

たすけあいワーカーズ研修 12/19・20 札幌市かでる2・7 「まちの縁がわ」実践を学ぶ

東京から2名の講師を迎えて、たすけあいワーカーズ研修「地域づくりコーディネーター講座」を行いました。ACTの3つの機能①居場所 ②相談 ③ほっとサービスを備えた「ほっとスペース構想」について共有しました。また、生活クラブ生協組合員6名が国立市で始めた、相談や助けあいの機能を持つコミュニティカフェ「かふえカサムシカ」の設立から現在の運営までを聞き、まちの縁がわの実践を学びました（カサムシカはスペイン語で音楽の家）。

高齢化が進む中、地域の力が問われていますが、「ACTでは市民の主体的参加が最も重要と考え、各地域で市民による地域福祉計画まで策定する」と聞き、地域サロン事業に取り組んでいる私たちにとっても、大きな視点で地域福祉を考える良いきっかけになり、地域の課題を解決するしくみを作っていきたいと希望が膨らみました。（報告：斎藤理事）



口腔の状態が全身に影響を与えることを学んだ研修。参加者32名

に、正しいブラシの使い方を学んだり、問診票で口腔トラブルがないか確認しました。瀧川さんは、「歯の健康を保つことと、ゆっくり食べることが重要」と話してくれました。自分の歯は自分で守っていく事が大切だと改めて考えさせられた研修でした。（報告：勝部理事）

会員全体研修 1/15 札幌市かでる2・7 歯科検診と毎日のケアをしっかりと！

連協ではケガや病気に備え安心して働けるよう、ワーカーズ共済への加入をすすめています。また、W.Co共済から事務委託を受け、会員の健康に関する支援も行っています。その一環として、今年度は北海道歯科衛生士会副会長 瀧川裕子さんを講師に、口腔ケアをテーマに会員全体研修を行いました。各自、手鏡と歯間ブラシを手に、正しいブラシの使い方を学んだり、問診票で口腔トラブルがないか確認しました。瀧川さんは、「歯の健康を保つことと、ゆっくり食べることが重要」と話してくれました。自分の歯は自分で守っていく事が大切だと改めて考えさせられた研修でした。（報告：勝部理事）



NPO法人アビリティクラブたすけあい（ACT）池口 葉子理事（左）、ワーカーズ・まちの縁がわ 国立 辰田 智子代表

移転しました

●たすけあいワーカーズ さくらんぼ
札幌市南区真駒内南町1丁目7-3

Tel / Fax 011-555-7871

●たすけあいワーカーズ ふわっと
江別市新栄台46-12 ケアハウスゆうあい内

Tel / Fax 011-381-2393

『ワーカーズコレクティブってなに？ の本。』



希望の方に
プレゼント

A5版14ページ
ワーカーズ・コレクティブ
ネットワークジャパン

ワーカーズ・コレクティブのサービスや、働き方がイラストでわかりやすく描かれている本ができました！全国のワーカーズの業種や連絡先も掲載。FAX かメールにて件名「ワーカーズの本希望」とし、送付先住所と氏名を明記して下さい。在庫に限りがあり、無くなり次第終了。

ワーカーズカフェに 行ってみませんか

ワーカーズ・コレクティブでは、赤ちゃんからお年寄りまで年齢を問わず気楽に立ち寄れるカフェを開いています。毎月、さまざまなイベントも開催しています。お散歩がてら、遊びに来ませんか。詳細はお問い合わせください。



クイズ

ワーカーズ起業本『小さな起業で楽しく生きる』を抽選で2名様
にプレゼント！



Q

ほのぼの板橋コースで訪れた生活クラブ館の名称は？
①丸丸 ②五郎丸 ③徳丸

（ヒントはP3） ※前号の答え：②

応募方法

FAXまたはメールで、名前・住所・電話番号・クイズの答え・ワーカーズの方は所属名を、下記の北海道ワーカーズ・コレクティブ連絡協議会まで送ってください。締め切りは4月末日。答えは次号とHPで発表します。

■発行 / 特定非営利活動法人 北海道ワーカーズ・コレクティブ連絡協議会

〒060-0052 札幌市中央区南2条東1丁目1-13 南2条ビル201号室

☎ 011-596-0650 FAX 011-596-0651

Email wco28@athena.ocn.ne.jp

http://hokkaido-workers.org

■発行責任 / 嶋 明美 編集責任 / 理事会 制作 / プランズEPO

■年4回発行 年間購読料 / 1000円

北海道ワーカーズ・コレクティブ連絡協議会は
1986年に設立。32団体約500名が加入しています。

業種	団体数
食	6
福祉	11
子育て支援	10
業務請負	3
リサイクルと環境雑貨の店	1
企画・編集	1

ArtWarm cafe ほわぽわ

イベント等 ①通常のカフェでは、飲み物や手作り菓子を提供。遊びのスペースには、木の砂場や積み木、絵本があり、親子で遊べる。②月1回のお楽しみ会（わらべうた・パネルシアター等）や夏祭りを開催。

営業 5/11～11/25のうち
水・木・金のみ営業・祝休み
10:30～15:00（14:30ラストオーダー）

住所 石狩市花畔1条1丁目56-1
Tel 090-8636-2004（ぽけっとママ）

おむすび cafe 粒

イベント等 ①キャンドルナイト（6/18）、「生活クラブ館夏祭り」（7/23）に出店参加。②ニンニクの芽やブルーベリーなど、長沼町産の有機野菜・果物の販売（夏季）。

営業 月～金 11:00～16:00
土 11:00～15:00
◆日・祝・年末年始 休み

住所 北広島市美沢1丁目1-2 生活クラブ館・北広島1F Tel 011-372-3777（粒）

あまんと 三世交代交流ひろば café 亜麻人

イベント等 ①「オレンジタイム」（第4金曜 11:00～11:30）。赤ちゃんからお年寄りまで、昔遊びやわらべ歌などを楽しめます。②亜麻人手芸クラブ。刺し子など。③女性中心・初心者向け「にこにこマージャン」サークル他。

営業 火～金 10:00～16:00
土 10:00～15:00
◆日・月・祝休み

住所 札幌市北区麻生町6丁目14-6 高橋ビル2F Tel 080-2870-9735（ブチマト）

えこふりい cafe

イベント等 ①「うた声カフェ」（第4火曜 13:30～15:00）。参加費無料、飲み物代のみ。②「ミシンカフェ」（毎週火曜 12:30～16:30。他のイベント時は休み）。参加費2時間700円より。

営業 1月～2月 11:00～17:00
3月～12月 10:00～17:00
◆日・祝休み

住所 札幌市白石区本郷通6丁目北1-23
Tel 011-866-1113（えこふりい）

ありがとう30周年

No.

41

2016.4

年4回発行

特定非営利活動法人 北海道ワーカーズ・コレクティブ連絡協議会 機関紙

ウィッシュ

Wish

あなたの思いを形に

特集 ワーカーズ・コレクティブ全国会議 in 東京

ワーカーズ
ひと・人

作ることと食べることが大好き 趣味は調理です！

札幌市白石区にある食のワーカーズ かまら〜どは、高齢者向け住宅での食事や宅配弁当を中心に、無添加の調味料や国産野菜などを使った手作りの料理を提供しています。今回は、活動を始めて11年になる代表 山中明美さんに話を聞きました。

好奇心とやってみたい気持ちが膨らんで

実家は仙台市の東北大学近くの定食屋です。留学生がいつも集まっていた、自然に外国に憧れるようになりました。高校を卒業してすぐ中国に留学。1年間は中国語を勉強し、その後1年は中華料理を学びました。とにかく無我夢中でしたが、日本では見かけない食材を使用した実習は、とても勉強になり充実していました。帰国後は地元のホテルに就職。さまざまな仕事を覚えたくて、調理以外の部門の仕事をして経験を積みました。

その後結婚し、子育て中はパートや生活クラブ生協の活動をしていましたが、次第に「私は調理の仕事がしたいんだ」という思いが強くなっていきました。そして、35才の時に企業の従業員食堂で働き始めて少し経った頃、かまら〜どの募集があったのです。「やってみたい！」という気持ちが膨らみ入会を決めました。

食べてくれる人とのがかわりを大切に

かまら〜どに入ると、調理も弁当の配達も楽しく、配達先で「ありがとう」「寒いのにご苦労様」と声をかけてもらい、とても嬉しかったですね。代表を引き受けてからは、しっかりと働ける職場づくりも意識するようになりました。経営の安定を考え、葬儀食や高齢者施設への配食を増やしました。

3年前、事業が入居者さんへの1日の食事提供と、地域への配食サービスの両輪になることをメンバーで話し合い、覚悟を決め現在のサービス付き高齢者住宅アルスタウンに移りました。提供する食事は、栄養バランスに加えて、薄味で野菜をたくさん使う事を大切にしています。濃い味付けに慣れている方も、少しずつ薄味に慣れて「食事が良いので薬の量が減った」と言ってくれたこともある



帰宅後の犬の散歩と晩酌でリラックスしています。家族がお酒やおつまみを出してくれるんです。

（企）仕出し弁当 かまら〜ど
代表 山中 明美さん

んですよ。コミュニケーションを大切にしながら、食べてくれる人に喜んでもらうことが私たちのやりがいなのです。

レベルアップを目指して

私はやると決めたら勢いよく突き進むタイプですが、会計など細かな部分をメンバーがフォローしてくれて、スムーズに運営することができています。今後はパーティのオードブルなど外部の仕事を増やし、私たちの調理レベルを上げていきたい。そのためにデパートの食料品売り場を参考にしたり、メンバーでの会食を学習の機会にしています。いろいろな事にチャレンジしながら、美味しい料理を提供していきたいと思っています。 【取材 / 矢城・嶋】

（企）仕出し弁当 かまら〜ど

- ◆設立 1992年9月
- ◆会員 3名
- ◆札幌市白石区平和通3丁目南1-7 アルスタウン1F
☎ 011-807-4464

