



NPO・えん ニュースレター "まりーむ"

NPO・えんは、まちづくり・女性のキャリア実現・市民活動をサポートします。

新年あけましておめでとうございます

今年の干支は亥。十二支の最後にあたりますが、次の始まりに向けて新たなエネルギーを蓄える年、ともいわれているそうです。今年は、ここ数年取り組んできたオレンジカフェ(認知症カフェ)を、多世代交流ひろば「パルひろば辰巳」運営とも合わせてさらに進化させていきたいと思っています。その一歩として、年明けに「心と身体の健康づくり」フェスタを企画しました。このテーマに関心ある方、この機会にぜひ足を運んでくださることを願っています。本年もどうぞよろしくお願いします。

代表理事 根本久仁子

冬季五輪で日本人選手の活躍に力をもらい、度重なる自然の猛威に愕然とし、ノーベル賞では日本人のすごさに感嘆した。そして、年末にはかの方の純粋でまっすぐな姿勢を目の当たりにし、無知は罪なのだと改めて思った。今年も、一人ひとりの判断が問われる年になるのは間違いない。

関根啓子

2018年に、医学部入試で女性差別の取扱いが 話題になりました。私が大学を卒業した30年前 は、工学部の女子を受け入れるメーカーやデベ ロッパーは皆無でした。時代遅れの組織はいつか 淘汰される時代がくるでしょう。 阿部名保子

一昨年、前期高齢者になりました。総人口に占める高齢者人口の割合は27.7%で過去最高(2017年人口推計)。日本の高齢者人口の割合は、世界最高で、日本は壮大な実験中です。高齢者の一人として若者の負担にならないようにどう生き、どう社会貢献ができるのか、人生の大きな課題です。 馬場悦子

昨年はじめて読んだ『アルジャーノンに花束を』で知られるSF(といわれていた)世界が現実になり、ips細胞の活用がパーキンソン病を治療する臨床段階に入り大変驚きました。本を通じてもっと見分を広めたいと思います。 黄民愛

10年に及ぶ保育園の送迎生活を終え、空いた朝時間を使って大学院の科目履修生になりました。 いくつになっても学び続ける女性たちに出会い刺激を受けた一年となりました。 藤原晴子

事務局の一員になって2014年3月からもうすぐ5年が経とうとしています。この5年間の間に何ができたかを自らに問うと???ですが、パルひろば辰巳の利用者さんからお教えいただいたことは山ほどあります。人生の先輩達の背中を見つつ、「よりよく生きる、楽しく生きる」を問いかける毎日です。今年も沢山の利用者さんと話してヒントを見つけたいと思います。今年もよろしくお願いします。

田谷弘子

 目次

 巻頭寄稿
 1

 多世代交流ひろば「パルひろば辰巳」報告
 2

 NPO・えん 自主事業報告
 2

 活動紹介「人生100年時代をサポート」
 3

 NPO・えんの活動報告・予定
 4

保育園の待機児童が多いと問題になっている中、幸いにも一番下の息子が保育園に入園し、4月から事務局の一員として私自身も新しい生活がスタートした年でした。ご縁がありNPO・えんの一員となれたので、今年はその中で何ができるか模索しながら、飛躍できる年にしたいと思っています。 齊藤麻美



NPO・えん 活動報告

多世代交流ひろば事業

パルひろば辰巳 開催企画の報告

●月曜と水曜はフリースペース

パルひろば辰巳では「ホットできる。ふらっ と立ち寄れる。」そんな集いの場を目指して昨 年4月より月曜・水曜をフリータイムとして開 放しています。特に毎月第二月曜日の午前中は ボランティアが利用者のお話を聴いたり(傾 聴)、体操をしたりで地域の方の心と身体の健 康を願って活動しています。

> (左)広場のフリータイムで の「のんびり運動コーナー」



食事をにぎやかに楽しみました

●11月13日 「ランチしましょ Part2」 &「うたの広場」開催報告

利用者の皆さんが美味しいお食事をして歌を うたって一日をパルひろば辰巳で楽しむことを 目的に前回好評だった「ランチしましょPart2」 &「うたの広場」を開催しました。

前回の参加者より自分の予定や体調に合わせ て片方のプログラムだけでも参加したい。との ご意見をいただき、別々の企画として申込を受 け付けました。ランチだけ参加し午後は予定が ある人、食事は自宅でとりたい人。のベ40人 ほどの参加者のうち、半数の参加者がお昼と午 後でいれかわり、夫々の予定にあわせてひろば 企画を楽しみました。

ボランティアの手作り料理を食べながらにぎ やかにおしゃべりしたり、声を出してなつかし の歌をうたって、パルひろば辰巳での時間を楽 しんでいました。

パルひろば辰巳は地元の皆さんに開かれたひ ろばとして、気軽に利用できる楽しい集いの場 を提供しています。

自主事業

えんカレッジ活動報告 & フェスタのご案内

●えんカレッジ開催状況

今秋、下記のとおり7回の講座を開催し、40名を 超える幅広い年齢層の方々に参加していただきま した。

9/19&10/31 漢方かっさと中国茶を楽しむ 講師:孫 春玲さん

10/12&19 iPhone のカメラをつかいこなそう! 講師:高橋 裕子さん

11/2 話し方とヨガ 講師:鈴木 紀子さん

11/27 iPhoneのカメラを使いこなそう! (応用編)

講師:高橋 裕子さん 12/11 眉メイク美容講座

講師:宗像 美由さん

現在募集中の講座は、

1/25、2/22、3/15 ニーハオ!楽しい中国語 講師:孫 春玲さん

2/1 女性のための確定申告 講師:黄 民愛さん 講座・イベントのお申込み、お問い合わせは NPO・えん事務局 tel:03-3522-0302 email:npo-en@npo-en.comまで。

ノア月 「心と身体の健康づくり」 フェスタを開催します!

~楽しく地域でコミュニケーション!~

NPO・えんでは、1月29日(土)に「心と身体の 健康づくり」フェスタを開催します。全プログ ラム参加無料です。ご参加お待ちしています。

- ■日時:1月29日(火)10時30分~16時
- ■会場:パルひろば辰巳(2F)/3F会議室
- ■プログラム:
- 1)ヨガ体験 講師:斉藤麻美(NP0・えん) 10時30分~11時00分 ママヨガ 11時15分~11時45分 ホルモンバランスヨガ ②オレンジカフェ

講師:生活協同組合パルシステム東京職員 根本 久仁子 (NPO・えん)

「美容体験講座」リフトアップ、ハンドケア

スカーフ&マフラーの結び方他 講師:プラチナ美容塾 伊藤文子さん他

■申込み〆切 1月24日 (木)

「認知症サポーター養成講座」



活動紹介 「人生100年時代をサポート」

私がパソコン講師になったのは、20年前のある女性の一言でした。妊娠を機に仕事を辞めて専業主婦をしていた私に、「パソコンってどのように使うの?」と仕事を引退され、パソコンを買ったばかりの女性からの質問でした。

「インターネットって何?」という時代。その当時、私は 川口市の「川口パソコンボランティアの会」でボランティア をしていた経験から、パソコンを使った情報検索をお教えし ました。

それからしばらくして、一通の手紙が届きました。「パソコンってすごいですね。情報をこんなに簡単に探すことができるなんて・・あなたに教えていただいたことで、私の人生は変わりました。ありがとうございました。」

その一言で、私も人生が変わりました。パソコンを使えるようになるということで人生が変わるくらい素敵なことなんだと。



えんカレッジ「iPhoneのカメラを使いこなそう」開催風景

それから奮起一転。パソコンの資格を取得して、プロのパソコン講師の仕事に従事することなったわけです。今では、パソコンに代わってスマートフォンの時代です。スマートフォンをただ持っているだけではもったいないです。人生100年時代!スマホを便利に楽しく使えるように皆さんのサポートをいたします。 (パソコン・スマホ講師) 高橋裕子

生協総合研究所主催 第28回全国研究集会 参加報告

10月13日(土)明治大学駿河台キャンパスで開催された「生協の新たなミッションを提言する—「第2次2050研究会」からの構想—をテーマにした全国集会に参加しました。

今回の集会では、研究会の座長を務めた京都大学教授の若林靖永氏が、「第2次2050研究会からの提言」と題して講演。第1次研究会で提起された「集いの館」構想について、その要点、その後の展開などについて説明をおこない、実践例として、パルシステム東京・専務理事の辻正一氏と朽木住民福祉協議会(滋賀県)・代表の海老澤文代氏がそれぞれの取り組みを報告しました。

近い将来訪れる「超高齢・少子・人口減少・単身社会」を見据えて始まった2050研究会。2050年において、なくてはならない存在として「集いの館」構想が生まれました。

具体的には、全国の小学校区に元気な高齢者が主体となる90坪の拠点施設を設置。その施設は、食品と日用品を提供する店舗と「よろず相談デスク」、老若男女だれでも気軽に立ち寄れる「フリースペース」で構成されます。

パルシステム東京では「誰もが気軽に立ち寄れる」「みんながつながり合う」をコンセプトに地域のプラットフォーム "パルぷらす"を展開しており、江東区辰巳の多世代交流ひろば「パルひろば辰巳」(運営受託・NPOえん)では住民主体の様々なサロンやサークルが生まれ、ご近所ミニディ辰己「パルの家」が、江東区住民介護予防事業・通所B型として組合員によって運営されています。「集いの館」については組合員を主体とし、それぞれの地域資源を活かした展開を検討中でが、運営を担うシニアや高齢者、(特に男性)の活躍の仕組みづくりが、今後の課題になるということです。

一方、コープしがでは滋賀県北部にあり人口減少が進んでいる高島市に社協と協力して「寄り合い処」くっつき」をオープン。空いている民家を借りて住民の方と共に作った運営委員会で運営を進めています。

多くの課題があるなかで、諸団体とも協力し「地域のプラットフォーム」を実現していくことが、生協の新たなミッションとして今望まれているようです。 (根本)





NPO・えん第75回理事会報告

「NPO・えん第75回理事会」は2018年12月13日 (木)、役員4名の出席を得て、NPO・えん事務所において10時30分より開催されました。「報告事項」として(1)自主事業(2)パルひろば辰巳運営について、「協議事項」として(1)研修会日程及び内容(2)会計報告・定款・就業規則リニューアル、(3)次回理事会日程について協議し、11時40分に無事に閉会しました。

編集だより

先日、人権に関する勉強会に参加しました。国際社会では、すべての人が、その人の持つ能力を十分に発揮できる権利こそが人権であり、政府はそれを守る義務があるという定義がされているそうです。また、人権が侵害された場合に国際的をする場で救済を求めることができる個人通報制度を立場で批准しておらず、それは先進国では日本だけだそうです。難民・移民問題や女性に対する様々な差別問題などは人権の問題につながります。多くの人が安心して暮らせる社会はいつるのでしょうか。 (F)

NPO・えんは、こんな支援ができます!

●女性のためのキャリアサポート

「えんカレッジ事業」を始め、女性のキャリアづくりのお手伝い。

●まちづくりのサポート

地域の多世代交流ひろばの企画運営、市民労働への提言活動、NPO・企業・行政のネットワークづくりの推進など、さまざまなまちづくり支援。

◉NPOのサポート

NPO やワーカーズ・コレクティブ 立ち上げのサポート。NPO やCB に関するセミナーの企画、開催など。

NPO・えん 会員募集中

■年会費:個人 1口3,000円(何口でも)団体 1口3,000円(2口以上)

お振込み先:**ゆうちょ銀行** 口座番号00190-3-61621

中央労働金庫 亀戸支店 5339909 口座名:特定非営利活動法人エヌピーオーえん

■NPO・えん会員状況 (2018年12月25日現在) 会員数50名 [正会員数21名/参助会員29名(内団体2)]

■ボランティアも募集しております。詳しくは事務局まで。

編集/発行 特定非営利活動法人 NPO・えん

〒135-0053 江東区辰巳1-1-34

TEL & FAX: 03-3522-0302

e-mail: npo-en@npo-en.com

www.npo-en.com

www.facebook.com/npo.en.japan https://twitter.com/npo_en



NPO・えんの活動		
		活動報告
10月	1	万里夢79号発行
		パルひろばイベントカレンダー 発行*
	5	73747
		地域福祉フォーラム出席
		ママヨガ*
		・19 えんカレッジ (iPhone)
		第28回全国研究集会出席 うたの広場*
		1 にの広場 *
		1 ヘョガキ
	31	
11月	1	パルひろばイベントカレンダー 発行*
' ' / '	2	
		えんカレッジ(話し方)
	13	
	16	イスヨガ*
	17	暮らしの相談室* オレンジカフェ
	27	
		CW連絡会第3回定例会
	30	
12月	1	パルひろばイベントカレンダー 発行*
	7	元気サロン*
	11	えんカレッジ(眉メイク)
		第75回理事会
	14	
	\vdash	暮らしの相談室*
		まごころ食事会*
	_	イスヨガ *
	12/	<u>′29-1/6 年末年始休業</u> エ動えウ
1月	7	活動予定
מין	/	万里夢80号発行 パルひろばイベントカレンダー 発行*
	11	元気サロン*
	15	うたの広場*
	18	ママヨガ*
	10	役員スタッフ研修会
		まごころ食事会*
		イスヨガ*
	20	下町ささえあい会議出席
	\Box	えんカレッジ(中国語)
	29	心と身体の健康づくりフェスタ
2月	1	パルひろばイベントカレンダー 発行*
_,,		元気サロン*
		えんカレッジ(確定申告)
	8	ママヨガ*
	15	イスヨガ*
	16	暮らしの相談室*
	22	えんカレッジ(中国語)
3月	1	パルひろばイベントカレンダー 発行*
		元気サロン*
	8	ママヨガ*
	15	えんカレッジ(薬膳鍋)
	16	暮らしの相談室*
l	26	まごころ食事会*

*は、パルシステム東京の受託事業です