

地域で・元気に・相返し

# よりあい\*ええげえし

相返し=ええげえし(秩父地方の方言です。)

第127号

2020年11月16日(月)発行  
地域交流ボランティアよりあい\*ええげえし  
TEL 049-284-2098  
E-mail yoriai@eegeesi.com  
URL https://eegeesi.com/

東日本大震災により被災された全ての皆さまの安心安全と復興を心よりお祈り申し上げます。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、従来のよりあいの会は休止中です。



## 20年ありがとう!!

### 活動拠点ルミネンスやはた105号室

#### 〜共に歩んだこれまで&これから〜

設立代表 横田八枝子

残念ですがコロナ禍での3密回避のため、十一月から「よりあい\*ええげえし」の活動場所は、坂戸市福祉センター等の公共施設に変わりました。

#### 拠点設立への背景と歩み

転換期I「住民主体から設立へ」

2000年超高齢社会到来に向けて、好むと好まないに関わらず、国政から地方自治へ！措置から契約へ！自立・自己選択・自己責任が伴う公的介護保険制度へ！等々、市民主権時代(21世紀)になり、日本の大変革が始まりました。そこで、既にボランティア活動に関わっていた仲間たちと時代の変化を柔軟に捉えながら、「誰もが地域で安心して暮らせるまちであってほしい」「地域で元気に自分らしく生きていきたい」「一人ひとりを大切に

にして出会う場所が欲しいね」等々話し合うなか、拠点利用の提案もあり、みんなで楽しい企画をしていくユニークな拠点「よりあい\*ええげえし」が誕生しました。これまで拠点を中心に活動した内容は、HPに掲載していますので、ご一読いただけると嬉しいですよ。

転換期II「コロナ禍での選択へ」

2020年人類を脅かすパンデミックを起こした未曾有の感染症「新型コロナウイルス(COVID-19)」は、現在も世界中で猛威をふるっています。

「よりあい\*ええげえし」の仲間たちは、このコロナ禍の状況を深刻に捉え、皆で話し合い、これまでの活動拠点を返却することになりました。そして代表の菅原さんを中心に拠点を整理

し、手続きが完了しました。新しい活動でも、活動の趣旨やめざすところは変わることなく、高齢になっても地域で孤立しないよう、「地域で元気に自分らしく生きる」「地域で元気に相返し」を研究・実践しています。活動の方法は、コロナ禍回避の対応が解ってくるまでは、「オンライン」による出会いや交流を大切に、これまでと同様に柔軟な発想で知恵を出し合い、楽しい体験や学び合いを継続しています。

「よりあいの会」に関心を持ってくださるみなさまのご参加をお待ちしています！

もし、オンラインや「ZOOM」ソフトのことでウェブ会議への参加方法がわからない場合は、できる範囲でお手伝いしたいと思います。

みなさまからのお声かけをお待ちしています！

問合せ先 049-284-2098 メール yoriai@eegeesi.com (電話・メールアドレスが変わりました。)



10月19日の画面。毎週いろいろな交流が生まれ、笑顔がいっぱいです。

### オンラインよりあいの会 毎週月曜日の楽しいおしゃべり

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、よりあいの会は休止しています。

現在は、毎週月曜日(午前10時~11時30分)にZOOMによる「オンラインよりあいの会」を行っています。

パソコン、スマホ、タブレット等で参加できます。関心のある方のご参加をお待ちしています。  
(参加方法は4ページ)

### オンラインでいろいろな交流

9月21日(月)は、初めて「ブレイクアウトセッション」を体験しました。ZOOMの機能の1つで、複数のグループに分かれる仕組みです。

少人数ならではの話しやすさで、おしゃべりに花が咲きました。

9月28日、鶴ヶ島市富士見地区で幅広い活動をしている「わかば風の会」代表山本さんが参加され、「ブレイクアウトセッション」を一緒に体験。地域を越えて交流したり、情報交換をすることができました。

10月19日、埼玉大学・大妻女子大学で教鞭を執る西川さんが初参加。埼玉県地域福祉推進委員会委員でもあり、高齢者サロンをZOOMでやっているのは全国でも珍しいと、ええげえしメンバーがずらっと並んだ画面に感心されていました。

また、11月2日には、鶴ヶ島市傾聴ボランティア「つる」代表の中澤さん、城西大学経済学部一年生の男子学生が初参加。ボランティア活動が制限され

たことや、入学後もオンライン授業が続きキャンパス生活が送れなかったこと、などコロナが様々な年代に影響を及ぼしていることを知らされました。

### オンラインで

### 筑坂高校一年生と交流

10月10日と24日、筑波大学附属坂戸高校一年生3名とZOOMでの交流会を行いました。自発的に、高齢者向けの脳トレクイズ冊子『つくつく便』を夏休みに作ったという3名は、

「初めての体験で緊張したけど、だんだんみなさんが受け入れてくださったので緊張がほぐれて楽しんで参加できました！」



上の写真は10月24日の様子。高校生と一緒ににっこり笑顔で。

『つくつく便』=筑坂生の「つく」、力がつくの「つく」から名付けられたそうです。社協HPからダウンロード可

2回目には高校生たちが企画から進行までやってくれました。ホワイトボードの使い方を教わったり、しりとりやイントロクイズなど工夫がいっぱいで、楽しい楽しい交流が生まれました。

### 感想:

### ☆月曜日はワクワク☆

・毎週月曜日のズームミーティングは、毎回いろいろな企画が出て、又、新しい方々が出席し、おしゃべり交流が出来る、本当に楽しい一時となっています。時間になるとわくわくしながらパソコンを開いています。

・11月2日(月)は、しばらくお休みしていた岩城さんがお元気になって出席されて本当に良かったです。

### ☆楽しかった高校生との交流!

・月曜日ではなかったが、10月24日(土)の高校生との交流会も楽しかったです。

・高校生たちの主導で「ブレイクアウトセッション」という方法も使い始めて、それで経験した文字数限定のしりとりなどは大変面白かったです。

ルミネンス105号室

思い出と共に次のステップに

10月28日(水)、活動拠点ルミネンスやはた105号室から最後の荷物が運び出されました。冷蔵庫、机、その他の家財が取り払われ、空間がひろがりました。

10月30日(金)、扉やふすまを元通りに取り付けて、お借りした当時の状態に戻しました。

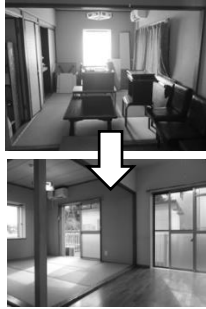
10月31日(土)、オーナーさんに鍵の返却、現況確認をしていただきました。

20年間で、たくさんのお財産がしまい込まれていました。より

あいの会で使う道具はもちろんですが、家財道具の多いこと！冷蔵庫、机、座布団、お茶碗、湯呑まです。さて、どうしよう？捨てるのはもつ

電話番号とメールアドレスが変わっています。

電話 :049-284-2098 (留守電に伝言をお願いします) メール:yoriai@eegeesi.com



家財が運び出される前と後

たいない。そこで皆さんに声をかけして、なるべくもらっていたできました。市内業者に最終処分を依頼し、きれいに清掃。

長い間、この部屋を使わせてもらって、本当にありがとうございました。

これからは、ボランティアビュローを活動拠点として、公民館やオルモを使用しながら、今まで通り活動を続けていきたいと思います。

思い出がいっぱい

菅原由紀子

何もなかった部屋に、座卓を持ち込み、冬はコタツを囲んで。

さて、何をしようか？やはり、パソコンが必要ね。そこで、財団の助成金を探し、申請書を書いた。ええげえしとはどんな団体で、これからどんな活動をしていくのかをアピールするた

そして、パソコン入門講座開催を決めると、申し込みの電話が鳴りっぱなしになった。忘れられない懐かしい思い出である。

心より感謝!

松本 仁

坂戸市社協のボランティア連絡会に登録する団体の中でも拠点を持つて活動出来たのは我が「よりあい\*ええげえし」だけだと聞いております。

小生は途中からの入会でパソコンを覚えてたくて入会しました。が、拠点が有り、毎週定期的に、マンツーマンで教えあった「パソコンサロン」と「パソコン倶楽部」は大変助かりました。本当に落ち着いて勉強が出来ました。大袈裟かもしれませんが、おかげで高齢者がなんとか時代についていけたかなと思っております。又、毎週の「よりあいの会」で

会員向けの研修会を行いました

10月26日、オルモの情報研修室を使って、これからの活動を検証しました。どんな形で、どんな活動ができるか？まずは顔を合わせてお喋りだけでも？ いろいろな案が出ました。

コロナとうまく付き合いつつ、ゆつくり、できることからやっていきたいと思います。



拠点があったからこそ

よりあい\*ええげえし設立の前年の秋、初めてルミネンスやはた105号室に足を踏み入れた。必要最低限なものを持ち寄って、趣旨に賛同する仲間を募り、半年の準備期間を経て翌春の設立へと歩を進めた。ワクワクと少しの不安と...

ちょうど義母はるさんの介護中だったが、ショートステイやデイケアを利用することで介護者である私も自分の時間を持つことが出来た。出来る範囲で参加しながら、ええげえしの理念が次第に身につくと共に、地域の繋がり・社会参加することで介護にも向きになっていった。

そこに行けば受け入れてくれるあたたかい笑顔に会える、そんな活動拠点が介護生活の拠り所でもあった。20年間ありがとうございました。(須田)

はるとまさこのマイケアプラン

はるとまさこのマイケアプラン

☆オンラインよりあいの会に参加しませんか

パソコン・スマホ・タブレット等を使って、自宅に居ながら参加できます。ウェブ会議(ビデオ会議・オンライン会議)のためのツール「ZOOM」(ズーム)というソフトを使います。

初めにZOOMのインストールが必要ですが、その後の参加方法はわりあい簡単です。初めての方にはお手伝いします。どうぞご連絡をください。



ご連絡をお待ちしています。

よりあいの会 これからの予定

参加費：無料  
テーマは毎回変わります。

11月	23(月)	ZOOMによる マイケアプラン楽習会 (下記参照)	10時~11時30分
	30(月)	オンラインよりあいの会	10時~11時30分
12月	7(月)	オンラインよりあいの会	10時~11時30分
	14(月)	オンラインよりあいの会	10時~11時30分
	21(月)	オンラインよりあいの会	10時~11時30分
冬休み			
1月	11(月)	11日以降、毎週月曜日にオンラインよりあいの会	10時~11時30分

オンラインよりあいの会は、Web 会議ツール「ZOOM」を使用します。画面を通してミーティング会議(おしゃべり)ができる無料ソフトです。自宅に居ながら参加できます。パソコン・タブレット・スマートフォンで参加できます。



関心のある方のご連絡をお待ちしています。  
《連絡先》電話：049-284-2098 (留守電に伝言を!)  
メール：yoriai@eegeesi.com

編集局だより

今号から活動拠点の地図がなくなりました。いつもこの編集局だよりの右側にあつたのですが…。ちよっと寂しい事ではあります。これからは福祉センターや公民館等の公共施設を活動の場として活用していきます。コロナウイルス感染拡大がおさまり、安心して集まれるようになることを願っています。今後引き続き、どうぞよろしくお願いいたします。

日時：令和2年11月23日(月・祝)  
午前10時~11時30分 **参加費無料**  
参加者は自宅にてオンライン参加  
講師：島村八重子氏  
(全国マイケアプラン・ネットワーク代表)  
内容 講演「自分らしいってどんなこと」  
対談「地域で・元気に・相返し」  
グループセッションや意見交換など  
お申し込みは、なるべくメールでお願いします。  
メール：yoriai@eegeesi.com

参加者募集!

お知らせ

令和2年度坂戸市家族介護教室協力事業  
オンライン講座◆マイケアプラン楽習会◆  
がくしゅう  
「高齢になっても自分らしく暮らすために」

ZOOMによる  
オンライン講座  
です。

※インターネット環境がない方はご相談ください。

<趣旨>  
自己選択・自己決定・自己負担、そして利用者主体を謳った介護保険制度は20年が経過。2020年はその成果が問われる年で、主体的に選択する意識の醸成が課題となっています。  
最期まで自分らしく暮らすため、ケアプランを立てるということを通じて、制度だけではない「マイケアプラン=マイライフプラン」を学び合います。

問合せ先 049-284-2098 メール yoriai@eegeesi.com (メールアドレスが変わりました。)