

昭島市社会福祉協議会だより

ふれあい

第242号
令和5年11月15日号

昭島社協公式
X (旧 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、感染症の拡大状況など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。

認知症を市民みんなで考える11月

認知症の方への対応

年をとればだれでも、思い出したいことがすぐに思い出せなかったり、新しいことを覚えるのが困難になったりしますが、「認知症」はこのような「加齢によるもの忘れ」とは違います。例えば、体験したこと自体を忘れてしまったり、もの忘れの自覚がなかったりする場合は、認知症の可能性ががあります。症状が軽いうちに気づき、適切な対応により進行を遅らせたり、場合によっては症状が改善することもあります。また、毎日決まったことだけを繰り返す生活をしていると認知症予備軍(MCI)・軽度認知障害)になりやすいと言われています。自分自身や家族、同僚、友人など周りの人で「もしかして認知症では」と思われる症状に気づいたら、一人で悩まず専門家に相談しましょう。市内には高齢者の相談窓口として、各地域に地域包括支援センター(市内5ヶ所)、市役所、社会福祉協議会等があります。お気軽にご相談下さい。



昭島市では、平成29年から、日頃は介護や福祉に関わりの少ない方々にも認知症について知っていただく機会となるように、11月を「認知症月間」と題し、地域の関係機関と連携し、様々なイベントを開催しています。ぜひご参加ください。

昭島社協では、毎年恒例の介護者や介護体験のある方による演奏会(オレンジコンサート)を行います。

認知症月間 イベントスケジュール

くじらの学校

▽日時 11月23日(木・祝)
10時30分～15時30分
▽場所 公民館
▽定員 なし(申込み不要)
▽内容 認知症のことを学んで体験できる学園祭形式のイベントです。認知症に関する講義や認知症予防のための運動プログラム等、様々なイベントを実施します。

認知症市民ひろば

▽日時 11月25日(土)
13時30分～16時
▽場所 あいぼっく 3階
▽定員 なし(申込み不要)
▽内容 オレンジコンサート
介護者や介護経験のある方による演奏を行います。
TEL:042(544)0388

住みなれたこの街で暮らし続けるために(講演会)

▽日時 12月10日(日)
13時～15時40分
▽会場 未定
▽定員 100人(要申込み・先着順)
▽内容 認知症との付き合い方や認知症当事者から見える社会などについて、若年性認知症当事者が講演するほか、参加者との対談を行います。

※内容が変更になる場合があります。
▽認知症月間に関する問合せ(認知症市民ひろばを除く)

昭島市保健福祉部介護福祉課
地域包括ケア推進係
TEL:042(544)5111

認知症カフェ

現在市内5ヶ所で気軽に集える認知症カフェが開催されています。認知症カフェとは、認知症の方やその家族、専門職、地域住民が集まり情報交換をする場です。
▽問合せ (喫茶森を除く)
昭島社協 地域支援係
TEL:042(544)0388

☆オレンジドアあきしま

▽内容 どなたでも参加できる「くじら」の居場所です。1人で悩まずにゆったりとお茶を飲みながらお喋りしませんか。介護に関する困りごとを専門職につなげます。認知症の方も折り紙や歌唱をするなど楽しく過ごしています。
▽日時 毎月第一月曜日
(祝祭日の場合変更あり)10時～12時
▽場所 松原町コミュニティセンター 10
▽参加費 100円

☆だん・ち・で・カフェ

▽内容 認知症や脱水症などをテーマにした講話、時節に合わせた講話、合奏、リズム体操、ボッチャなどをします。
▽日時 毎月第4日曜日13時～15時30分
▽場所 くらしの保健室たま 宮沢町497の3
▽参加費 200円

☆さくらカフェ

▽内容 大人も子どもも高齢者も、地域の誰もが集うことのできるカフェです。
▽日時 毎月第4木曜日
13時30分～15時30分
▽場所 さくらガーデン 中神町1260
▽参加費 100円※ワークショップは別途

☆カフェららっ

▽内容 居場所機能がメイン(出入り自由、みんなで自由に会話)。水曜日はランチ会。メンバーが食べたいものをリクエストして、ボランティアと認知症のメンバーが準備から片付けまで行っています。メンバーのできることをして過ごしてもらおう居場所です。
▽日時 毎週月・火・水・金曜日
12時30分～15時30分
▽場所 宮沢の太陽2階

☆喫茶森

▽参加費 無料。ただし、水曜日はランチ会のため有料(400円～実費相当)。
▽内容 認知症の方、家族、地域の方など、どなたでもお気軽にご参加下さい。専門職(保健師、精神保健福祉士)に相談することもでき、ほっとできる居心地の良い場所です。参加費は無料ですが飲食は有料です。
▽日時 毎月第3水曜日13時～15時
▽場所 喫茶森(昭島市役所内)
▽問合せ 昭島市保健福祉部介護福祉課 地域包括ケア推進係
TEL:042(544)5111

目次

- 1面 認知症月間/認知症カフェ
- 2面 歳末たすけあい運動/ファミサポ/こどもまつり
- 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!/あきしま福祉作業所からのお知らせ/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
- 4面 ボランティア情報誌「ありがとう」/昭島市市民活動支援事業補助金

歳末たすけあい運動

令和4年度の昭島市の募金総額は
2,141,600円でした。
今年も皆様のご協力をお願いいたします!!

歳末たすけあい運動
歳末たすけあい運動は、共同募金の一環として実施されています

令和5年度
「歳末たすけあい・地域福祉活動募金」
つながり ささえあう みんなの地域づくり

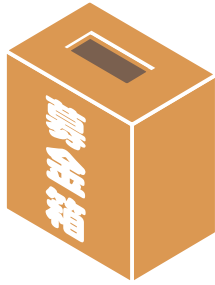


<https://www.tokyo-akaihane.or.jp>

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 FAX: 042-543-0003
ホームページ <https://acsw.jp>

12月1日から歳末たすけあい運動が始まります。昭島市協は共同募金の一環として自治会や地域の皆様にご協力をいただき、毎年歳末たすけあい運動を実施しています。今年も地域の皆様の温かいお気持ちを寄せさせていただきます。

いただいた募金は地域に根ざした福祉活動を推進するために有効活用します。昭島市で集められた募金は、全額昭島市内で行われる福祉活動に使われます。



昭島社協窓口への持ち込み
募金受付期間中（令和5年12月1日～12月27日）の平日9時～17時まで昭島社協窓口へ募金をお持ち込みください。

郵便振替
郵便局の窓口にて歳末たすけあい専用の払込取扱票をお受け取りになり、お支払いください。諸手数料が免除となります。

活動期間
12月1日～12月31日

問合せ
昭島社協 総務係



街頭募金のお知らせ
12月16日（土）及び12月17日（日）10時30分から14時30分まで

場所 中神駅、昭島駅（南・北口）、拜島駅にて歳末たすけあいの街頭募金を行います。



ボランティア活動支援



サロン活動支援



心配ごと相談所

募金を活用した事業



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、地域で子育ての援助を受けたい人（利用会員）と行える人（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健診に付き添って欲しい時など、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、事業の趣旨や活動内容を正しく理解した上で入会手続きを行ってください。

【説明会】
日時
11月22日（水）
12月7日（木）
12月26日（火）
1月18日（木）

各10時～11時30分

場所 あいぼっく
3階 第一会議室

定員 10名

※各日程無料の託児があります。ご希望の方はお申込みの際にお伝えください。

担当 昭島社協
ファミサポ

第16回 あきしま社協☆子どもまつり

日時：1月13日（土）13時～16時
会場：あいぼっく（昭和町4-7-1）

★ボランティア募集★
子どもまつりでお花などの飾りを作ったり、エコキャンドルづくり、ハートのオルゴールづくり、風車づくり

活動日時
令和5年12月18日（月）10時～12時

活動場所
あいぼっく4階ボランティア活動室

★ボランティア募集★
このまつりでお花などの飾りを作ったり、エコキャンドルづくり、ハートのオルゴールづくり、風車づくり



みんなが楽しむ参加型のおまつりを開催します！当日行われている催しに参加して、素敵な景品がもらえるかも！友達、家族みんなでお楽しみください！

【内容】
○昔遊び
○風車づくり、ハートのオルゴールづくり
○手話体験
○車いす体験
○高齢者疑似体験
○エコキャンドル作り

○シールラリー
協 昭島社協 ともまつり担当

接骨（整骨）・柔道整復

青梅線 中神駅南口より昭島方面へ1分
各種保険・交通事故労災取扱（骨折・脱臼 要医師同意）

中神駅前接骨院 お気軽にご相談ください！
急患 新患随時受付 往療可・予約優先
TEL.042-545-3980

診療時間 月～金 AM8:30～12:00
PM3:00～8:00
土 AM8:30～PM2:00
（土曜は休憩無し、通して診療）

昭島市朝日町1-1-15 院長 高田 英之

休診日：日曜・祝日・毎月10日

地域に根差して52年
あらゆる印刷承ります

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@kawabe-p.co.jp
<https://www.kawabe-p.co.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

未来へ向かって、行動しよう

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!

強度行動障害と構造化

実習で、障害者の通所施設に通っていた時の話です。利用者の方々も、職員の方々も穏やかに過ごさせているように見えたのですが、所長から「着替えを全力で拒否する利用者さんを、職員総出で着替えさせたこともある」と伝えられ、非常に驚いたという出来事がありました。

その後、「強度行動障害」の話を聞き、関心を持つようになりまして。この状態は、自閉スペクトラム症の傾向が強い方に多く見られます。一例としては、頻繁に自分の体を自分でたたく、物を壊すなどが挙げられます。このように、強度行動障害とは、自分自身や周囲の人を巻き込む行動が頻繁に起きるため、特別に配慮が必要な状態を指します。

強度行動障害の原因は、本人が不安な気持ちや、言葉以外の表現で周囲に伝えようとしているためと考えられています。それは、このようにすれば、本人と周囲の方が過ごしやすいかなのでしょうか。

強度行動障害のある方と関わりをイメージすることは難しいかもしれませんが、構造化という方法を用いることで、障害の理解が深まるとともに、本人と周囲の人々が過ごしやすい環境を作ることが出来ます。

また、「今やるべきこと」に落ちついて取り組んでいただくために、刺激を与えるもの(強い光や大きい音等)を本人の近くに置かないことも挙げられます。

実習先では、各部屋に一日の予定が掲示されていたのももちろん、プログラムの最中でも、今やるべき作業を職員の方が逐一利用者の方々に伝えていました。着替えを拒否する方は「毎日同じ服を着ていると落ちつく」という思いがあることが分かり、家族の協力のもと、本人が普段着ている服と全く同じ着替えを保管するようにしました。すると、率先して着替えるようになったそうです。

強度行動障害のある方が、地域の中で穏やかに過ごされていることを学びました。これからも、関わり方ひとつで、障害のある方が地域で生活できるという視点を大切にしたいです。

強度行動障害という言葉を聞いて、本人との関わりをイメージすることは難しいかもしれませんが、構造化という方法を用いることで、障害の理解が深まるとともに、本人と周囲の人々が過ごしやすい環境を作ることが出来ます。

強度行動障害のある方が、地域の中で穏やかに過ごされていることを学びました。これからも、関わり方ひとつで、障害のある方が地域で生活できるという視点を大切にしたいです。

強度行動障害のある方が、地域の中で穏やかに過ごされていることを学びました。これからも、関わり方ひとつで、障害のある方が地域で生活できるという視点を大切にしたいです。

強度行動障害のある方が、地域の中で穏やかに過ごされていることを学びました。これからも、関わり方ひとつで、障害のある方が地域で生活できるという視点を大切にしたいです。

あきしま福祉作業所からのお知らせ

〇千支土鈴とリースの販売

あきしま福祉作業所では来年の千支(辰)の土鈴と、都の天然記念物に指定されている「拜島のフジ」を使用した手作りリースを今年も販売しています。

- ・土鈴一個 440円
- ・リース一個 500円



クリスマスリース 土鈴(辰)

〇あきしま福祉作業所バザー

福祉作業所敷地内でバザーを開催します。来年の千支土鈴・クリスマスリースも販売します。 ※雨天中止

- ▽日程 11月15日(水)
- 17日(金) 10時~15時

〇『あきしまある』

モリタウン販売会
昭島市内の就労支援B型事業所の自主生産品を販売します。

- ▽日時 11月25日(土)、26日(日) 10時~16時
- ▽場所 モリタウン東館2階

▽参加事業所

食工房ゆいのもり・就労プラザ
あいあい・MIRAI・あきしま福祉作業所

▽問合せ

あきしま福祉作業所
昭島市昭和田5の8の20
TEL.042(544)0742

昭島ふれあいほっとサロン ニューズ

NEWサロン いきいきふれあい健康サロン
内容 懐かしい童謡を聴く、軽体操で体調を整える、数独サイコロ計算などの認知症予防をしたあとはお喋りを楽しまします。隔月で包括支援センター・警察署などからの情報提供があります。

- ▽日時 毎月第1・第3月曜日 10時~12時
- ▽場所 武蔵野会館 中神町1-17-2の1
- ▽参加費 100円

NEWサロン ウエルネス元気サロン
内容 地域のみなさんのコミュニティの場所としてお茶を飲みながらおしゃべりしたり、軽体操を取り入れて心身の健康増進を図り、元気に暮らすことを目指すサロンです。お気軽にご参加ください。

- ▽日時 毎週木曜日 9時30分~11時30分
- ▽場所 ウエルネスプラザ 中神町1-4-8の16
- ▽参加費 500円

NEWサロン にほんで はなそう
内容 外国人が日本語を学ぶ、日本人やほかの国の人と、お茶をのみなながら交流できます。

- ▽日時 毎月第1・第3月曜日 18時~20時
- ▽場所 中川ビル 玉川町5の1の2
- ▽参加費 日本人 500円、外国人の人 無料

気になるサロンの体験・見学してみませんか? コーディネーターと一緒に確かめましょう!!
ご連絡お待ちしております。

▽問合せ 昭島社協 地域支援係

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:** 渡辺厚志=10,000円、関 剛=5,000円、高篠恵之=10,000円、本庄祐一=10,000円、フォスター電機株式会社・フォスター電機株式会社従業員一同=162,424円、イトーヨーカドー労働組合 昭島支部=11,970円、イトーヨーカドー労働組合 拜島支部=7,000円、市川恵久=5,000円、窓口募金箱=1,319円、匿名=250,000円
- 9月分:** 渡辺厚志=10,000円、関 剛=5,000円、高篠恵之=10,000円、本庄幸子=10,000円、川野絹子=10,000円、バックアップ隊(福祉まつり募金箱分)=1,866円、奈賀町当役=10,000円、バックアップ隊=20,000円、匿名=5,000円(サロンまつりのために)

※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。TEL.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ください。

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/

「火葬式(無料)」向けセットプラン
シンプル自然プラン 140,800円

「家族葬」向けセットプラン
家族葬式セットプラン 481,710円

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へ! 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 昭島市美堤町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社1-1-1
TEL 042-546-1111 FAX 042-546-6196

スマホサポーター養成講座を開催します！ — スマホの使い方をアドバイスするサポーターになりませんか？ —

ありがとうございます

昭島市ボランティア情報

スマホサポーター養成講座

ともに安心して住めるまちづくりを目指して「スマホサポーター養成講座」を開催します。スマートフォン（スマホ）は、生活の中で欠かせないものとなり、高齢者のみなさまもスマホを所有している人が増えていきます。しかし、上手に活用できていない人も多くいます。地域で困っているご高齢の方やスマホが苦手な方に寄り添い、スマホの操作方法や楽しさを教えてくれるサポーターになりませんか。ご参加お待ちしております！

- ▽日時・内容 下記参照
- ▽場所 あいぽつく4階 講習休養室
- ▽対象
 - ・市内在住、在勤の18歳以上の方
 - ・講座修了後、スマホサポーターとして団体活動できる方
 - ・スマホの基本操作ができる方（LINE・カメラ・動画・ネットショッピング等）
- ▽講師 シニア情報生活アドバイザー 柳下百合子氏
- ▽参加費 無料
- ▽定員 15名（多数抽選）※抽選結果は郵送します。
- ▽申込 昭島社協ボラセン
- ▽申込締切 1月10日（水）
- ▽主催 昭島社協



講座日程表

| 日にち | 時間 | 内容 |
|----------|---------------|-------------------------------|
| 2月 2日（金） | 10時00分～12時00分 | スマホ指導方法 |
| 2月 9日（金） | 10時00分～12時00分 | 高齢者の相談事例 |
| 2月16日（金） | 9時30分～12時30分 | サポーターに求められる関わり方・心得 団体立ち上げについて |

※全日程に参加してください。

使用済み切手募集

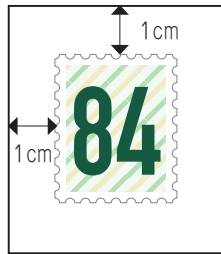
昭島社協では、使用済み切手を集めています。切手のまわりを1cm程度残し消印のスタンプも残して切り取ってください。

「ご寄付いただいた使用済み切手は、ボランティアグループ「切手整理部」に国内・海外切手を区別し整理していただき、使用済み切手を収集している個人の方に換金していただいています。

収益金は、昭島社協の貴重な活動資金として、福祉事業に活用させていただきます。

※使用済み切手は昭島社協窓口までお持ちいただくか、昭島社協前に設置している回収ポストへ入れてください。

▽問合せ 昭島社協 ボラセン



切り取り方



切手整理部活動風景



使用済み切手回収ポスト（昭島社協前）

新たな団体がボラセンに登録しました

【昭島地域の猫の会】

一人では始めた活動に有志が集まり、2011年にボランティアの会を発足し、現在会員10名で地道に活動しています。外で暮らす不幸な猫を減らして行きたいとの思いからTNR+M活動（Trap捕獲Neuter去勢避妊手術、Return元の場所へ、Management適切な管理）の頭文字を取ったのがTNR+Mを中心に行政と連携し、猫でお困りの方のお手伝いをしています。今まで関わって来た猫は5,000頭以上。飼主のいない猫は10年前に比べるとかなり減少していますが、現在も不幸な猫を減らすため活動しています。一緒に活動してくれる仲間を募集しています。

▽問合せ 昭島社協 ボラセン

【そよ風】
キーボードと歌い手による2名のボランティアグループです。デイサービスや老人ホーム、福祉施設、その他依頼のあった場所で活動いたします。フォークソングや懐かしい曲を披露しています。

▽活動日時 木曜日、土曜日、日曜日 時間は相談

▽問合せ 昭島社協 ボラセン

【ザ・クロック】
音楽を披露することで、親睦と交流を図ります。歌謡曲やポップス、唱歌などジャンルを問わずよく知られている曲を歌い演奏します。

▽活動日時 要相談

▽問合せ 昭島社協 ボラセン

物資運搬等のボランティア募集

昭島市内に子ども食堂や、子どもの居場所づくりの取組みをされている方たちがいます。また、食料支援をしていただける企業等が増えてきています。昭島社協では、その方たちの取組みが広がるよう応援しています。

自家用または業務用の車両による食料品の運搬、仕分け、食料品の引き渡し作業や保管場所の提供など、ご協力いただける可能性のある市民の方、地域団体や企業等がいらっしゃいましたらぜひご連絡ください。

▽問合せ 昭島社協地域支援係

昭島市市民活動支援事業補助金

市民団体が、市内で行う福祉・保健・教育・環境等に係る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。

※公益的な事業とは…特定の個人や組織のみではなく、広く昭島市民一般に還元される事業のこと。

▽対象事業
①公益性があると認められる事業
②令和6年4月1日～令和7年3月31日に実施される事業

▽上限
①立ち上げ支援部門5万円
②事業支援部門20万円

※いずれも補助対象経費の9割まで。

▽募集期間 令和5年12月1日～令和6年1月12日

▽問合せ 昭島市市民部 生活コミュニティ課

TEL:042(544)4132

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

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6cm横6cm

▽掲載料金（年間）1コマ 1200,000円

▽担当 昭島社協 総務係

ご自宅や入居する施設で

医療 マッサージ

身体機能訓練が受けられます

健康保険が適用できます

無料 お試し体験実施中!!

●申請には医師の同意が必要となります

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

やさしい心とあたたかな手をお届けします

てあて在宅マッサージ

0120-405-032

お問い合わせは→ ホームページからどうぞ

株式会社てあて/昭島市松原町1-3-1

てあては医療機関と同等の感染症対策を講じており、皆さまに安全・安心をお届けいたします