

昭島市社会福祉協議会だより

# ふれあい

第212号

平成30年11月15日号

発行

社会福祉法人  
昭島市社会福祉協議会

〒196-0015

昭島市昭和町 4-7-1

昭島市保健福祉センター 2階

TEL.042-544-0388(代)

FAX.042-543-0003

ホームページ <http://www.acsw.jp>

昭島市社会福祉協議会は市民の参加と協力によって運営されている、福祉を進める民間の団体です。

## 認知症を身近に感じ、考える11月

これは、ポルトガル語で書かれた作者不詳の詩の一節です。翻訳された詩に、樋口一が曲をつけて、2008年にはCD、その後本も発売されました。

詩は、高齢になり、認知症になったとしても、私の人生の終わりを見守り付き添って欲しいという思い、そして子どもへの感謝の言葉で終わります。

年老いた私が ある日今までの私と 違っていたとしても どうかそのままの 私のこと を 理解して欲しい 私が 服の上に 食べ物をごぼしても 靴ひもを結び忘れても あなたに色んなことを教えたように 見守って欲しい  
〔手紙〜親愛なる子供たちへ〕  
の冒頭の一節から



この詩は、認知症の方の変化の様子を表現しながら、その方の思いを代弁するとともに、介護をする方の思いを表現しています。

介護はそれまでの家族や知人たちの関係を崩してしまふときがあります。だからこそ、配偶者や子、家族だけで抱え込まず、多くの支援を受けながら、良い関係のままに生活を送りたいものです。

昭島市社会福祉協議会では、家族介護者の会や男性介護者交流会などの当事者の会を開催しています。また、地域では認知症の人やそのご家族の方が気軽に集える場所が増えてきており、認知症を身近なこととしてみんなで支える輪が広がっています。

市内に良き応援者が増え、誰もが住み慣れた場所で安心して暮らせるような社会にしましょう。



認知症になりにくい食事作り



昭島市徘徊模擬訓練

認知症、理解することから始めよう

認知症は誰もがなりうる病気です。他人事だと思わず、まずは認知症について「理解すること」から始めてみませんか？

### 認知症月間後半の催し

昭島市では11月を認知症月間として、様々なイベントを実施しています。

#### 認知症市民ひろば 18日(日)

認知症に関する体験談、予防体操、食事と認知症のお話などを実施します。

#### (予防ひろば)

認知機能向上！シナプロシ。

二つのことを同時にしたり、左右で違う動きなど慣れない動きで脳に適度な刺激を与え、活性化を図ります。

講演

「認知症になりにくい食事」についてのお話をします。試食もたくさん用意しています。

#### (交流ひろば)

さくらカフェ オレンジコンサート (ハーモニカ演奏)

(理解のひろば) 介護者の方のお話を聞きます。お話のあとは、会場の皆さんとゲストとの質疑応答や情報交換の時間です。

日時 11月18日(日) 10時〜16時

場所 保健福祉センター (あいほつく)

問合せ 地域支援係

#### 介護者を支える会

介護者の心のリフレッシュをはかる場として「介護者の会」と「男性介護者交流会・学習会」を保健福祉センター「あいほつく」で開催しています。

#### 「介護者の会」

日時 原則 毎月第2火曜日 13時30分〜15時

対象 「ご家族の介護をされている方」、また「過去に介護をされていた方」

#### 「男性介護者交流会・学習会」

日時 毎月第1金曜日 13時30分〜15時

対象 「ご家族の介護をされている男性介護者」、また「過去に介護をされていた方」



男性介護者交流会

#### 認知症カフェ

現在市内2ヶ所で認知症カフェを開催しています。認知症カフェとは、認知症の人やその家族、専門職員、地域住民が集まり情報交換をする場です。

問合せ 地域支援係

日時 毎月第1月曜日 10時〜15時

場所 松原町コミュニティセンター2階 (松原町1-3-10)

参加費 100円

#### さくらカフェ

日時 毎月第2土曜日 10時〜15時

場所 さくらガーデン (中神町1260)

参加費 100円



#### 認知症カフェの新設 21日(水)

#### 「喫茶 森」

新しく認知症の方や介護している方の交流の場を開設します。精神保健福祉士や保健師への相談もできます(参加費無料・申込不要)。

日時 毎月第3水曜日

場所 喫茶 森(昭島市役所内)

問合せ 昭島市介護福祉課

地域包括ケア担当

544-1111

### 目次

- 1面 認知症を身近に感じ、考える11月
- 2面 歳末たすけあい運動募金 地域の担い手募集中
- 3面 こんにちは「地域福祉・後見支援センターあきしま」です！ ご案内／昭島ふれあいほっとサロンニュース
- 4面 ボランティア情報「ありがとう」

平成 29 年度の昭島市の募金総額は  
**2,574,156円**でした。  
 今年も皆様のご協力をお願いいたします！

## 今年も始まります！ 12月1日～12月31日 歳末たすけあい運動募金



### 歳末たすけあい運動

街頭募金、募金箱など、  
 自分の出来る方法で協力  
 してみませんか!!

歳末たすけあい運動は、共同募金の一環として、自治会や民生委員・児童委員の皆さまのご協力をいただいて、毎年取り組んでいます。

地域の皆さまの温かいお気持ちや今年も歳末たすけあい運動募金にお寄せください。お寄せいただいた募金は、地域に根ざした福祉活動を進めるために、有効に使わせていただきます。昭島市で集められた募金は、全額昭島市内の福祉活動に使われます。

#### 協力の方法

社協窓口でも受け付けています。募金受付期間中（12月28日まで）の平日午前9時から午後5時まで昭島社協（あいぽく2階）に直接募金をお持ちください。

#### 街頭募金のお知らせ



12月22日（土）及び  
 23日（日） 10時から  
 15時まで

▽場所 昭島駅（北・南口）・中神駅・拝島駅（改札口）にて歳末たすけあいの街頭募金を行います。皆さまの貴重な浄財は、社会福祉協議会を通して、お役に立てさせていただきます。

▽問合せ 昭島市明るい町づくり推進会 嶋田 54330020

## 歳末たすけあい運動

つながり ささえあう みんなの地域づくり

### 平成30年度 「歳末たすけあい・地域福祉活動募金」



http://www.tokyo-akaihane.or.jp



地域元気ネットワーク事業  
 (70歳以上の一人暮らしの方で登録された方へのお見舞品)



あきしま社協☆こどもまつり



災害ボランティアセンター  
 立上げ訓練



福祉まつり（ポッチャ体験）

### 募金を 活用した事業

### 地域の担い手 募集中

#### ファミリーサポートセンター

ファミリー・サポート・センターとは、地域において子育ての援助を受けた人(利用会員)と行いたい人(協力会員)が会員となり、地域で助け合う「子育て支援ネットワーク」です。保護者の出産・病気・仕事・育児疲れ・リフレッシュの時や子どもの検診に付き添って欲しいなど、子育てのお手伝いを地域の方にお願ひします。

入会を希望される方は、説明会に参加して事業の趣旨や活動内容を正しく理解したうえで入会手続きをしてください。

#### 【説明会】

▽日時 11月29日（木）  
 31年1月17日（木）  
 10時～11時半  
 12月17日（月）  
 13時半～15時

▽場所 託児要申込  
 あいぽく

▽定員 30名

▽担当 ファミサポ



ファミサポ事前打ち合わせ写真

### ひきこもりの回復 心の勉強会

地域におけるひきこもりなどの社会的孤立状態にある方への支援の在り方について、皆さんとともに考えます。DVD「ひきこもりからの回復」を上映後、座談会を行います。

▽日時 12月1日（土）  
 13時30分～17時

▽場所 あいぽく3階

▽対象 どなたでも

▽申込み 不要

▽主催 ひきこもり家族ピアサポートグループ昭島「夜明けの会」

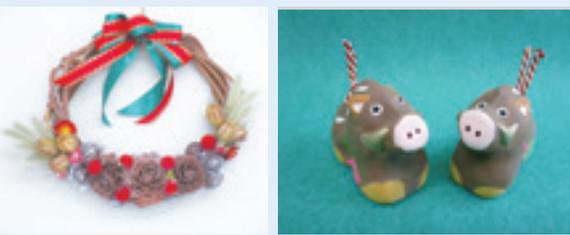
▽問合せ 地域支援係

#### 干支(亥)の土鈴と天然記念物のフジで作ったリースを販売

あきしま福祉作業所では、来年の干支の土鈴と東京都指定記念物「拝島のフジ」を使った手作りリースを販売します。

●土鈴 一個430円  
 ●リース 一個700円

▽問合せ あきしま福祉作業所 5410742



### 受講生募集

介護福祉士実務者研修（通信課程）  
 介護職員初任者研修（通信）

- 本試験でも受講可
- 半額が戻ります
- 働きながら取得可
- 料金は：¥70,000
- 担任者：¥39,800
- 費用は税、教材費込

昭島市  
 唯一の教室

TEL：042-549-1413

「マイ・トリニティー介護福祉士実務者研修・介護職員初任者研修」  
 医療法人社団 珠泉会  
 マイ・トリニティー（介護老人保健施設アゼリア・アネックス11）  
 〒196-0015 昭島市昭和町4-6-2

パンフレット・会社案内・伝票・チラシ  
 Windowsデータ処理・コンピュータ用紙  
 カレンダー・封筒・ハガキ・名刺・製本  
 大型インクジェット出力・学校関係の新聞  
 シール・CTP出力・各種印刷物



### 河辺印刷株式会社

〒196-0034 東京都昭島市玉川町1-17-4  
 TEL.042-541-3850 FAX.042-544-7510  
 E-mail.kawabe\_print@mwdb.biglobe.ne.jp

### 公益社団法人

### 昭島市シルバー人材センター

会員に働きませんか？  
 なって

### 会員募集中!!

- 昭島市内にお住まいの方
- 原則60歳以上の方
- 健康で働く意欲のある方

住所 昭島市中神町二丁目32番18号  
 電話 042-544-7060 FAX 042-543-9272

### 地域社会と共に 奉仕活動 50年

東京昭島ロータリークラブ



〒196-0014 昭島市田中町562-8 昭島昭和第1ビル202B  
 Tel 042-543-8975 Fax 042-541-1117

# こんにちは「地域福祉・後見支援センターあきしま」です!

地域で認知症高齢者を支える

11月は昭島市の認知症月間です。

昨年は、認知症月間のイベントの一つとして、徘徊模擬訓練が行われました。認知症の症状として、家の中や外を歩き回る行動が出てくる場合があります。訓練では、認知症の方に、どのように声をかけをしたらいいか実践しました。昨年は初めての訓練参加で、実際になんと声をかけたらいいのか戸惑いましたが、他の参加者の声かけを見たり、当事者役をしていた職員からアドバイスをいただき、貴重な経験ができました。

ある日、生垣に座っているおばあさんを見かけ、気になって声をかけてみると「昭島駅はどこですか?自分がどこにいったらいいですか?」と質問が。今日は頭がおかしい。「と答えが返って来ました。持ち物を一緒に確認すると、払込期限の迫っている公共料金の請求書が入っていたので、これの支払いをしようとしていたのかもしれないですね」と伝えましたが、「ご本人が「今日は頭がおかしくてよく分からない」とおっしゃるので、自宅に帰ることにし、マンションの下までお送りしました。後日、地域包括支援センターに報告したところ、以前関わったことがある方なので近々訪問してみようとのことでした。

徘徊」という言葉は「目的もなくうろつくと歩き回る」という意味ですが、適切ではないかもしれません。認知症の方も、ご自分の目的や理由があつて外出されているのです。今年の訓練は、表現を変えて「あきしま声掛けネットワーク」認知

## ご案内

申し込み・お問い合わせは社協まで  
☎ 544-0388  
ファックス 543-0003

- ・後見人学習会
- ・教育支援資金貸付制度
- ・市民活動講座
- ・昭島ふれあいほっとサロンニュース
- ・ご寄付ありがとうございました

## 「成年後見制度を考えている方へ具体的な事例を交えて」

司法書士がケースごとの成年後見制度の活用の方についてお話します。

例えば、『夫婦の場合は』

▽日時 12月8日(土) 13時~15時

▽場所 あいぼつく第一会議室

▽講師 徳田真由子さん

▽申込・問合せ リーガルサポート東京所属 地域福祉・後見支援センター

症見守り訓練」として11月8日にモリタウンで実施しました。認知症の方が地域で安心して暮らすためには、ご家族だけではなく、地域の皆様が認知症を正しく理解し、適切な対応の仕方を学ぶことが大切になります。道に迷っていたり困っている方がいた時に、その方が認知症かどうかに関わらず、少し足を止めてお話を聞くことで、誰もが安心して暮らせるまちに近づいていけると思います。



## 教育支援資金貸付制度

高校、大学、専門学校などの学費で、日本学生支援機構等他制度を優先利用後に不足する金額を貸付します。

教育支援費	高校	35,000円 (52,500円)	高等専門学校	60,000円 (90,000円)
	短大、専門学校	60,000円 (90,000円)	大学	65,000円 (97,500円)
就学支度費	500,000円(入学金のみ)			

※未払いの費用についての貸付となります。( )内は特に必要な場合なので、お問合せください。

- ▽地区の民生委員が関わり、申請から貸付まで約1ヶ月かかりますので、早めにご相談ください。
- ▽貸付は無利子で返済期間は卒業後(据置期間6ヶ月) 最長14年(168回)です。
- ▽ひとり親世帯の方は、まず市役所の母子父子世帯貸付制度(子ども家庭部子育て支援課)にご相談ください。
- ▽受付 随時 (貸付条件がありますので、電話でお問合せの上、来所日時を予約してください。)
- ▽問合せ 生活支援係

## 市民活動講座

「やりたい」をかたちにするためにクラウドファンディングから学ぶ資金調達

やりたい活動があっても、手元の資金が足りない、そんなことはないでしょうか。

市民活動団体、NPO法人

## 昭島ふれあいほっとサロン ニュース

NEWサロン サロン手芸

▽内容 手先を使い、好きな物を作り、おしゃべりをします。編み物、押し花を主としてやっています。

▽日時 毎月 1回~2回 9時30分~15時30分

▽場所 武蔵野会館・あいぼつく

▽参加費 200円

▽問合せ 地域支援係

報告 東部地区サロン交流会 10月11日(木)、あいぼつくで東部地区サロン交流会を開催しました。

現在、東部地区では22ヶ所のサロンが運営されています。

交流会では、サロンで使える笑いヨガやお手玉ゲーム等のレクリエーションをして、交流を深めました。



## ご寄付ありがとうございました(順不同・敬称略) 8月・9月分として

8月分: 高橋聖子=千円・河辺信子=5千円・渡辺厚志=5千円・関剛=5千円・加藤順一=5千円・森谷晴一=1万円  
イトーヨーカドー労働組合拝島支部=11,500円・昭島市シルバー人材センター=38,815円・石川章子(ボランティアの為に)=1,700円・匿名1件=10,534円

9月分: 河辺信子=5千円・渡辺厚志=5千円・関剛=5千円・南雲栄一=1万円・森谷晴一=1万円・坂上有志懇親会=1万円  
奈賀町当役=1万円・昭島市舞踊会=21,000円・つつじが丘介護支援センター職員・利用者一同=10,413円  
つつじが丘介護支援センター=10万円・石川章子(ボランティアの為に)=2,100円・匿名4件=1,018,035円

※お願い...募金箱を設置させていただける商店・スーパー・事業所を募集しております。詳細は昭島市社会福祉協議会までご連絡をお願いします。 ☎544-0388(総務課)

昭島病院訪問看護ステーション  
よりよい在宅生活を応援いたします  
昭島病院内  
電話042-546-3130

**昭島病院**

職員を募集しています。  
詳細は、ホームページをご覧ください。  
<http://www.aki-hp.jp/>

社会福祉法人 恩賜財団 東京都同胞援護会 昭島病院  
昭島市中神町1260番地  
電話 042-546-3111

日本料理 昭和の森車屋

写真は盛り付けです

一段重1人~2人重(内中22.5cm×22.5cm)17,280円  
三段重43,200円、四段重59,400円もご用意

御予約は 042-542-3333

日本料理 昭和の森車屋  
〒116-0002 東京都墨田区錦糸4-15-1 昭和の森ビル1階

国家資格治療院(指圧・マッサージ・はり・灸)

**アミー治療院(昭島店・立川店)**

アミー在宅マッサージ(往診治療)  
治療院の高い技術をご自宅で! 生活保護法指定(医)

健康保険でご自宅に往診治療

介護保険とも併用可 (要医師同意)  
1回300円程度(自己負担1割)、お試し体験実施  
昭島市美郷町4-25-8 ☎042-513-7800  
<http://www.amu-life.com/medical/> P有

**ガスも! 電気も! 昭島ガス**

昭島ガスでは、都市ガス・プロパンガスの販売に加えて、一般のご家庭向けに電気の販売をしています。

**昭島ガス株式会社**  
東京都昭島市もくせいの社1-1-1  
TEL 042-546-1111 FAX 042-546-6196

# 第4回 昭島ボランティア・市民活動フェスティバル

## あつまれ新しい力！たかめよう市民力・地域力！

ありがとう

昭島市ボランティア情報

### ボランティア

#### フェスティバル

「何かやりたい」、「一人の役にたきたい」と思ったとき、一歩踏み出してみませんか。市民の皆さんが活動することによって、様々な知識や特技があつまり地域の困りごとが少し減っていくのではないのでしょうか。

●自分のできることで何か役に立つことがないだろうか？

●困っている方や手伝って欲しいという方のため何かできないだろうか？

●地域や社会の活動に参加してみたい。

こんな想いをもっていらっしゃる、ボラフェスに来てみてください。

何かを始めるきっかけになります。老若男女、中学生、高校生、大学生の皆さんの参加をお待ちしています。

▽日時 12月16日(日) 10時～15時半

▽場所 あいぼっく

▽参加費 無料

▽問合せ ボラセン



### 催し物

●環境・動物・スポーツ・子どもや外国人、障害、高齢者支援やその他さまざまな活動をご紹介します。

▽日時 10時～15時半  
▽場所 4階ボランティア活動室

●見えない方、聴こえない方・外国人の方への支援を見て、体験していただけます。

▽日時 10時～12時  
▽場所 3階健康教育相談室

●そば打ち体験をしながら、男性が参加しやすい活動や男性ならではの話が男性ボランティアから聞けます。

▽日時 11時～13時  
▽場所 3階調理実習室

▽要申込み ボラセン

●ボランティア・市民活動についての希望や活動先の紹介、活動する前の不安などいろいろな相談に活動している方が答えます。活動の裏話が聞けるかもしれません。

▽日時 10時～12時  
▽場所 2階ボランティアアセンダー

○パネルディスカッション  
「先輩たちの体験 ボランティア・市民活動への入り口」

いろいろな分野で活動されている方々から、参加のきっかけや活動して感じたこと、未来の昭島のことなどを話していただきます。

▽日時 13時半～15時  
▽場所 4階休養講習室

○スタンプリード  
粗品進呈

いくつかのコーナーを体験していただいた方に粗品を差し上げます。

▽場所 2階受付にて  
台紙配布。

### ○その他

●フードドライブの受付  
「自宅や会社等で余っている食べ物がありまして、お持ちください。市内で活動しているご家庭や生活困窮者支援に使わせていただきます。※保存のきく未開封のものに限ります。

▽日時 10時～15時半  
▽場所 2階ボランティアアセンダー



### 講習会・催し物のお知らせ

【お茶を楽しむ会】  
狭山・静岡のお茶を入れます。どなたでもお気軽にお越しください。

▽日時 11月29日(木) 14時～16時  
▽場所 あいぼっく4階 ボランティア活動室▽対象 どなたでも  
参加費 100円(お菓子つき)

▽申込 不要  
▽主催 ボランティア登録団体  
『ほっとポット』



### ボランティア登録団体紹介

昭島ボランティアセンターへ登録している団体をご紹介します。

《料理ボランティア キャロット》  
料理を作ることを通して、料理の知識や技術を習得し、会員相互の親睦を深めています。美味しいものを食べると笑顔になれます。

一緒に活動してみませんか？お食事からの参加もOKです。

▽日時 第2月曜日9時～12時  
▽場所 あいぼっく3階調理実習室▽参加費 1回500円▽持ち物 エプロン・三角巾等▽申込み ボラセン▽主催 ボランティア登録団体 キャロット



### 助成金情報

【昭島市市民活動支援事業補助金】  
市民団体が行う公益的な事業の経費を補助します(審査あり)。他の補助金との併用はできません。

▽申請資格 ①主に市内で活動 ②3名以上 ③上限 ④立ち上げ支援部門5万円 ⑤事業支援部門20万円 ※いずれも、補助対象経費の9割まで。▽申込受付 12月3日(月)より▽問合せ 昭島市生活「コミュニティ課市民活動推進係」  
5445111(内線2275)

### ボランティア掲示板

こんなことできる方はいますか？

- お花のお手入れ
- 老人ホームにて行われる書道のボランティア(用意、片付け、見守り)
- 高齢者施設でのお話し相手・レクリエーションのお手伝い
- 学習サロンにて子どもに勉強を教え、子どもの見守りをする

こんなことできる方がいます！

- 日本語学習のお手伝い
- 困窮のお相手
- イベントのお手伝い

最新のボランティア募集情報や講習会の情報を定期的に配信しています。ご希望の方は下記へアクセスしてください。

LINE公式アカウント  
QRコードを読み込むまたはID @cgc8411j

Facebook  
公式ページやっています ホームページもご覧ください  
<http://www.acsw.jp/>

昭島ボランティアセンターの  
問い合わせ  
5440388

## リトミック

無料体験 レッスン受付中  
リトミック研究センター認定教室  
Space R&K 音楽教室 中神駅徒歩2分  
<http://www.space-rk.com> TEL 545-3449

## ご自宅で受けられる、マッサージです。

### 医療保険適用

医療のあしたをてあてする株式会社てあて  
東京都昭島市松原町1-3-1  
お問い合わせ・ご相談は  
フリーダイヤル 0120-405-032  
●ホームページ <http://www.te-ate.com> 「てあて」で検索

国家資格を持つマッサージ師が、身体機能の維持・回復を目的とした施術を行います。

## 仲人おばさんの結婚相談室

仲人経験20年 親身になって良縁をサポートします

- 男女年齢不問、再婚の方もどうぞ(土日可)
- パーティも随時開催しています
- 秘密厳守

全国仲人連合会  
東京多摩地区本部  
昭島つつじが丘センター  
☎(042)546-5433  
昭島市つつじが丘2-6