



## メンバー紹介



実結事務所にて

実結のメンバーになってはや 10 年以上が過ぎました。実結のコンセプトの住み慣れた地域で自分らしく暮らせるをお手伝いさせて頂くことにやりがいを感じていますが、介護保険で出来る事、出来ない事の制約の中でのお手伝いなので、試行錯誤の日々です。若い方が訪問介護の仕事に携わってくれることが願いです。

伊藤久美



## ケアへの想い

私は42歳の年に実結に加入し、31年が経ちました。ヘルパーの方が書かれた奮闘記のような本を読んで、ヘルパーという仕事に憧れを持ちました。

私の年の倍の人生を歩んでこられたご利用者の方の体験からたくさんの苦労や喜びを教えていただき共に泣いたり笑ったりの31年でした。

「人生終わり良ければすべて良し」そんなお手伝いが出来たらいいなと思って始めたヘルパーの仕事ですが、そろそろ私も「人生の終わり良ければ」の年に近づいてきました。「すべて良し」と終われるようにこれからも頑張ります。

ヘルパー 武藤美智子

## メンバー募集

ワーカーズ・コレクティブはメンバーの一人ひとりが知識や時間、資金、労力を出しながら、地域に必要な『もの』や『サービス』をつくる新しい働き方です。

随時説明会を行っています  
詳しくは募集のページをご覧ください。

<http://npo-miyui.org/recruit.html>  
お気軽にご連絡ください。  
0466-31-4430



### 編集後記

米、酷暑、地震とざわついた昨年。午年（うまとし）の今年。  
「飛躍」「挑戦」に心を寄せていきます。

記 横尾 公子

昨年の漢字は「熊」でした。楽しい事や文化は日常生活には大事！今年も少しでも癒される事を見つめるお手伝いが出来れば嬉しいです。

記 石川啓子

一週間が矢の様に過ぎ去って行くと感じるのは私だけでしょうか。「かけはし」が、心を置き去りにせず、小さな喜びを日々見つけていくお役にたてればと思っています。

記 岡田 いずみ



発行：特定非営利活動法人 ワーカーズ・コレクティブ実結

連絡先：藤沢市辻堂新町 3-8-22 住園深澤 203 号室

Mail：[miyui-2@shonan.cityfujisawa.ne.jp](mailto:miyui-2@shonan.cityfujisawa.ne.jp)

HP：<http://www.npo-miyui.org>

Tel：0466-31-4430

Fax：0466-31-4431

発行責任者：理事長 永井 和江



第57号

2026年1月1日



辻堂海岸

## 明けましておめでとうございます

あけましておめでとうございます。皆様お一人お一人にお会いできず紙面で失礼申し上げます。2026年は昭和元年から起算して満100年だそうです。人生100年時代、ご利用者様の中に104歳の女性の方がいられます。男性でも90歳を過ぎた方が増えてまいりました。激動と変革、苦難と復興の昭和100年は、自転車で高速道路を100Kmで走るように目まぐるしく進化？変化？してきました。電話一つとってもダイヤル式黒電話からプッシュホン、ポケベル、携帯電話、ガラケー、スマホ、SNSの時代で手のひらの中で情報の受発信ができてしまいます。実結もデジタル化を進め時代に乗り遅れないようにしています。しかし、時間と紙の節約はできても大事なことは会って話すことだと思います。スーパーもお寿司屋さんでもタッチパネルで精算まで一言も話さず事が済んでしまう世の中は寂しいと感じるのは私が昭和生まれだからでしょうか？介護保険サービスでは短時間で無理無駄を省いて必要最小限のサービス提供が求められます。が、身体が自由が利かなくなり自由に外出が出来なくなってしまわれた方は、ケア中、たわいのないおしゃべりを求める方がおられます。

高齢独居者が増えていく中、ヘルパーが求められるものはやはり血肉の通ったサービスなのだと感じ入ります。介護報酬単価が引き下げられて倒産した事業所が過去最多と報道されていますが、実結は小さいなりに粛々と事業を次世代へ「つなげて」参ります。理事長 永井和江



G様





## 訪問介護支援部門



### 2025年度実結アンケート総括

今年も利用者アンケートありがとうございました！

年に一度、皆様の生の声を聞ける機会となっています。普段は遠慮して言えない事、または感謝の気持ちなど、どんなご意見も貴重でとても有り難く受け取っています。皆で共有して、今後の支援に生かしていきたいと思えます。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。（※事業所は営業時間外も転送電話で対応しています。当日の急な体調不良でのケアキャンセルなどの時は連絡頂ければ対応致します。）

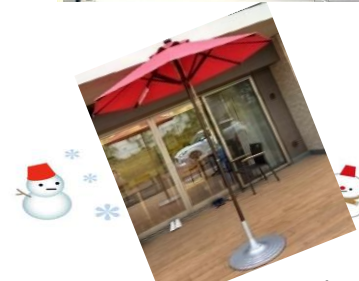
石川啓子



横尾作



G 様



### ぱらそる活動



藤沢市の縁側事業「ぱらそる」が開かれてから6年目になります。ブランシエール湘南辻堂内で、「ぱらそる」でイベントを開く仲間たち、オレンジ（ブランシエール内の掃除）、花もめん（ブランシエール内の食事作り）、ことは体操（原さんの椅子に座った体操）、ハナミズキ（月2回）、刺し子、折り紙、ハモニカ・ウクレレでブランシエール内の入居者様と「ぱらそる」の近隣住民の皆様と楽しく過ごしています。ボランティアとして、元実結メンバーやその友達5人、実結メンバー2人、地域のボランティアさん3人など増えています。イベント終了後は無料のコーヒーとお菓子を頂いて、おしゃべりをして、お帰り頂いております。

先月、100歳になられた折り紙に参加されている方にケーキをプラスでお祝い申し上げ、たいへん喜ばれました。100歳で、独居です。私たちも後についていきたいと思いました。「ぱらそる」に来るには歩いて、来なければなりません。お仲間とのおしゃべりも楽しそうです。予定表はブランシエール



2

の門のところに貼られています。ご近所の皆様も裏門に赤いぱらそるが開いていたらお立ち寄りください。



ぱらそる利用者様と作品

辻 果子



## 元気に過ごすためにこころがけていること (食生活編)



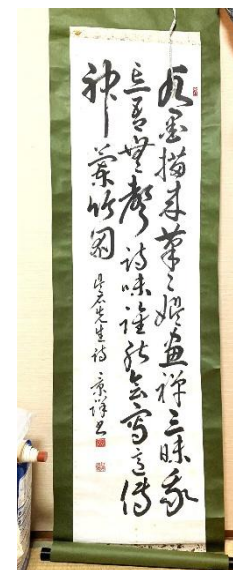
- ・自家製ジュースを毎日飲む。  
牛乳、ヨーグルト、果物を適当に食べるようにしている。甘酒を飲んでいる。
- ・家内をなくした今、食に興味なし。
- ・パン、ご飯。
- ・麦入りご飯を食べる。
- ・毎朝牛乳を飲む。決まった時間に食べる。
- ・大丈夫。
- ・バランスのとれた食事をいつも気にかけてとっています。
- ・お弁当を取るようになりました。
- ・酒を飲む。
- ・3食必ず食べる。



- ・野菜、肉類はわりと調理していただきますが、魚がちょっと足りないねと忠告受けました。自分なりに食べられるから幸せ。いつか食べられない日がやって来る。何分にも宜しく。
- ・なし、米。
- ・ヨーグルトを自家製にしている。
- ・病気に合わせたバランスの良い食事をしている。
- ・食事は野菜から食べるようにして、なるべく汁物も作るようにしている。
- ・毎日必ず味噌汁、納豆を食べている。好き嫌いなく、できる限りバランスの良い食事を心がけている。



## みんなの作品



MH 様



メリークリスマス2025

ST 様

3