



# 通信

会員数 5,285人 共済契約数 1,605件 ACTつなげるケア時間数・金額 2,496時間 6,298,600円 (5月末)

特集 p2-4 第24回 総会・公開講座

## ふやそう! 仲間 つなげよう! ACTの輪

ACTは今年30周年!  
会員証を同封しています



ACTへの期待やエールの声も  
いただいています



会場は13人のACT会員が出席しました

「何かあった時はお願いできると、  
心強く思っています。」  
「いつもお守りであってほしいです。」  
「親の介護が始まりました。  
ACTの講座を受講し、  
たすけあいの心としくみを活かして  
乗り切っていきたいです。」  
「今後ますます必要とされる存在に  
なると思います。」

- 5p みんなのアビリティ共済! 「アビリティ共済契約者の皆さんからの寄付が、  
ACTの事業を支えています」  
教えて! 介護のコツ「車いすを使った介助」
- 6p つくろうよ 私のまちの地域ACT  
「小平ACT あったか小平~子ども食堂&寺子屋~スタート」  
「メンバーの力で動き出した国分寺ACT」
- 7p 政策提案委員会より「障がい福祉サービスの移動支援について」  
社会保障を考える「新しい貧困の発見と社会保障の体系化」
- 8p ルイボスティーで美味しいおやつ/3人でGo!!



# 第24回ACT総会のご報告

2022年5月28日(土) 14:10～16:13 於：武蔵野スイングホール

新型コロナウイルス感染拡大防止を考慮し、書面表決・委任状を主として行ないました。5,349人の会員総数に対し、書面表決者474人、議長委任616人で総会は成立し、全議案賛成多数で承認可決されました。

議長：奥田雅子(杉並区在住)

議事録署名人：金見芳子(西東京市在住)・豊泉惣子

第1号議案「2021年度活動・事業報告・決算・監査報告」 賛成 473 反対 1

第2号議案「2022年度活動・事業方針および事業計画・予算の決定」 賛成 471 反対 2 棄権 1

第3号議案「2022年度借入金最高限度額の決定」 賛成 470 反対 2 棄権 2

第4号議案「定款変更」 賛成 464 反対 10

第5号議案「補充役員選出」 第6号議案「議案決議効力発生」 賛成 474 反対 0



## 会員からのご質問より

### 会員、総会について



都外に暮らす賛同者を増やす検討をぜひお願いいたします。

現在都外にお住まいのACT会員は約190名いらっしゃいます。お引越しをされ都外に転居されたり、ACTの講座や学習会を受講された方などです。そこで今まで不明瞭であった「賛助会員」の位置づけを2021年度に明確にいたしました。都外の方も賛助会員としてACTの活動をご支援いただき、ACTの講座への参加やアビリティ共済に加入される方を増やしたいと思っています。ホームページからも賛助会員の申し込みができるように準備中です。



定款変更において、総会の表決方法に「電磁的手法」を加える提案がありましたが、これまで何回かインターネットによる表決が行なわれていました。それはどうなりますか？

表決方法にインターネットを使用する場合は定款変更が必要なため、今回の提案となりました。過去の表決を調べたところ、インターネットによる表決分を除いても総会は成立し、全ての議案について過半数以上の承認が確認できました。ご心配をおかけしましたが、今後はこのようなことのないよう運営に留意してまいります。



定款で年会費の額について、決定権を総会から理事会に変更したのはなぜですか？

年会費の値上げを考えているのですか？

今回、年会費変更についての考えはありません。この定款変更は、あらたに個人の賛助会員の年会費を定めるために検討したことです。年会費の決定は大変大きな問題ですので、仮に変更を考えるとときには、必ず会員の皆さんに意向をお伝えし、集会や意見交換会などの機会を設け皆さんの意見をお聞きし、十分に丁寧なやりとりや議論をしながら総会に提案することになります。





## サービス利用とたすけあいワーカーズについて



ACT つながるケアの料金について、ワーカーズのない地域は別途、訪問費 1,900 円がかかるとありますが、2018 年に利用料金の値上げからさらに別途 1,900 円は驚きました。

訪問費 1,900 円が利用される方のご負担になることは申し訳なく思っています。ワーカーズがなかったり、あっても状況によりお伺いできない場合、該当外地域からケア者が伺うことになります。そのため交通費や移動の手当、コーディネーターの経費として、ギリギリのラインで考えた設定となっています。

## アビリティ共済について



アビリティ共済配当金は、保険料を支払った人に戻すべきではないですか。会員のうちの 30% しかいない共済加入者の保険料の剰余が、ACT の活動全体に還元されるのは不平等を感じます。寄付は別途集めるなど、ACT 全体の経営構造を見直すことが必要ではないでしょうか。

NPO 法人である ACT は「特定非営利活動促進法」に基づき、剰余金を会員に分配することができないため、保険契約者に寄付の同意をいただき会員活動に活用しています。この剰余金は ACT 創設時から、ACT の活動を支える原資として大きな役割を担ってきました。ぜひこの趣旨をご理解ください。しかし、近年アビリティ共済の保有数の減少により配当金寄付も減少し、2022 年度からは別途、寄付を募る活動もすすめていきます。



新しいたすけあいワーカーズづくりについて事業展開などのビジョンを聞かせてください。

『ACT が行なう ACT つながるケア』のケア者を広く募集し、意欲ある人材の発掘と丁寧な人材育成、そして実際にケアを仕事として行ない、未組織地域にたすけあいワーカーズの芽をつくっていきます。会員どうしのたすけあいのしくみに興味を持って働く人を育てる地域福祉の担い手づくりは、ACT の大きな役割です。たすけあいワーカーズ連合とも連携しながらすすめていきたいと考えています。



85 歳ですが年齢制限がありますか？ これからどのような保障が受けられますか？

アビリティ共済は現在のところ、85 歳の満期日以降は契約を更新することができません。しかし人生 100 年時代、より長く保障を求められる方も増えています。今後、改定時に会員の皆様のご意見を聞きながら、満了年齢の引き上げなども検討していきます。

## 新 役員紹介

今年の理事会メンバーです。よろしくお願いたします (2 名補充)



- 今澤てる子 板橋区 NPO・ACT たすけあいワーカーズあやとり
- 渡部真実 町田市 東京・生活者ネットワーク共同代表

## ACT運動グループのものがたりを紡ぎ、未来を描くために

「介護保険制度参画20年」、たすけあいワーカーズがどのようにして歩んできたかをたどることで、市民が立ち上げた福祉事業が、地域で活動を続けていくための方向性や存続の条件を探ろうと、私たちは2020年5月より約2年をかけて準備、検証作業を行ないました。長期間にわたり有識者として協力いただいた田中夏子先生（現：長野県高齢者生協理事長）からはビデオメッセージで、調査の内容と

分析の評価をわかりやすく報告いただきました。

調査自体がワーカーズ自らの歩み、その時々 of 議論などを組織内で共有するツールになってほしいとの観点で「調査を自治する」を謳い文句に、ワーカーズのみなさんに呼びかけました。それぞれ年表を作成し、5つの論点からワーカーズの歩みを捉えました。



### 盛りだくさんの論点だけどもみんなで作ってみたい！

#### 5つの論点

- 1 それぞれのワーカーズの事業別従事時間推移のグラフから、自組織の事業構成がどう変化したか
- 2 グラフの推移・変化の背景や要因は何か
- 3 自分たちの「まちづくり」の活動を年表化して振り返る
- 4 振り返りを終えて、介護保険制度とどうつきあってきたか（挑戦、翻弄、制度の評価や課題）
- 5 未来に向けての方向性

たすけあいワーカーズから寄せられた回答を読み込み、共通の特徴や課題、少数だが特徴あることや着目すべきこと等に整理し、項目ごとに考察と提言をまとめました。

報告書を作成予定です。  
お問合せは  
ACT事務局  
まで

## 市民が立ち上げた事業の歩みを共有し存続の条件を探る！

介護保険は制度改正のたびに利用者にとって使いづらくなり、たすけあいワーカーズも報酬単価が下げられ、法令順守に重きが置かれているのが現状です。

しかし常に当事者の視点にたつ「利用者本位」の姿勢を軸に、自立援助の精神を生かしてきた背景があることが、本調査から見えてきました。制度からこぼれる事業と地域でのたすけあいとを重層的に組み合わせ、一人ひとりの生活をトータルに支えるケアを実践してきたワーカーズの歩みを次世代に繋げていきます。



5つの論点について、検討チームメンバーから発表しました

# アビリティ共済契約者の 皆さんからの寄付が、 ACTの事業を支えています

みんなの  
アビリティ共済!

その11

2022年度  
契約者配当寄付金  
484万円

コミュニティ活動やまちづくりをすすめるために使われています。地域のACT会員がいつでも参加できる場をつくっています。新しいたすけあいワーカーズづくりや政策提案活動など会員活動に役立っています。

いきいきサークルにも配当寄付が活用されています



「いきいきサークル」を友達とつくり、ヨガとおしゃべりを楽しみ、友達が増えました。

70才過ぎてから新しい友達ができるなんて、一石二鳥、一石三鳥？  
新しいACT会員も増えました。

町田のいきいき  
サークル「エン  
ジョイシニア」  
のメンバー



## アビリティ共済3つのポイント

- 1 入院やケガなど、いざという時の経済保障
- 2 ワーカーズ・ケア（家事援助サービス）が、病気やケガの時の「困った」に対応
- 3 配当金寄付でACTのまちづくりを支える



## 第4回 教えて! 介護のコツ



### 「車いすを使った介助」その2

車いすに座っている人は、視線が低いのでスピードを感じやすく、また道路では傾斜や、でこぼこによる振動や衝撃も予想され負担を感じます。こまめな声掛けとゆっくりとした動作を心がけましょう。

#### \*上り坂

介助者が後ろから身体を前傾して一步一步押し上げます。

#### \*下り坂

後ろ向きでハンドブレーキをかけ、車いすを支えながら下ります。

#### \*段差の上り方

ティッピングバーを踏みながらハンドルグリップを押し下げ、前輪（キャスター）を段の上に乗せます。その後、後輪を段の際に付け、ハンドルグリップを持ち上げながら後輪を段上に乗せます。

#### \*段差の下り方

後ろ向きになり、ハンドグリップを持ち上げてゆっくり後輪を降ろします。

その後ティッピングバーを踏み、前輪（キャスター）を上げ、後ろに下がり前輪を静かにおろします。

#### \*横断歩道の渡り方

道路の前後の段差に注意して、急がず左右の安全を確かめ、信号のあるところは、青のうちに渡りきれよう配慮します。

詳しくは、QRコードの動画でご覧になれます。

### ACT 在宅介護研究会

介護の悩みやご相談は  
こちらまでご連絡ください。  
(秘密厳守)



ACT事務局 ☎03-5302-0393

## 小平 ACT あったか小平 ～子ども食堂&寺子屋～ スタート

「小平 ACT」は3月26日に設立総会を開催し、同時に「あったか小平 子ども食堂&寺子屋」を26人でスタートさせました。お世話になった社会福祉協議会のCSWの方と豊泉 ACT 理事長を来賓に迎え、男の料理教室、自治会、他生協の人も入り混じり、地域愛に溢れた和やかな集いとなりました。

準備は昨年7月から始まり、たすけあいワーカーズ「らいふえいど」とワーカーズまちの縁がわ「ちっちゃいおうち」のメンバー5人が発起人になり会員127人に呼びかけて、10月30日15人で準備会を結成、沢山の激励と支援のメッセージがあり、力を



地域愛に溢れる設立総会



ピアノ演奏が子ども食堂開始の合図！

頂きました。その後、会を重ね仲間も増えて常時25人位で活動しています。

子どもを真ん中において、子ども食堂&寺子屋を開催し、誰もが来られるオープンカフェを開いて、子ども・子育て世代・高齢者、多世代が混じり合って緩やかに交流します。まず顔見知りになることから始め、子どもが安心して暮らせる地域福祉のまちづくりを目指します。

小平ACT代表 生井博美子

## メンバーの力で動き出した国分寺 ACT

昨年10月、市内の全 ACT 会員に「茶話会のご案内」を送付。11月30日初めての茶話会に10人が集まりました。4人は初対面であとは顔見知り。自己紹介では、何人もの親の介護・介護費用を抑えるコツ・障害児支援を続けている・定年後の自分がやれることを探す・認知症の夫との日々・次世代により環境を残したい・子育てと違う視点で孫の成長興味深い・・・など、人生は長く、想定外の出来事を乗り越えてきた「今の私」について淡々と語られま

した。ここに集まった誰かが話したいことや聞きたい話、学びたいテーマ、活かしてほしい専門職としての経験と知識など、次回につながる幾つものテーマが見えてくるようなエネルギーが波打っていました。みんなには力がある！

呼びかけた私たちは、集う場を用意し運営を受け持てばよい！これまで通算7回の茶話会を経て何でも話せる居場所になってきました。

国分寺 ACT 代表 池田 敦子



国分寺 ACT メンバー（全体会の記念写真）



4月18日モンテッソーリケアで認知症対応・深津高子氏

## 政策提案委員会 より

### 障がい福祉サービスの移動支援について

障がい者等が、自立した日常生活を営むことができるよう、住民に最も身近な市町村を中心として実施される地域生活支援事業の中に移動支援があります。

移動支援は各行政で基本的な考え方が異なり、単価や利用ルールを決めることが出来ます。そのため地域によってかなりの差が生じています。移動支援は身体あり・なしの区別がありますが、トイレ介助・車椅子移動のケアがあっても、身体あり・なし関係がなく同一料金の行政もあり、料金の差が顕著です。障がい者（児）にとって移動支援は、活動の場をひろげる重要な手段ですが、住む地域によって差があるのはおかしいと思います。また報酬の低さで撤退する事業者が増加し、利用が制限されている実態があります。



障がい者の移動については、国に対して必要な財源の確保と全国共通のしくみが求められ、制度としての不備を訴えていく必要があります。今後、移動支援の実体・課題を調べ、政策提案委員会として要望を出していきたいと思います。

連載  
コラム

#### 社会保障を考える（5）

### 新しい貧困の発見と社会保障の体系化



かど よく  
角 能

ACT理事

島根県立大学地域政策学部地域政策学科  
地域公共コース准教授

今回は、貧困の発見と社会保障制度の体系化・連携という点について、考えてみたいと思います。コロナ禍が続く今、日本の経済面での貧困は解決の糸口が見えず、特に女性の貧困が深刻さを増しています。コロナ禍により居場所・出番という意味での関係面での貧困が社会全体に蔓延しています。

社会福祉研究者リスターは、物質的な貧困と非物質的＝関係的な貧困は車の両輪であり、この両方の制度的解決が求められていることを提起しています。近年の社会保障は、経済的自立だけでなく、生活保護の自立支援プログラムにおける「社会生活自立」、生活困窮者自立支援制度における「自立相

談支援事業」など関係面での貧困にも対応しようとしています。しかし花園大学の吉永純先生は、生活保護手前のセーフティネットであるはずの生活困窮者自立支援制度において、所得の保障が含まれていないという生活保護との整合性の問題を指摘されています。新しい貧困の発見の努力とその社会保障制度における体系化、これが今求められています。



ACTが掲げた3つのたすけあい「人・物・お金」のひとつ『生活自助品』(物) 介護用品や食品など安心して良質なものを会員価格で提供します。

## 🍴 ルイボスティーで美味しいおやつ 🍴

ルイボスティーゼリー (材料2人分)

- ・ルイボスティー プレミアムか生葉 お好みの方を1包 (3.5g)
- ・水 300ml
- ・ゼラチン 5g
- ・砂糖 大さじ3
- ・くだものやミント お好みで



ルイボスティーのゼリーはいかが? ノンカフェインなのでお子さまでも安心!

### ●つくり方●

- ①ルイボスティーを水300mlで濃い目に煮出す。(5~10分位) 途中で水量が減ってきたら少し水を足す。
- ②ルイボスティーを取り出し、砂糖とゼラチンを入れ素早くかき混ぜる。
- ③器に注ぎ、粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし固める。
- ④お好みでくだものやミントを添える。

### ルイボスティー (税込価格)

- 有機ルイボスティー (4g×60包) 3,750円
- 有機生葉ルイボスティー (3.5g×20包×2) 2,700円
- 有機プレミアムルイボスティー 2Lペットボトル用 (6.0g×20包×2) 4,050円



## 🌸 ACTインフォメーション 🌸

ACTは今年30周年を迎え、11月27日(日)に記念行事を予定しています。詳細が決まり次第、お知らせいたします。

### 皆様のご協力とご寄付に御礼申し上げます

ACTコミュニティ活動応援基金  
 まちの縁がわ事業継続支援寄付 27件  
 148,000円 (6月末現在)

### 編集後記

9月21日は30回目のACTの誕生日。発足当時のACT通信をめくると、創成期の会員の熱い想いがあふれていて、つい見入ってしまいます(若い!写真も...).市民が立ち上げた活動は、お手本も先例もなく走りながら考え行動して30年続きました。みんなの力で。次号ACT通信は設立30周年記念号です!

(さっちゃん)

住所、連絡先等変更されたときは、ACT事務局までお知らせください。

特定非営利活動法人アビリティクラブたすけあい  
 〒164-0012 東京都中野区本町2-51-10 OKビル4階  
 ☎03-5302-0393 FAX 03-5302-0394  
 E-mail: tokyoact@maple.ocn.ne.jp https://npact.org/



「Facebookで「いいね!」してね」

