



通信

2013年11月号

# エプロン

2013年11月10日発行  
発行責任者 伊藤 裕重  
〒177-0041 練馬区石神井町 8-53-24  
TEL 6915-9315  
FAX 6915-9316  
E-mail : [actepu@oak.ocn.ne.jp](mailto:actepu@oak.ocn.ne.jp)  
<http://www13.ocn.ne.jp/~epuron/>

\*\*\*\*\*

## 介護保険制度改定に向け

2015年に介護保険の制度改定が実施されます。

2025年以降の介護高齢者の急増を予測し、それに伴う財源確保が重要課題で、財源確保のために介護保険の給付対象から軽度者（要支援1・2）を外すことが検討されています。独居の方や高齢者夫婦世帯の在宅生活を支えてきたサービスが介護保険制度から外され、各自治体の地域支援事業へ移行された場合、いろいろな問題が生じることが懸念されます。せっかく維持されてきた在宅生活の質が低下し、さらに介護家族の負担が増すことは、明白な事実です。

さらに、各自治体まかせになることで自治体ごとのサービス格差が生まれることも想定され、もっと多方面からの討議が必要ではないかと思います。エプロンでは、私たち事業者の声と、実際にサービスを利用されている利用者の声の一つにして、練馬区、東京都、ひいては国会まで届けようと署名活動をしています。署名にご賛同いただける方はエプロンまでご連絡ください。署名用紙を用意させていただきます。ご協力よろしくお願ひいたします。

## 認定NPOへの道 4

10月24日（木）に2回目の認定申請事前指導に行ってきました。今回はそのままOKなら提出して行こうと思っていましたが、やはりそこはプロの目。小さな訂正箇所と念には念のアドバイスをしてくださり、今回は提出せずに持ち帰り、訂正と追加の作業の末、10月29日（火）に郵送にて東京都に無事提出することができました。

提出までの間も資料づくりや書類整備などで精神的にも体力的にも大変だったと思いますが、事務局長いわく“本当に大変なのはこれから。”ここから始めてスタートというわけです。本当にそのとおりです。認定がおきるまでの6ヶ月、気を抜かずしっかり考えていきたいと気を引き締めていきます。



## NPO エプロン 地域に開かれた集い

### 「三遊亭 めう生 落語会」

11月10日（日）、「エプロン地域に開かれた集い」を石神井公園区民交流センターで開催しました。今年は「笑いで1年を締めくくろう！」ということでめう生さんの落語会でした。第1部の小気味良い話に会場は笑い声があふれ、楽しい雰囲気のまま第2部へ。スライドによるエプロンの活動紹介、うたのサークル“唱”による会場を巻き込んだ合唱で幕を下ろしました。会場には絵手紙、パッチワーク、手芸品、お習字などたくさんの作品が壁いっぱい展示されていて、参加された皆さんが熱心に見入っていらっしゃいました。



練馬の郷土料理「たらしやき」

デイサービスのアクティビティのひとつ、「作って食べよう！」で9月に作ったおやつを紹介します。  
(練馬区発行ちょっと昔のねりまの食卓より)

<材料>

小麦粉 400g、水 480ml、みそ 80g、  
青シソ 10枚、小ねぎ適量

<作り方>

- ① 青シソはみじん切り、小ねぎは小口切りにする。
- ② ボウルに小麦粉、水を入れてよく混ぜ、みそを加えて更に混ぜる。
- ③ ②のボウルに切った①を加えて混ぜる。
- ④ ホットプレートに油を引き、おたま1杯を流して両面色よく焼いて出来上がり。

～リレーエッセイ～

大友さんから吉田直之さんへ

No.179 吉田直之

私をエプロンに導いてくれたのは、1歳半になる柴犬の「茶太郎」なんです。4月のある日、茶太郎の成長に合わせて普段の散歩コースを延長した矢先、エプロンの看板が目にとまり、その日のうちに連絡させていただきました。

その4月から、もう半年が経とうとしています。新人の私にお仕事を任せて下さり、とてもやりがいを感じながら毎日をお過ごししております。と同時に、訪問介護というお仕事の責任の重さや難しさに直面し、自身の未熟さを思い知る日々でもあります。

そんな私を力強く支えて下さるエプロンの皆様には大変感謝しております。エプロンに入会して本当に良かったと思います。

ですので、これからは、吉田が入会して良かったと皆様に思っただけのよう、未熟なりに頑張っていきたいと思っております。そして、エプロンと私を引き合わせてくれた、愛犬「茶太郎」にも感謝です。

サークルの紹介！①



今回はエプロンのサークルをご紹介します。エプロンのサークルは全部で5つあります。それぞれが地域の方を含めたメンバーで自主的に活動し、楽しんでいます。

今回はその中からうたのサークル「唱」をご紹介します♪

うたサークル「唱」を知っていますか？

エプロンメンバーと地域の方の、歌うサークルです。

何年か前から、「デイルームの活用・・・メンバーの交流の場・・・何かできないかしら・・・？」

と考え続けて、2011年思いついたのが、歌うことです。

認知症予防には、有酸素運動やエピソード記憶などがあります。

歌はその時代を思い起こすのに最適。声を出すことで姿勢や呼吸などにも良いと思われれます。2013年“地域に開かれた集い”に、地域の方も参加します。

年代を超えて元気な歌声を響かせることでしょう。

皆様も一緒に！



編集後記：台風についてまた台風・・・いったい秋はどこに行ってしまったんでしょう。被害を受けられた皆様にお見舞い申し上げます。美しい日本の秋も台無しにしてしまった台風ですが、これも異常気象なのでしょう。