や生涯現役を目指す我が国にとっても重要なテーマであり、そしてWACの就労支援、人材育成、地域の活性化に関わることもあります。

人々が長寿になり、より健康的な生活を送るにつれ、多くの人がより長く働くことを望むか、または働く必要が出てきます。従って長寿に関してこれから政府、雇用者、地域は、あらゆる年齢層の人たちが、生涯にわたって学ぶことの意味を再考する機会と、その自己責任を認識する機会を具体的に提示する必要があります。そしてWACは、その援助をさせていただきます。

政府は多世代にわたる包括的な労働力の育成を支援できるし、支援すべきですが、雇用者はその責任を主導するのに最も適しています。成功は、経済、企業、従業員の成長と満足に利益をもたらします。そのためには雇用者には次のことが肝要です。

雇用者による個人に対する継続的な教育と訓練及び個人本人の継続的な学習・経験を通じて、雇用者が年齢に関わらず個人の希望に合わせて個人の雇用を維持する政策を実施し、個人が年齢に関わらず仕事にとどまり成長する機会を提供することです。

雇用状況の把握、見直しを

雇用状況を包括的に把握するには、次の3点が重要です。

第一に、企業文化はあらゆる世代の雇用にどのような影響を与えているか。例えば、有意義な仕事へのアクセス、尊敬、公平の企業文化、雇用の安定等を構成する主な要素となります。

次に、多世代の従業員をサポートするための基本方針、実践計画はどうなっているか。重要な分野として、採用、評価と雇用維持の方法、報酬と福利厚生、生涯学習、健康維持、介護サービス、働く場所、段階的な退職のためのオプションが含まれます。

そして、雇用者は、従業員の年齢に応じた優しい環境をビジネスにどのようにつなげていくかを念頭に置くことが肝要です。より優れた生産性によって設計された製品とサービスを提供することができる雇用者は、より有益な利益を得るために優れています。それは、個人の収入の向上と自己実現にもつながります。

このような観点から、WACとしては今後のAARP, OECD, World Economic Forumからの提言も踏まえて、長寿社会と「With/Afterコロナ」時代に即して実践に努めたいと思います。

新型コロナウイルス感染症拡大による景気後退、雇用環境悪化が続いています。こうした環境下でご活躍されているWAC会員の皆様には、日頃のWACご支援に感謝申し上げます。そして医療・介護の分野に従事される皆様のご尽力に心から感謝申し上げます。

WACの昨年度の収支差額は、1331万円という素晴らしい黒字実績となり、関係者皆様のご協力に感謝申し上げます。また職員一同のためまぬ努力によるものであります。

長寿社会の新構築と発展に寄与する

私は2021年度も引き続き、WAC理事長に任命いただきました。京極高宣会長、小林里美事務局長、平野陽子事業部長、職員一同とも新たな長寿社会の構築とその発展に寄与していきたいと思っております。

そして生涯現役社会の総合的な実現に向けて寄与します。そのため、WACでは社会参加による生きがいづくり、就労支援、介護人材育成、地域の活性化、また生活支援・介護予防事業などの分野において牽引的役割を發揮し、明るく元気で活力ある長寿社会の構築と発展を目指していきます。

WACは理念・基本方針として以下を掲げます。

●シニアが生き生きと暮らせる長寿社会文化を創造する。



升田理事長を3選 コロナ禍でも1331万円の黒字 事業収入は1790万円の減

公益社団法人・長寿社会文化協会（WAC）は6月24日、東京都港区の日本女子会館内のWAC会議室で定時総会を開いた。

コロナ禍を配慮し、会員には6月9日に、会場への出席を控えて議決権行使書および委任状の書面で議決権行使してほしいとのお願いを伝えた。その結果、当日の本人出席者は13人とどまり、議決権行使書を届け出た出席者は61人、合計74人となった。

小林里美事務局長から「議決権を有する74人の正会員数は、1116人の正会員総数の過半数を超えており、定款18条の規定により総会は成立しています」と報告があった。

次いで、定款第17条の規定により、総会の議長に升田忠昭さんを議長に選出し、議案の討議に入った。第1号議案、第2号議案について、それぞれ担当する業務執行理事（常務理事）が説明した。

第1号議案

2020年度事業報告

新型コロナウイルス禍にあって、公益事業、収益事業共に感染予防に努め、オンライン等の新たな技術を学んで事業に活用した意義深い1年でした。

年度末の個人会員は、正会員1288人、賛助会員602人、配偶者会員204人で、合計935人です。前年度より106人少なく、会員の減少傾向は続いています。法人・団体会員は、1社が退会して前年より1社減少し16社となりました。

した。

20年度の収支実績は、コロナ禍で大きな影響を受けました。縮小を迫られた各事業の収入は、前年度より1790万円減少しました。その一方で、雇用調整助成金等の給付金478万円を得て、全収入は前年度比1370万円の減にとどまりました。支出では、コロナ禍による指定管理事業等の一部縮小等で前年度比2138万円減少しました。その結果、1331万円の黒字決算となりました。

【公益事業1】

千葉県福祉ふれあいプラザは、第4期指定管理事業の中間年度でしたが、コロナウイルスによって休館を強いられ、6月2日に再開しました。オンライン研修を始めたり、介護予防トレーニングセンターの完全予約制など新たな試みに挑戦しました。

福祉サービス第三者評価事業は、東京都から第三者評価機関として認証を受け実施しています。コロナウイルスの感染拡大に伴い、評価方法の特例の周知を行い、オンラインによる利用者調査やメールによる訪問調査などを、事業者と相談して実施しました。

会員向け情報誌「ふれあいねっと」は第280号を11月10日に、「ふれあいねっとかわら版」の第281号を3月30日に各1500部発行しました。

【公益事業2】

港区アクティブシニア就業支援センター「みなと*しごと55」は、求職者数等



理事会は、コロナ禍のためオンライン参加者もいた。

の達成目標には届きませんでした。都内12の同センターの中で第3位の就職者数となり、存在感を示すことができました。

【公益事業3】

コミュニティカフェ事業は、府中市に加え埼玉県でもコミュニティカフェ開設講座を実施しました。コロナ禍のため昨年度は中止したコミュニティカフェ全国交流会は、オンラインで開催し、80人が参加しました。

【収益事業1】

生涯現役社会推進事業は定員を半数以下とし、感染予防対策をとって都内60カ

所で開催しました。生活支援サービス研修は5月開催分が中止となり、5回開催しました。八王子市の「福祉のしごと就職フェア」は2回開催しました。江東区高齢者家族介護教室、東久留米市の入門的研修&おしごと相談会も行いました。

【収益事業2】

高齢者疑似体験は、感染症対策ガイドラインをホームページで公表しましたが、貸し出しは3件にとどまりました。認知症疑似体験研修は3件実施しました。インストラクター養成研修は、すべてオンラインとしました。

【収益事業3】

品川区の委託事業は17年目ですが、コロナウイルスの影響で全面中止となりました。

議長が出席会員に質問を求めたが出なかった。採決に入り、第1号議案は異議なく承認可決された。

第2号議案

2021年度事業計画

新しい日常の中でコミュニティ活動の在り方が課題となっています。会員数が減少しており、新規会員獲得などに努めたい。事業予算は前年度予算の86%となる1億6615万8千円としました。

【公益事業1】

千葉県福祉ふれあいプラザについては、第4期指定管理の最終年度になります。第5期指定管理申請に向けて、現状を把握し課題に因應する事業を進めていきたい。

2020年度収支実績

事業名	収入			支出			収支差		参考 2019年度 収支実績	
	①	②	③	④	⑤	⑥	①-④	②-⑤		
	収入予算	収入実績	達成率	支出予算	支出実績	消化率	収支予算	収支実績		
公1	千葉県指定管理事業	89,850	78,822	88%	89,850	81,214	90%	0	-2,392	-2,063
	福祉サービス第三者評価事業	12,000	18,706	156%	12,000	17,632	147%	0	1,074	1,392
	ふれあいねっと	0	0	0%	2,000	1,755	88%	-2,000	-1,755	-1,221
	計	101,850	97,528	96%	103,850	100,601	97%	-2,000	-3,073	-1,892
公2	みなと*しごと55	24,810	24,810	100%	24,810	24,810	100%	0	0	0
	計	24,810	24,810	100%	24,810	24,810	100%	0	0	0
公3	コミュニティカフェ事業	900	1,907	212%	900	1,934	215%	0	-27	-476
	計	900	1,907	212%	900	1,934	215%	0	-27	-476
	公益事業合計 (A)	127,560	124,245	97%	129,560	127,346	98%	-2,000	-3,100	-2,369
収1	受託研修 (生活支援、他)	13,654	11,952	88%	9,500	11,321	119%	4,154	631	-771
	受託研修 (シニア生涯支援)	22,226	23,012	104%	16,800	22,087	131%	5,426	925	6,719
	計	35,880	34,964	97%	26,300	33,408	127%	9,580	1,556	5,947
収2	高齢者疑似体験	13,700	11,608	85%	7,000	3,817	55%	6,700	7,791	3,573
	認知症疑似体験	2,000	1,629	81%	1,900	686	36%	100	943	254
	計	15,700	13,237	84%	8,900	4,503	51%	6,800	8,734	3,827
収3	料理教室等	4,720	205	4%	4,600	705	15%	120	-500	-848
	計	4,720	205	4%	4,600	705	15%	120	-500	-848
	収益事業合計 (B)	56,300	48,406	86%	39,800	38,617	97%	16,500	9,789	8,925
	公益事業・収益事業 (A+B) 合計	183,860	172,651	94%	169,360	165,963	98%	14,500	6,688	6,556
共通	会費収入・雑収益	10,400	14,024	135%	0	0	0%	10,400	14,024	9,832
	管理費	0	0	0%	24,000	7,242	30%	-24,000	-7,242	-10,160
	組織運営費	0	0	0%	900	152	17%	-900	-152	-586
	共通 (法人会計) 合計	10,400	14,024	135%	24,900	7,394	30%	-14,500	6,630	-914
	公益法人合計	194,260	186,676	96%	194,260	173,357	89%	0	13,319	5,643

(単位:千円)

主なテーマはオンライン研修等のデジタル化とリアルな交流との融合、ハイブリッド化の探求です。収入予算は昨年度の約7割にとどめました。

第三者評価事業は、新年度も感染防止策は基より、評価者の人材確保を中心とした3カ年計画を作成して事業存続と適正化に努めます。「ふれあいねっと」「同かわら版」の発行、ホームページのリニューアルに努めます。

【公益事業2】

「みなと*しごと55」では、職員のマッチング精度を上げる努力をします。関係団体との協力体制を強化し、就職者数の目標達成に努めます。

【公益事業3】

コミュニティカフェについては、昨年度と同様またはそれ以上の実績を目指す。他団体との連携によりコミュニティカフェ開設講座の開催、自治体講座の企画運営、講師派遣に取り組んでいきたい。全国交流会も開きます。

【収益事業1】

昨年度に引き続き生活支援サービス研修を年6回実施します。自治体からの介護人材養成研修を受託していきたい。就職相談会事業は、江東区から受託し開催します。

【収益事業2】

高齢者疑似体験と認知症疑似体験は、多様な顧客の要望に合わせて感染対策とプログラム内容の開発を行っています。本部インストラクターのボランティア研修を新規に行います。台東区での事業は緊急事態宣言により延期となっています。

【収益事業3】

前年度は休止した品川区からの委託事業の料理教室などは、夏以降に再開する方向で区と打ち合わせをしています。品川区としても高齢者の外出支援や交流がなかなかできないため困っているということ。ただ、調理実習は3密にならないうちで工夫が必要です。

議長が出席会員に質問を求めたが出なかった。採決に入り、第2号議案は異議なく承認可決された。

第3号、第4号議案

理事と監事の選任について

議長が、役員選挙は役員選挙管理規程に基づいて実施される旨を述べ、鷹野義量^{かづ}選挙管理委員長に選挙の実施方法について説明を求めた。鷹野選挙管理委員長から経過報告及び投票方法の説明があった。

投票を行い、その結果、理事立候補者16人、監事立候補者2人が有効投票数の過半数を超える賛成を獲得。賛成多数で第3号議案、第4号議案を承認可決した。選出された理事と監事は次の各氏である(50音順、敬称略)。

浅川澄一、小野澤誠、小川真誠、角湯千鶴、京極高宣、小林里美、小町純一、佐藤廣子、高倉幸次、茶山ちえ子、西野雅信、濱洋子、平野陽子、堀内龍文、升田忠昭、町野美和(以上理事、以下監事)、鈴木誠、前田宏興

以上で定時総会の議案審議はすべて終了し、議長は閉会を宣言した。

理事会

総会終了後に開催 5人の業務執行理事を決定

総会で選出された理事による第3回理事会を総会終了後に開いた。升田忠昭さんが議長となり、代表理事(会長、理事長)と業務執行理事(常務理事)を選出した。

町野美和理事から「理事長に升田忠昭さん、会長に京極高宣さんを推薦します」との提案を受け、挙手で賛否を問い、全員一致で賛成となった。

升田忠昭理事長は、2017年に理事長に就任以来、3期目に入る。

業務執行理事については、升田忠昭理事長から「千葉県福祉ふれあいプラザを小町純一さん、第三者評価とふれあいねっとを小林里美さん、みなとしごと55を小野澤誠さん、コミュニティカフェを西野雅信さん、収益事業を平野陽子さんにそれぞれ担当をお願いしたいと思います」と提案があった。

挙手により、提案通り認められ、5人の業務執行理事とその担当分野が決まった。

千葉県、埼玉県伊奈町、東京都府中市で開講

コミュニティカフェ開設講座

コミュニティカフェ開設講座は、2014年から千葉県福祉ふれあいプラザ（ふれプラ）の出張一般県民研修として千葉市で毎年行っています。2019年からは東京の府中市市民活動センターでも共催で実施しており、2020年からは公益財団法人いきいき埼玉に運営協力する形で埼玉県県民活動総合センター（伊奈町）でも始めました。

いずれもWACが講座を企画、講師や見学先をコーディネートし、毎回の講座に立ち会っています。

各講座では、カフェの運営者に運営事例や現場の苦労、やりがいを、数字を交えながら話してもらいます。運営者は、高齢者向けカフェやケアラウンズカフェ、自宅



実際のカフェを借りて、お試しカフェを開催（埼玉講座）

カフェ、子ども食堂などさまざまな経験者が登場します。時には見学先で話を聞くこともあります。

それらの話から、自分が開きたいカフェを考えてもらいます。地域の課題や資源を挙げたり、子どもの居場所をどのようにしてつくるかなどのワークもあります。

そして、税理士の講師が店舗づくりやマーケティング、資金計画と収支計画の話をし、各自が事業計画書を作成。最終回到講師や他の受講生の前で発表し、開設する意思を高めてもらいます。

主催元により、受講生のカラーが異なります。福祉・介護関係の研修を行っている「ふれプラ」の講座では地域包括支援センターからの参加者もいました。また「独り暮らしの人の看取り体験をしたので、日常的に家族以外の人と交流できる場をつくりたい」という内科医も参加しました。50歳以上が対象の埼玉では、女性は子育て後の50歳代、男性はリタイアした65歳以上が多かったです。

講座後に、埼玉の女性が自宅カフェを、府中市の男性がブックカフェを開くなど開設事例が出ています。

今年事務局が揃えたさまざまなカフェで接客や調理などの現場研修やお試しカフェの運営も行います。9月から順次開催です。

（コミュニティカフェ事業担当／昆布山良則）

オンライン面談、メール調査で実施

福祉サービス第三者評価事業



オンラインによる訪問調査をするWAC評価員

事業は、通常、初夏に契約、夏から晩秋にかけて施設等を訪問して、冬に評価結果をまとめます。

施設等を訪問するとサービス向上のため、利用者の喜ぶイベント、地域との交流外出の機会、ボランティアの導入など、どのように取り組まれているかがよくわかります。2020年度は、それらの機会がほとんど奪われたのです。

利用者はもちろん、施設側にとっても打撃だったはずですが、高齢者や障害者施設でクラスターが多発していたこともあり、家族面会さえ制限されました。よって第三者評価も、オンライン面談やメールによる調査など、特例の調査方法に従い行いました。

今夏、今年度の第三者事業を進めるにあたって、日程調整をしていると、利用者や介護職員のワクチン接種が終了してからの返答がよくありました。また、イベント等の再開の目途は立っていないとか。

昨年度、コロナ禍における影響と思しき回答が利用者調査に現れた施設が一部ありましたが、今年度は、色濃く表れてくるのではないかと危惧しています。

昨年度WACは第三者評価を53件行いましたが、実施した施設にクラスターは起きず、幸いなことに担った評価者31人から感染者を出すこともありませんでした。

（事務局長・常務理事／小林里美）

感染症対策万全のトレーニングセンター

千葉県福祉ふれあいプラザ

千葉県福祉ふれあいプラザの介護予防トレーニングセンターでは感染拡大防止のため、昨年は2月末から休館しましたが、6月に営業再開しました。マシントレーニング90分および特別レッスン60分を完全予約制の総入れ替えとしました。感染予防対策が必須であるため、スタッフ間で何度かミーティングを重ねた結果です。

マシントレーニングでは、マシンの台数を減らし、約2m間隔で、向かい合わせとならないように同じ方向としました。更衣室は換気が十分にできず、密になりやすいことから、使用中止とし、荷物は所定のテーブルに置いてもらっています。

換気は館内全体換気に加え、個別にサーキュレーターを使って、十分な換気を行っています。

消毒液はマシン利用者が使用しやすいところ各所に設置し、利用後は渡してあるタオルに消毒液をかけてから器具を拭いてもらうことにしました。

手指消毒を入館時、血圧測定前およびマシン利用前をお願いしているので、随所に消毒液を置いています。

利用者同士が密にならないよう距離を保つマークや、会話を控えるよう、ポスターを作製して掲示や声かけを行いました。

会館自体が営業しているのだから大丈夫、という安心感が生まれ、つい気の緩みが生じることもあります。そのような時

は、「新型コロナウイルスはまだ終息していない」という旨の注意喚起を目的としたリーフレットを作製し、参加者全員に配布しました。

人数を抑えた予約制総入れ替えを実施したことで、来館者の把握がしやすく、また、来館者同士の接触を以前よりも抑えることができました。利用者間の会話も、徐々に改善が見られています。

今後トレーニングセンターを継続するために、引き続き気を緩めることなく対応していきたいと考えています。

(介護予防トレーニングセンター)

マネジャー／押田勝治



利用後に利用者各自が消毒するマシントレーニング

中止相次いだが、オンラインで研修実施

高齢者・認知症疑似体験事業

新型コロナウイルスにより、昨年度の高齢者・認知症疑似体験事業は、研修やイベントが軒並み中止となりました。毎年実施してきた、東京・台東区の小学生へ高齢者疑似体験研修もコロナ禍が終息するのを待っていました。開催できませんでした。

その中でも望星薬局(本社・神奈川県伊勢原市)の新人社員研修で、高齢者と認知症の疑似体験を、武蔵野美術大学インダストリアルデザイン研究室(東京都小平市)のユニバーサルデザインを学ぶ学生に高齢者疑似体験を行いました。

認知症疑似体験は、インストラクターが杏林大学保健学部(東京都三鷹市)に出向き、自宅学習する学生100人にオンラインで、神奈川県立衛生看護専門学校(横浜市)の学生80人には、午前と午後の2部に分けて、リアルで行いました。

販売については、年末まで動きが鈍かったですが、年明けから、取引のある全国の社会福祉協議会から、高齢者疑似体験のセットや部品の注文が入り、年度末ギリギリで挽回できました。

高齢者疑似体験インストラクター養成研修(インスト研)は、6月は中止し、10月と3月にオンラインで行いました。伝え方や見せ方を工夫して、理解度を上げるには課題も多いですが、グループワークはオンラインでも十分に効果を上げられます。



オンラインで開催された「県民の日ちばワクワクフェスタ2021」。WACの職員とインストラクターも出演し、タレントの岡田ロビン翔子さんに「うらしま太郎」を着用してもらった。

した。

今年度は高齢者は5月にオンラインで実施し、参加者12人でした。8月実施分にも予約が入り、オンラインにすると参加しやすいようです。認知症のほうも5月に山梨県社協でオンラインで実施しました。

高齢者疑似体験セットの貸出についても相談を頂いています。5月23日には「県民の日ちばわくわくフェスタ」に高齢者疑似体験を貸し出し、タレントがうらしま太郎セットを装着しながら歌を歌いました。

(事業部課長／向井隆泰)

地域で交流し、助け合う活動が広がる

活動内容は、コロナウイルス感染防止のため、中止・変更となっている場合があります

WAC 仙台竹細工趣味の会

☎ 982-0011 宮城県仙台市太白区長町 1-7-28-1203
 ☎ 022-248-5958 ✉ s-take1203@wa3.so-net.ne.jp
 原則、第2・第4火曜日に昔懐かしい竹工芸品の作製を通して、会員相互、あるいは地域社会との交流を図り、長寿社会をエンジョイすることを目的に活動している。作製の材料は、仙台七夕まつりで使った竹をリサイクルしている。

WAC まごころサービスみやぎ

☎ 980-0011 宮城県仙台市青葉区上杉 1-16-4 センチュリー青葉 601
 ☎ 022-215-4353 ✉ waccare@gol.com
 介護関係では訪問介護（予防を含む）、居宅介護支援、障害者支援を行い、仙台市からの委託で育児ヘルプサービス、独自サービスとしてまごころサービス（家事・介護援助）を行った。子育て関係ではWACまごころ保育園（小規模保育事業A型）を運営し、まごころ農園でジャガ芋・サツマ芋の収穫と、梅もぎをして梅干し・梅ジュースなどを作った。



サツマ芋掘りをする園児たち

関東

WAC ぐんま

☎ 378-0061 群馬県沼田市岡谷町 1077-2
 ☎ 0278-22-0705 ✉ oze-info@oze-nadeshiko.com
 🌐 <https://npoozenadeshiko.wixsite.com/website/>
 例年、年6回ずつ、偶数月には3A方式認知症予防ゲーム、奇数月には手芸教室やふまねっと運動を茶のみ処「なでしこ」で行っていたが、昨年度は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、すべての活動を中止した。

WAC 千葉

☎ 260-0013 千葉県千葉市中央区中央 1-10-10-406
 ☎ 043-225-4224 ✉ k-network@blue.plala.or.jp
 現在、活動は休止している。

千葉ケア企業組合

☎ 261-0011 千葉県千葉市美浜区真砂 1-10-18
 ☎ 043-278-9298 ✉ machinomiwa@bi-10.net
 介護保険事業として居宅介護支援、地域密着型通所介護、訪問介護を実施している。助け合い活動として、通院介助や薬受け取り代行、配食・洗濯サービスなどを行っている。

ふれあい大綱

☎ 299-3263 千葉県大網白里市柳橋 736-13
 ☎ 0475-72-5022 ✉ fureais@wine.plala.or.jp
 🌐 <http://www.fureais.co.jp/>
 高齢者疑似体験「うらしま太郎」のほか、居宅介護支援事業、訪問介護事業、サービス付き高齢者住宅の運営、介護職員の初任者研修・実務者研修等を行っている。

北海道

わっく室蘭

☎ 050-0072 室蘭市高砂町 1-10-17
 ☎ 0143-45-2034 ✉ wacmuro@oregano.ocn.ne.jp
 「さあ、出かけませんか」の呼びかけで始まり、今年度で30年目を迎えることができた。会員が集い、交流を深めるための各種行事、趣味の仲間が集まり、楽しむサークル活動、各種案内や会員情報が載っている会報誌「わっく室蘭だより」の隔月奇数月発行、といった活動を行っている。これからも、より多くの方々と絆を広げ、会員の皆様が気軽に参加できる会にしていきたい。



2019年の忘年会で、長年役員を務めた方に花束を贈った。

ワックさっぽろ

☎ 047-0021 小樽市入船 2-11-19 さかえ荘
 ☎ 080-3636-7664
 スウェーデン体操とデンマーク体操を融合した「はまなす体操」の普及活動を行っている。寝たきり老人にならないように「はまなす体操」をしましょう。

東北

WAC 東北ネットワークセンター

☎ 983-0852 宮城県仙台市宮城野区榴岡 3-2-5
 サンライズ仙台 2階 LSC内
 ☎ 090-2845-8901 ✉ kaneko111@hotmail.co.jp
 有志で毎月1回読書会を行い、毎回10人前後が参加している。

WAC 翻訳・通訳サービス

☎ 983-0852 宮城県仙台市宮城野区榴岡 3-2-5
 サンライズ仙台 2階 LSC内
 ☎ 090-2845-8901 ✉ kaneko111@hotmail.co.jp
 翻訳・通訳サービスを通して、社会への貢献を旗印に活動している。有償ボランティアとしての翻訳・通訳サービスの仕事を獲得するとともに、無償ボランティアワークも行っている。

終活麻雀 WAC 仙台阿佐田哲也の会

☎ 984-0823 宮城県仙台市若林区遠見塚 2-18-27 有限会社山宝社内
 ☎ 090-1377-3188 📠 022-765-2491
 月1回（第4日曜日）、仙台市一番町の藤ホールで終活マーじゃんを行っている。会員が全員、全国麻雀段位審査会公認の段位を取得できるように指導。宮城県内に終活マーじゃんを広げるように活動している。また、「仙人の杖（アカザ魔法の杖）手作り教室」を始めた。高さ3mほどにもなるアカザという一年草を使って、仙人や七福神が持っていたといわれる縁起のいい杖を作っている。

シナジー（相乗効果）

☎ 132-0035 東京都江戸川区平井 7-1-30-C202
☎ 080-7382-0860 ✉ yamashita@cocoe-jp.tech
介護支援システムや防災グッズ等を開発・販売している。

WAC 認知症改善相談センター

☎ 164-0012 東京都中野区本町 6-27-12 豊国ビル 102
☎ 03-3380-1901 ✉ gagolkk@m18.alpha-net.ne.jp
🌐 <http://www.gagoltherapy.com/>
📘 <https://www.facebook.com/gagoltherapy>
当会は30年前から認知症の改善実践プログラムの普及を図ってきた。また、脳卒中後遺症のリハビリテーション、障害者の身体機能の改善と合わせて、知的・精神症状の改善を行っている。2021年1月からは、発達障害児の身体・知的・精神の改善を行っている。高齢者も年少者も脳と心と体は同じなので、実践プログラムも同じ方法で行い、成果が必ず上がると確信している。アフターコロナ時代に必要な運動療法として、三世を対象に普及推進していく。

WAC 介護福祉サポートセンター

☎ 230-0074 神奈川県横浜市鶴見区北寺尾 2-13-18
☎ 090-1769-5602 ✉ tsukamoto.h.0721@gmail.com
介護関係事業を行っている。

WAC プライム・ケア・トレーニング（WAC P.C.T）

☎ 241-0836 神奈川県横浜市旭区万騎が原 29
横浜万騎が原行政書士事務所
☎ 045-391-3501 ✉ tak1031ashi@gmail.com
介護資格取得のサポート活動を行っている。

Ribinet（福祉理美容師ネットワーク）

☎ 216-0026 神奈川県川崎市宮前区初山 1-38-3
☎ 044-976-9995 ✉ houmonribiyounet@gmail.com
🌐 <https://ribinet.com/>
📘 <https://www.facebook.com/ribinetnetwork>
🐦 https://twitter.com/ribi_net
昨年は、新型コロナウイルス感染防止のため活動に制限があったが、訪問理美容は利用者さんと技術者で感染予防を徹底して行った。研修やボランティアカットの活動はできなかったが、利用者さんとはつながっていきたいと思う。

中部

WAC 輝き

☎ 921-8015 石川県金沢市東力 1-153
☎ 076-256-3641 ✉ wac-2097@kanazawa-net.ne.jp
🌐 <https://www.wackagayaki.org/>
福祉有償運送で会員の方を送迎し、「安く安全に送迎してもらっている」と喜んでもらっている。

Garage Cafe ホットスペース Myu

☎ 400-1515 山梨県中央市高部 1785
☎ 090-5546-5100 ✉ cij.kofu@tomato.plala.or.jp
健康維持・増進のための「こころと体のセルフケア」として、百歳体操・キャパシタこころと体のセルフケア体操を行っている。居場所機能として、憩いの場「絵本 Cafe」で茶話会、傾聴、読書スペース開放等を行っている。



地元社協ボランティアセンターで開く「キャパシタこころと体のセルフケア体操」

ふれあいネットまつど

☎ 270-2251 千葉県松戸市金ケ作 99-6
NPO 法人たすけあいの会ふれあいネットまつど
☎ 047-710-7450 ✉ fnm2011@r4.dion.ne.jp
🌐 <https://fnm2011.okoshi-yasu.com/>
📘 <https://www.facebook.com/fnm2011>
🐦 <https://twitter.com/fnmabc>
元気高齢者のための生活支援ボランティア研修会で、受講生に高齢者疑似体験「うらしま太郎」を装着し、生活のしづらさ、不便さを学んでもらっている。

WAC とちぎ

☎ 320-0828 栃木県宇都宮市花房本町 5-5 有限会社タスコ 2 階
☎ 028-637-2488 ✉ info@kenkouma-t.com
🌐 <http://kenkouma-t.com/>
WAC とちぎの健康マージャンの歴史は、今年度で23年目を迎えた。マージャン教室の参加者は高齢化しているが、最近50歳代の人参加するようになり、女性が多い。近年は生きがいづくりやひきこもりの対策として、講座の依頼が県内の5自治体からあり、スタッフ一同、ボランティアの気持ちで頑張っている。「ねんりんピック健康マージャン種目」栃木県代表選手選考大会の主管団体の事務局を担当している。しかし、コロナ禍により活動が中止または縮小されており、感染状況を注視している。

WAC 浦和 ケア・ハンズ

☎ 330-0073 埼玉県さいたま市浦和区元町 2-5-1 アーバン元町 102
☎ 048-813-1006 ✉ c9a9r5e@nifty.com
🌐 <https://carehands1995.jimdofree.com/>
介護保険枠外でのホーム・ヘルプサービスを実施している。また、高齢者、障害者への理解、啓発活動として高齢者疑似体験「つくし君」を市内小学校には無償で利用してもらっているが、コロナ禍のため昨年は中止となった。

みんなとロボットコミュニティ

☎ 105-0004 東京都港区新橋 5-4-2-1102
☎ 03-5401-7637 ✉ cozy08035495230@softbank.ne.jp
📘 <https://www.facebook.com/groups/348866229077951/>
多様な世代の誰もが生涯を通じて「健康長寿で心豊かに生き生きと学習できる自主活動グループ」として、さまざまな社会参加を率先垂範。科学技術振興機構「戦略的創出推進プログラム：高齢者の記憶と認知機能低下に対する生活支援ロボットシステムの開発」における社会実証に参加した。大切な情報を知らせてくれるロボット「あんしんクラウド」に関わった。現在、活動休止中。

渋谷介護サポートセンター

☎ 150-0046 東京都渋谷区松濤 1-1-3 松濤栄光ビル 4 階
☎ 03-3469-4361 ✉ npo@shibuyakaigo.com
🌐 <http://www.shibuyakaigo.com/>
コロナ禍で、毎年行っていた渋谷区福祉祭りが2年にわたり中止、小中学校で毎年実施していた高齢者疑似体験もすべて中止になった。実費を頂く研修会も今のところ中断しているが、再開予定である。無料の介護相談は行っている。

WAC さしすせそ

☎ 145-0065 東京都大田区東雪谷 4-6-8
☎ 03-3728-6540 ✉ jijiwakuroneko@yahoo.co.jp
品川区からの委託で高齢者の介護予防事業として「男の料理教室」（2カ所）、「わくわくクッキング」、「食事処」の3事業を行っているが、昨年度は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、すべて中止となった。

NPO 風雷社中

☎ 146-0094 東京都大田区東矢口 3-31-8-1 階
☎ 03-6715-9324 ✉ in@fuu-rai.com
🌐 <http://fuu-rai.org/>
📘 <https://www.facebook.com/fuurai.japan>
🐦 <https://twitter.com/fuuraisyatyu>
介護関係、移動支援、ガイドヘルパー講習、DET（障害平等研修）等を行っている。

WAC ゆずり葉

☎ 661-0025 兵庫県尼崎市立花町 2-13-31

☎ 06-6429-8543 ✉ wac.yuzuriha@gmail.com

昨年度はコロナ禍の影響により、地域活動も自粛を余儀なくされ、サロン活動も6月まで休止し、地域のイベントなども開催中止となった。関係するコープこうべや阪神医療生協などの今後のサロン運営について、少人数で進める勉強会や情報提供等の支援をした。ゆずり葉サロンでは、もともと10人程度の集まりであるところから、換気や消毒、マスク着用等できる限りの対策をしながら、可能な期間のみ開催し、あとはラインやメール、電話、はがき等でつながりを途切らせない工夫をして情報交換した。



ゆずり葉サロンで「いきいき百歳体操」をしている。

中国・四国

WAC 中国ネットワークセンター

☎ 734-0015 広島県広島市南区宇品御幸 3-16-19 茶山ビル 1階

☎ 082-256-8788 ✉ chikochan@tkcnf.or.jp

会員がお互いに助け合いながら、楽しく活動に参加できるように支援に努めている。安心して参加いただけるように、ネットワークセンター独自でも保険に加入している。

WAC 広島ふれあいセンター

☎ 734-0015 広島県広島市南区宇品御幸 3-16-19 茶山ビル 1階

☎ 082-256-8788 ✉ chikochan@tkcnf.or.jp

新型コロナウイルス感染症に対し最大限の注意を払いながら、訪問介護を続けている。

WAC ひろしま健康麻雀サロン

☎ 733-0852 広島県広島市西区鈴が峰町 30-1-504

☎ 080-3894-8124

毎週水・金曜日、毎月第3月曜日の10～16時に健康マージャンを開催している。開催中は「耳石」の機能保持のため、1時間ごとに軽運動を行っている。緊急事態宣言等により参加者が激減し、前途多難な状態となっているが、灯が点いている間は絶対に投げ出さずに頑張りたい。

WAC わをん

☎ 794-0056 愛媛県今治市南日吉町 2-2-38

☎ 0898-25-3226 ✉ wawon@estate.ocn.ne.jp

🌐 <http://wawon-imabari.jp/>

📘 <https://www.facebook.com/NPO法人-わをん-852093854944865/>
動画(YouTube)を使って「心の交通パラフリー研修」を行った。今治市内の小・中学校で高齢者・認知症疑似体験研修や避難所運営ゲーム(HUG)研修高齢者編を行った。

九州・沖縄

WAC おきなわ

☎ 907-0013 沖縄県石垣市浜崎町 2-2-8

☎ 0980-88-6075 ✉ akayura@alpha.ocn.ne.jp

🌐 <https://akayura-ishigakijima.com/>

人材育成を活動の柱にしている。初任者研修の応募者が激減している現状から、介護職を目指していただくための有効な方法を模索中である。

WAC 清水さわやかサービス

☎ 424-0929 静岡県静岡市清水区日立町 24-17

☎ 054-336-8844 ✉ wacshimizu@sepia.ocn.ne.jp

🌐 <http://wac-shimizu.com/>

📘 <https://www.facebook.com/wacshimizu/>

ヘルパー養成講座や介護保険事業、居場所の開設等、助け合い活動に軸足を置いて実践してきた。コロナ禍の中、3密を避け、歌うこと、食べることは自粛し、健康づくり、介護予防として週3回の「でん伝体操」、絵手紙教室、刺し子作りの手芸教室などを開いている。コロナ禍になってから始めた配食は、薄味の手作りで栄養のバランスも良く、500円なので好評です。

ながの健康麻雀サロン

☎ 381-0055 長野県長野市屋敷田 396-14

☎ 090-3145-7700

毎週水・金・土曜日の10～17時に定期的に開催していたが、コロナ禍の現在は休止している。

憩いの広場

☎ 453-0834 愛知県名古屋市中村区豊国通 3-17 サンメイトビル 3階

☎ 052-411-7987 ✉ tmorita@sunmate.co.jp

健康マージャンは毎週火・木・土曜日の10～17時に開催し、シニアに憩いの場所を提供しているが、コロナ禍において参加者が減少しているため、宣伝に力を入れていきたい。

WAC 介護ふじ

☎ 454-0921 愛知県名古屋市中川区中郷 3-337

☎ 052-354-1274 ㊟ 052-351-5002

地域密着型で介護保険制度施行前から「あったか介護」で暮らしのサポートに務めてきた。介護保険制度では、訪問介護、予防専門型訪問サービス、生活支援型訪問サービス等を実施している。

近畿

WAC 近畿ネットワークセンター

☎ 525-0055 滋賀県草津市野路町 171-8

☎ 077-562-5357 ✉ koushou@hera.eonet.ne.jp

現在、活動を休止している。

ほっとケアまほろば

☎ 525-0055 滋賀県草津市野路町 171-8

☎ 077-562-5357 ✉ koushou@hera.eonet.ne.jp

認知症予防健康マージャンと認知症予防サロンの月2回、草津コミュニティ支援センターで開催していたが、昨年はコロナ禍でほとんど活動できなかった。

WAC さくらんぼ京都

☎ 615-8241 京都府京都市西京区御陵谷町 17-12

☎ 075-392-0443 ✉ nql28521@nifty.com

おひとり様の生活について、会員外の人達と話し合いをしている。

WAC わかやま

☎ 641-0051 和歌山県和歌山市西高松 1-1-26 A・Tビル 3階

☎ 073-435-4555 ✉ wacwakayama@gmail.com

🌐 <https://wacwakayama.wixsite.com/wacwak>

和歌山市の小学校での高齢者疑似体験「つくし君」のほか、月1回の託児グループ「ポピンズ」の活動、和歌山市および周辺でサポートを必要とする和歌山県民の生活支援、保育サポーター養成講座の開催、託児ルームの開設、保育者派遣のコーディネート等を行っている。

ひょうご WAC

☎ 651-2121 兵庫県神戸市西区水谷 1-17-22

☎ 078-277-1067 ✉ w_hyogo0126@yahoo.co.jp

神戸市委託事業として地域拠点型一般介護予防事業(デイサービス)、シンポジウム、セミナー、啓蒙・啓発事業として高齢者・認知症疑似体験、研修事業として「コミュニケーションスクール」、古典折り紙などを行っている。

『ふれあいねっと』は、個人正会員116人、個人賛助会員526人のほか、以下の法人・団体のご協力により、発行しています。

あいおいニッセイ同和損害保険(株)／Nウェアラブル環境情報ネット推進機構／(一財)高齢者住宅財団／(公財)さわやか福祉財団／NSSSネットワーク／(N)東京山の手まごころサービス／東友会関東支部／トップラン・フォームズ(株)／(一社)日本健康麻将協会／(一社)日本産業カウンセラー協会／(N)日本心身機能活性化療法指導士会／(一社)日本青少年育成協会／久光製薬(株)／(N)りすシステム／YKK AP(株)※五十音順。(株)=株式会社、(有)=有限会社、(一財)=一般財団法人、(公財)=公益財団法人、(一社)=一般社団法人、(公社)=公益社団法人、(学)=学校法人、(N)=NPO法人

表紙の写真は：

右側上隅 ●和菓子作り挑戦した京都方面バスツアー (P10のWACわかやま)

右側の上から ●ネットを踏まないで、歩行訓練や認知機能の改善を促す「ふまねっと運動」(P8のWACぐんま) ●前年度の千葉講座受講生が開いたカフェを見学 (P6のコミュニティカフェ開設講座) ●ヨガをしながら3世代交流 (P10のWACわかやま) ●「キャパシタこところと体のセルフケア体操」の合間の交流タイム (P9のGarage Café ホットスペース Myu)

左側の上から ●6月24日に開かれたWAC定時総会 (P3～5) ●居場所「わくわく亭」の絵手紙教室の参加者の作品展を地元信用金庫ロビーで開催 (P10のWAC清水さわやかサービス) ●府中講座でグループワークをする受講生たち (P6のコミュニティカフェ開設講座)

※一部、コロナ禍前の写真も入っています。



2021年8月10日発行 通巻282号

発行人：升田 忠昭

編集人：浅川 澄一

編集：昆布山 良則、小山 環

発行：公益社団法人・長寿社会文化協会

〒105-0011

東京都港区芝公園 2-6-8

日本女子会館 1階

TEL：03-5405-1501(代)

FAX：03-5405-1502

制作：岡村直実 (JCユニット)

定価 1冊 400円



あなたの暮らしをもっと豊かに、生き生きと 公益社団法人長寿社会文化協会 WACへ 入会しませんか！

WACはWonderful Aging Clubの略
楽しく年を重ねていきましょう！

個人賛助会員の年会費は3,000円
会員誌『ふれあいねっと』が届きます
(個人正会員の年会費は、10,000円)

●WAC会員の特典●

会員が安心してWACの活動に取り組めるよう、会員補償制度を設けています。

●ご入会およびお問合せ●

〒105-0011 東京都港区芝公園 2-6-8 日本女子会館 1階 公益社団法人長寿社会文化協会
☎ 03-5405-1501(代)

●年会費のお振込先●

ゆうちょ銀行振替口座 00150-1-33737 公益社団法人長寿社会文化協会

お知らせ

千葉市、埼玉県伊奈町、東京都府中市でコミュニティカフェ開設講座

WACが企画・運営して開講します。内容はカフェの運営者による運営や経営の事例発表、カフェの見学・体験、税理士による資金計画や収支計画、店舗づくりやマーケティングの話、事業計画書の作成と発表等です。詳細は問い合わせ先、またはWACのHP参照。

●千葉県福祉ふれあいプラザの出張県民研修

- ・日程：9月26日～12月5日の日曜日、全9回。
- ・会場：BOOK PARK ちばぎんざ (千葉市中央区)、見学は別会場。
- ・受講料と対象：無料。千葉県在住・在勤・在学者優先。
- ・問い合わせ先：04-7165-2881 (千葉県福祉ふれあいプラザ)

●埼玉未来大学の地域創造科選択講座 (模擬カフェの準備・運営もあり)

- ・日程：10月2日～2022年2月5日の土曜日、全15回。
- ・会場：埼玉県県民活動総合センター (伊奈町)、見学は別会場。
- ・受講料と対象：38,000円。県内在住の満50歳以上 (4月1日現在)。
- ・問い合わせ先：048-728-2299 (いきいき埼玉)、04-7165-2881

●府中市市民活動センター (東京都) のコミュニティカフェ・地域のたまり場開設講座

- ・日程：12月12・19日 (入門編)。1月9日～3月27日の土・日曜日、全9回 (実践編)。
- ・会場：府中市市民活動センター プラッツ (東京都)、見学は別会場。
- ・受講料と対象：未定。府中市在住・在勤・在学者優先。
- ・問い合わせ先：042-319-9703 (プラッツ)、04-7165-2881

Ribinet (福祉理美容師ネットワーク) が毛髪の寄付を受付中!!

WACのポイント、Ribinet (福祉理美容師ネットワーク) では、在宅訪問理美容の普及活動のほか、「スマイルプロジェクト」(https://hairdonation.tokyo/)を推進しています。理美容室でカット後に捨てられていた毛髪のうち、30cm以上のものを子ども医療用ウィッグ、15～30cmの短い毛髪は漆刷毛 (うるしはけ) の資材として利用するというもの。いずれも、お客様の同意を得て行っています。代表の戸塚貴博さんは、WACの研修でホームヘルパー2級の資格を取得した美容師さんです。

- ・問い合わせ先：044-948-9588 (美容室アルコバレーノ)

「ふれあいねっと」バックナンバーのご案内

1冊400円、かわら版は1部100円(いずれも税込) + 送料(メール便)でお付けします。代金後払い(郵便為替・銀行振込、手数料お客様負担)です。
在庫がなくなり次第販売終了となりますので、あらかじめご了承ください。

2021年3月号・かわら版コロナ禍・医療特集号 (No.281)



- ・コロナ禍における訪問介護サービス
- ・インタビュー「聞こえの保障」の大切さ
- ・千葉県福祉ふれあいプラザから認知症―「症状」と「病気」の違い
- ・教えて! 高齢社会 Q & A 統合医療について
- ・コロナ禍での私の新生活 ~看護師の知識と経験を活かしながら
- ・第4代回会長の藤井威さんが逝去

2020年11月号 (No.280)



- ・Message (升田忠昭 理事長) 「WACのさらなる発展のために柔軟な発送で時代を先取りする」
- ・「死者」から学ぶ「普通の暮らし」
- ・WAC 定時総会 書面決議方式で開催 前年度収入は2億円超、564万円の黒字
- ・主要事業の報告 各部門のコロナ対応
- ・全国のWACポイント一覧 京極会長の著書紹介

2020年3月号・かわら版災害特集号 (No.279)



- ・令和元年房総半島台風からのコミュニティ活動
- ・身近な人を守る防災対策を学ぶ
- ・停電して、暑さと闘う
- ・千葉県福祉ふれあいプラザから体験の重要性～学びは知識+体験+分かち合いによって深くなる
- ・認知症の人とのふれあいを仕事として
- ・教えて! 高齢社会 Q & A 在宅介護サービス
- ・ふれあい広場

2019年12月号 (No.278)



- ・WAC 定時総会 赤字額大幅圧縮し、財務体質改善進む! 常務理事4人体制に
- ・WAC 会員アンケート調査結果 9割が生きがいを持ち、社会的活動への参加も高率
- ・主要事業の報告 ジャパネットが高齢者疑似体験研修 高齢者の就労支援セミナーを60回開催
- ・全国のWACポイント一覧

2019年3月号かわら版 (No.277)



- ・かわら版創刊にあたって
- ・全員一丸となって、前進しよう
- ・WACひろしま健康麻雀サロン
- ・会員のページ トッパンフォームズ、シナジー、ひとよし森のホール
- ・主要事業の報告 コミュニティカフェ 1day 実践講座 千葉ふれプラ、指定管理更新に成功 生涯現役社会推進事業で、若手男性職員が活躍
- ・WAC 浦和 ケア・ハンズ
- ・教えて! 高齢社会 Q & A
- ・健康・知って得するお話

2018年9月号 (No.276)



- ・Message (京極高宣 会長) 「再び会長に就任して一フレイル予防に注力」
- ・WAC 定期総会 京極高宣さんが会長に復帰 3700万円の増収 会費減収でマイナス決算に
- ・全国のWACポイント一覧
- ・主要事業の報告 みなと*しごと55は就職者大幅増 高齢者の就労支援セミナーを60回開催 初めての1日のコミカフェ講座を実施 UR、高知県社協でうらしま研修
- ・「編集長の眼」No.11

ご注文

お送り先の郵便番号、住所、電話番号、氏名、希望の号、冊数を下記までお知らせください。

WAC WONDERFUL AGING CLUB 公益社団法人長寿社会文化協会
 ● E-mail : iken@wac.or.jp ● FAX : 03-5405-1502 ● TEL : 03-5405-1501