



NO. 73

2015年3月31日(火)

ゆめ 夢 通信

特定非営利
活動法人
ウエーブ



〒321-1263

日光市瀬川95番地1 (朝日町)

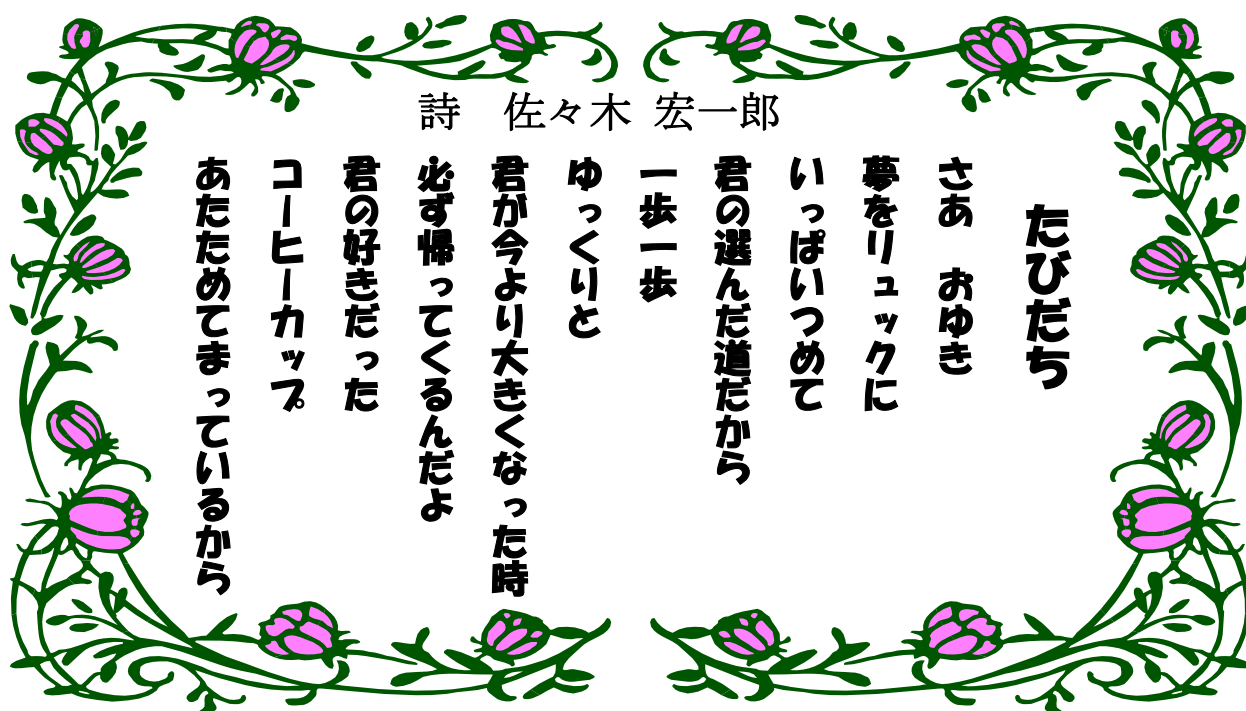
電話 0288 (21) 5330

FAX 0288 (21) 5388

ホームページ <http://npowave.jimdo.com/>

メールアドレス info@wave-i.org

【事務所営業時間】 平日9時～18時



日一日、一日と寒さが去り、暖かい季節が訪れて来ました。桜の花を愛でながら先輩、親友や旧友たちと杯を交わすなど、ほっと心が温まる季節でもあります。

ウエーブは、今年7月に創立20周年を迎えます。この記念の年に、お蔭さまで去る3月19日「仮認定NPO法人」としての仮認定をいただきました。(期間H27.3.19~H30.3.18)これは、永きにわたり皆様のご支援、ご指導をいただきました たまもの と感謝を申し上げます。仮認定を取るために2年、申請書を提出してから1年と3年間を経て、ようやく得た仮認定です。3年以内に「認定」取得のために頑張ります。

どうぞ、これからもご支援よろしくお願ひいたします。

2年前に、お茶を飲み、おしゃべりの場所「ほっとウエーブ」を毎週水、木と開いてきました。4月からは、火曜日も開店いたします。来場者と昼食メニューを決め、楽しく、一緒に作って、いただく居場所にしていきたいと思います。

近くへお越しの際は、ぜひ、お立ち寄り下さい。

「ほっとウエーブ」は有志の方々のご寄付で運営しています。ありがとうございます。

理事長 芳賀 マサ子

はじめまして

仕事を休んでから半年間、家でぶらぶらしていました。けれど、毎日が退屈でした。また、仕事をしようと思っていた時にウエーブさんに採用していただきました。

仕事に対しての不安はあまりありませんでしたが、利用者さんとの信頼関係がとっても不安でした。しかし、利用者さん達がとっても優しく接して下さって、とても楽しく仕事をさせていただき、ありがたい気持ちでいっぱいです。

これからも一生懸命頑張りますので、よろしくお願いいたします。

訪問介護員 三浦 フミ子

よろしくお願ひします

はじめまして。「土方と乞食は3日やったらやめられない」とは聞いていましたが、結局定年まで35年程土方をやっていました。昨年春に、介護と福祉運送の講習を受けて5月からウエーブで送迎の仕事をしています。

実は我が家でも何年前から、週1回ウエーブに家事援助に来てもらっています。

「アッ！きれいになってる」と他人事のように眺められる事。一瞬ではあっても気持ちがほぐれ、気持ちに余裕が芽生えることは大切なことだと思っています。

他人が家の中に入ってくることは「引っかき回されるようで」、「アラ探しをされるようで」、「恥をさらすようで」とか抵抗がなかった訳ではありません。うちの場合は、他人が入ってくることは、家の中に社会が入って来ることで「張り合い」のようなものが芽生えた感じで、よかったと思っています。

私の仕事の場合は、ヘルパーと言っても右から左へ人を運ぶことですが、この仕事の向こう側では、やっぱり、そして、きっと似たような事が起きているのだろうと、勝手に想像しながらやっているのです。

訪問介護員 野中 末雄

仮認定が取れました！

認定NPO法人格の取得について、3月19日付で、「仮認定」を取得することができました。応援して下さった皆様、本当にありがとうございます。3月19日以降の、ウエーブへの寄付金の最大50%が税金から控除（還付）されることとなります。ぜひご活用ください。

寄付金の40%が所得税から、住民税でも10%が還付されます。

◎（寄付金額－2,000円）× 40% ◎1万円の寄付で3,200円減税

これからも「困った時は、お互い様」の理念で、住み慣れた地域で安心して暮らせるような社会づくりを目指し、今まで以上に取り組んでいきたいと思ひます。

引き続き、ご支援・ご協力を賜りますように、よろしくお願いいたします。

～仮認定と本認定って何が違うの？～

仮認定制度は“認定NPO法人へのステップ”として用意されたもので、本認定と比べるといくつか制限がありますが、一定の税制優遇措置を受けられます。

松ぼっくり工作・節分・ひな飾り・・・デイサービスだより



松ぼっくり工作

介護支援ボランティアの
茂木三千男さまと…
皆さん、個性豊かな、かわ
い、松ぼっくりの雪だる
まが出来上がりました。

節分

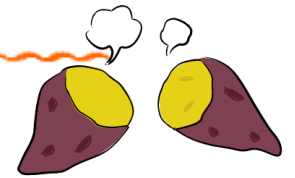
2月3日…これから始まる
新しい一年が不幸や災いの
無い、良い年になりますよ
うに…。福は内！鬼は外！



ひな飾り

うれしいひなまつり♪♪
ひな飾りを見に日光のカフェに
出かけたり…
手作りの折り紙ひな壇の前で
パチリ！すまし顔の二人です。





- ・ 退院の 喜ぶ友に 我残り
- ・ 大部屋で 人のおならで 目が覚めた
- ・ 屁出健源（へしゅつけんげん）
おならが出れば快調。
おならは健康体のシンボル。



体温と健康について

最近では低体温の人が増えています。体温が低いと、病気に対する抵抗力が弱くなります。低体温の原因は生活習慣と関係があります。運動不足、冷たいものや甘いものの摂り過ぎ、バランスの悪い食事や即席の食品、ファーストフードなど脂肪や糖分の多いものは、ビタミン、ミネラル不足になり、体内でエネルギーや熱を作る働きが減少します。

理想の体温は、朝36.0℃以上、夕方36.5℃以上です。この体温を保てれば血液の流れがよくなり、体内の酵素が活発に働いて、ウィルスや細菌、またガンにも負けない身体になるそうです。

デイサービスに来ている方で、平均体温が36.8℃、時々37℃を超えるすばらしい体温の人がいます。「風邪をひいても、のどが痛いくらいで、うがいをすれば治ってしまう。」と話されています。

薬や注射に頼る前に自分の自然治癒力を高めて、健康な生活を送りたいですね。

デイサービス看護師 渡辺 マリ子

ウエーブ創立20周年記念事業「感謝のつどい」のお知らせ

ウエーブは、おかげさまで創立20周年を迎えました。多くの方々のご支援とご協力を賜りながら、今日まで活動を続けてこられましたことに心から感謝を申し上げます。

今年から介護保険制度が改正され、地域の支え合いに力がそそがれるようになりました。「困ったときはお互いさま」の理念でやってまいりましたウエーブの事業が国の制度化されたわけです。

創立20周年という節目の年に当たりまして、皆さまとともに歩んでまいりました過去をふりかえり、また、お互いの親睦を深め合えるような「感謝のつどい」を開催する計画を立てております。

詳細は後日お知らせいたしますが、食事会を兼ねた楽しいつどいにしたいと思っております。皆さまの、ふるってのご参加を心よりお待ちしております。

と き 平成27年10月25日（日） 12時 ～ 15時

ところ 日光東照宮「晃陽苑」 住所：日光市瀬尾1640-14

ウエーブ創立20周年記念事業実行委員長 芳賀 淳史

平成27年度通常総会のお知らせ

と き 平成27年5月17日(日)
午後1時受付開始 午後1時30分より総会
ところ 日光市中央公民館 2階会議室
住所：平ヶ崎160 TEL：22-6211



「ふれあいコンサート」 入場無料

♪ソプラノ歌手 石井真由美さん ♪ピアノ伴奏 原口佐登子さん

総会のあとは、視聴覚室にて午後3時から午後4時30分頃まで、ふれあいコンサートを予定しています。是非お誘いあわせのうえご来場くださいますようお願いいたします。

活動報告 (平成26年12月27日～平成27年3月29日)

1/9 (金)	障害者支援施設・福祉関係職員研修会 (宇都宮)	1名
1/15 (木)	第8回日光コミュニティケア研究会	2名
1/23 (金)	活動会員新年会	36名
2/1 (日)、2 (月)	栃木県シルバー人材センター連合会主催 福祉有償運送運転者講習会 講師派遣 (宇都宮)	延2名
2/4 (水)	日光文化創造館建設についての説明会	2名
2/5 (木)	介護保険講演会 「認知症の理解と対応～認知症のケアと介護者のケア」	36名
2/10 (火)	とちぎボランティアネットワーク運営委員会参加	1名
2/12 (木)	健康保険委員会研修会	1名
2/24 (火)	日光市ケアマネジャー連絡協議会研修会	3名
3/2 (月)	26年度難病患者支援者向け研修会 (鹿沼)	1名
3/4 (水)	日光市介護サービス事業者連絡協議会研修会	4名
3/12 (木)	日光市介護支援ボランティア制度受入れ事業所連絡会	1名
3/12 (木)、13 (金)	26年度介護サービス事業者集団説明会 (宇都宮)	延4名
3/13 (金)	日光市市制施行10周年記念事業検討委員会	1名
3/17 (火)	第4回理事会	10名
3/18 (水)	第1回日光ボランティア市民活動フェスタ2015実行委員会	1名
3/19 (木)	仮認定NPO法人の認定書受領	
3/21 (土)、22 (日)	とちぎ地域福祉ネット主催 福祉有償運送運転者講習会 講師派遣 (高根沢)	延2名
3/24 (火)	障害者の総合的に支援するための法律等に関する 事業者説明会 (宇都宮)	2名
3/27 (金)	日光市第6期介護保険事業計画説明会	3名
3/29 (日)	栃木県ホームヘルパー協議会研修会 (宇都宮)	1名
1/22 (木)、2/8 (日)、3/27 (金)	とちぎ福祉ネット新年会・研修会・定例会 (高根沢、宇都宮)	延5名

「幸せの黄色いレシートキャンペーン」のお礼とお願い

イオン今市店では、毎月11日が「幸せの黄色いレシート」キャンペーン開催日です。黄色いレシートの総額の1%がウェブに還元されます。

26年度下期の助成金11,000円をイオンギフトカードにていただきます。ありがとうございました。これからも「黄色いレシートキャンペーン」の時には是非、ウェブのボックスに黄色いレシートをお願いいたします。引き続きご協力をお願いいたします。

ご協力誠にありがとうございました

(順不同・敬称略)

会員・寄付者（平成26年12月27日～平成27年3月29日）

正会員（活動・利用会員） 合計 198名

新規) 9名

継続) 1名

家族会員 合計 21家族

賛助会員

法人 4法人 合計 4口

個人 90名 合計 95口



寄付者 合計 117名 寄付金 合計 548,624円

7名 計 38,500円

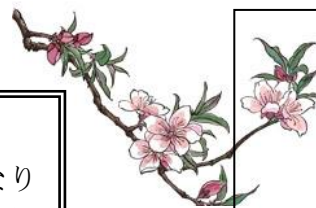
たくさんの方からお菓子、野菜、お茶その他日用品などのお心遣いをいただきました。お名前は省略させていただきます。

誠にありがとうございました。

編集後記

4月からの介護報酬改定による作業が重なり忙しく、今回は非常に大変な通信作成でしたが、無事完成し、ほっとしています。

4月12日（日）にマラソン大会に参加する予定です。給水所にて、「給スイーツ」として、有名和菓子店や洋菓子店、パン屋などの自慢のスイーツが提供される、ユニークな大会です。景色とスイーツを味わいながら、気軽にゆるりと楽しんできたいと思います。（Y. Y）



利用会員 高橋 節枝

節枝

美しきかな

白き花 咲くが如くに
南天の葉に積る雪