



高齢者の住まいの選択を増やし、高齢期への準備をすることを目標に、NPO 活動をしています。西国分寺のシェアハウス「返り花西国分寺」に入居者募集中です。

10月の活動報告

10月末までクラウドファンディングを行いました。

高齢者シェアハウス「返り花西国分寺」の家具家電インテリア等の準備のために、資金を集める必要がありました。予定額の131%（2019年10月30日現在）も支援をもらいました。情報のシェア、支援者になってくださるなど、さまざまな形での応援をもらいました。本当にありがとうございました。

クラウドファンディングは知っているけれども、インターネット上で入金することに抵抗があるとおっしゃる方もおられました。その方々から、後日NPOに寄付をいただくというお話ももらいました。ありがとうございます。

そして、近くNPOの活動に賛同してくださるかたには、NPO法人の会員になっていただければと思います。会員になっていただけますと、ダイアログ、若いうちから老い支度勉強会、講演会の参加費が安くなります。そして、私たちの活動を支援していただくことができ、ともに高齢期の住まいの選択肢を増やし、高齢期の諸課題を考えることができます。

市民と会員向けに、お披露目を兼ねた講演会を予定しています（次頁掲載）。11月30日土曜日に、私たちNPOの本拠地がある東京都杉並区にて開催します。テーマは看取りです。

会員になるには、2つの方法があります。「ホームページ上の入会申し込みに記入し、振り込む」と「入会申し込み用紙に記入しNPOの理事に渡し、振り込みをする」です。いずれも、振り込みを確認して初めて会員となりますので、催事を行っている当日に申し込みをしても会員と認められるのは入金確認後となることに注意をお願いします。

今月のうまし！

作るのも食べるのも幸せの渋皮煮

秋に、食べたくなるのが栗スイーツ。買うと高級な渋皮煮、ならば自分で作ってしまえとチャレンジしたら、毎年恒例になりました。

渋皮を傷付けずに剥き、何度も茹でこぼし、渋皮の筋を丁寧に取ったら、きび砂糖で煮ます。さらに、数日かけて糖度をあげて煮詰めるのが自己流。手間はかかりますが、無心になれる時間を楽しめます。友人知人にあげると喜ばれ、それが毎年作りたくなる理由かもしれません。また来年のお楽しみ♪(まる)



若いうちから老い支度勉強会報告

第4回「若いうちから老支度」勉強会を理事も含めて6名で開催しました。参加者の中にはFacebookを見て参加してくださった方がいらっしやり、じわじわと活動が世に浸透しているのかも！と思えました。

今回のテーマは「介護保険以外の施設に何があるの？」でした。近隣の市区町村にある特別養護老人ホームの件数を比較しました。自分の住んでいる市には特別養護老人ホームが意外と少なく「えー！」と思ったり、同じ特別養護老人ホームでも費用が違うことを知り「えー！」と思ったりしました。介護保険以外の施設について、サービス付き高齢者住宅、そして有料老人ホームなどがあること、入居しても条件によっては住み続けられないことがあることを知って「えー！」となりました。

有料老人ホームでは入居金と毎月の費用について施設によって大きく異なることにびっくりし「えー！」となり、さらには億を超える入居金を提示している施設を具体的に知って「えー！」となりました。参加者さんの知っている情報を聞きみんなで「えー！ えー！」いっておりましたらあつという間に1時間経ってしまいました。

我々から一方的に情報をお伝えするのではなく、参加者の方からも質問を含め情報をいただき、双方向的な勉強会となりとても勉強になりました。

今回は1月です。たくさん質問して、何を相談してよいか、どんな準備をして窓口にいけばよいのかを教えてくださいましょう！（まみ）

＜おわりに＞
11月も入居者募集、シェアハウスの設え準備、クラウドファンディング返礼発送、ダイアログ、そして講演会と活動をしていきます。（に）

私たちは高齢者の住まいの選択肢が施設か家であることに疑問を持ち、選択肢を増やしたい、作業療法士として経験を生かし、高齢期の生活に貢献したいです。NPOの活動の一つとして、若いうちから準備する必要がある。「若いうちから老い支度勉強会」を始めました。介護保険、健康、病気、など一緒に勉強し、自分の将来と親世代の高齢期に備えたいと思っています。

第5回若いうちから老い支度 煙めく返り花勉強会

「役所の認定調査と 窓口業務のお話」

申し込み NPO法人煙めく返り花 kanrisha@kiramekukaeribana.com
または fax 03-5941-9987
お名前と連絡先（ファクシミリ番号かメールアドレスをご記入ください）
講師：南原 健朗氏 都内区役所介護関連窓口にてケアマネジャーとして勤務
担当：西野 歩 特定非営利活動法人煙めく返り花プロジェクト代表理事、作業療法士
榎本 真葉 特定非営利活動法人煙めく返り花理事、作業療法士

高井戸区民センター 井の頭線高井戸駅徒歩1分
2020年1月19日(日) 10:45-11:45 開場10:30
会員 500円 会員外 1000円
名前と連絡先 メールかfax

「自分で看取りを考える」

日時：2019年11月30日(土) 14:10~14:50
会場：高井戸区民センター 第9会議室
参加費：400円 (NPO 法人 煙めく返り花会員 200円)
講師：山岡まゆみ氏 (NPO 法人 煙めく返り花 理事)

NPO 法人 煙めく返り花講演会 & ヘルシー・エイジング相談会

私は 高齢期の方々の煙めく人生をサポートするため活動しています！

13:45 開場
14:00 法人代表挨拶
14:10 講演「自分で看取りを考える」
14:50 休憩
15:00 ヘルシー・エイジング相談会
16:00 終了

数年前より地域活動への参加、シェアハウスの開設準備、勉強会の開催などの活動をしてきました。この度、シェアハウス第1号を開設することが決まりました。そしてほぼ同時に東京都より NPO 法人の承認を受けることができ、新たにスタートを切ることになりました。

NPO 法人 煙めく返り花
連絡先 kanrisha@kiramekukaeribana.com
ブログ <https://www.kiramekukaeribana.com/>