昭島市社会福祉協議会だより

ふれあい

第235号
令和4年9月15日

昭島社協公式Twitter

昭島市社会福祉協議会（昭島社協）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。

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 https://acsw.jp

今号に掲載されている内容につきましては、新型コロナウイルス感染症の状況により変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

社協会員って？

昭島社協の事業に賛同し、財政面から支えていただく方々です！「地域のためになにかしたい」「活動する時間はあまりないけど力になりたい」という皆様の温かい心をお寄せください。

会員加入の方法

窓口で入会
保健福祉センター（あいぽっく）の２階、社会福祉協議会の窓口で加入できます。
（開所時間：平日月～金曜日　午前８時30分から午後５時15分まで）

自治会を通じて入会
自治会の皆様にご家庭を訪問していただき、会費納入のご協力をお願いしています。

郵便振替での入会
社会福祉協議会までご連絡ください。専用の郵便振込用紙をお送りいたします。（振込手数料は無料です）

会費（年間）		単位１口
区　分	個　人	法人（事業所･企業）
正会員	300円	5,000円
賛助会員	1,000円	
特別会員	5,000円	

昭島市社会福祉協議会マスコットキャラクター「ワーオくん」

会費によって支えられている事業

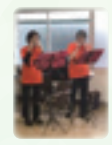
暮らしと介護

くじらほっとサービス
けがや病気、高齢や障害によって家事ができない方を地域の方々が援助する有償の家事援助サービスです。

車いすの貸し出し
介護保険などの他の制度が利用できない方に車イスを無償で6ヶ月間お貸しします。

市民がかかわるまちづくり

ボランティアの推進
情報提供、講座の開催、福祉体験学習などを実施しています。



地域の居場所づくり

サロン活動の支援
地域の居場所であるサロン活動を支援しています。

赤い羽根共同募金

10月1日から赤い羽根共同募金が始まります。

「赤い羽根共同募金」とは、市内の子どもたち、障害者、高齢者のために行う地域での様々な福祉活動や福祉施設の整備等の支援、災害時には被災地支援のために使わせていただく募金で、昭島市自治会連合会、昭島市民生・児童委員協議会、日本赤十字奉仕団、他団体にご協力をいただき実施しています。

募金方法

昭島社協窓口への持ち込み、銀行振込み、郵便振替、ａｕ ＰＡＹのＱＲコードを使用した納入方法があります。

●昭島社協窓口への持ち込み
昭島社協窓口へ直接お持ちください。

●銀行振込み
左記口座へお振込みください。**（振込み手数料はご負担ください）**
振込み後、領収書を発行いたしますので、昭島社協へご連絡ください。

●郵便振替
昭島社協へご連絡ください。専用の振込用紙（手数料無料）をお送りします。

銀　行	東和銀行
支　店	昭島
預金種別	普通
口座番号	555199
名　義	福）昭島市社会福祉協議会 会長　大田眞也
	フク）アキシマシ シャカイフクシキョウギカイ カイチョウ　オオタ　シンヤ

●ａｕ　ＰＡＹのＱＲコード
ａｕ ＰＡＹアプリからＱＲコードを読み込み、募金額を入力してください。アプリをダウンロードしていただければ、ａｕ以外のスマートフォンからでもご利用いただけます。

赤い羽根共同募金
ＱＲコード

※ＱＲコードを使用しての募金は領収書を発行することが出来ません。

▽問合せ　昭島社協　総務係

目　次

1面　社協会員募集／赤い羽根共同募金
2面　ファミサポ／福祉作業所／くじらほっと／ガイドヘルパー養成研修
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！／サロン体験会・見学会／昭島ふれあいほっとサロンニュース／交流会事業／ご寄付ありがとうございました
4面　ボランティア情報誌「ありがとう」

地域で子育て！サポーター募集！！

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（ファミサポ）は、子育ての手助けが必要な人（利用会員）と、子育てを手伝ってあげられる人（協力会員）が会員となり、地域の中で助け合いながら子育てをする「子育て支援事業」です。ファミサポでは、お子さんの保育園や学童の送迎・健診の付き添い・一時預かりなどに協力していただける方を募集します。特別な資格は必要ありません。

まず、センターで開催する説明会に参加し、事業の趣旨をご確認ください。その後、講習会を受講し子育てサポーターとして登録してください。

※説明会、講習会に参加される場合は申込みが必要です。

※講習中お子さんをお預かりいたします。（要申込み）

▽**定員**　10名

▽**担当**　昭島社協　ファミサポ

【説明会日程】　**協力会員向け**　9月22日（木）　10：00～11：30　※託児あり 要申込
利用会員向け　9月22日（木）10月11日（火）10月31日（月）10：00～11：30　※託児あり 要申込
▽**場所**　あいぽっく

【講習会日程表】 ▽**対象**　協力会員になる方　▽**場所**　あいぽっく

日にち	時　間	内　容	講　師
10月 5日（水）	9:30～10:00	はじめに	ファミリー・サポート・センター　アドバイザー
	10:00～12:00	一時保育者として子どもとの関わり合い	白梅学園大学名誉教授　佐々加代子さん
10月 6日（木）	10:00～12:00	子どもの心の発達とその問題	
10月 7日（金）	10:00～12:00	預かること・預けること・預けられること	
10月13日（木）	10:00～12:00	子どもの健康と日常のお世話	助産師　今村理恵子さん
10月14日（金）	9:30～12:30	普通救命講習（小児の内容含む）※	昭島消防署
10月17日（月）	10:00～12:00	障害のある子どもの理解	臨床発達心理士　池田敬史さん
10月18日（火）	10:00～12:00	障害のある子どもとの関わり方	在宅福祉サービス ウイズ　髙橋知子さん
10月20日（木）	9:30～12:30	普通救命講習（小児の内容含む）※	昭島消防署
10月21日（金）	10:00～12:30	協力会員として活動するにあたって交流会	ファミリー・サポート・センター　アドバイザー

※全て受講する必要があります。ただし普通救命講習はどちらかの日程のみの参加で構いません。

あきしま福祉作業所ではお仕事のご依頼を受け付けています！

あきしま福祉作業所は、一般の企業では就労が困難な方たちに対して就労の機会を提供し、自立した社会生活が営めるよう、知識や能力の向上に必要な支援を行っています。

今般、コロナ禍等により受注量が減少しています。お仕事の外注を検討している方がいらっしゃいましたら、是非お問い合わせください。

▽**主な作業内容**
・紙袋等の製作
・原材料等の包装、検品
・広告等の封入、ポスティング

▽**問合せ**
あきしま福祉作業所
昭島市昭和町5の8の20
042（541）0742
a-fukusaku@acsw.or.jp

くじらほっとサービス協力員として活動してみませんか？

くじらほっとサービスとは、住み慣れた地域で誰もが安心して生活を続けられるために、住民同士の助け合いとして家事援助などを行う在宅福祉サービスです。

家事援助だけでなく、私たちが普段行っている電球交換、季節の変わり目にこたつ布団を押入れにしまう、家具の位置を少しずらすなど、こうしたことに援助を必要とする方も多くいらっしゃいます。女性、男性は問いません。空いた時間を援助に使ってみたい男性も大歓迎です。特別な資格は必要ありません。

協力していただける方には、無理のない範囲で活動していただき、活動時間に応じて謝礼が支払われます。

協力していただける方、また、説明だけでも聞いてみたい方もお気軽にご連絡ください。

▽**担　当**　昭島社協　くじらほっと

昭島市主催　ガイドヘルパー養成研修

昭島市では、知的障害のある方の外出時の支援者として、必要な知識や支援方法を学ぶ「ガイドヘルパー養成研修」を開催します。障害のある方の社会参加に、あなたの力を活かしませんか。

▽**内　容**　知的障害者（児）ガイドヘルパー養成研修
▽**日　時**　10月29日（土）、10月30日（日）9時～18時10分、その他実習1日
▽**場　所**　あいぽっく
▽**対　象**
○昭島市に在住・在勤の方で令和4年度に18歳以上の方
○全日程参加できる方
○研修修了後、移動支援事業のガイドヘルパーとして働く意思のある方
▽**参加費**　1、500円（テキスト代）
▽**定　員**　15名（多数抽選）
▽**申込期間**　9月15日（木）～9月22日（木）
▽**申込・問合せ**
NPO法人
在宅福祉サービスウイズ
長尾・丹羽
042（544）1782
▽**主　催**　昭島市　障害福祉課

ふれあい広告募集

社会福祉協議会の広報は市内全世帯配布で、年6回発行しています。幅広く社会福祉協議会の事業について掲載しています。

▽**発行**　奇数月の15日（但し7月は1日発行）
▽**掲載サイズ**　1コマ 縦6㎝ 横6㎝
▽**掲載料金**　（年間）1コマ　120、000円
▽**担当**　昭島社協　総務係

K's学習Lab. 進学塾
K's English LAB.
講師・サポートスタッフ募集中！
年長～小6
●こくご・さんすう　●外国人先生 英会話
小・中学生個別指導塾
●小6、中1・2・3　●中3受験
※自習スペース完備
駐輪スペースあります！
昭島市玉川町1-17-4　河辺ビル2号館 3F
TEL・FAX:042-519-5119
（平日の13時～19時まで）
講師募集
E-mail:ks@kawabe-p.co.jp
http://www.kawabe-p.com
ホームページ
英会話講師（国籍問わず留学生可）または小中学生に英数国など教えられる方募集しています（大学生可）週1日（1コマ）からOK
履歴書をお送り下さい。追ってご連絡致します。

公益社団法人
昭島市シルバー人材センター
会員になって働きませんか？
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

FOR YOU　FOR FUTURE
あなたのために　そして未来のために
Rotary
東京昭島ロータリークラブ
Tokyo Akishima Rotary Club
会員募集中
〒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！

経験を生きる力に

社協では、介護者のみなさまの支援として「介護者の会」、「男性介護者学習会・交流会」、「グリーフ（grief：深い悲しみ、悲嘆）と向き合う会」を、それぞれ毎月1回行っています。「介護者の会」には、現在も家族介護をされている方と介護を終えた方が、10～15名集まります。男性介護者学習会・交流会は、男性だけの会で、8名ほどの方が集まります。グリーフと向き合う会は、介護していたご家族を亡くした方で、5名ほどの方がいらっしゃいます。

このような同じ経験をされた方や、病気や障害、困難な問題や悩みを抱える方々の集まりを、当事者グループや自助グループ、またはピアグループと呼びます。当事者の実際の体験やその時の思いを本人が話し、同じ立場の参加者が聞くこのような会は、体系的にまとめられた専門家の話を聴く講座とは全く違うものです。交流の中で、お互いの話に共感し、悩みやつらい経験が一人だけではないことを感じることができます。あらためて自分の抱える悩みや課題に向き合える力を得る方もいるかもしれません。対等な関係の中で、相互に励まし励まされる会になります。

先日、介護者の会に、認知症のご家族を介護されている方が参加されました。急に認知症の症状が現れ、どう対応していいか分かりません。心配して手伝おうとすると全て拒否され、とても困惑されています。参加者からは、同じような体験をしてイライラして怒ってしまった、と共感する意見が出ました。また、話しても忘れてしまうので、紙に書いて貼っておくようにした、デイサービスを利用することにしたなど、それぞれの工夫や対応を話してくれます。会では、こうしたほうがいい、そうしないほうがいいという話はあまりされず、参加者の体験や工夫をそれぞれ話します。ついこの間までは、悩みとして聴いてもらっていた話を、自分自身の経験としてお話されていることにその方の変化を感じます。

先日のグリーフと向き合う会には、まだご家族を亡くされて間もない方が参加されました。この介護が無くなれば楽になるだろうと思っていましたが、実際に亡くなるととても落ち込んでしまっていると話されます。そうすると、ある参加者から心療内科を受診したらどうかとアドバイスがありました。その方は奥様を2年ほど前に亡くされた方で、ボランティア活動やお孫さんのお世話など活発に活動されています。そのような方が、今でも突然落ち込むときがあり、軽い鬱になっているのだろうと診察を受けているそうです。初めてお会いした方に心療内科を勧めることができるのも当事者だからなのかもしれません。

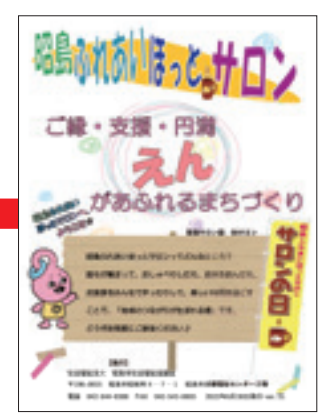
地域では色々な当事者の集まりができています。介護だけではなく子育て中の方の集まり、障害のある子どもを持つ親の会、その他にも私たちが知らない色々な立場の方同士の集まりがあるのでしょう。当事者の会に参加されている方々を見ていると、交流し共感しながら相互に生きる力を取り戻し、強く生きていこうとしているような気がします。きっとそのような方が増えることで地域の力も強くなっていくのではないでしょうか。

先日は、難病の当事者の会を立ち上げたいという女性の方からご相談がありました。社協では、市民の自主的な活動を支援しています。どのように人を集めるか、会議室や印刷代はどうするのか、グループ運営で気をつけること、その他立ち上げに関する助言や支援を行います。どうぞご相談ください。

サロン体験会・見学会やります

サロンって何？サロンは知っているけど一人で行くのはどうも…という方。サロンを体験・見学してみませんか？コーディネーターと、気になるサロンへ一緒に出かけましょう。ぜひご連絡下さい。

サロンパンフレットを見て気になるサロンを探してみよう



社協に連絡して、コーディネーターと一緒にサロンに参加してみる

身近な場所で気軽に集まり、おしゃべりなどをして仲間と楽しく過ごす

サロン参加で得られること

★楽しみが増える。
★毎回顔を合わせることで、自然と友人関係を築くことができる。
★参加すると地域や社会の情報収集ができる。
★外出する機会や、人と会って話をする機会が増えるので、生活にメリハリがつく。
★参加者がサロンでお手伝いをしたり、自分の趣味や特技を発表することで、地域の一員としての役割が生まれ、生きがいづくりにつながる。

お気軽にお問合せ下さい。

▽**問合せ**　昭島社協　地域支援係

昭島ふれあいほっとサロン ニュース

NEWサロン　日の出あむあむクラブ

▽**内　容**　編み物、その他の手芸を取り入れながらサロン活動を行っています。お気軽にお立ち寄り下さい。

▽**日　時**　毎月第4日曜日　10時～14時
▽**場　所**　武蔵野会館（中神町1172の1）
▽**参加費**　100円

知的障害者交流会

どなたでも楽しめるレクリエーション交流会をみほり体育館で行います。ステキな景品もありますので奮ってご参加ください！

▽**日　時**　10月16日（日）　12時30分～14時30分
▽**集合時間**　12時10分～受付開始
▽**集合場所**　みほり体育館入口（昭島市美堀町4の20の1）
▽**対　象**　市内在住で愛の手帳をお持ちの方（必ず付添の方とご参加ください）
▽**持ち物**　上履き（動きやすい靴）・タオル・飲み物
※動きやすい服装でお越しください。
▽**定　員**　14組（先着順。定員になり次第終了）
▽**申込受付**　9月20日（火）午前9時より電話または窓口にて受付します。
▽**問合せ**　昭島社協　知的障害者交流会担当
※新型コロナウイルス感染症の状況により中止となる場合がありますので、予めご了承下さい。

ご寄付ありがとうございました（順不同・敬称略）６月・７月分として

６月分： 河辺信子＝5,000円、渡辺厚志＝10,000円、関　剛＝5,000円、谷川政子＝5,000円、高篠恵之＝10,000円
本庄祐一＝10,000円、バックアップ隊＝1,500円、日本航空電子工業労働組合（障がい者のために）＝55,359円
窓口募金箱＝1,411円、匿名＝4,000円

７月分： 河辺信子＝5,000円、渡辺厚志＝10,000円、関　剛＝5,000円、谷川政子＝5,000円、高篠恵之＝10,000円
本庄祐一＝10,000円、バックアップ隊＝1,500円、昭和飛行機　三八会＝325,156円、市川恵久＝10,000円
三田　勝＝10,000円、匿名＝50,000円

※お願い･･･募金箱を設置させていただける商店･スーパー･事業所を募集しています。
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。☎042－544－0388（昭島社協　総務係）

ふれあいのある
心あたたまる医療をめざして

私たちと共に信頼のできる医療を提供する
スタッフおよびボランティアの方を募集しています。
詳しくは、ホームページをご覧下さい。
社会福祉法人 恩賜財団 東京都同胞援護会 昭島病院
〒196-0022 東京都昭島市中神町1260番地
電話 042-546-3111
URL http://www.aki-hp.jp/

フォーギブネスの適正価格のお葬式
火葬式「シンプル直葬プラン」 適正価格 9万8千円～
搬送 安置 役所手続 出棺 火葬場 収骨 終了
家族葬向け「ぐじゅプラン」 適正価格 29万円～
◎ 花祭壇料金込み
◎ 葬祭用品料金込み
◎ 安心な明朗会計
※パックプラン表示価格につきましては生前予約会員割引適用価格での表示となります。詳細につきましては下記フリーダイヤルまでお問い合わせ下さい。
株式会社 フォーギブネス
0120-779-279

国家資格治療院（指圧・マッサージ・はり・灸）
アミュー在宅マッサージ（往診）

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）無料体験可
1回300～400円程度（自己負担1割の方）
アミュー治療院　昭島市美堀町4-25-8
☎042-513-7800　P有
https://amulife-jp.com/

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杜1-1-1
TEL 042-546-1111　FAX 042-546-6196

昭島市ボランティア情報

ありがとう

障害のある方もない方もお互いに思いやり、支え合いましょう！

講座「目に見えない障害の理解」

線維筋痛症[※1]、精神障害、耳が聞こえない等、その他にも多くの目に見えない障害があります。見た目ではわからないため、周囲の人から偏見を持たれたり理解してもらえずに誤解を受けてしまうことがあります。地域の方、周りの方が少しでも理解することでお互いに安心して生活できます。また、少しのサポートで助かることもあります。どのように声を掛けたらいいのか?サポートできることはあるのか?どのような困りごとがあるのか?当事者の思いを知ることで一人ひとりにできることがあるかもしれません。実際に当事者の方からお話を聞きながら一緒に学び一緒に考えてみませんか。どなたでも参加できます。

※当日は、耳が聞こえない方、オストメイト[※2]の方、線維筋痛症の方、社会福祉士の方にお話を聞く予定です。

▽**対　象**　市内在住
▽**日　時**　11月8日（火）10時～12時
▽**会　場**　あいぽっく
▽**参加費**　無料
▽**定　員**　30名　申込順
▽**申込み・問合せ**　昭島社協　ボラセン
▽**申込期間**　9月15日（木）～10月28日（金）

※1線維筋痛症とは、関節や筋肉、腱など全身の広い範囲に、3か月以上も激しい痛みが続く病気のことです。

※2オストメイトとはさまざまな病気や障害、事故などが原因で、ストーマ（人工肛門・人工膀胱）と呼ばれる便や尿の出口を手術によりお腹に取り付けている人たちのことを呼びます。

災害時に、一緒に災害ボランティア活動のお手伝いをしませんか？

災害ボランティアについて語り合いませんか？

近年多くの自然災害が発生しています。いつ昭島が被災するか、自分にふり掛かるかわかりません。いつ発生してもおかしくない今、災害ボランティアについて話し合いをしませんか?

（1）災害ボランティアとは
～ヒト・モノ・ココロのお手伝い～
（2）災害ボランティアの流れ、マッチング
（3）災害ボランティアの経験談
（4）どのようにして行けばよいのか?行って何をすればいいのか?

※経験者の話を聞いて、わからないこと等、気軽にお話しましょう。

白川郷火災現場　写真

▽**日　時**　10月8日（土）13時30分～15時30分
▽**場　所**　あいぽっく
▽**対　象**　体験してみたい方、興味のある方、経験のある方
▽**参加費**　無料
▽**定　員**　20名（申込順）
▽**申　込**　ボラセンへ電話
▽**申込期間**　9月15日（木）～10月3日（月）
▽**主　催**　アキシマ クリーン ボランティア

アキシマ　クリーン　ボランティア活動紹介（昭島ボラセン登録団体）

現在の活動は、毎月第3日曜10時から、昭島市内のゴミ拾いのボランティア活動をしています。子どもから高齢の方どなたでも参加できる活動です。

傾聴ボランティア講座

人の話を聴く時には、どのように聴いたら良いのでしょうか。「傾聴」についての基本的なこと、学んでみませんか。

▽**日　時**　10月22日～11月12日の毎週土曜日（全4回）13時30分～16時
▽**会　場**　あいぽっく
▽**講　師**　後庵正治氏（NPO法人PLA専任講師）
▽**受講料**　3000円
▽**定　員**　18名（多数の場合抽選）
▽**申込み・問合せ**　さざなみ代表 橋本 080（4710）0661 または、sazanami.pc01@outlook.jp
▽**申込期間**　9月15日（木）～9月22日（木）
▽**主　催**　昭島傾聴ボランティア　さざなみ
▽**後　援**　昭島市介護福祉課　昭島市社会福祉協議会

※一回目の講座は、必ず出席。全四回受講者に修了証交付。その後、さざなみ会員として傾聴ボランティア活動ができます。

「ペットを失った悲しみを支えあう会」に参加しませんか？

心にぽっかり空いてしまった虚無感、寂しさ、孤独な日々を仲間と共に乗り越えていきましょう。現在飼われているペットが高齢、闘病中など心の準備が必要な方もご参加頂けます。

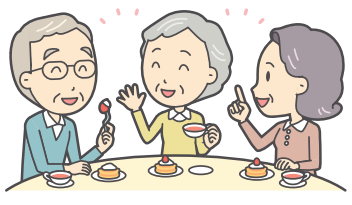
▽**日　時**　お問合せください。
▽**場　所**　市立会館やカフェなど
▽**活　動**　定例会／ランチ会
▽**参加費**　各自負担
▽**申込・問合せ**　坂本 080（1228）2109
▽**主　催**　むさしの虹の橋会

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。ご予約の上、お越しください。

▽**日　時**　10月27日（木）14時～15時
▽**場　所**　あいぽっく 調理実習室
▽**対　象**　どなたでも
▽**参加費**　100円（当日徴収）
▽**持ち物**　マスク・湯飲み
▽**コロナ対策**　手指・物品用の消毒等ご用意して対応します。
▽**定　員**　10名（予約制）
▽**申　込**　北川 042（542）5627
▽**主　催**　ほっとポット



最新のボランティア募集情報や
講習会・イベント情報を定期的に更新しています♪

LINE 公式アカウント　　Facebook 公式アカウント

昭島ボランティアセンター（ボラセン）の問合せ
☎042（544）0388

ご自宅や入居する介護施設で施術が受けられる
訪問 医療マッサージ・身体機能訓練　健康保険適用
申請には医師の同意が必要となります
無料お試し体験実施中!!
てあて 在宅マッサージ
やさしい心とあたたかな手をお届けします
株式会社てあて／昭島市松原町1-3-1
お問い合せは、ホームページからもどうぞ⇒
フリーダイヤル 0120-405-032（よーいこそ マッサージ）
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
●てあては医療機関と同等の感染症対策を講じ、ワクチン接種及び、定期的なPCR検査を実施しております