



# いちご新聞

vol  
3

AUGUST 2023

発行・編集  
特定非営利活動法人(NPO 法人)  
**いちごの会**  
東久留米市本町1-5-18-1階  
Tel. 042-476-4115

東久留米市本町1-5-18-1階  
Tel. 042-476-4115



ボランティアの方々のおかげで、子どもたちの楽しそうな笑顔がたくさん見られました！



2023. 6. 19  
**こどもまつり**  
@こもれび千桜

おかげさまで450名を超える  
お子さま連れの方々に  
ご来場いただきました

**THANK YOU!**



千代田区社協の皆さんのブース也大盛況



大人気のヨーヨーコーナー

東松下町 町会青年部の皆さん



樋口千代田区長も駆けつけて下さいました



こもれび岩本町のティータイム

コロナ禍で控えていた  
ティータイムが復活しました！  
集まった皆さんで  
まったりと  
楽しいひと時を過ごします！

～こもれびの管理人です～

Q&A はまっていること・好きなこと

外神田・平井・銀座



明石：休日の映画鑑賞

東神田・篠崎・紺屋町



稲見：落語、読書、筋トレ

神保町・東神田・岩本町



藤田：梅やしそのシロップ作り

こもれび千桜  
都営新宿線 岩本町駅 徒歩2分

こもれび外神田  
東京メトロ銀座線 末広町駅 徒歩 2分

こもれび神田明神下  
東京メトロ銀座線 末広町駅 徒歩2分

こもれび東神田  
都営新宿線 馬喰横山駅 徒歩5分

こもれび岩本町  
都営新宿線 岩本町駅 徒歩5分

こもれび神田神保町  
東京メトロ半蔵門線 神保町駅 徒歩3分

こもれび神田紺屋町  
JR線 東京メトロ銀座線 神田駅 徒歩4分

こもれび銀座一丁目  
都営浅草線 東銀座駅 徒歩3分

こもれび平井  
JR総武線 平井駅 徒歩2分

こもれび篠崎  
都営新宿線 篠崎駅 徒歩4分

こもれび千早  
東京メトロ有楽町線 千川駅 徒歩8分

こもれび宮本町の家  
都営三田線 板橋本町駅 徒歩7分

こもれび中野南台  
東京メトロ丸ノ内線 中野富士見町駅 徒歩11分

こもれび清瀬Ⅰ / こもれび清瀬Ⅱ  
西武池袋線 秋津駅 徒歩7分

こもれび西浦和  
JR武蔵野線 西浦和駅 徒歩15分

こもれび武蔵浦和  
JR埼京線 武蔵浦和駅 徒歩15分

介護のこと、子育てのこと、住宅のこと、生活の不安や心配など  
お気軽にご相談ください  
(秘密厳守・相談無料)

特定非営利活動法人(NPO 法人)  
**いちごの会**  
TEL 042-476-4115

平成10年（1998年）東京都東久留米市に有償ボランティア団体「いちごの会」を立ち上げました。利用料は1時間700円、実働してくれたスタッフには時給650円を支払い事務所へは50円が残る仕組みでした。3年間ぐらいは補助金が出ており、それでも家賃や光熱費の支払いで赤字続きでしたが、私たちを必要としてくれている方々からのお礼の言葉を励みに頑張っていました。あれから27年、途中で始まった介護保険制度とも連携しながら、訪問介護支援事業所を東久留米市で25年間、千代田区では6年間、居宅介護支援・訪問介護支援事業所を運営しています。

ボランティア精神で始まった高齢者介護事業を大切に考え、こもれび住宅のサービスへと発展させてきました。当初はこもれびでの訪問介護を他事業所へ任せ、私たちは家族の立場で介護の利用のアドバイスをしていました。そのうち、どうしてもと希望される方が増え、こもれび住宅でも訪問介護事業を行うようになりました。

## いちご訪問事業所

ホームヘルパー(訪問介護員)が、介護を必要とされる方のご自宅を訪問して、入浴・排せつ・食事等の介護や、調理・洗濯・掃除等の家事を行います。介護保険サービスでは対応できないご要望にもお応えできる自費サービス(独自サービス)も提供しています。

### 【利用料】

サービス内容や利用時間によって異なります。なお、介護保険を適用する場合の負担額は、利用料の1割～3割の額となります。

※自費サービスについては全額自己負担となります。

# 介護サービス

ケアマネージャー



後藤 穴戸




ガラス細工の  
ハンドメイド  
ピアノ演奏



帰り道の天体観測


介護保険制度も25年が過ぎ、色々な細かいルールも出来上がりました。介護保険を利用して、できることとできないことが細かく決められてしまい、利用しづらくなってしまいました。それまでは、他の介護事業所も「こもれび」に住んでいらっしゃる方の情報も管理人さんと共有してくれたので、いちごのスタッフもアドバイスやちょっとしたお手伝いなども行うことが出来ていましたが、現在の介護保険制度では個人情報共有できなくなり、入居者様がどんなサービスを利用しているか、どういった状況か全くわからない状態です。しかし、いちご訪問介護事業所をご利用されている入居者様から、毎日の声掛けで様子を見てくれる管理人さんと連携が取れているので、より充実したサービスを受けられて良かったという声をいただいています。

サービス提供責任者




鶴堀：  
いい睡眠をとること！  
ポケモンの睡眠アプリ  
「ポケモンスリープ」  
おすすめです！

サービス提供責任者




徳田：  
バレーボールの日本代表の  
試合を観ること！  
モズク酢を毎日食べること！


管理者兼サービス提供責任者



サービス提供者




常勤ヘルパー




左から：名前、はまっていること・好きなこと

金城：無印商品の塩トマト飴にはまっています！



鈴木：レジン雑貨の作品作り！



中井：食べることに寝ることが好き！きゅうりの浅漬にはまっています！

## いちご居宅介護支援事業所

介護を必要とされる方がご自宅で適切にサービスを利用できるように、ケアマネージャーが、ご本人やご家族のお話を伺いながらケアプラン(居宅サービス計画)を作成するほか、サービスを提供する事業所等との連絡・調整を行います。また、ご本人やご家族の代わりに、要介護認定や更新認定の申請手続きを行うこともできます。

### 【利用料】

介護保険で全額支払われるため自己負担はありません。

思い出に残っているエピソードを紹介します。

今から21年前「こもれび」に肺の疾患を持ち、家の中でも常時酸素吸入をされていたAさんという女性が入居されていました。介護保険を利用しながら快適に暮らしていましたが、ある時「今日は何作ろうかな？」とお話されていたので「ヘルパーさんが夕食作ってくれなかったのですか？」と尋ねると、ヘルパーさんには自分が苦しくてできないことをしてもらっている。例えば大根やニンジンなどは力を込めて切らなければならないので、千切りにしてもらってタッパーに入れ、冷蔵庫に入れてもらいその日によってお味噌汁にしたり、きんぴら風にしたり、煮物にしたり、自分でアレンジすると教えてくれました。

「自分でメニューを考えながら1週間分の買い物を宅配業者に発注し、その日の気分によって調理し、味を決めていく楽しみを他人に取られたくないのよ！でも、酸素が足りない者にとっては、大根を切るときに力を入れる瞬間、物を飲み込むときに息を止める瞬間はとても苦しいから何でも千切りにしておいてもらえばパッと使えるでしょ？」と語っていただいたとき、介護保険を利用する方のお手本だなと感服しました。また、1日1回ホールに来てコーヒーを飲むことが楽しみの1つでしたが、終盤ホールに出てくることも苦しくなってきたので、管理人さんの1人がコーヒーを部屋まで届けてあげていました。週に2回しか出勤しない管理人さんだったので「コーヒーがお好きなら他の管理人さんにも届けてもらうように伝えましょうか？」と声をかけた私に「〇〇さんの日にコーヒーが飲めると楽しみにしているのに、毎日管理人さんが持ってきては楽しみが半減しちゃうから駄目よ」とおっしゃいました。

終の棲家として「こもれび」を選んでいただいた入居者様と私たちが歩み寄って親密な関係を築いていく、こういった積み重ねがあってこそ「いちごの会」が皆様に愛される存在でいられると思っています。

特定非営利活動法人いちごの会  
会長 高沼 恵子