

特定非営利活動法人
生きがいの会
東京都杉並区荻窪2-3-1
TEL:03-5347-1178

松渓ふれあいの家



杉並区立松渓中学校内の一画にあります

杉並区立ゆうゆう西田館



所在地：東京都杉並区荻窪1-57-4
TEL: 03-3391-8747

活動の目的と理念



理事長 高岡隆一

目的

健やかに暮らせる地域社会と福祉の増進に寄与

- 高齢者（家族）に対し介護予防・通所介護事業の運営
- 福祉ネットワークづくりの事業運営

理念

- ①高齢者（家族）の立場に立って「質の高い介護サービス」を提供
- ②生きがいのある仲間づくりと自己実現の機会づくり
- ③住み慣れた地域社会で福祉と健康分野に貢献

設立の背景と経緯

1996年 定年退職後、男の料理教室に参加→自主グループ結成

→これまでの経験と能力を活かす

1998年 種々の集いや行事やボランティア等の諸活動に取り組む

→「杉並の地域社会の創造」に貢献

2000年 杉並区は介護保険制度のスタートを機に小中学校の空き教室を活用して高齢者在宅サービスセンターを5カ所開設を決定
運営団体を公募

2月応募 5月内定 6月設立総会

12月 特定非営利活動法人生きがいの会 認証

2001年 2月 杉並区立高齢者在宅サービスセンター
松渓ふれあいの家 事業開始



まさに「地域の即戦力世代」である

2005年 杉並区は「ゆうゆう館」（旧敬老会館）の有効活用を図るために
民間団体の公募を実施（業務委託と協働事業）

2006年 10月応募

2007年 4月 杉並区立ゆうゆう西田館 事業開始

松渓ふれあいの家の活動内容

事業内容 生活相談指導／機能訓練／介護サービス／管理／送迎
／給食（昼食・おやつ）／アクティビティ加算

利用者定員数 30名 （設立時20名）

利用者契約数 95名 （うち男性70名）

スタッフ数 31名 （常勤5名・非常勤26名）
（男性12名・女性19名）

ボランティア登録数 15名 （男性7名・女性8名）

*パソコン 麻雀 圧巻・将棋 書道 絵手紙 墨絵 パントリー

（註）上記以外にボランティアグループ（コンサート・コーラス・舞踊・フラダンス等）の支援あり



午後のプログラムの様子

松渓ふれあいの家の特長

- 利用者の70%が男性（他の施設における男性利用者は10~20%）
- 多彩なプログラムを準備（趣味を生かして機能回復・向上効果）
- 利用者本位の「趣味の時間」を優先（やりたいことを自由に）
- ユニークな雰囲気や行事（昼食後の挽きたてコーヒー等）
- 毎月5の日は昼食時に「ワイン&ジュース」で乾杯
- 気楽な「居場所」（心をひらいてくつろげる）



5の日はワインで乾杯！

杉並区立ゆうゆう西田館の活動内容

目的

- 高齢化社会の進行にともなうシニアの居場所づくり
- 生きがいの会の地域ネットワークづくり

事業内容

- ゆうゆう西田館の運営業務の受託
- 協働事業の企画・実施
- 「ご近所のカルチャーセンター」を提案



パソコン講座

実績

年間利用者数 5,000名→8,900名に増加

スタッフ数 8名 （常勤1名・非常勤7名 男性5名・女性3名）

ボランティア登録数 16名 （男性7名・女性9名）

植物スケッチ (1) 太極拳 (1) パソコン (3) 書道 (1) 川柳 (1) 卓球 (1)
フラダンス (1) 合唱 (1) ストレッチ (1) 絵手紙 (1) 麻雀 (5)

生きがいの会のその他の地域活動

- 『花咲かせ隊』で緑化推進活動
- 『クリーン大作戦』（地域の美化）活動
- 松渓中学校ボランティア活動
- 地域防災訓練活動



【麻雀】親の介護体験からボランティアに参加し、現在松渓と西田館にてお手伝い。「お役に立っているという実感がやりがいです。」



【麻雀】愉しみながら参加したボランティアも初級からめきめき腕を上げ、今では上級者クラスのお手伝いもパッチャリです。



【書道】「月1回の書ですが、今年は空海の『風信帖』臨書に挑戦しています。」



【麻雀】生きがいの会を卒業した後もボランティアとして参加。「顔見知りの利用者さんとお互いに愉しんでいます。」



【囲碁・将棋】松渓で送迎スタッフとして勤務。朝夕の送迎の合間にプログラムに参加し、それぞれの特技を活かしています。



【絵手紙】隔週月2回からスタートした絵手紙。大好評につきさらに1回増え、そして西田館にも講座がスタート



【麻雀】定年後も不定期に従来の仕事をこなしながら、余裕時間でボランティアに参加。「介護のことを知るいい機会になります。」



【囲碁】上級の腕を見込まれ、指導を兼ねてボランティアに参加。週1回『二面打ち』というスゴ技を披露しています。



【絵画】送迎スタッフ、「絵が好き」という声を拾い、得意の絵画を活かして試験的に始めたプログラムが今や人気プログラムに。



【パソコン】近年パソコン習得者も急増。「パソコンによる自分史づくりのお手伝いをしています。」



【パソコン】「皆さまの根気強さに心感じています。ご利用者の中に大学や会社の大先輩方がいたりと思わぬ出逢いもあります。」



生きがいの会の前身自主グループである「男の料理教室」のメンバーも『手打ちうどん体験』としてボランティアに登場



【植物スケッチ】ゆうゆう西田館の人気講座



【ガーデニング】送迎スタッフの傍ら、特技をいかして花壇・畑を一からつくり、今では松渓野菜が収穫できるまでに。



農学部出身の理事長とスタッフが、松渓中学校の依頼により選択授業『稲づくりの一貫作業』の講師を兼ねたボランティア



杉並区の緑化推進企画の『花咲かせ隊』に参加し、近くの『松渓公園』の花壇づくりも担当しています。



杉並区の美化推進企画『クリーン大作戦』に参加し、『松渓公園』等の地域美化活動に取り組んでいます。



地域の防災訓練に参加