

# おでかけだより

新春号 NO. 40

平成26年1月5日

発行：NPO法人『おでかけサービス杉並』 発行責任者：樋口 蓉子  
〒167-0051 杉並区荻窪5-18-11サニーシティ荻窪103  
TEL 03-6425-8584 FAX 03-5397-1755  
<http://www7b.biglobe.ne.jp/~npo-odekake/>



## おけましておめでとうございます

理事長 樋口 蓉子

皆様には、お健やかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

昨年は皆様のご協力をいただき、おでかけサービス杉並にとりまして意義ある1年とすることができました。移動サービス部門では新しい運行人の方も加わり、会員のご利用の増加により実績を前年に比べて大きく伸ばすことができ、また、かねてからの念願でありました「おでかけ企画」を「外出サポーター養成講座」を実施する中で実現させることができました（裏面参照）。また、ご利用者を対象に、ちょっとしたお手伝いをさせていただく「NEKO（ネコ）の手サポート」も開始しました。ゆうゆう館部門では、ゆうゆう桃井館は順調に運営がなされ、受託2年目となりましたゆうゆう善福寺館も「こころ寄せ合う地域家族」を目標に、スタッフ一同のチームワークで1年を乗り切ることができました。移動サービス情報センターもび〜るでは、高齢者・障がい者の方の移動の問題を切り口に様々なお問い合わせを受けようになり、民間の配車センターとは違う“情報センター”の役割を果たして来ております。

おでかけサービス杉並も、2005年2月に事業を開始して、来年度末の2015年2月には満10年となります。節目の年を迎えるにあたって、2014年はこれまでの事業・活動を振り返りながら次のステージに繋げるべく一層の努力を尽くしてまいります。

どうぞ皆様の変わらぬご支援を賜りますよう、よろしく願い申し上げます。

最後になりましたが、この一年が皆様にとりまして佳き年となりますよう、心より祈念申し上げます。



**消費税アップに伴う  
利用料金の改定を検討中です**

本年4月から消費税が3%上がり8%となります。福祉有償運送の利用料金は消費税支払い対象

であり、私たちの団体もこれまで5%の消費税を納付してきております。4月からの3%アップにつきましては、これを利用料金に反映せざるを得ず、現在料金の改定を検討させて頂いております。利用料金の改定には、杉並区福祉有償運送運営協議会の認可が必要であり、この協議会は1月中旬に開催される予定となっております。本協議会で認可されれば、おむね3%の値上げをご利用者のみなさまにお願いすることとなります。本件決定次第、みなさまには改めてご連絡とお願いを申し上げます。

はなはだ心苦しいお知らせではありますが、みなさまのご理解を頂戴したくお願い申し上げます。

(事務局)

新しい年が始まりました。

昨年は何やかやと

多忙な1年でしたので、細やかな配慮に欠けた年だったと反省しています。移動サービスは、利用する人と運行する人をつなぐコーディネーターの役割が大きなポイントと自覚していますが、それだけでなく3者がバランスよくお互いを思いやる気持ちを持つことが大切だと思います。恩送りという言葉がありますが、自分が受けた恩を外に向けて返していくことで地域に『正の連鎖』が広がっていくと良いですね。今年はそんな気持ちでやっていきたいと思っています。

<野口 恭子>

コーディネーター  
つうしん



## 『外出サポーター養成講座』終了しました

### ～神楽坂のまち歩きも楽しみました!～

昨年9月から11月にかけて、おでかけサービス杉並では、独立行政法人福祉医療機構（WAM）の助成を受け、社会福祉振興助成事業として「外出サポーター養成講座」を開催しました。

3回の講義と外出実践体験、及び補講的研修を実施し14名の方が修了されました。以下は修了者の中馬陽子さんからの受講体験記です。

1回目の講座は「お出かけは最高のリハビリ」と「移動サポートの現場から」で、この日のお二人の講師のお話しは、“外出の催しに参加された方は、回数を重ねる毎に、生き生きとお元気になれる！”という内容で、全国的なネットワークの仕組みもあり、地方への外出も可能とのこと。家族旅行、温泉観光、ふるさと訪問など、これならお元気になれるのは当然、と納得しました。

2回目は「ケアする人のケア⇒家族の支援」と「傾聴に関する講義」で、介護者も要介護者も孤立しないよう仲間づくりが重要だと知りました。

3回目は、介護の実技として、荻窪の商店街を車椅子で坂道の上り下り。段差を安全に、また車椅子に座っている人の気持ちになっての扱い方を学びました。狭い店内の買い物も体験して、レジの意外な高さを実感しました。後日、腕の筋肉痛も感じましたが・・・。

以上、3回の講座を受講し、いよいよ外出サポートの本番「神楽坂のまちを楽しむ」となったのです。

11月2日、うす曇りの朝、緊張して集合場所に出向きました。高齢の方、障がいをお持ちの方5家族と、サポーター・スタッフで総勢29名の参加でした。各々担当が決まり、私の受け持った方は若い女性でした。この日、ご家族の都合がつかなくて、普段この女性の外出などのお相手をされている方が付き添われての参加でしたので、少し気が楽になりました。トイレや食事のサポートも、私の力量では補助程度であったと思います。でも終盤に私が歩道でつまずいたとき、その女性ご本人から、「大丈夫？」と気遣う言葉をかけてもらい、この時少しは気持ちが通じ合ったと思え、嬉しい瞬間でした。

まだ慣れないサポートでしたが、私にとって良い経験になりました。ありがとうございました。



【講座の様子&介護実技の様子】

【神楽坂のまち歩きの様子】



ここの甘納豆  
美味しいのよ！



結婚式のような  
会場で洒落た昼食を  
いただきました



坂のまち神楽坂を想定し  
坂道の上り下りも体験！

