

2020/11
No.280

WAC
WONDERFUL AGING CLUB
長寿社会文化協会

2020年11月10日発行 通巻280号
<http://www.wac.or.jp/>
E-mail: iken@wac.or.jp



ふれあい Wonderful Aging Club Network and Communication **ねっと**



▼前年度収入は2億円超、564万円の黒字
— 定時総会を書面決議方式で開催

▼全国のWACポイント46拠点の活動一覽

▼研修や第三者評価調査にオンライン導入
— 高齢者インスト研、シニア生涯ワーキング、千葉ふれプラ

▼「死者」から学ぶ「普通の暮らし」
— 「ミチコロナ」時代に向けて





升田忠昭
理事長

WACのさらなる発展のために 柔軟な発想で時代を先取りする

しもう。

我が国は少子高齢化が進み、25年以降は「高齢者の急増」から「現役世代の急減」に局面が変化します。既に団塊世代より人口が多くなった団塊ジュニア世代が65歳以上となる40年には、社会保険制度の継続がさらに困難になると予測されています。

だからこそ、長く元気で活躍できるような多様な就労、社会参加、健康寿命の延伸に向けて、諸問題の解決が求められています。そのために、早い時期からの対処と科学技術などの多方面からの支援が必要となってくるでしょう。

WACは社会参加による生きがいづくり、介護人材育成、就労支援、地域の活性化、介護予防事業などの分野において、従来どおり率先的役割を果たして、明るく元気で活力ある長寿社会の構築と発展に寄与することを目指していきます。

新型コロナウイルス感染症への対応

新型コロナウイルス感染症とその収束後へ向けて、WACの基本方針に掲げる諸実践分野での今までに経験したことの無いウィズ・コロナ、アフター・コロナの時代に即した対応策を率先して提案していきます。

それらは、個人・団体・企業での「こころ」と「からだ」と「しごと」と「おかね」に関しての、アフター・コロナにおける世界レベルでの新しい時代の始まりです。その本質的な理解と時代のより正確な先取りが、年齢・年数に関係なく最優先課題となります。

具体的に身近で例えれば、遠隔ICT（情報通信技術）であったり、手書きとかパソコンではないデジタル・アプリの技術を用いる仕事が増えますが、しかもそれは見守りとか買い物代行などに始まる助け合いであったり、介護であったり、どちらかという高齢者がお互いに助け合っていくような分野にニーズが出てくるでしょう。

また、孤立化対策の一環として、55歳以上の方々にデジタル技術についての知識がなぜ必要かを知ってもらうことも重要です。

WACは全力を挙げて、それらの支援に努めます。

AARPとの協働

私は従前、AARP（旧全米退職者協会）の日本連絡事務所代表としてその任に当たっていますが、最近のAARPの活動の一つとして、「Living, Learning & Earning Longer」（生活、学習、収入の向上）のテーマを効率良く具現化するために、AARPが中心になってOECD（経済協力開発機構）等との3団体のコラボレーション・フォーラムを結成しました。

多方面にわたる世界レベルでの情報の収集と新提案作成のために、関係者一同、毎月1回のオンライン会議を実施しており、私も参加しています。次年度にまとめた提案をする予定です。その資料は今後のWACの在り方と活動方針施策の一資料に資すると考えています。

長寿社会の構築と発展に寄与する

私は20年度も引き続き、WAC理事長に任命いただきました。今年度の事業遂行に当たり、京極高宣会長、小林里美事務局長、平野陽子事業部長、職員一同とともに、新型コロナウイルス感染拡大による影響が甚大と予測される折、創立30周年以上の歴史あるWACの健全なさらなる発展のために、「柔軟な発想」で「時代の先取り」をする最大限の努力をしていきます。以前にもまして関係者皆様のご指導・ご鞭撻を賜りたく、よろしくお願い申し上げます。

WACは理念・基本方針として、以下を掲げています。
・シニアが生き生きと暮らせる長寿社会文化を創造する。
・ともに働き、社会に役立ち、元気に学び、もっと楽

「死者」から学ぶ 「普通の暮らし」

WAC元常務理事
福祉ジャーナリスト
浅川 澄一

コロナ禍による仕事や暮らしへのダメージが深刻化している。メディアや医療者、行政からの一方的な「自粛要請」に翻弄されていないだろうか。冷静に事態を直視したい。

まず、検査数にばらつきがある感染者数でなく、動かしがたい事実、死者数を見極めたい。欧米諸国で3万人、4万人が亡くなっている。これに対し東アジア諸国では、インドネシアの3千人台が最大で、日本は7月上旬時点で1千人弱、香港と台湾ではわずか7人である。あまりにも大きな差がある。

保健や医療システムの違いではこの差は到底説明できないだろう。欧米先進諸国のウイルス対策が東アジア諸国と比べおろそかだったのだろうか。そんなことはない。

日本と欧米を比べて「民度のレベルが違う」「日本型モデルが奏功した」と政府首脳は胸を張るが、欧米と比べるべきは日本だけでなく東アジア全体でなければならぬ。「キスやハグをしない」「自宅で靴を脱ぐ」「手洗い、マスクなど衛生観念が浸透」など日本ならではの生活感覚の成果ともされるが、東アジアに共通とは言えないだろう。

導き出される仮説は、ウイルスの違いか「宿主」の相違だろう。4月2日のNHKの「おはよう日本」では早くも、アジアのS型と欧米のL型と2種類を紹介

していた。「3月初めに発表した中国の研究チームによるもので、世界各地の100あまりのウイルスの遺伝子配列を調べた結果」ということだ。S型が変異してL型を生んだという。

学術誌「BioRxiv」の論考も、中国型と欧州型を峻別。変異によって生まれた、より強力なウイルスが欧米を襲ったのではないかという。

日本感染症研究所は4月27日に、この説に近い見解をホームページで発表した。「終息した第一波ウイルスは中国からで、次いで欧米発の第二波が広がった」という説明である。世界中の研究者がA、B、C型やG、K型などと名付けて論文を書いている。

一方で、交差免疫やBCG、遺伝子など住民の側の要因で死亡者の差を説明する仮説も浮上している。

仮説の真偽解明には時間がかかるが、対策は眼前に迫っている。原因が異なれば、対応も異なると当然だろう。医療者たちの「近いうちにニューヨークのような大変な事態になる」との「脅し」に屈せず、冷静な分析が欠かせない。死者の内訳と規模に踏み込んでみる。

厚生省が発表したコロナ死者の年代別分布をみると70歳以上で84%を占める。昨年の日本人の全死者138万人のうち70歳以上が85%という結果と重なる。

2018年も84%だ。つまり、コロナによる死者は5人のうち4人以上は70歳以上で、例年と変わらない。より免疫力の弱い、より死に近く高年齢者が多く亡くなっている。死亡原因上位のガンや心疾患、老衰などと同じように自然の摂理に近いといついでいだろう。

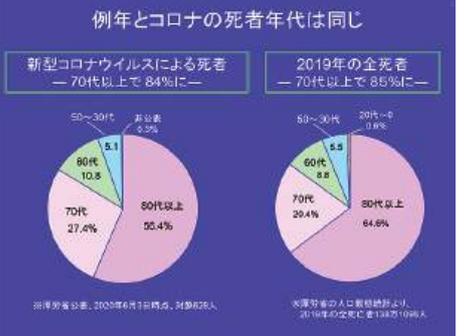
感染しても重症から死に至るのは高年齢者。国の感染症対策専門家会議からも異論が出た小中学校の長期閉鎖措置に疑問が湧くのは当然だろう。

死亡原因の中で、高齢者特有の誤嚥性肺炎と比較してみる。人口動態統計では肺炎の年間死者が約9万5千人おり、そのうち誤嚥性肺炎と見られるのが7割、6万6千人前後。別に死亡診断書では誤嚥性肺炎と記入されたのが年間約4万人、合わせると11万人弱。月平均で約9千人となる。コロナ死より断然少ない。でも、誤嚥性肺炎を避けようと食事制限はしない。

インフルエンザによる死者は2019年が3517人、18年は3325人。コロナ死が突出しているわけではない。

また、家庭内での浴槽での溺死者は、2019年に5079件あり、交通事故死は3715件あった。といって、入浴を止めたり運転の「自粛」はない。自宅での入浴が難しい高齢者が通う介護保険のデイサービスには車の送迎は欠かせない。

普通の暮らしにも相応のリスクはつきもの、ということだろう。「ゼロ・リスク」



は目指す方向ではあるが、現実から遊離した議論だろう。それでも「自粛」を受け入れているのが現実だ。その遠因は、なんとといっても「志村けん事件」だろう。「怖い、元気な人でも急に亡くなる」「恐ろしい病気」とほとんどのメディアがあおった。

3月29日付の朝日新聞夕刊だけは「かなり喫煙と飲酒をしていたので、その影響があったことは否定できないかもしれない」と、死因に言及した事務所関係者の言葉を載せた。社会面でも、世界保健機関(WHO)から「たばこがあらゆる呼吸器感染症の悪化要因であることは言うまでもない」との談話を引き出した。志村さんは、ヘビースモーカーとして有名。16年3月に肺炎で入院。退院直後、禁煙に踏み切った。つまり慢性疾患を抱えた70歳の老人であった。

死亡報道でコロナウイルスへの恐怖感が浸透し、「コロナは悪、自粛は善」という「空気」を醸成させた。「空気」に惑わされず、個々人の「自律」した判断、行動が求められる。



WAC定時総会

**コロナ禍で前年度終盤は事業停滞するも
収入は2億円超、564万円の黒字
書面決議方式で出席者は前年を上回る**

公益社団法人・長寿社会文化協会（WAC）は6月25日、WAC本部で定時総会を開いた。

総会は例年、第1部で前年度事業報告や当年度事業計画などの議案の承認、役員選挙など、第2部で各地の活動発表、懇親会を実施してきた。懇親会は本部役員や会員同士の語らいの場であったが、コロナ下では諦めざるを得なかった。

また、今年度は会場への直接の出席を控えて、議決権行使書および委任状の書面で議決権を行使してほしいとお願いした。書面決議方式の総会でも、実際に予定時刻に開会、議長を選出し、議案を読み上げ、承認数を発表して、承認・否決を宣言する運びに変わりはなく。

当日の出席者は8人だったが、議決権行使書での出席者は69人に上り、結果、前年度より多くの正会員が出席者となった。

京極高宣会長からの「コロナ禍の中で経営が安定していることに敬意を表します。升田忠昭理事長のもとでさらなる発展を期待します」との挨拶文が代読され、開会した。

升田理事長が議長に選出され、議案検討に入った。第1号議案、第2号議案は担当する常務理事（業務執行理事）が以下の通り報告、提案主旨の説明を行った。

第1号議案

2019年度事業報告

19年度は役員が改選され、京極会長、升田理事長をはじめとする16人の理事、2人の監事、そして事務局長が7月に小町純一さんから小林里美さんに引き継がれ、新体制で事業を進めた。年度末における会員数は、個人会員1040人で前年度より110人減少、法人・団体会員17社で前年度より2社減少した。

19年度収支実績は、収入が前年度より281万円増えて2億円に達し、支出は前年度より330万円減少したため、収支564万円の黒字となった。

【公益事業1】

千葉県からの指定管理者事業の千葉県福祉ふれあいプラザは、第4期初年度だったが、新型コロナウイルス感染拡大の影響で2月末から休館となったため、総利用者数は18万8千人弱に留まり、15年から続いてきた20万人には達しなかった。出張研修は22市町村で行い、県が要請している広域的な活動を図った。

福祉サービス第三者評価事業は、受託件数は3年連続50件以上、19年度は過去最高の64件となった。内訳は高齢者福祉47件、障害者福祉10件、母子生活支援1件、公立施設指定管理3件である。収入

実績は2200万円を超えた。

機関誌の「ふれあいねっと」は、WACの活動報告特集号として278号、災害特集号として「かわら版」279号を発行した。

【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、出張相談会や登録会、独自の合同面接会、再就職支援セミナーの開催、東京都主催の「シニアしごとEXPO」「シニア就業支援キヤラバン」への参加などで、積極的にシニアの就職活動を支援した。

【公益事業3】

コミュニティカフェ開設支援事業は、WAC本部でステップアップセミナー、千葉県と府中市で開設講座を開催した。

【収益事業1】

八王子市からの委託で、就職相談会を付属した入門研修、生活支援サービスクラスを各2回実施した。東京しごと財団から年6回の生活支援サービスクラスを受託したが、新型コロナウイルスの影響で3月分が中止となり5回で終了した。

東京しごと財団からは、シニア世代のライフプラン等を学ぶ「シニア生涯ワーキングセミナー」（都内60カ所）を受託して実施したが、新型コロナウイルスの影響で、2月以降の8回が中止となった。

【収益事業2】

高齢者疑似体験事業は、新規依頼が増

えた。台東区委託事業で小学生向けの「つくし君」を、前年度より2校多い18校で実施した。また、中学校技術・家庭科家庭分野に介護が取り入れられることに対応して、千葉県福祉ふれあいプラザと共同で県内家庭科教諭を対象にモデル授業研修を8回行った。高齢者疑似体験インストラクター養成研修は4回行い、うち1回は沖繩県に出張して実施した。

認知症疑似体験は、貸出研修イベントが11件で、新規依頼が10件を占めた。

【収益事業⑤】

品川区から委託の介護予防事業として、「男の手料理教室」「わくわくクッキング」「外出習慣化事業（大井林町食事処）」を行った。

議長が出席会員に質問を求めたが出なかつたため、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

2020年度事業計画

【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3年間の中間年度であり、次期指定管理申請における実績評価として重要な年となる。千葉県高齢者保健福祉計画に沿った重要課題に取り組み。新型コロナウイルスによる休館によって事業計画の見直しが迫られているが、日程調整、開催方法の変更などを検討して対処する。

福祉サービス第三者評価事業は、評価方法の変化に対応する。新しい事務局体制の基礎作り、評価者の人材育成を図る。

ふれあいねつとは、会員と本部をつなぐ情報誌として充実を図り、昨年度以上の発行を目指す。

【公益事業②】

みなと*しごと55は、多くの求職者を集めるため、オリジナル研修を企画して認知度を高める。マッチング精度を高め、求職者を就職者にしていく。

【公益事業③】

自治体関連と連携したコミュニティカフェ開設講座を府中市、埼玉県で実施する。全国交流会を府中市で開催する。

【収益事業①】

生活支援サービス研修を年6回、シニア生涯ワーキングセミナーを年6回開く。東久留米市と八王子市の委託で就職相談会と入門研修を年2回、江東区の委託で「高齢者家族介護教室」を年11回行う。

【収益事業②】

新たな顧客を開拓するため、商品のリニューアルを検討し、要望に合わせたプログラム内容を開発する。

【収益事業③】

品川区委託の介護予防事業は、新型コロナウイルスの状況に応じて継続する。

議長が採決に入り、第2号議案は異議なく承認可決された。

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。

2019年度収支実績

事業名	収入			支出			収支差				
	①	②	③	④	⑤	⑥	①-④	②-⑤	参考		
	収入予算	収入実績	達成率	支出予算	収入実績	消化率	収支予算	収入実績	2018年度 収支実績		
事業	公1	千葉県指定管理事業	88,980	87,693	99%	88,980	89,756	101%	0	-2,063	-2,523
		福祉サービス第三者評価事業	10,000	22,226	222%	10,000	20,834	208%	0	1,392	2,339
		ふれあいねつと	0	0	0%	1,200	1,221	102%	-1,200	-1,221	-1,436
		計	98,980	109,919	111%	100,180	111,811	112%	-1,200	-1,892	-1,620
	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	1,100	500	45%	700	976	139%	400	-476	-121
		計	1,100	500	45%	700	976	139%	400	-476	-121
		公益事業合計 (A)	124,890	135,228	108%	125,690	137,597	109%	-800	-2,369	-1,741
	収1	受託研修 (生活支援、県民研修)	12,385	13,289	107%	7,000	14,060	201%	6,885	-771	-4,088
		受託研修 (シニア生涯支援)	22,115	22,039	100%	17,000	15,320	90%	5,115	6,719	7,259
		計	34,500	35,328	207%	24,000	29,380	122%	10,500	5,947	3,171
	収2	高齢者疑似体験	17,000	13,725	81%	10,000	10,152	102%	7,000	3,573	3,808
		認知症疑似体験	3,000	1,289	43%	2,500	1,035	41%	500	254	298
		計	20,000	15,015	75%	12,500	11,188	90%	7,500	3,827	4,106
収3	料理教室等	4,700	4,976	106%	4,600	5,824	127%	100	-848	-621	
	計	4,700	4,976	106%	4,600	5,824	127%	100	-848	-621	
	収益事業合計 (B)	59,200	55,318	93%	41,100	46,393	113%	18,100	8,925	6,657	
	公益事業・収益事業 (A+B) 合計	184,090	190,546	104%	166,790	183,990	110%	17,300	6,556	4,916	
共通	会費収入・雑収益	10,300	9,832	95%	0	0	0%	10,300	9,832	10,535	
	管理費	0	0	0%	26,900	10,160	38%	-26,900	-10,160	-15,124	
	組織運営費	0	0	0%	700	586	84%	-700	-586	-810	
	共通 (法人会計) 合計	10,300	9,832	95%	27,600	10,746	39%	-17,300	-914	-5,399	
	公益法人合計	194,390	200,379	103%	194,390	194,736	100%	0	5,643	-484	

(単位：千円)

感染症対策のガイドラインを作成

福祉サービスの第三者評価事業

今年度早々、緊急事態宣言が出され、コロナ禍のため施設訪問が困難となり、感染防止と事業推進の両立を図るようになりました。

WACでは厚生労働省、東京都の基本方針に従って、事業者と評価者の安全と健康を守ることを第一に、東京都福祉サービス評価推進機構が緊急的に打ち出したケース別指針に沿った、独自のガイドラインを作成しました。作成に当たって最も力を注いだのは、第三者評価に重要な事業者・利用者とのさまざまな場面を想定して、具体的な対応を検討したことです。

7月に経営者説明、利用者調査などが始まりました。直接対面で行っていた利用者調査などは、マスクやフェイスシールドを着用、施設によってはアクリル板を設置して感染を防御することが基本になりました。しかし、これらを着用や設置しての対応は聞こえづらく、中にはマスクを嫌う利用者もあるとの報告が上がっています。

施設訪問が叶わない場合は、ZoomやLINEを活用しています。パソコンやタブレットの慣れない画面見えづらく聞こえづらい中での対応は、利用者調査に適さないので



LINE を使用して利用者調査をする評価者

はと危惧していました。初のリモートによる利用者調査は特別養護老人ホームの利用者で行いましたが、マスクを着用しないで行うことができるなど、従来の直接対面での調査にない良さも発見できました。

先行した利用者調査からは、外部との接触が制限された現在の施設の厳しい環境が垣間見られています。

いずれの方法も評価者にとっては新たなチャレンジであり、負担も大きいはずですが、第三者評価という事業の意義が改めて見出されています。

(事務局長・常務理事／小林里美)

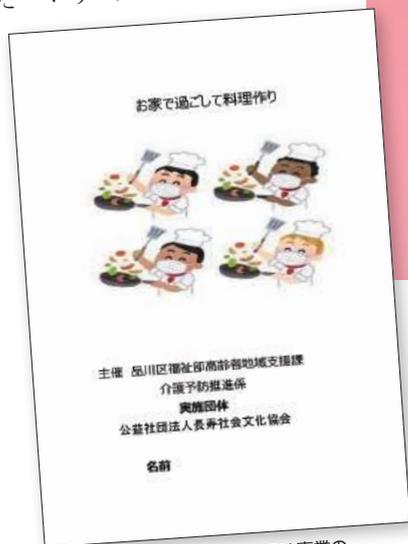
シニア生涯ワーキングセミナーはリアルとオンラインで開催

研修・教育事業

緊急事態宣言解除後もセミナーや研修事業では非常に大きな影響が出ています。東京都内各区市の状況によって対応は違うものの、研修自体の延期や中止、実施する場合には参加者および関係者全員のマスク着用から消毒液の設置、ソーシャルディスタンスの確保、会場の常時換気等、ウイルス感染予防対策を十分に行った上で定員を半分以上に設定し、参加者の安全を第一に考えて研修を運営しています。

品川区から委託の介護予防事業の「男の料理教室」「わくわくクッキング」「外出習慣化事業（大井林町食事処）」は今年度、中止となりました。しかし、自宅で簡単に栄養価の高い調理ができるようにと、WACで作成したレシピ集を参加予定者へ送付しました。参加予定者からは「中止となり、とても残念」などという声が寄せられました。現在、コロナ感染予防対策をしながらの来年度の調理教室の開催に向けて区と調整中です。

公益財団法人東京しごと財団からの委託事業「生涯現役社会推進事業」は実施しています。これは2018年度から受託しているもので、55歳以上の潜在的求職者に対し、「シニア生涯ワーキングセミナー」



WACで作成した品川区介護予防事業のオリジナルレシピ集

を都内各所で年間60回開きます。これらの人生を自分らしく暮らすために必要なライフプランの考え方や、安心して老後を迎えるためのお金に関する知識、シニア層が実際どのような仕事に就いているのか、シニア世代の再就職の考え方・進め方について講義するものです。

今年度も定員を上回る申し込みがありますが、コロナ禍で募集人数を絞っているため、実会場のセミナー開催と並行して、セミナーのダイジェスト版の動画を作成し、ネットで配信することになりました。WACが指定管理する千葉県福祉ふれあいプラザで講義を撮影し、10月以降、配信しています。

また、江東区から委託された「高齢者家族介護教室」が9月から始まっており、東久留米市から委託された「介護の入門研修」が10月から始まっています。

(事業部課長／向井隆泰)

感染症対策を進め、オンラインでも研修実施

高齢者・認知症疑似体験事業

2019年度の高齢者疑似体験事業は、ジャパネットたかた、アマゾン、外資系製薬会社アレクシオン、日立GLSなどの企業の社員・特約店研修やイベント、千葉県中学校家庭科教諭研修、茨城県社協の民生委員研修、沖縄県社協の出張インストラクター養成研修など新規依頼が多い一年でした。

しかし、3月5、6日の本部インストラクター養成研修の前に、新型コロナウイルス感染症が感染拡大してきました。参加希望者からぜひ開催してほしいとの要望があり、人数を大幅に絞ってソーシャルディスタンスをしっかりととり、マスク着用と手指消毒、研修室の常時換気、体験セットは1人1セット用意して、実施に踏み切りました。少人数が故に各人のフォローも十分にでき、内容の濃い研修となりました。

20年度の研修はキャンセルが相次ぎましたが、感染症対策の準備を進め、8月から再開しました。インストラクターは、フェイスシールドとマスク着用で、体験者への装着の前に手指消毒。布手袋と手のひらサポーターは体験人数分用意し、使い回しを避け、体験小物を十分に用意して複数人が



マスク着用で課題に取り組む高齢者疑似体験インストラクター養成研修の参加者

同じ小物に触れないよう配慮します。併せて、洗濯や消毒に強く、取り扱いやすいサポーター類の開発を急いでいます。コロナ禍でも、今の社会状況に応じたサービスや商品の開発に高齢者疑似体験研修を活用していただけるよう、対策に力を入れています。

認知症疑似体験研修も看護・介護系の学校を中心に依頼があります。リモート授業で活用するケースもあり、さまざまな企画にチャレンジしつつ進めています。

コロナ禍で6月は中止した高齢者疑似体験インストラクター養成研修は10月1日、初めてオンラインを併用して実施しました。

(事業部/神芳子)

感染症対策でオンライン講座開始

千葉県福祉ふれあいプラザ

8月21日、介護実習センター初となるオンライン講座「今こそ聞きたい!! 感染症対策」を開催しました。

6月、別の専門職研修担当スタッフが、介護現場や当館スタッフに今必要なことは、「正しい感染症対策の知識」であるとして、テレビでもおなじみの第一線で活躍する講師による研修を企画しました。医療従事者である講師が外出しにくいという状況から、オンラインの遠隔講義にすることにしました。

しかし、どのようにオンライン講座を行ったらよいかかわりません。まずは私自身がさまざまな形態の研修、当事者会、地域イベントなどに参加し、体験することから始めました。

介護現場における「初オンライン受講」を後押しするため、欲張りすぎないシステムを目指しました。必要最低限の機材・操作で受けられること、事業所内でだれか一人でもわかる人がいれば受講できること。事業所内受講を想定すると、事業所内の情報がオンラインのやり取りで漏れない配慮も必要になります。そこで、講師とホスト（介護実習センター）の情報を二方向で配信し、マイクやカメラが不要なZoomウェビナーを用いて、質疑応答も文字投稿で行うこととしました。

また、オンライン環境を整えることが難しい方のために、館内の研修



講師と映像・音声をつないでホストを務める筆者（左）らスタッフ

室に中継し、視聴できる体制も整えました。アンケート回答を見ると、回答者の約7割がオンライン講座は初参加でしたが、「リラックスできる環境で受講できた」「職場の皆で受講し、情報共有できた」「移動の時間や経費を考えると、オンラインが盛んになるだろう」「感染予防の面から、交通機関を使って集まったりしなくても済むのは良い」といった肯定的なコメントが多かったです。11月5日にはZoomミーティングで参加者同士がワークをするオンライン講座も行いました。さまざまな形態のオンライン講座を開いてノウハウを構築していきます。(介護実習センター/社会福祉士/越前屋美穂)

地域で交流し、助け合う活動が広がる

主な活動内容は令和元年度のものであり、コロナウイルス感染防止のため、事業が中止・変更になっている場合があります。

図り、長寿社会をエンjoyすることを目的に活動している。作製用の材料は、仙台七夕まつりで使った竹をリサイクルしている。

WAC ふれあい天童

☎ 994-0011 山形県天童市北久野本 2-4-18
☎ 023-653-0393 ㊟ 023-653-0398
🌐 <http://www2.plala.or.jp/fu-te/>

移動サービス、洗濯サービスなどの日常生活支援、居場所を通じた子育て・病児・障害者支援、昼食会、夜の居場所、閉じこもり・なんでも相談、県内の桜の名所を巡る花見の会、芋煮会、紅葉見学、餅つきなどをコロナに負けず、行っている。

関東

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 22 年目を迎える。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。

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
🌐 <http://www.oze-nadeshiko.com/>

年 6 回、偶数月には茶のみ処「なでしこ」で、3A 方式認知症予防ゲームを沼田市で初めて定期的に行っている。奇数月には、茶のみ処「高橋場」で手芸教室や体操教室、茶のみ処「なでしこ」で「ふまねっと運動」を行っている。

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、障がい者への理解、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。

WAC 豊齢健康の街づくり

☎ 356-0054 埼玉県ふじみ野市大井武蔵野 1352-11
☎ 090-8594-9795

マージャンゲームにより、介護予防、孤立化・孤独化防止、脳の活性化を図っている。介護施設訪問は年間 80 回、320 人参加。出前教室は年間 31 回、679 人参加。公共施設に牌卓を運搬して活動している。市民フェスティバルに健康マージャン体験コーナーとして 2 卓出展している。

WAC 千葉

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

地域における介護相談や関連事業の紹介などを実施している。

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

今年度で 29 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。

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。

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 ㊟ 022-244-8807
月 1 回（第 4 日曜日）、仙台市一番町の藤ホールで終活マージャンを行っている。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ジャンを広げるように活動したい。また、「仙人の杖（アカザ魔法の杖）手作り教室」を始めた。高さ 3 m 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。

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、居宅介護支援、障害者福祉サービスを行い、仙台市からの委託で育児ヘルプサービスと高齢者家事援助サービス、自主事業でまごころサービス、保育園（小規模保育事業 A 型）を運営している。保育園のまごころ農園ではじゃがいもを収穫して夕涼み会でじゃがバターを販売したり、梅もぎをして梅干し・梅ジュース等を作ったりした。

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
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

ふれあいの里

☎ 171-0052 東京都豊島区南長崎 2-3-8
☎ 03-6908-0333 ✉ fureai69080333@gmail.com
グループホームの運営・活動。

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号
☎ 03-3384-1178 ✉ gagolkk@m18.alpha-net.ne.jp
🌐 <http://www.gagoltherapy.com/>
📘 <https://www.facebook.com/gagoltherapy/>
長年にわたる台湾での心身機能活性運動療法の普及活動が認められ、台湾国立中正大学内に「心身小川教室」が設置された。また、香港大学が採用する教科書に、認知症等に対する心身機能活性運動療法の効果を取り上げられた。千葉県福祉ふれあいプラザの「ピンピンキラリ初歩麻雀」教室で心身体操、有酸素運動を指導している。

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
横濱万騎が原行政書士事務所内
☎ 045-391-3501 ✉ tak1031ashi@gmail.com
介護資格取得のサポート、地域コミュニティ（主に同窓会）活動に対する支援策調査を行っている。

WAC あいネットワーク川崎

☎ 211-0001 神奈川県川崎市中原区上丸子八幡町 816-12
株式会社アイ・ビー・エス内
☎ 044-431-5354 ✉ yano@we-ibs.com
コミュニティカフェ「みよしの」を運営。蕎麦打ちの技術を学び、高齢者施設や被災地等で振る舞っている。認知症予防カフェも開催し、蕎麦打ち、認知症予防トレーニング、音楽、コミュニケーション紙芝居などを取り入れている。

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 ✉ houmonribiyon@gmail.com
🌐 <https://ribinet.com/>
📘 <https://www.facebook.com/ribinetwork/>
🐦 https://twitter.com/ribi_net
訪問理美容業界の裾野を広げ、技術者の雇用促進や専門的で安全性の高いサービスが提供できるように努めている。介護施設だけでなく、施術が一番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る。

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/>
有償福祉運送で会員の方を運送し、「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「こころとからだのセルフケア」として、百歳体操、キャパシターこころとからだのセルフケア体操、こころのケアワークショップを実施した。居場所機能として、憩いの場を提供した。

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。

ふれあい大綱

☎ 299-3263 千葉県大綱白里市柳橋 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、介護支援事業、介護職員の初任者研修・実務者研修等を行っている。

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。

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。食事処は大井町高齢者複合施設集会所で開き、西大井いきいきセンターの食堂運営もやっている。

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.main.jp/>
📘 <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。

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/>
高齢者疑似体験は、小中学校や渋谷区の福祉祭りで実施している。ケアマネジャー等の介護職向け研修会は、介護保険や精神科訪問看護、医療連携、災害対応など、毎回テーマを変えて実施している。

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。

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「コミュニティケアスクール」、古典折り紙などを行っている。

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
介護予防事業（高齢者ふれあいサロン・いきいき百歳体操グループ等）、日常生活助け合い事業（移動支援）、研修事業、地域交流事業（イベント出張等）を行っている。地元行政や近隣グループから頼りにされる存在となり、地域包括ケア推進に向けたさまざまな役割も頂いている。今日のコロナウイルス感染拡大防止に向けて、必要な距離を保ちつつ、つながりを実感できる生活支援を進めるため、医療者の専門的知識や情報を得ながら、WAC で培った「その身になってみる」という取り組みを復活させたい。

WAC わかやま

☎ 641-0051 和歌山県和歌山市西高松 2-1-4
☎ 073-414-1189 ✉ cfare601@jtw.zaq.ne.jp
☎ http://wacwakayama.sakura.ne.jp/
☎ http://wacwakayama.sblo.jp/
高齢者疑似体験・つくし君、高齢者・障がい者広域外出支援事業「いこいこバスツアー」、託児グループ「ポピンズ」の活動を行っている。

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
介護保険外サービスにも力を入れ、コロナウイルス感染症の対策を考えながら、一人暮らしの方の支援として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
感染防止対策を施して、毎週水・金曜日、毎月第 3 月曜日の午前 10 ～ 16 時に健康マージャンを開催している。

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/
小・中学校で高齢者疑似体験研修を行った。また、県内のバス会社 3 社の「こころの交通バリアフリー研修」として、乗務員に高齢者疑似体験研修を行っている。

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。初任者研修の受講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。

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る。その他、マージャンを習いたい人には教室を開いて指導している。

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。居場所の活動として、介護予防体操、手芸教室（パッチワーク、さしこ、クラフト）、歌声喫茶、そば打ち、タぐれカフェ等を行っている。

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・木曜日に開催し、シニアの方々の憩いの場所を提供している。

脳トレふれあい麻雀

☎ 460-0003 愛知県名古屋市中区錦 2-12-21 錦カナアンビル 6 階 麻雀リビング
☎ 090-2182-2557 ✉ ko-ji...0412@docomo.ne.jp
☎ https://www.furukawakoji.com/
脳トレふれあい麻雀は場所を変えながら続いている。月曜日から土曜日の 10 ～ 17 時、曜日ごとにいろいろなメニューで開催している。

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いる。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@iris.eonet.ne.jp
ほっとケアまほろばが開催した「痛い痛いのとんでけ講座」を後援した。

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@iris.eonet.ne.jp
認知症予防健康マージャンと認知症予防サロンを月 2 回、感染防止対策を施して、草津コミュニティ支援センターで開催している。また、同センター講座事業部との共催で「痛い痛いのとんでけ講座（腰痛）」を開催予定。

憩いのサロン上野

☎ 521-0312 滋賀県米原市上野 281-1
☎ 090-5882-1987 ✉ ke762543@icloud.com
民家併設の館をお年寄りの憩いの場として開放している。健康マージャン、脳トレ、カラオケ、囲碁、将棋などを行う。外出の機会や趣味、地域の人の人との交流を通じて、寝たきりや認知症・うつ予防になる活動をしている。

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
おひとりさまの生活について会員外の人達と話し合いをしている。

「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。

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!
- 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

2018年5月号 (No.275)



- Message 「WAC 創立30年——思い起こす両会長の言葉」
- コミュニティカフェの開設講座と全国交流会
- 主要事業の報告 (2017年度の振り返り) 介護人材マッチング・定着支援事業は55人が受講 第三者評価は過去最多の54件 千葉ふれプラは3年連続で20万人超が利用 訪問サービスの担い手217人養成 台東区立小の大半でつくし君研修 男の手料理教室には72人参加
- ポイントからの活動報告 カルチャースクールで仲間づくりを進めるWACぐんま

2018年1月号 (No.274)



- Message 「創立30年を機に原点返りの改革を断行」(升田忠昭 理事長)
- WAC 定時総会 升田忠昭さんが新理事長に 定款の一部改定、役員「任期1年」議案は見送り 新役員一覧
- 主要事業の報告 川崎市介護人材マッチング・定着支援事業 千葉ふれプラの利用者数は累計200万人に
- ポイントからの活動報告 西日本各地で認知症高齢者疑似体験の研修会を行う「WAC ゆずり葉」

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