

2026/7
No.293

WAC
WONDERFUL AGING CLUB
長寿社会文化協会

2026年7月31日発行 通巻293号
<https://www.wac.or.jp/>
E-mail: iken@wac.or.jp



ふれあい ねっと

Wonderful Aging Club Network and Communication



▼ **定時総会を開く**
25年度事業実績と26年度事業計画を承認

▼ **千葉県ふれプラの総利用者16万人越えに**
コミュニティカフェ開設講座を10月に開催

▼ **全国のWACポイント24拠点の活動一覧**





WAC定時総会

事業の収支差は黒字に 会員減少が続く

公益社団法人・長寿社会文化協会（WAC）は、6月25日（木）の午後2時から、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。

まず、平野（佐藤）陽子事務局長から「現時点で、議決権を有する正会員は73人です。本日の出席者12人と出席と見なされる正会員は合わせて52人に上ります。これにより、出席者は正会員の過半数である37人を上回っています。WACの定款第18条には、総会は正会員の議決権の過半数を有する会員の出席が必要、とあり、これを満たしています。よって、総会として成立しています」との報告があった。

WACは総会前に、議決権行使書と委任状をWAC正会員に送付していた。そのうち、議決権行使書を提出した正会員は40人に達していた。したがって、当日の出席者12人と合わせた参加者は52人となる。

服部万里子理事長が挨拶に立ち、「WACは創立以来38年を迎えることとなります。歴史を振り返りつつ、皆さんと共にさらに前進、発展をさせていきたいと思えます。ご協力をお願いいたします」と話した。

次いで、平野事務局長が顧問弁護士萩生田知法^{ともりの}を紹介した。萩生田弁護士が立ち上がり、「坂東総合法律事務所^{さかとうそうごうへいふしや}に所属しています。皆さんのお力になればと思います」と自己紹介した。

その後、定款第17条の規定に基づき総会議長の選出に入り、正会員の服部万里子理事長を選出した。服部議長から「総会を円滑に進めるため、議事進行にご協力をお願いします」との言葉があり、さらに「それではまず事務局長から報告事項を受けたいと思います」と促した。

平野事務局長が「会員異動については、個人正会員が4人入会し、8人が退会しました。この結果、正会員は



左から小町常務理事、平野事務局長、服部理事長

第1号議案

2025年度の事業報告について

昨年12月にWACのホームページをリニューアルしま

73人となりました。賛助会員と配偶者会員と合わせた全個人会員は556人となり、前年度から97人減少しました。また、ポイントの『千の森』さんと『WAC仙台竹細工趣味の会』さんが廃止となりました。共に仙台で活動していました」と報告した。

服部議長が「では、1号議案から審議に入りたいと思います」と進め、それぞれの事業について、担当する業務執行理事（常務理事）と理事たちが説明を始めた。

した。その後、高齢者疑似体験事業を中心に問い合わせが続きました。今後も積極的な情報発信に努めていきたいと思っています。

開催した理事会はそれまでのオンライン併用を止め、すべて対面で行いました。5月7日の第1回から翌年の3月18日まで、全部で6回開きました。

常務理事会は年間8回開催しました。

全体の収入実績は1億5542万円となり、支出は1億5501万円でした。この結果、収支差は41万円のプラスとなりました。前年度のマイナス21万5000円から一転、黒字となりました。

〈公益事業1〉

千葉県福祉ふれあいプラザ（ふれプラ）は指定管理者として第6期目を迎えました。利用人数は前年度を上回る16万人の大会に達し、利用料収入でも予算を達成できました。

介護実習センターの県民研修受講生は、前年度から38人増えて千葉県からの目標値4500人を上回る4875人となりました。うち、出張・オンライン講座は65講座を開催、2708人が受講し、出張研修先も10市町と県内に広がりつつあります。

また、イベントでは11月に出席社53社で千葉県福祉機器展を開き、766人が来場しました。2月には、認知症啓発イベントとして認知症当事者による講演会を開き、296人が来場され大好評でした。

新規事業として、第1回地域包括支援センター交流会を開き、県内の同センター職員43人が参加し、有意義な交流ができました。

介護予防トレーニングセンターは、登録累計者が前年度の953人を上回る1072人となり、過去最高となりました。年間利用者は千葉県の目標値2万7000人に対し、フリーの利用者を中心に大幅に増えた結果、3万6114人となりました。前年度は3万2172人でした。

千葉県内の自治体の介護予防担当者向けの研修会を5回実施し、45人が参加しました。故障修理を終えて再開2年目の低温サウナも、前年度を402人上回る

1649人が利用し定着しつつあります。

最後に、ふれあいホールですが、年間利用者は前年度を343人上回る10万2750人と増えました。このほか「パラダンススポーツ体験会」や「スプリングコンサート」「我孫子市消防本部による「職員研修AED講習会」」などを実施しました。

福祉サービス第三者評価事業は、受審事業所が高齢者12件、障害者施設が10件、学童保育が8件、乳児院と児童養護施設が共に1件ずつの合計32件となりました。

WACの会員向け機関誌「ふれあいねっと」は25年8月に第291号を、26年3月には2月に開いた「第12回コミュニティカフェ全国交流会」を特集した第292号を発行しました。会員及び関係各所にそれぞれ800部を配布しました。

〈公益事業2〉

高齢者の雇用・就労支援事業については、東京都港区の「みなと*しごと55」の事業が、22年2月に終了しました。25年度は東京都府中市から「障害福祉人材確保対策事業業務」を委託され、26年2月11日に、5事業者が出席して開きました。参加者は10人でした。

〈公益事業3〉

コミュニティカフェの活性化事業として、カフェの開設計画のための講座を開きました。

千葉県福祉ふれあいプラザでは、県民研修として「コミュニティカフェ開設講座」を25年10月5日から26年1月12日まで全10回実施しました。

東京では、25年9、10月に3日間の「コミュニティカフェ3DAY講座」をWAC会議室で開きました。

両講座などの受講生を中心に、「第12回コミュニティカフェ全国交流会」を東京・飯田橋の東京しごとセンターで開催しました。カフェの先駆者やかつての受講生、同年度の講座受講生など11人が登壇し、スライドを使いながら事業の内容や計画を発表しました。各地から84人が集まり盛況でした。

また、シニアの地域活動講演会として「ウリウリばあ

〈収益事業1〉

高齢者福祉の人材育成事業は、東京しごと財団をはじめ、東京都と町田市のシルバー人材センター、それに品川区、文京区、板橋区からそれぞれ委託事業を受託し実施しました。



後方で立って発言しているのは仙台市から来た金子賢二さん

東京しごと財団からの受託事業、「生涯現役社会推進事業」は、55歳以上の方向けに再就職のプランを学んでもらうセミナーです。25年7月から翌年3月まで都内60カ所で実施し、2044人の受講生が集まりました。

品川区からの「ユニバーサルデザイン普及啓発事業」は、同区が推進するお互い様運動を小学生や住民に広めようというものです。参加者に車いすと白杖を体験してもらいました。5つの小学校と住民向けに大崎第一地域センターで開き、小学生は452人、住民は24人が参加しました。

文京区と板橋区からは共に、「介護に関する入門的研修事業」を受託しました。それぞれの修了者は、15人と24人でした。

3200万円の予算収入に対して、収入実績は3110万円でした。

〈収益事業②〉

高齢者疑似体験セットの貸し出しは6件ありました。タカスタンダード、望星薬局、東京都羽村市社会福祉協議会、三菱電機、ゴールドバック、WACわかやまです。

東京都台東区の18の小学校で、児童向けに高齢者疑似体験を行いました。1060人の児童が参加しました。

インストラクター研修は年間4回開き、52人が受講しました。高知県社会福祉協議会向けにはオンラインで研修を実施しました。

〈収益事業③〉

東京都品川区から食をテーマにした3つの「介護予防事業」を引き続き受託しました。「高齢者外出習慣化事業」は、高齢者住宅の食堂で60歳以上の区民向けに食事を月1回提供するものです。延べ180人が参加しました。「シニアのためのやさしい料理教室」は2会場で、全40回開き、延べ480人が参加しました。「わくわくクッキング」は全30回で、延べ360人が参加しました。

〈質疑応答〉

以上の説明の後、服部議長が「第1号議案について質問がありますか」と声を掛けましたが、手が上がらなかった。

〈監査報告と採決〉

次に、監事の前田宏興さんと外部監事の伊東修平さんから「事業報告は法令及び定款に従い、法人の状況を正しく示しているものと認めます」などとの監査報告があった。採決に入り、出席者の全員が賛成し第1号議案を承認、可決した。

第2号議案

2026年度の事業計画について

〈公益事業①〉

千葉県福祉ふれあいプラザは、開所以来の利用者が300万人を越え、今年度に開業20周年の節目を迎えます。

介護実習センターでは、県民研修を105講座開きます。認知症啓発イベントをはじめ福祉機器展、地域の茶の間、認知症助け合いカフェ・認知症家族の集い・本人ミーティング、働く世代のケアラズカフェなどを開催する計画です。

介護予防トレーニングセンターでは、介護予防講習として一般向け教室を3講座、登録者向け教室を9講座開きます。認知症予防啓発イベントを2回、自治体・地域包括支援センター向け介護予防担当者研修も5回予定しています。

2025年度実績を86万円で上回る9220万円を26年度の予算収入として組みました。

会員向け機関誌の「ふれあいねっと」は、8月と翌年3月の2回発行する計画です。

福祉サービス第三者評価事業は、WACが取り組みだして20年近くなります。評価対象の決定法には、入札方式と個別契約方式があります。

応募価格の競争で、より低価格を示した評価者に決まる入札方式では、忙しいだけで終わってしまうことにな

2025年度収支実績

事業名			収入			支出			収支差		
			予算	実績	達成率	予算	実績	達成率	予算	実績	2024年度実績
共通法人会計	受取会費		2,400	2,079	87%	0	0	0%	2,400	2,079	2,352
	雑収益		7,000	6,921	99%	0	0	0%	7,000	6,921	6,743
	管理費		0	0	—	22,500	23,454	104%	-22,500	-23,454	-25,253
	組織運営費		0	0	—	340	946	278%	-340	-946	-124
	共通（法人会計）合計（A）		9,400	9,000	96%	22,840	24,400	107%	-13,440	-15,400	-16,282
公益事業	公1	ふれあいねっと	0	0	0%	1,800	1,903	106%	-1,800	-1,903	-2,135
		第三者評価	10,000	12,055	121%	6,000	6,451	108%	4,000	5,604	5,031
		千葉指定管理	88,451	91,333	103%	88,451	87,608	99%	0	3,725	3,876
	公2	就労支援	400	614	154%	200	507	254%	200	107	514
	公3	コミュニケーション事業	600	184	31%	400	317	79%	200	-133	-12
	公益事業合計（B）		99,451	104,186	105%	96,851	96,786	100%	2,600	7,400	7,274
収益事業	収1	受託研修（生活支援研修、他）	32,000	31,100	97%	24,000	26,356	110%	8,000	4,744	7,106
	収2	高齢者：認知症疑似体験	6,000	6,111	102%	4,260	3,213	75%	1,740	2,898	186
	収3	介護予防料理教室等	5,000	5,028	101%	3,900	4,260	109%	1,100	768	1,501
	収益事業合計（C）		43,000	42,239	98%	32,160	33,829	105%	10,840	8,410	8,793
公益法人合計（A+B+C）			151,851	155,425	102%	151,851	155,015	102%	0	410	-215

（単位：千円）

りかねません。前年度の品川区の学童保育所のように、初めての事業所であれば、勉強になりそれなりに得るところがあります。

ですから、できるだけ個別契約の事業所を増やし、長い付き合いをしていければと思います。

〈公益事業2〉

自治体からの福祉人材確保対策事業の受託を計画しています。前年度の収入は61万円でしたが、本年度の予算では40万円としています。

〈公益事業3〉

コミュニティカフェの全国交流会を来年度の2月27日(土)に東京都港区の増上寺内の慈雲閣(ホール)で開催する予定です。コロナ禍で中断していましたが、一昨年に復活させ、前年に引き続き開催するものです。

全国交流会に先立ち、千葉県と東京都内でコミュニティカフェの開設支援講座を開きます。



各事業の報告や計画について聞く出席者

千葉県では、千葉県福祉ふれあいプラザの県民研修としてコミュニティカフェ開設講座を10月11月に全7回開講します。東京都内では6月中に、全3回の講座を「3DAY講座」として開きました。

〈収益事業1〉

高齢者福祉関係の介護の入門的研修や生活支援サービスの研修を自治体や団体から受託する予定です。

東京新宿区から「家族介護講演会、家族会応援ボランティア養成講座及び家族会応援ボランティア交流会事業」を57万円で受託しました。家族介護講演会は9月2日に開きます。

東京しごと財団からの生涯現役社会推進事業も引き続き受託する予定です。

〈収益事業2〉

高齢者疑似体験事業は、東京都台東区内の18小学校で、約1000人の児童を対象に6月から実施し始めました。

また、4月には株式会社オカムラの労働組合向けに、汐留オフィス内で疑似体験を実施しました。次いで、望星薬局で新入社員向けの研修に入ります。

インストラクター研修は、WAC主催が年間5回、高知県社会福祉協議会主催でも実施予定です。

〈収益事業3〉

東京都品川区から受託している介護予防事業は、本年度も引き続き行います。

「高齢者外出習慣化事業」は、品川区大井町高齢者住宅の食堂で、60歳以上の区民向けに月に1回、第3火曜日に開きます。4月から始め、毎回約15人が集まります。

「シニアのためのやさしい手料理教室」は、65歳以上の品川区民を対象に、荏原文化センターと品川介護福祉専門学校の2会場で、年間40回開きます。

〈採決〉

服部議長が出席会員に採決を求め、全員が賛成し、承認可決した。

2026年度予算

事業名			収入			支出			収支差		
			予算	前年度実績	増減額	予算	前年度実績	増減額	予算	前年度実績	増減額
共通(法人会計)	受取会費		2,400	2,079	321	0	0	0	2,400	2,079	321
	雑収益		7,000	6,921	79	0	0	0	7,000	6,921	79
	管理費		0	0	0	20,398	23,454	-3,056	-20,398	-23,454	3,056
	組織運営費		0	0	0	340	946	-606	-340	-946	606
	共通(法人会計) 合計(A)		9,400	9,000	400	20,738	24,400	-3,662	-11,338	-15,400	4,062
公益事業	公1	ふれあいねっと	0	0	0	1,800	1,903	-103	-1,800	-1,903	103
		第三者評価	10,000	12,055	-2,055	6,000	6,451	-451	4,000	5,604	-1,604
		千葉指定管理	92,202	91,333	869	92,202	87,608	4,594	0	3,725	-3,725
	公2	就労支援	400	614	-214	300	507	-207	100	107	-7
	公3	コミュニティカフェ事業	600	184	416	500	317	183	100	-133	233
	公益事業合計(B)		103,202	104,186	-984	100,802	96,786	4,016	2,400	7,400	-5,000
収益事業	収1	受託研修(生活支援研修、他)	32,000	31,100	900	26,502	26,356	146	5,498	4,744	754
	収2	高齢者・認知症疑似体験	6,500	6,111	389	4,260	3,213	1,047	2,240	2,898	-658
	収3	介護予防料理教室等	4,000	5,028	-1,028	2,800	4,260	-1,460	1,200	768	432
	収益事業合計(C)		42,500	42,239	261	33,562	33,829	-267	8,938	8,410	528
公益法人合計(A+B+C)			155,102	155,425	-323	155,102	155,015	87	0	410	-410

(単位:千円)

東京都と千葉県で講座を開催

「コミュニティカフェの開設支援」

WACは、コミュニティカフェの開設を支援する3日間の「コミュニティカフェ3DAY講座」を東京で開きました。2026年6月6日、13日、20日の3日間です。講座はいずれもWAC本部の会議室で、全日程を無事に終了いたしました。

東京での3DAY講座は、前年度から始めたもので、今回は8人の受講生を迎えました。各自が目指す事業計画の具現化に向けて、終始真摯な姿勢で講義に耳を傾け、学びを深められました。

NPO法人ドリムタウン（東京都板橋区）代表理事の井上温子さんと税理士の伊東修平さんが講師となり、多世代交流の拠点づくりから持続可能な組織運営のための資金計画まで、実践的な知見を体系的に学ぶ3日間となりました。

最終日の事業計画発表では2人の講師から示唆に富む講評をいただき、その後の茶話会も大いに活気づきました。「さらにプランをブラッシュアップし、後日再び皆で集まろう」との声もあり、受講生同士の絆も深まる実り豊かな交流となりました。



10月から始める
コミュニティカフェ開設講座のチラシ



「3DAY講座」の2回目。講師は伊東さん

また10、11月には、千葉県福祉ふれあいプラザ（我孫子市）の県民研修として全7日間の「コミュニティカフェ開設講座」を開講いたします。

2014年の開始以来、千葉市内の会場を拠点に毎年「出張一般県民研修」として着実に実績を重ねてきましたが、今年度は心機一転、会場を千葉県市川市に移します。NPO法人ダイバーシティ工房が運営する「地域の学び舎プラット」を会場とし、新たな環境で受講生をお迎えします。

初夏の東京、高秋の千葉、これら双方の講座で研鑽を積まれた受講生たちに、来年2月27日（土）にWACが開催する「第13回コミュニティカフェ全国交流会」で独自のカフェ開設プランの発表者になつてもらいます。地域社会の新たな紐帯を紡ぎ出す受講生たちのユニークなプラン作りに期待したいと思います。

（理事・事業部／若林麻衣）

品川区の「すまいるスクール」を初評価

福祉サービスの第三者評価事業



品川区の「すまいるスクール」事業の説明冊子

福祉サービスの第三者評価事業では、5月23日（土）に評価者たちの交流会を開きました。参加したのは、評価を實際に手掛けている10人の評価者の方々と事務局3人、それに平野陽子事務局長です。WACがこの事業を始めた時からの評価者が多いですが、改めて昨年度の評価実績の報告に始まり、評価リーダーの役割、個人情報保護についての規定の確認、文章表記の統一などの情報共有を行い、意見交換をしました。

個人情報保護については、評価を受ける福祉事業所でも、職員が事業所内部の様子をSNSに独断でアップすることなどが問題となっており、各事業所は職員との誓約などを強化しています。そのため「WACの現状の規定では不十分ではないか」「さらなる項目を入れていくべき」とのご意見を評価者からいただきました。

また、昨年度の特筆すべき評価事業として、東京都品川区8カ所の小学校に併設された「すまいるスクール」の評価に初めて取り組んだことが挙げられます。「すまいるスクール」とは学童保育と放課後児童教室を組み合わせた

品川区独自の児童施設です。

東京都の一般的な評価方式と異なり、品川区のホームページに評価機関や評価者、評価内容がすでに掲載されています。新しい報告書の書式作成やアンケート集計がありました。多いところは200人を超える子どもと2000人を超える保護者から寄せられたそれぞれの回答や職員アンケートを集計しました。自由記載欄も多く、グラフと組み合わせで見やすい集計結果の報告書を作成しました。

この集計結果を踏まえて訪問調査を行い、評価結果についてフィードバック（評価される側との共有）も行うことができました。品川区から「これまで3年にわたる評価活動の中で、WACが初めてフィードバックを行い、現場の職員と共有してくれた」とのお話をいただき、充実した評価に対し大変好意的な感想をいただきました。

事務局は苦労しましたが、評価者たちには新分野に大変意欲的に挑んでいただきました。これから児童分野での評価の義務化が一層進んでいきそうです。さらに、DV被害を受けた女性などの自立を支援する事業を含む「社会的養護施設」への第三者評価も必須になつていきます。東京都評価推進機構の社会的養護施設評価研修を積極的に受けた評価者が現在4人活動しています。今年度に「社会的養護評価機関」として認証申請を新たにを行い、審査を経て認証されました。

（理事・福祉サービスの

第三者評価事業担当／濱洋子）

「ウリウリばあちゃん」と語り合う

森暮らしのユーチューバーが体験を披露

WACは3月7日、「ウリウリばあちゃん」の『今が楽しくなる』素敵な生活お話し」を板橋区立文化会館で開きました。

人気ユーチューバーとして6万人もの登録者を持つウリウリばあちゃん（本名は公表していません）が登壇しました。長野県八ヶ岳の森で40年間、機織りや染め物、発酵食品作り、薪割りなど日々の暮らしを「作品」に変える豊かな独り暮らしを続けています。田舎暮らしの様子や家族の物語、そしてYouTubeでの発信の手法などを語りました。

次なる目標は「女優になること」と話し、参加者を驚かせました。幼少期に出会った映写技師の叔父からの「映画に出ればいつでも会えるから」という言葉が忘れられないからです。「叶うかどうかより、挑戦することに価値がある」。年齢を軽く飛び越えて挑戦し続ける姿は、参加者に大きな勇気を与えました。

第2部は、WAC常務理事で福祉ジャーナリストの浅川澄「さんとの対談となり、自身のADHD（注意欠如・多動症）」という特性に焦点が当てられました。60歳代になってから診断を受けたとそうですが、プラスのエネルギーとして活かしてきたと話されました。

自分を大切にすることが、結果として周囲や人生を豊かにしていくのだ、という実感が伝わる対談となりました。



「ウリウリばあちゃん」の話を聞く参加者たち

また、夫婦別居生活についても深い学びがありました。家族が近くにいないことだけが正解ではなく、離れて暮らしながらも、互いにとって心地よい距離感で想い合う多様な愛の形があつてよいのだと教えてくれました。

第3部では、参加者がグループを作り、自分の中に眠らせていた夢を語り合う「夢の棚卸し」ワークを行いました。ウリウリばあちゃんから「今の自分ができる形で歩だけ踏み出せばよい」という温かなエールが送られました。

なお、この催しは「いたばし対話プラス」（間中りんべい、桑本麻共同代表）との共催でした。

（理事・事業部／若林麻衣）

岡山市の高校生33人がWACを訪問

10月に「探究型修学旅行」を実施

WACが修学旅行の訪問先になりました。岡山市にある学校法人就実学園の就実高等学校の高校2年生33人が、10月7日に来訪します。

高校の学習指導要領に「総合的な学習」が導入され、社会との直接的な体験による自主的な学びが重視され出しています。修学旅行についても、観光体験から学びの体験に変わりつつある中、WACが学びの対象に選ばれました。

この訪問は、WACが「探究型修学旅行」を手掛ける株式会社TOKYO EDUCATION LABが就実高等学校の訪問先として選考した7団体のひとつとなったことによります。7団体への訪問は、関東の大都市圏における組織の在り方や働き方を肌で感じるとともに、リアルな社会課題に「自分ごと」として取り組み、課題解決のプロセスを学ぶことを目的としています。

今回、生徒たちが挑む社会課題は、WACが提示した「シニアと若者が一緒に未来をつくる地域イベントを企画してほしい！」というものです。

世代間のつながりが薄れ、お互いが孤立しやすい社会状況を背景に、シニアの「深い経験やスキル」と高校生の「最新トレンドや柔軟な感性」を融合させ、すべての世代が心を躍らせるイベント内容と集客の「仕掛け」を考案することが彼らの任務です。

当日は生徒たちが実際にWAC事務所を訪問し、代表グループが課題解決



WACを訪問する岡山市の就実高等学校

アイデアのプレゼンテーションを行います。現場の人間から直接講評をもらうことで、生徒自身の今後の進路や将来へ繋げていく大切な契機となります。

これに先立ち、5月28日にはオンラインでの事前学習を実施し、WAC理事の向井と若林が講師を担当しました。10月の訪問までの4カ月の間に、生徒たちは互いにアイデアを競い合い、探究学習を進めることになっています。

WACの活動を咀嚼しながら、WACから提示された社会課題にどのような対応を示してくるのか。高校生ならではの柔軟で瑞々しい発想から生み出される提案に、今から大きな期待が膨らみます。

（理事・事業部／若林麻衣）

全国のWACポイント一覧 24

地域で交流し、助け合い活動をしている

全国のWACの仲間たちが、さまざまな地域活動を行っています。興味のある活動がありましたら、ぜひ参加してみてください。また、「自分たちでも新しく活動を始めてみたい」と思われたら、WAC本部までご連絡ください。会員が3人集まれば、新しい活動グループ「ポイント」を作ることができます。ポイント登録をしていただくと、活動中のケガや賠償事故の際にも保険による補償が適用されるため、安心して活動ができます。

関東

WAC とちぎ

高村 和夫

☎ 320-0842 栃木県宇都宮市京町 11-1 タスコ内
☎ 028-637-2488 ✉ info@kenkouma-t.com
🌐 http://kenkouma-t.com/
月3回 原則第1・第2・第3水曜日 13～17時に、公共施設を利用して初心者や経験者が気軽に参加できる「健康マージャン教室」を開催しています。マージャン卓・牌の無料貸し出しも行っていきます。

WAC ぐんま

後藤 満里子

☎ 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/
2025年度は、前年から引き続き、毎月第2土曜日に「子育ての日」を開催しました。地域の子どもや高齢者を誘い「高齢者疑似体験会」を行いました。また、地域の多くの皆様にジャガ芋収穫等を楽しんでいただきました。沼田市の広報誌に「子育ての日」のお知らせを毎月載せていただいています。約50cm四方のマス目で出来た大きな「あみ」を床に敷き、その「あみ」を踏まないようにゆっくり慎重に歩く「ふまねっと運動」などにチャレンジしていただきました。このイベントは2026年度も継続していくことになりました。地域の「元気」や担い手が増えることを祈って、今年度も頑張りたいと思っています。



ジャガ芋収穫



高齢者疑似体験会

WAC 浦和 ケア・ハンス

大麻 みゆき

☎ 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/

介護保険枠外のホーム・ヘルプサービスを主な活動として実施しています。高齢者・障がい者のことを理解してもらう啓発活動は、企業担当者向けに高齢者疑似体験研修を数回実施しました。小学生向け高齢者疑似体験「つくし君」は活動要請が少なくなりました。



地域のイベントで高齢者疑似体験

北海道

わっく室蘭

鈴木 健生

☎ 050-0072 室蘭市高砂町 1-10-17
☎ 0143-45-2034 ✉ wacmuro@oregano.ocn.ne.jp
🌐 https://www.wacmuroan.jp/
「さあ、出てきませんか？」の呼びかけから始まり、今年で35年目を迎えます。ボランティア活動、会員の交流行事は現在休止中です。訪問介護、居宅介護支援、地域密着型通所介護の介護保険事業と居宅介護、同行援護の障害福祉サービス事業を中心に高齢者、障がい者の在宅介護支援を行っています。



昨年11月に開いた「デイサービスわっくの家作品展」で記念撮影

東北

WAC 東北ネットワークセンター

金子 賢二

☎ 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
今年も新しいWACポイントの立ち上げを目指します。

- ・毎月1回の読書会
- ・電気ろくろを使用した陶芸
- ・仙台近郊の2カ所で畑作業
- ・木彫り
- ・和菓子作り

などを、やりたい者が集まって行っています。



窯に並んだ皿や湯呑みなどの陶芸作品

WAC まごころサービスみやぎ

横濱 敬子

☎ 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

1993年に活動開始以来、33年になります。現在は介護事業（訪問介護サービス、居宅介護支援、障害者支援）、独自サービスとして主に家事支援、子育て支援として保育園（小規模保育事業A型）を運営しています。人手不足に加え、スタッフ・ヘルパーも高齢になって大変ですが、保育園だけは子どもたちはもちろん、職員も元気いっぱいです。おかげで私たちもそのエネルギーをもらって頑張っています。



雨の日も元気いっぱいの子どもたち。この日は大型ブロックを並べて、みんな仲良く電車ごっこ♪



毎年3月は、卒園に向けて卒園児が手形でさくらの花びらを作ります。これに保護者や職員のメッセージを貼ったのを見ると、涙があふれてきます。

※ネットワークセンター名・ポイント名 代表者名（敬称略）
※☎郵便番号 ☎電話番号 📠FAX番号 ✉Eメールアドレス
🌐ホームページ 📘Facebook 📺X 📷Instagram

WAC 認知症改善相談センター

鷹野 義量

⑤ 160-0011 東京都新宿区若葉 1-22-16
四谷 ASTY207 号室 (担当: 石川裕子)
☎ 03-6380-5205 ㊚ 03-6380-5549
✉ shinshintokyo2018@gmail.com

昨年度も心身機能活性療法初級指導士認定研修会を東京都、愛知県で実施し、心身活性教室は青森・栃木・福井・愛知・三重・島根の各県で継続的に行われています。11 月には、NPO 法人日本心身機能活性療法指導士会として指導士交流研修大会を東京都江東区の森下文化センターにおいて、対面で 6 年ぶりに行いました。その際の活動報告として、東京都豊島区の病院で「心身療法」の実践が始まったこと、愛知県心身サロンの活動でアスペルガー症候群の児童、ダウン症・重度知的障害を持つ児童の目覚ましい成長が参加者の感動を呼びました。各地での「心身活性教室」での活動においても参加者の健康維持向上に素晴らしい結果が発表されました。こうした活動を指導する指導士養成研修会が海外の香港でも実施され、たくさんの新しい指導士が誕生しました。



発達障害児に心身療法を実践しています。

その際の活動報告として、東京都豊島区の病院で「心身療法」の実践が始まったこと、愛知県心身サロンの活動でアスペルガー症候群の児童、ダウン症・重度知的障害を持つ児童の目覚ましい成長が参加者の感動を呼びました。各地での「心身活性教室」での活動においても参加者の健康維持向上に素晴らしい結果が発表されました。こうした活動を指導する指導士養成研修会が海外の香港でも実施され、たくさんの新しい指導士が誕生しました。

渋谷介護サポートセンター

服部 万里子

⑤ 150-0046 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/>

介護保険開始と同時に NPO 法人 (特定非営利活動法人) を立ち上げ、渋谷区民を対象に居宅介護支援 (ケアマネジメント) を続けてきました。ポイント活動は第一がケアマネジメントで、24 時間対応しています。第二として毎月ケアマネジャーや地域の介護サービス事業者向けの研修会を開催しています、現代の話題や介護保険の最新情報などをテーマとして実施しています。2025 年 5 月、6 月はルーテル学院大学名誉教授、福山和女先生に「人の尊厳とスーパービジョン体制」をテーマに 2 カ月連続で講演していただきました。



NPO 法人の総会を終えて、出席者で記念撮影

WAC さしすせそ

藤井 多津子

⑤ 145-0065 東京都大田区東雪谷 4-6-8
☎ 03-3728-6540
✉ jijiwakuroneko@yahoo.co.jp

品川区高齢者介護予防事業を WAC 本部と協働して、「シニアのためのやさしい手料理教室」(品川福祉専門学校と荏原文化センターの 2 カ所)、「高齢者外出習慣化事業」(大井町高齢者複合施設集会所) の 2 事業を行っています。西大井いきいきセンターの食堂も運営しています。



シニアのためのやさしい手料理教室

Ribinet (福祉理美容師ネットワーク)

戸塚 貴博

⑤ 216-0026 神奈川県川崎市宮前区初山 1-38-3
☎ 044-976-9995 ㊚ houmonribiyou@gmail.com
🌐 <https://ribinet.com/>
📘 <https://www.facebook.com/ribinetwork>
🌐 https://x.com/ribi_net

訪問理美容業界のすそ野を広げ、技術者の雇用促進や専門的で安全性の高いサービスを提供できるように努めています。介護施設だけでなく、一番施術が困難とされる在宅の人に対応できる訪問理美容師を育成しています。

WAC プライム・ケア・トレーニング (WAC P.C.T) 前田 宏興

⑤ 241-0836 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内
☎ 045-391-3501 ㊚ gonatuo@gmail.com

本邦介護保険事業者、障害者支援団体および在留外国人に対して就労諸問題、介護資格の取得、在留資格についての相談支援を実施。特定技能在留資格の取得就労支援を実施しています。育成就労支援機関設立準備中。



外国人支援団体スタッフの誕生会の様子

WAC 千葉

川原 健一

⑤ 260-0013 千葉県千葉市中央区中央 1-10-10-406
☎ 043-225-4224 ㊚ office@f-angel.jp

地域における介護相談や関連事業の紹介などを行っています。介護保険事業所と提携して介護サービスを安心して受けられるように、専門相談員が親切丁寧にサポートしています。事業のマスコットキャラクターを作りました。K は、親切 (Kind) な手助けには、正しい知識 (Knowledge) と継続 (Keep) する力が大事というメッセージです。キャラクターが子供なのは次世代に続くように希望を込めています。元気な高齢者が、ハンディキャップのある高齢者を支援する社会構築にも取り組んでいます。



マスコットキャラクター

千葉ケア企業組合

町野 美和

⑤ 261-0011 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、地域密着型通所介護、訪問介護を実施しています。助け合い活動として、通院介助や薬受け取り代行、配食・洗濯サービスなども行っています。介護予防のための健康マージャンも実施しています。



七夕飾りの前で写真に納まる通所介護「デイサービスまご」の利用者たち



町内会の防災訓練に「デイサービスまご」の利用者とともに参加

ふれあいネットまつど

細嶋 千広

⑤ 270-2241 千葉県松戸市松戸新田 433-35
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://x.com/fnmabc>

「困ったときはお互い様」の精神のもと、たすけあい活動を行っている福祉 NPO です。2025 年秋に事務所を移転し、新たな拠点で活動を再開しました。ふれあいサービス (有償ボランティア活動)、「ふれあいの居場所みんなんち」の活動、介護保険による居宅介護支援・訪問介護を実施しています。ふれあいサービスでは、車を使った外出支援、家事援助、通院同行、「みんなんち」の活動では、体操・健康マージャン、歌の時間などを実施しています。



車いすごと乗れる福祉車両で楽しく外出



ふれあいの居場所「みんなんち」では、みんなでワイワイ過ごします。

ふれあい大綱

佐藤 廣子

⑤ 299-3263 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、認知症疑似体験研修を年に 6 回ほど行っています。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、初任者研修、実務者研修を行っています。サービス付き高齢者住宅では畑を耕し、収穫したものを皆で味わっています。



サービス付き高齢者住宅の入居者の 100 歳のお祝い



初任者研修の受講者がショッピンセンターで高齢者疑似体験

WAC 介護ふじ

佐橋 満智子

☎ 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ました。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などを実施しています。

近畿

WAC 近畿ネットワークセンター

高倉 幸次

☎ 525-0055 滋賀県草津市野路町 171-8

☎ 090-3168-2694 koushou8942@docomo.ne.jp

2022 年度に、日本財団助成事業「コミュニティカフェ等、地域共生社会のための活動の担い手育成」の京都会場分を WAC 本部と連携して開催しました。WAC さくらんぼ京都と協働で行いました。

ほっとケアまほろば

高倉 幸次

☎ 525-0055 滋賀県草津市野路町 171-8

☎ 090-3168-2694

✉ koushou8942@docomo.ne.jp

お写真と法話の会を月 1 回、市民交流プラザで開催しています。コロナ禍で中断していた古社寺巡礼など、外へ出る活動を再開しました。



京都・鞍馬寺の多宝塔前で

WAC さくらんぼ京都

石田 淑子

☎ 615-8241 京都府京都市西京区御陵谷町 17-12

☎ 075-392-0443 nq128521@nifty.com

月 2 回の掃除と電話による話し相手、安否確認などを行っています。

WAC わかやま

松本 美香

☎ 640-8137 和歌山県和歌山市吹上 2-6-40 妙法寺境内

☎ 080-4244-1189 wacwakayama@gmail.com

✉ https://wacwakayama.wixsite.com/wacwak

和歌山県民向け、高齢者疑似体験の「うらしま太郎」「つくし君」を実施。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、つどいの場の提供、保育サポーター養成講座、託児ルームの開設、保育者派遣のコーディネートなどを行っています。



高齢者疑似体験

四国

WAC わをん

重松 美穂

☎ 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/ 「心の交通バリアフリー研修」は愛媛県バス協会と協働で 2004 年度から実施しており、毎年バスの乗務員さんたちへの高齢者疑似体験研修と認知症疑似体験研修を実施しています。また、小・中学生の高齢者疑似体験も継続していて、「ひとにやさしいまちづくり」を目指して頑張っています。



バスでの高齢者疑似体験



WAC 第三者評価を考える会

堀越 ひろみ

〒211-0012 神奈川県川崎市幸区

✉ hh03831hh@yahoo.co.jp

WAC が 2005 年から続けている事業「東京都福祉サービス第三者評価事業」をご存じでしょうか？ わたしたちが子どもを産み育て、障害をえて、高齢になって使う福祉サービスの事業所に「第三者」が入り、市民の目線でサービス内容を見ていくものです。WAC では東京都から承認を受けてこの東京都の評価基準に則った評価を続けています。東京都の基準は評価項目の作り方がしっかりといて、福祉サービスに不慣れな人にとっても、利用者や家族としてもこの視点から経営内容やサービス内容を確認したらよいか、評価の手順が作られています。評価する側だけでなく、福祉サービスを経営する経営層も、従事する職員も、利用者・利用者家族も一緒になって評価活動に参加できるような仕組みが作られています。近年この第三者評価は義務化されるサービスの分類が増え、特に保育現場に限らず、子育ての分野の事業も評価の義務化が進んでいます。社会的に擁護されるべき児童や女性への支援事業や学童保育といった事業も評価を受けなければならなくなっています。依頼する法律もさまざまで勉強すべきこともどんどん増えてきました。この会は、2011 年から評価活動を続け、WAC 第三者評価事務局も担うベテランから評価件数の少ない評価者新米までが集い、これまでの評価分野に加え、新しい法制度に基づく福祉サービスの評価視点などを互いに学び、WAC 第三者評価事業の経験と蓄積がさらに今後の事業に生かされるようにとの思いで設立されました。

中部

Garage Cafe ホットスペース Myu

三浦

☎ 400-1515 山梨県中央市高部

✉ hot.s.myu5987@maroon.plala.or.jp

毎週 1 回実施している百歳体操は、市内で一番小さなグループ。コロナ蔓延時の中断はありましたが 7 年目に入り、今月 300 回目を迎えて最多記録となっています。地元の社協の協力で講師を迎えてのイベントを計画中です。「キャパシター・こころと体のセルフケア体操」は不定期開催です。昨年創始者のパトリシ・アケイン博士が急逝された折、他県のグループメンバーと再会する機会も得て、改めて細々でも継続することを確認しました。居場所機能、憩いの場としての『絵本カフェ』は、開設時間の延長や利用者の拡大に向けて PR を検討しています。傾聴茶話会は、2 会場の定例開催が定着してきましたが、メンバーが固定しているため、さらに市民への周知が必要との意見を受け、検討を始めました。昨年から始めた健康麻雀は、月 2 回実施で定着してきました。無報酬で教えてくださっている講師の元大学教授が月 1 回寄稿している地元新聞の記事で「～寿命延命ツール『健康麻雀』～」として、こちらで行っている麻雀にも触れてくださいました。『世知辛かつ無味乾燥な現代社会における老後に、こんなにも楽しい時の過ごし方があったのか』と教えていただいている私たちメンバーも皆同感です。程よい緊張感もあり、勝敗に関わらず笑顔に満たされています。近隣の方との交流の場として、日常に溶け込んだ事業を継続していきたいと思えます。



茶話会のお菓子は、畑から採ってきたばかりの野菜を使って手作りです。

WAC 清水さわやかサービス

松本 利枝

☎ 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/

「困った時はお互いさま」を理念に、「居場所わくわく亭」では近隣の方が共に体操をしたり、小物の手作りを楽しんだり、蕎麦打ちを行ったり、地域のコミュニティの場として活動しています。介護保険事業では居宅介護支援事業を運営しています。「さわやかサポート」は生活支援、受診同行など介護保険ではできないことを、また「認知症家族会 SUNSUN」は家族同士のつながりの場として隔月で開催。2026 年 6 月からはオンラインで家族介護者支援「介護者アカデミー」を東京の NPO 法人 UPTREE と共催で行っています。



介護者アカデミーのチラシ

『ふれあいねっと』は、個人会員528人（うち個人正会員73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。

(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／(N)SSSネットワーク／(公財)テクノエイド協会／(N)東京山の手まごころサービス／
(一社)日本産業カウンセラー協会／(N)日本心身機能活性療法指導士会／(一社)日本青少年育成協会／久光製薬(株)／(N)リズシステム／YKK AP(株)
※五十音順。(株)=株式会社、(一財)=一般財団法人、(公財)=公益財団法人、(一社)=一般社団法人、(N)=NPO法人

表紙の写真は：

右上隅●千葉県福祉ふれあいプラザの園芸ボランティア体験で受け入れ先代表の話を聞く受講生たち

題字下左から●WAC 会議室で開かれた定時総会（P2～5）●WAC さしすその「シニアのためのやさしい料理教室」（P9）

その下左から●WAC 認知症改善相談センターの香港での心身機能活性療法指導士養成研修会（P9）●WAC わかやまの一時預かり保育（P10）

最下段●水族館でカメを眺める WAC まごころサービスみやぎの保育園児たち（P8）●Garage Cafe ホットスペース Myu が昨年からはじめた健康麻雀（P10）●WAC 清水さわやかサービスの認知症家族会のチラシ（P10）



2026年7月31日発行 通巻293号

発行人：服部 万里子

編集人：浅川 澄一

編集：昆布山 良則

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

次の理事会は 10 月 16 日に

WAC は今年度の理事会と常務理事会の日程を決めました。

理事会は、10月16日、1月27日、3月16日です。常務理事会は、9月18日、10月16日、12月18日、1月27日、2月5日、3月16日です。

いずれも理事会は 14 時から、常務理事会は 13 時から開きます。



写真は 6 月 25 日に開催した総会の出席者です。

前列左から昆布山良則、小町純一、平野陽子、服部万里子、金子賢二。後列左から河部誠一、若林麻衣、伊東修平、前田宏興、高倉幸次、浅川澄一、向井隆泰。升田忠昭と鷹野義量も出席した。(いずれも敬称略)

「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) + 送料でお分けします。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。

2026年3月号 (No.292)



- ・ **コミュニティカフェの全国交流会を開催**
認知症カフェ13カ所の運営者「赤ちゃん食堂」の開設者開設支援講座の受講者が発表「Cafeから街づくりへ」
- ・ **高齢者疑似体験の研修**
シンガポールの学生向けに大手住宅設備機器の会社で

2025年8月号 (No.291)



- ・ **WAC 定時総会**
服部万里子理事長を再選
常務理事4人も再選
定時総会を開く
- ・ **主要事業の報告**
9～10月に東京で「コミュニティカフェ3-DAY 講座」を開催
第三者評価は障害者施設が5件と増加
盛況の千葉ふれプラ・トレーニングセンター
品川区から「就業支援事業」を受託
- ・ **全国のWACポイント一覧**

2025年3月号 (No.290)



- ・ **コミュニティカフェの全国交流会を開催**
実践者4人が活動をスピーチ
受講生5人がカフェプランを発表
14グループでテーマ別討論
- ・ **主要事業の報告**
講演と映画で認知症を理解
千葉ふれプラ
Chubb 損保で初のうらしま研修

2024年8月号 (No.289)



- ・ **Message (服部万里子 理事長)**
「参加型長寿社会」を目指して
- ・ **WAC 定時総会**
収支差はマイナスに
理事長の交代を報告
- ・ **主要事業の報告**
コミュニティカフェ全国交流会を4年ぶり開催へ
高齢、障害、子どもで29件の評価を実施
- ・ **全国のWACポイント一覧**

2024年3月号 (No.288)



- ・ **Message (高倉幸次 理事)**
一番ヶ瀬康子元会長との出会い
- ・ **認知症ケアの啓発イベント**
「千葉県福祉ふれあいプラザ」で開催
- ・ **介護保険の訪問介護報酬がダウン**
事業者に危機感広がる
ヘルパー裁判、最高裁に
- ・ **「編集長の眼」No.13**

2023年8月号 (No.287)



- ・ **Message (升田忠昭 理事長)**
シニアがいいきと暮らせる社会を4期目の理事長として
- ・ **定時総会と理事会を開催**
升田理事長を4選
コロナ禍でも331万円の黒字
会員減少は続く
- ・ **全国のWACポイント一覧**
- ・ **事務局長の小林里美さんが逝去**

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