

IPPPO

いっぽぽ

はじめの一步の会 会報 8号



「はじめの一步の会」の活動は

伝統とダイナミズムが共存する豊かな水の街、中央区。この街の魅力をフルに活用し、住み慣れた地域で死ねるまちづくりをめざして区民の力が結集し「はじめの一步の会」が誕生しました。「はじめの一步の会」は2007年4月に発足し、区民と聖路加国際大学との協働プログラムとして運営されています。

街は人を育む大切な場所。それは安全で健全、そして何よりも住む人が愛着を持つ特別な場所です。そこに住む人々の交流を通じて人間関係が生まれます。この人間関係を育むための活動を行っています。

住み慣れた街で、最期を迎えるために

高齢者の方々に向けたサービスは確実に充足されつつあります。しかし私たちは、行政が次々に打ち出す社会福祉制度について気が付かないで過ごしてしまうことがあります。今回は、新しく介護保険制度に組み込まれた「総合事業」を概観して、「はじめの一步の会」の未来について考えてみたいと思います。

要支援の方々に朗報です!

勝田 高之 (広報担当)

これまで全国一律に給付されていた要支援者への訪問介護や通所介護は、平成27年4月の介護保険制度の改定によって、地方自治体(中央区)に実施主体が移行されるようになりました。これを「介護予防・日常生活支援総合事業」と言い、「総合事業」と呼びます。

「総合事業」の狙いは、要支援者の多様なニーズに対して、既存の介護事業所によるサービスだけではなく基準の緩和によるサービス、ボランティア等が担う支援活動などを用意することで利用者が必要とする十分な内容と質の支援が受けられるようにすることにあります。

「総合事業」を担う推進主体が、地方自治体(中央区)になることにより、全国一律だったサービスが、地域の実

情に合わせて提供されることとなります。中央区では、平成28年4月から移行を開始しています。これは、法改正後から地方自治体(中央区)に移行するまでの期間の猶予が平成29年4月までであった為です。

当初、要支援者へのサービス切り捨てではないかとの懸念も一部にありましたが、実際は、サービスの種類が増えるため利用者にとっては、本人の生活状況などに合わせたサービスが選択出来るようになりました。

私たち「はじめの一步の会」の活動に関係することも多いので、特にその点について紹介をいたします。

「総合事業」に移行するのは、従来の要支援1、要支援2(予防給付)の訪問介護と通所介護に限られています。訪問看護と福祉用具などのサービスは、今までと同じに利用することが出来ます。

「総合事業」の全体構成は、

【1】介護予防・生活支援サービス事業と

【2】一般介護予防事業の2つで構成されています。

【1】の介護予防・生活支援サービス事業は、

- (1) 訪問型、通所型サービス(従来の予防給付の訪問介護、通所介護に相当するサービスを含みます)
 - (2) その他の生活支援サービス(配食や安否確認等を指します)
 - (3) 介護予防・ケアマネジメント
- の3つで構成されます。

【2】の一般介護予防事業は、

介護保険の第1号保険者すべてが対象となり、住民主体による“通いの場”の充実などが相当します。

対象者は、今までの「要支援1」「要支援2」の2つに加えて、前述の【1】の介護予防・生活支援サービス事業の対象者を「事業対象者」と呼び、全部で3つに分類するようになりました。このサービスを利用する人は、「要支援」の認定を受けた上で、「基本チェックリスト」と呼ぶ確認を経て「事業対象者」になることが出来ます。更に、地域包括支援センター(おとしよりセンター)の介護予防ケアマネジメントを経て、サービスを利用することが出来ます。(サービスの詳細は、中央区のホームページやお近くの“おとしより相談センター”にお尋ねください)

“通いの場”と 「互いに語りあう会」の 連携を進めます!

「総合事業」には、一般介護予防事業に位置付けられ住民主体による“通いの場”があります。この利用者は、要支援者を中心に設定されていますが、厳密に定員を制限したりせずに運営されています。その結果、利用者が支援者に代ることもあり、柔軟な対応が出来ます。

中央区内の独居の高齢者の皆さんのお宅に訪問しての掃除、お話相手といったボランティア活動など、生活の中で必要なことを助け合うということも含めて「互いに語りあう会」の課題にしていくことが、総合事業の拡大につながるのではないのでしょうか。地域での介護予防活動は、ここまでという線引きが明確にある訳ではなく、利用者の十分な満足が得られれば、それが予防につながります。私たちの「互いに語りあう会」は“通いの場”と共通している点もあり、違う点もあります。今、各地域で“ふれあい”

“いきいき”“サロン”“コミュニティ・カフェ”などの名称で活動が展開されています。

私たちの「互いに語りあう会」も、今後は地域に出向いて開催することにしています。地域の特性に応じて連携を深めて行きます。

専門職の方と ボランティア参加者の 協調を重視します!

本来、私たち“はじめの一步の会”のようなボランティア活動は、社会的な制度の上に位置づけられた活動ではありませんが、利用者の生活状況に合わせて個別に柔軟な活動が出来るメリットがあります。そのメリットを活かして、今後は、これまでの地域における支援活動の延長上に組み入れていただく努力が必要だと考えています。

又、地域に出向くと、ボランティア活動自体が有償か無償かの問題に直面します。

「総合事業」に関する厚生労働省のガイドラインには有償の活動も含まれています。

サービスの提供者に雇用関係があるか無いかの違いを利用者に対して明示するよう指導しており、対価もいくらかではなく、サービス提供時間の蓄積や地域のみで利用出来るメリットなどの仕組みが例示されています。

特に地域でのボランティア活動は専門職の皆さんとの調整が必要です。交通費などの必要経費は必要ですが、サービスの内容に有償か無償が影響することが無いように協調して行きます。

“最期を住み慣れた街で”に 更に一步前進します!

私たちは、地方自治体(中央区)が、主体となって「まちづくり」も念頭に置いて、総合的な視点で行われるのが「総合事業」だと考えています。

高齢者が抱える様々な課題は、介護や介護予防だけではありません。人間関係の希薄化や社会的な孤立などが原因のケースが多くあります。私たちは地域における支援サービスの活動により高齢者の皆さんが地域社会との繋がりを回復してくれることを望んでいます。「総合事業」への移行に伴い、高齢者だけではなく子どもたちや障害者を含めた「まちづくり」に「総合事業」が大きく機能することを期待しています。

ボランティア活動から

中央区内の高齢者の方々のお宅に伺い、日常生活や暮らしの支援や、元気にお過ごしいただくためにお話をしたり、外出のお供をしたりする活動を続けています。しかし、いくら親しくさせていただいても、残念ながら幽明界を分けることは宿命です。良い思い出を沢山いただきました。ありがとうございました。

利用者の皆さんとの思い出 —Aさん、Bさん! さようなら—

木村 紀子

人生を楽しむ達人だった Aさん

Aさんは、リウマチで指が変形し、箸を持つことができませんでした。その上、両股関節を骨折し、車イスの生活で、娘さんを亡くし独居の方でした。痛みや不安のために眠れない日も多くあったことでしょう。しかし、一人で苦しみや悲しみを乗り越えて、満面の笑顔で私たちを迎え入れてくれました。

彼女の回りには人が集まり、彼女のために「何かしたい」と思わせる不思議な力、生き抜く力を持った方だったと思います。書道の先生で、俳句、読書、料理絵画等の趣味をお持ちでした。私たちの活動では、日本橋界隈の買物が中心でしたが、ご希望により川越街道方面や葛西臨海公園等への遠出も楽しみました。リハビリ目的で作られる袋は、色鮮やかで折り目がきれいなモノでした。珍しいものを見るのもお好きで京橋の榛原や日本橋の小津和紙などにもよくご一緒しました。そこで垣間見せる知識の深さとセンスの良さに感嘆したものでした。

孤独を感じる時間が無いほどに一人の時間を楽しむ人生の達人で、覚悟をもって生き抜いたAさんのご冥福を心よりお祈り申し上げます。

美しい和紙の手づくり袋



ネクタイのあれこれ

Bさんは、ネクタイ屋さんでした。テレビに映る政治家の皆さんたちのネクタイをみても、センスの良い人、普通の人、日本製か、外国製かなどを指摘していました。おいくつになられても「さすがは、その道のプロ! 根拠がしっかりしている!」と説得力のあるネクタイ談話に盛り上がりました。

Bさんへの私たちの活動は、お話相手が中心でしたが、お花見や葛西臨海公園の水族館などにも外出しました。水族館は生まれて初めてだと、前の晩は興奮して眠れなかったと聞きました。目をキラキラと輝かせてマグロの回遊や海中の不思議な世界に見入っていました。(その時は未だマグロが沢山遊泳していましたので) その後は、レストランで食事をしましたが、いつもは一人での食事なので「皆さんと一緒に食べると美味しい」と言われ、食事制限がありました、「今日は特別! ちょっと食べ過ぎたかな!」と素敵な笑顔で話されていました。

いつもと違うちょっとした遠出の外出は子どもの頃の遠足のようで、いくつになってもワクワクするものですが、そのワクワクをご一緒に体験出来て、私たちも楽しい一日を過ごさせていただきました。

Bさんも旅立たれてしまいましたが、ネクタイを見るたびに、Bさんのあの柔らかい笑顔が私を包んでくれます。



実働報告

伊藤 里美

毎月一回、一步の会の定例会後に実働活動を行っています。

お手伝いさせていただいている方は青〇様。S9年生まれの82歳の男性です。H7年に脳梗塞で倒れ、右半身麻痺と失語症があります。

日常生活には全ての面において介護が必要な身体状況で、奥様が介護をされていますが、年々負担が重くなっています。

一步の会では、担当のケアマネジャーの依頼で、ご本人が元気だったころに趣味として楽しんでいたドールハウスの作製をお手伝いしています。和風の3階建ての旅館で、建物だけでなく、内部に配置する家具などの小物もあり、細かい作業が必要で、一時間の援助時間では中々捗らず3年近く通っていますがまだ完成には至っていません。



各部屋の小物も楽しみながら作っています。



ご本人も奥様も訪問を心待ちにしてくれていて、訪問すると満面の笑顔で迎えてくれます。言葉は話せませんが、問いかけには頷いたり、おうおう、そうなどの簡単な言葉で返事をされ、一緒に楽しく作業に参加されているのを感じます。

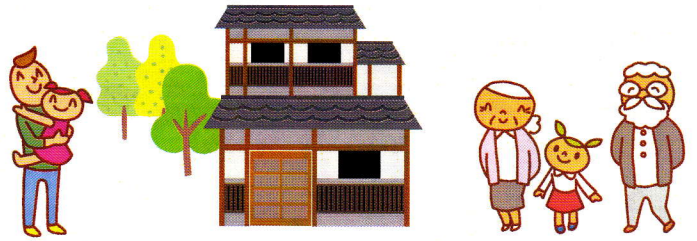
一步の会のメンバーが3人、同時に訪問したり、個別に参加したりしています。興味のある方はぜひ一緒にお手伝いをしてみませんか。

🔍 見て来ました

“地域包括ケアシステム”は、私たちの日常生活と少し遠い所にあると思っていたのが、今では全国至るところで稼働しています。これが今の日本超高齢化社会の事実なのだと思っています。私たち出来るかぎり中央区以外での活動に目を向けて行きます。



ここ「こまじいのうち」は高齢者から若いお母さんと子どもたちがブラット立ち寄り、ゆっくりとくつろいでもらう場、情報交換の場、「みんなの居場所」として、地域と町会連合会が主催しています。居場所作りが課題になっている今、空家の提供で「地域力」を活かしての活動が成功している事を知り見学会を開催しました。



“こまじいのうち”を見学して

聖路加国際大学 大学院
鈴木 良実

“こまじいのうち”（こま爺の家）は、文京区駒込の閑静な住宅街にあり、どこか懐かしい雰囲気を出し、木造の家屋で、地域住民の憩いの場となっています。

子どもや母親、お年寄りなどが、“こまじいのうち”を訪れ、プログラムに参加することは、住民同士の交流の場になるだけでなく、課題を発見することにも繋がっています。

お隣さんの顔も名前も知らないことが当たり前になりつつある現在、自然と住民が集まる“こまじいのうち”のような場所は、地域の絆を強めて行く重要な拠点になっているのだと思いました。

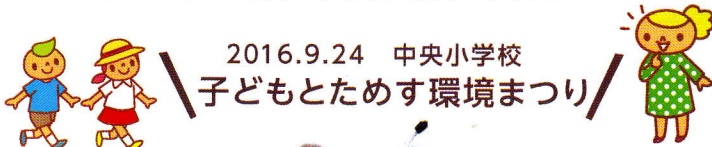
🤝 他の団体と交流しています

高齢者の方々との日常生活での接点を円滑に進めて行くためには、可能な限り中央区内の他の団体との交流の中で、情報交換や知己を得ることが必要です。

生きがい活動支援室 「生きがいひろば」で講師として活躍

川名 一栄

雨模様にもかかわらずシニアセンターにはたくさん的高齢者が集っていました。それぞれに生きがいを持って生活している方々なので会場はハツラツとした雰囲気でした。篠原代表によりアイスブレイクの後「一歩の会」についてパワーポイントで説明がありました。その後、川名が高齢者の実態について会場の方のご意見も聞きだしながら進めました。最後はいつもの一歩の会の締めと同じように「ふるさと」を会場全員で手をつなぎ合唱し、お互いの手のぬくもりを感じながら会を終わりました。



浜離宮クリーンエイド・ 築地市場ゴミゼロキャンペーンに参加

五十嵐 正恵

当日は、天候に恵まれ、若葉が目に沁みる5月の日曜日、浜離宮の正門前に9時15分集合、参加者17名、うち環境保全ネットワークから参加の3歳の坊やをはじめ“はじめの一歩の会”“消費者の会”そして今回は都立園芸高校のOBの皆さんと中の御門と園路周辺の除草作業を行いました。時期的に雑草は根を張り取り難い所も多くありましたが、学生達の力でかなり広範囲を鎌を使って根っ子から取り除く作業を行いました。坊やも大人に負けず頑張って除草運びのお手伝いをしていました。

綺麗になった御門周辺や園路を見て皆んな大満足し、ホッと一息と共に若葉に揺られて頬を撫でる風の心地良さに、作業は予定より早く終了した爽やかな一日でした。

同じく5月21日(土)には、今年の11月に豊洲に移転が予定されている築地市場の最後のゴミゼロキャンペーンに参加しました。“はじめの一歩の会”からは今までにない大勢の参加人数でした。今回は市場内のゴミ掃き清掃でした。作業終了後は、お花のプレゼントなどがありました。両日共に参加された“はじめの一歩の会”の皆さん、お疲れさまでした!

はじめての 一步の会

10周年



私たち「はじめての一步の会」は、活動開始から以来、今年10年目を迎えました。高齢者の皆さんの人生に較べれば文字通り、未だ始めたばかりだと思いのことでしょ。それでも、少しは超高齢化社会の中でお役に立てたかもしれませんし、これからの方がもっと大変なのかもしれません。「はじめての一步」の言葉は、初心を忘れないために今後も標榜しながら前に進んでいきます。

これまでの10年を振り返る

麻原 きよみ

「はじめての一步の会」は、誰もが住み慣れた街で最期を迎えられることができる「まちづくり」を目指して、在宅サービスに係る中央区と聖路加看護大学(当時)の有志で2007年4月に発足しました。当時、介護保険制度が始まって7年が経過した頃でした。

私たちは、介護サービスだけでは、この会の目的を達成することが出来な思いました。サービスを受けることができない狭間の人たちがいることも気になっていました。

そこで、介護サービスではカバーされない支援を行うために、一人暮らしや虚弱な高齢者を訪問したり、施設などの訪問や研修会を通して知識を得る努力をしました。

一方、定例会では、当会の目的を達成するために私たちはどうしたら良いのかの熱い議論を交わしました。そして、3年前から、誰もが住み慣れた街で最期を迎えることが出来る「まちづくり」「互いに語りあう会」を開催するようになりました。

まさに「はじめての一步の会」の歩みが、地域づくりそのものだったように思います。

風に吹かれて10年

会長 篠原 良子

歴史と文化の息づく水辺の街、中央区で自分らしく最期まで生き続けられるまちづくりを目指して「家で死ぬるまちづくり・はじめての一步の会」の活動がスタートしました。

活動は見守り、そしてもうひとつの活動の大きな軸となっている「互いに語りあう会」です。この活動は高齢者の方々のお宅を訪問する中から生まれました。一般の方々とも互いに語りあい、聖路加国際大学の大学院生の皆さんとも一緒に活動しています。

最近の高齢者を取り巻く社会環境は大きく変化しています。その中で、格差さえも生まれている現実があります。これから高齢期を迎える方々、そしてそのご家族の方々が「自分の事として将来どの様に生活をして行かなければならないのか」は大きな課題です。「互いに語りあう会」ではそのような様々なテーマを掲げ、参加者の方々が本音で話しあっています。語りあうことで少しでも不安がとり去られ、独りではない事を認識しておられたのか、笑顔になりました。

また研修会や見学会なども企画して、会員の研鑽に努める事を今も継続しています。

このような活動の中で素晴らしい皆様との出会いがあり、その積み重ねが、お陰さまで周囲の方々から少しずつ理解されて来たと感じています。

気がつけば、10年が経ちこの間、悩んだり感動したり、壁にぶつかったり、様々な風に吹かれ、後押しされてきました。これからも常に新鮮な風を吹き込み、活動出来ればと願っています。

「愛の反対は憎しみでなく、無関心です。

私たちは大きなことは出来ません。

小さな事を大きな愛をもって行うだけです。」

マザーテレサの言葉より



2016年 クリスマス会



特集

互いに語りあう会 レポート

多くの方々のご協力と、足を運んでくださる地域の皆さまのおかげで、毎回充実した時間となる「互いに語りあう会」。真剣なまなざしと、朗らかな笑顔にあふれる会場の様子をお届けします。



今日の気分は何色かしら？

小さなアートのできあがり！

第8回 2016.6.18 老いることとは〈Part3〉 レポート 松本 リリ子

今回で第8回目を迎えることとなった「互いに語りあう会」。お近くにお住まいの方だけでなく、中央区で働いている方や他のボランティア活動をされている方など多くの方にご参加いただき、続けることのたいせつさを実感する始まりとなりました。

第一部は『五感を活性化してセルフケア 色あそび』。一般社団法人セルフケアネットワーク 高本さんと市川さんお二人のステキな笑顔でスタートするこの“セルフケア”は、同じテーブルで初顔合わせとなった方々とも、すぐに打ち解けることができる魔法のような時間です。

今回はまず、たくさんの色紙が各テーブルに広げられました。カラフルです！ その中から4つの気持ち(今日の気分・最近あった悲しい出来事・うれしい・安心)を表す色紙を自由に選び、その色紙で小さなアートを作って色あそびします。

難しく考えず、ハサミで切り絵にしてみたり、カラーペンで心に浮かぶ模様を描いてみたりと、無心で手を動かす。このかんたんな作業こそがセルフケアなのですね。最後に小さ

な額に入れば個性あふれる作品の完成です。おしゃべりが進み、各テーブルともなごやかな雰囲気です。進行くださるお二人のお力にはほんとうに感動してしまいます。

笑顔がいっぱいになったところで、第二部です。

いつものように聖路加国際大学の先生方と大学院の学生のみなさんの進行で、グループ内で自由に語りあいます。本日のテーマは〈老いて生きることとは パート3〉。生きがい、日々の感謝の気持ち、不安や悩みなど、皆さんの思いがあふれ出て、その言葉がテーブル上の大きな模造紙に広がっていきました。

途中、小藤さんの朗読でリフレッシュした後、山田先生が各テーブルの意見をピックアップしてまとめてくださいます。ご説明を加えていただくことで、理解が進むのがうれしいです。中でも「待つこともケア」というお話は印象深いものでした。「相手のペースに合わせてやるべき事をやると、結果的に早く済む」という介護についてのお話でしたが、介護の有無にかかわらず信頼関係を築くにあたって普段から心がけたいと思いました。

だれしも避けては通れない〈老いて生きること〉ですが、語りあうことで改めて自分ごととして意識できるようになり、何度参加しても前向きな気持ちになれる充実の3時間でした。





第9回 2016.10.29

考えよう! 死ぬまで住める家のこと

レポート 勝田 高之

第9回「互いに語りあう会」平成28年10月29日土曜日の午後、聖路加国際大学2号館ぼるかルームに約40名の中央区や、他地区から参加者が集い、「超高齢社会において自分たちが何をやって行かなければならないのか?」「互いに語りあう会」が開催されました。

今回は、当会の10周年に当たることもあり、今までよりも更にテーマを掘り下げて「考えよう!死ぬまで住める家のこと」としました。参加の皆さん自身が今後に備えて決めておかなければならないことでしたので白熱した話し合いが交わされました。ここには多くの課題が内在しています。

又、この様なテーマで開催しますので、ご参加をお待ちしています。



大学院生の皆さんがさりげなく各テーブルの会話を進めてくださいます。



皆さんのお話に耳を傾け、意見交換です

五感を使ってセルフケア♪



一般社団法人セルフケアネットワーク 高本さんと市川さん

布を選んで、お米を入れて、かわいいダンベルを作りました!

好きな柄を選んだり、糸で縫ったりする事がセルフケアになる♪



第10回 2017.2.18

考えよう! 死ぬまで住める家のこと〈Part2〉

レポート 篠原 良子

今回も様々な方が大勢参加されて会が盛り上がりました。回を重ねるごとに本音の言葉や悩み、不安、また貴重な提案が出てきます。一人暮らしでは、緊急の時は、どうするのか、人ごとではなくどの様に地域づくりをしてゆけば良いのか、システムづくりはと思いがめぐります。

今回は五感を使つての癒しではお米を利用してのダンベルづくり。用意した素敵ながらの布を選び、その中にお米を詰め込んでの作業、初めての方との出会い、そんな中で皆さん和気あいあいとなり楽しい時間でした。

朗読は向田邦子作「恩人」でした。耳を傾け聞き取りますと、いろいろと考えさせられました。

今回の語る会も皆様と貴重な話し合いが出来た皆さんのきずきを得られた思いがしました。

最近思うこと



“はじめの一步の会”の会員は、高齢者のご自宅を訪問する支援サービス活動を行っているだけではなく、運営企画や情報収集などの活動に従事している人たちが大勢います。会員が日頃感じていることや、提案などを自由に投稿して貰っています。



豊田 正文

日本は今、厳しい超少子・高齢化社会を歩んでいます。少子化により総人口が減少して行く中で、現在4人に1人が65歳以上の高齢者です。20年後には更に増加し、3人に1人が高齢者になると推計されています。このため国は社会制度の各種改革に取り組んでいます。特に住み慣れた地域で人生の最期まで生活を継続するためには、中学校区を単位に「地域包括ケアシステム」の構築が不可欠であると重視しています。

様々な施策の推進には、“自助”を基本に、“共助”（保険など）が“自助”を支え、“公助”（公的扶助など）が補完する。そして“互助”（ボランティア活動などの自発的な支え合い）が大切であるとしています。私たち“はじめの一步の会”の活動は、国が提唱する“互助”そのものと言えます。しかも10年も前から先行し、活動を継続しています。

中央区の人口は、平成29年1月に15万人を超え、高齢化率は減少し東京23区の中でトップの若い区になっています。しかし高齢者の実人数は着実に増加しています。

私たちの会が聖路加国際大学と協働して定期的で開催している「互いに語りあう会」は常に参加者の立場に立ち、役に立つゲームなどを交えて健康の話、10人ほどのグループに分かれて困っていること、楽しかったこと、等々を自由な会話を楽しんでいます。高齢者の皆さんは、心身の鋭気を養い、より充実した人生の一助として参加されています。どうぞ気軽にご参加ください！

会員紹介

入会しました

菊池 恵子

一步の会が発会して10年との事、光陰矢の如しですね。発会時1、2回は参加させていただきましたが入会には至らず残念に思っていました。

会員の1さんから会の様子を時々お聴きし、時間が出来たら是非参加したいと思い今に至りました。

「住み慣れた街で最期を迎えるために」包括ケアシステムが構築され、最期を迎えるのは自宅であれ施設であれ衣食住は確保されても心の豊かさはどうするのかなどいつも考えています。

「クラシック音楽をたのしみたい！」この思いを「地域で高齢になっても楽しむことのできる機会があれば良いね」と、桜の咲く時期、高齢者施設や近隣に住む高齢者をお誘いし「お花見散歩と音楽会」をおさんぽ応援団の仲間と開催しています。昨年、一昨年と一步の会の方が観客、ボランティアとして参加して下さいました。一步の会の思いと私たちのグループの思いが花咲く、住み慣れた街に住み続けたいと思っています。お仲間に入れた事感謝です。宜しくお願い致します。



マリンバ奏者のお二人と一緒に

取材して いただきました



「みんなの情報局」のレポーターのマリーさんとの御縁で「はじめの一步の会」の取材をお願いしました。打ち合わせのなかで、当会のネーミング「家で死ぬるまちづくり」を聞き、お若いマリーさんには、すぐに私達の活動内容を、受け止めるのを、戸惑われておりました。だったら、そういった若い方にこそ、活動を知るきっかけとして、是非広報して頂きたいとお話しました。

取材当日まで様々な事を調べ、いろいろと興味をもたれ「互いに語りあう会」の取材に臨んで頂き、素晴らしい作品に作り上げていただきました。御本人からも取材の中で様々な事を学べてよかったと申して頂きました。放映はベイネットで1ヶ月間 1日3回広報して頂きました。

10年の節目良い機会を頂きマリーさんに感謝です。



広報部会から | 編集後記 |

会員の皆さまの地域活動や、多くの方々との交流によって生まれた、出会い・学び・喜びが源となって、本年度も会報を制作することができました。本会はスタートして10周年の節目ですが、新しい10年も豊かに積み重ねることができるよう、次の一步を皆さまとともに歩んでまいりたいと思います。

会員を募集
しています

はじめの一步の会 事務局

聖路加国際大学内
山田 雅子

Fax: 03-6226-6382

Mail: ippo@slcn.ac.jp

会報: IPPO

編集: 広報部会

発行: はじめの一步の会

住所: 中央区日本橋浜町1-6-1

電話・Fax: 03-3851-7431

発行人: 篠原 良子