



# まじく

2010年(平成22年)11月5日

No. **228**

## 社会福祉協議会だより

発行 社会福祉法人 国立市社会福祉協議会

〒186-8555 東京都国立市富士見台2-38-5 くにたち福祉会館  
Tel. 042-575-3226 (代表)

URL: <http://www.kuni-csw.jp> e-mail: [delegate@kuni-csw.jp](mailto:delegate@kuni-csw.jp)

総務課総務係  
総務課権利擁護係  
福祉推進課地域包括支援センター  
福祉会館窓口

福祉推進課居宅支援係  
ヘルパーステーション  
ケアプランセンター  
福祉推進課地域係  
ボランティアセンター・安心サービス  
国立市障害者センター  
あすなろ

Tel. 042-575-3221 042-575-3554  
042-575-3222  
042-580-1294 042-580-7112  
042-580-1295  
042-580-1352  
042-580-1353  
042-580-1296  
042-575-3223  
042-573-3344 042-577-0379  
042-575-9867 042-574-1339



秋は、何を食べてもおいしいですね。  
なかでも梨は、とくに秋限定な感じがして大好きです。みずみずしさと「しゃくっ」とした食感、そして、やさしい甘さ。うーん、絶品！冷やしすぎに気をつけて、いただきます。

中 菱 沼 啓 子 さん

### わたしの声

「食べたい！  
秋の味覚」  
です。

秋の味覚とって、まず思い出すのは秋刀魚です。次に思い出すのは栗で、サツマイモという感じです。ぼくは秋刀魚を焼いて、大根おろしをかけて食べるのが好きです。それとサツマイモをお味噌汁に入れたりします。

西 高 橋 隆 司 さん



家族で散歩中に「栗・梨を販売」の看板が目に入りました。民家の庭で出荷用の作業、横で販売をしており、奥には栗、梨の木が広がっていました。子どもに見せたいと思い、お願いすると快く案内してくれました。木にはイガ栗がたくさん生っていて、下にも前日の雨風でたくさん落ちていました。本格的な作業の際は完全防備だそうですが、ちょっと様子を見に来た時などに、イガ栗が頭の上に落ちてくるとたまらん！とおっしゃっていました(笑)。栗と梨(新高)を買い、栗はゆでて戴きました。今年は蒸し栗、焼き栗、ゆで栗としましたが、やはりゆで栗が一番おいしいような。少しすると利平栗、新興梨が出るそうですのでまた行ってこようと思います！

東 小 池 悦 子 さん

子どもの頃はよく家の柿の木になる柿を食べていました。  
青柳に住んで早40年が過ぎ、来た当時は矢川団地が建設中で家のまわりは畑や緑が多かったことが思い出されます。  
現在は緑川も道路に変わり、また近所にはホームセンターやスーパーもできて、便利になりました。柿も鳥が食べることが多くなりました。

青柳 長谷部 直 治 さん



次回(1/5号)の  
テーマは…  
『2011年は  
こんな年に！』  
です。

### 「わたしの声」では、みなさんからの投稿を募集しています！(次号分募集は11/30まで)

原稿は100字前後、住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記のうえ、下記までお願いします。なお、掲載させていただいた方には、コンビニエンスストアやファミリーレストラン、ガソリンスタンドなどでお使いいただける「オリジナルクオカード」をさしあげます。  
あて先: 〒186-8555 国立市社会福祉協議会「わたしの声」係 または、E-mail: [delegate@kuni-csw.jp](mailto:delegate@kuni-csw.jp)

### 第37回市民福祉バザーを開催します。 社会福祉協議会ではバザーで販売する寄付品を募集しています!!!

11月28日(日)開催!

(ご提供いただきたいもの)

- ★新品未使用の衣料品 (こども服は新品同様のもの)
- ★雑貨 (日用品・手芸品・電化製品など)  
ただし、酒類、危険物、書籍、大型家具、大型電化製品は除きます。
- ★農作物 (野菜・果物・植物など)



寄付物品については、ご自宅の最寄りの地区集荷場所をご案内いたします。

第37回市民福祉バザーの詳細については3ページをご覧ください

主 催 第37回市民福祉バザー実行委員会 社会福祉法人国立市社会福祉協議会  
お問合せ 042-575-3221 (国立市社会福祉協議会 総務課)



社会福祉協議会の事務所は福祉会館1階です。

ご協力ありがとうございます!

# 社会福祉協議会 会員加入・会費納入状況のお知らせ (中間)

社会福祉協議会では、毎年7・8月を会員会費増強運動期間として、多くの地域のみなさまのご協力をいただき、会員加入・会費納入をお願いしています。本号では、10月20日現在の状況をお知らせいたします。多くのご協力をいただき、ありがとうございました。本年は酷暑もあり、地域のみなさまには多大なご協力をいただきました。紙面を借りてお礼申し上げます。

**【北地区】** 226,500円 (正127件、賛助161件、特別3件)  
 立東自治会 77,000円 (正3件、賛助148件)  
 北三つばみ会 37,000円 (正37件)  
 四小南自治会 17,000円 (正11件、賛助12件)  
 みどり会 52,000円 (正47件、特別1件)  
 高松泰子 13,500円 (正11件、賛助1件)  
 富沢啓子 26,000円 (正16件、特別2件)  
 事務局 4,000円 (正2件)

**【東地区】** 601,050円 (正361件、賛助357件、特別8件)  
 斉藤滋 17,500円 (正12件、賛助1件、特別1件)  
 東4丁目アパート自治会 5,000円 (特別1件)  
 小窪牧子 3,000円 (賛助6件)  
 環境改善促進会 113,550円 (正6件、賛助218件)  
 菅原公代 8,500円 (正5件、賛助7件)  
 安藤真留美 8,000円 (正6件、賛助4件)  
 石田みち代 7,500円 (正7件、賛助1件)  
 小松尚 8,500円 (正8件、賛助1件)  
 北澤勝介 8,000円 (正4件、賛助8件)  
 八藤恵 21,000円 (正19件、賛助4件)  
 須賀幸子 16,500円 (正3件、賛助25件)  
 武藤寿子 9,000円 (正7件、賛助4件)  
 古海美智子 8,500円 (正5件、賛助7件)  
 都宮東3丁目アパート自治会 7,000円 (特別1件)  
 前嶋久仁子 7,000円 (正5件、賛助4件)  
 清水あけみ 28,000円 (正22件)  
 八百幸穂 12,000円 (正10件)  
 山口千恵子 50,000円 (正38件、賛助16件)  
 手塚一男 14,500円 (正12件、賛助1件)  
 内田わかば 11,000円 (正11件)  
 若間久乃 16,000円 (正11件、特別1件)  
 田和艶子 27,000円 (正14件、賛助6件、特別2件)  
 大桑実枝 6,000円 (正6件)  
 黒木恒子 9,500円 (正9件、賛助1件)  
 鈴木かし子 8,500円 (正7件、賛助3件)  
 大熊ゆう子 8,500円 (正7件、賛助3件)  
 二連木清 7,000円 (正7件)  
 上保宏子 4,500円 (正4件、賛助1件)  
 阿部一衛 8,000円 (正8件)  
 下司恭子 2,000円 (賛助4件)  
 佐藤恵 63,500円 (正57件、賛助11件)  
 小林利美 39,000円 (正19件、賛助20件、特別1件)  
 浮田里香 14,500円 (正9件、賛助1件、特別1件)  
 宮脇瑞穂 11,000円 (正11件)  
 吉村多恵子 9,000円 (正9件)  
 事務局 3,000円 (正3件)

**【西地区】** 306,500円 (正161件、賛助141件、特別10件)  
 西第三長生会 11,500円 (正5件、賛助13件)  
 増川美代子 7,000円 (賛助14件)  
 小原彰子 3,500円 (賛助7件)  
 西商店会 10,000円 (特別1件)  
 小崎美智子 68,000円 (正55件、賛助16件、特別1件)  
 石川隆子 47,500円 (正29件、賛助17件、特別2件)  
 三和会 5,000円 (特別1件)  
 磯谷泰江 60,000円 (正29件、賛助18件、特別3件)  
 今泉郁代 38,500円 (正23件、賛助31件)  
 平田朋子 27,000円 (正12件、賛助14件、特別1件)  
 八板喜久子 14,500円 (正5件、賛助11件)  
 事務局 14,000円 (正3件、特別1件)

**【中地区】** 532,500円 (正304件、賛助289件、特別7件)  
 大井利雄 7,500円 (正7件、賛助1件)  
 遠藤三七子 9,000円 (正8件)  
 常盤七郎 5,000円 (賛助10件)  
 小野打美智子 10,000円 (正9件、賛助2件)  
 中村孝子 80,500円 (正53件、賛助11件、特別2件)  
 酒向早苗 68,500円 (正55件、賛助17件、特別1件)  
 土橋麗子 12,500円 (賛助25件)  
 大山彰子 5,000円 (正4件、賛助2件)  
 澤登良子 8,000円 (正8件)  
 吉田英也 36,000円 (正10件、賛助50件)  
 長谷部安弘 2,500円 (賛助5件)  
 遠藤恵子 9,500円 (正9件、賛助1件)  
 国立一番街商店会 20,000円 (特別1件)  
 三上良 100,500円 (正65件、賛助15件、特別2件)  
 田中央男 11,000円 (正1件、賛助20件)  
 長門穂 6,000円 (賛助12件)  
 本間 7,500円 (正1件、賛助13件)  
 田中敬皓 10,000円 (正6件、賛助8件)  
 川島一矩 15,500円 (正13件、賛助5件)  
 中村京子 10,000円 (正1件、賛助8件)  
 中野英一 10,000円 (正10件)  
 関節子 3,500円 (賛助7件)  
 長谷川ゆかり 17,000円 (正17件)  
 中村沢子 9,000円 (賛助18件)  
 中川均 4,500円 (賛助9件)  
 下島 2,000円 (賛助4件)  
 岡本秀子 12,000円 (賛助24件)  
 朝比奈照雄 2,000円 (正2件)  
 鈴木栄子 16,000円 (正16件)  
 河村誠子 10,000円 (正2件、賛助12件)  
 事務局 12,000円 (正7件、特別1件)

10月20日現在の  
**会員加入・会費納入状況 (合計)**  
 正会員 1,799件 1,873,000円  
 賛助会員 1,501件 746,850円  
 特別会員 79件 563,000円  
 合計 3,379件 3,182,850円

**【谷保・青柳・石田・泉・矢川地区】**  
 639,300円 (正470件、賛助241件、特別8件)  
 南区自治会 10,000円 (特別1件)  
 杉本秋男 9,500円 (正6件、賛助5件)  
 市岡惇子 11,500円 (正10件、賛助3件)  
 横戸澄子 15,000円 (正6件、賛助14件)  
 土方留春 15,000円 (正14件、賛助2件)  
 本木晃子 16,000円 (正16件)  
 遠藤精子 14,500円 (正14件、賛助1件)  
 矢沢弥生 17,500円 (正15件、賛助5件)  
 坂下地区鈴木友子 99,500円 (正79件、賛助31件、特別1件)  
 下谷保町内会 110,000円 (正96件、賛助18件、特別1件)

**【富士見台地区】**  
 207,500円 (正88件、賛助153件、特別8件)  
 渡辺信子 7,000円 (正2件、特別1件)  
 斉藤正美 8,000円 (正6件、賛助4件)  
 北島正子 27,500円 (正24件、賛助7件)  
 山下治子 5,500円 (正4件、賛助3件)  
 矢川自治会 13,000円 (正3件、賛助20件)  
 富士見台第一長寿会 16,000円 (賛助22件、特別1件)

富士見台4丁目自治会 17,500円 (正2件、賛助31件)  
 むつみ会 10,500円 (賛助21件)  
 北島洋子 13,000円 (正6件、賛助8件)  
 堀口恒子 3,000円 (賛助6件)  
 佐伯薫 22,000円 (正3件、賛助28件、特別1件)  
 田中尚代 6,000円 (正6件)  
 協同組合国立ダイヤ街 24,000円 (正24件)  
 事務局 34,500円 (正8件、賛助3件、特別5件)

国立台自治会 (赤尾) 500円 (賛助1件)  
 木村美津江 16,500円 (正16件、賛助1件)  
 沢辺珠子 14,000円 (正13件)  
 石井幸世 24,000円 (正17件、特別1件)  
 西野かほ 19,000円 (正19件)

中平自治会 71,000円 (正64件、賛助4件、特別1件)  
 久保町内会 63,000円 (正53件、特別2件)  
 四軒在家自治会 40,000円 (正10件、賛助60件)  
 青柳自治会 62,800円 (正17件、賛助96件)  
 事務局 10,000円 (正5件、特別1件)

**【福祉施設・福祉団体等】**  
 286,500円 (正22件、賛助29件、特別31件)  
 更生保護女性会 5,000円 (特別1件)  
 手をつなぐ親の会 36,500円 (正22件、賛助29件)  
 北多摩西保護司会国立分区分 10,000円 (特別1件)  
 ハイビスカス 10,000円 (特別1件)  
 カタパミ作業所 10,000円 (特別1件)  
 うめの木作業所 10,000円 (特別1件)  
 白働会 5,000円 (特別1件)  
 国立市ゲートボール連盟 5,000円 (特別1件)  
 (株)ボンジュール 10,000円 (特別1件)  
 あおやぎ会 10,000円 (特別1件)  
 国立断酒会 5,000円 (特別1件)  
 国立市身体障害者福祉協会 5,000円 (特別1件)  
 東京YMCA医療福祉専門学校 10,000円 (特別1件)  
 たけのこ会 5,000円 (特別1件)  
 国際ソロプチミストくたち 10,000円 (特別1件)

三多摩医療生協くたち南診療所 10,000円 (特別1件)  
 国立市肢体不自由児・者父母の会 5,000円 (特別1件)  
 国立市老人クラブ連合会 5,000円 (特別1件)  
 国立市聴覚障害者協会 5,000円 (特別1件)  
 すずらん 5,000円 (特別1件)  
 シルバーハイツ谷保 10,000円 (特別1件)  
 民生・児童委員協議会 10,000円 (特別1件)  
 睦月会わかばの家 10,000円 (特別1件)  
 くたち苑 10,000円 (特別1件)  
 つくし会新田クリニック 5,000円 (特別1件)  
 国立保育園 10,000円 (特別1件)  
 中央郵政研修センター 5,000円 (特別1件)  
 さくらこ保育園 10,000円 (特別1件)  
 天成舎 10,000円 (特別1件)  
 和光保育園 10,000円 (特別1件)  
 日本放送協会学園 10,000円 (特別1件)  
 春光保育園 10,000円 (特別1件)

**【事務局窓口扱い】**  
 383,000円 (正266件、賛助130件、特別4件)  
 やすらぎ農園利用者 23,000円 (正23件)  
 安心サービス事業 156,000円 (正155件)  
 手話講習会参加者 11,000円 (正11件)  
 くわがた・かぶとむし飼ひ方教室参加者 6,500円 (賛助13件)  
 事務局 31,000円 (正5件、特別2件)  
 直接振込 10,500円 (正8件、賛助1件)  
 国立市役所職員一同 56,000円 (正44件)  
 本会職員一同 89,000円 (正20件、賛助116件、特別2件)

※順不同、敬称略で掲載させていただきます。ご了承ください。

会員加入・会費納入は、年度を通じて受け付けております。会員のみなさまから納入頂く会費は、社会福祉協議会自ら企画・実施する事業の財源として活用しています。未加入・未納入の方には、あらためてご協力のほどよろしくお願い致します。

# 第37回市民福祉バザーを11月28日(日)に開催します!

この催しは市民のみなさまから品物を提供していただき、その品物を販売して得られた収益を、地域のさまざまな福祉活動のために活用する事業です。ぜひご家族でお越しください。

バザー当日11月28日(日)は、  
9:00から、くにたち福祉会館南側玄関前  
にて整理券(200枚)を配布します。  
販売は、10:00から15:00です。



市民のみなさまの  
ご来場を  
お待ちしております。

市民福祉バザーの収益は  
農園事業、子育て支援事業、高齢者のサロン事業  
などさまざまな地域福祉事業に活用していきます。

(主催) 第37回市民福祉バザー実行委員会  
社会福祉法人 国立市社会福祉協議会

※お問い合わせは…国立市社会福祉協議会 総務課・総務係 Tel 042-575-3221 Fax 042-575-3554

## 地区ごとの寄付品集荷に ご協力いただいています!

バザー実行委員会から地域の方々にお願ひし、地区ごと  
に寄付品の集荷にご協力いただいています。

ご自宅から最寄りの地区集荷場所をご案内しますので、  
お気軽にお問い合わせください。

地区集荷期間: 11月23日・24日

(地域の集荷場所に届けて頂く日です。集荷場所の都  
合により日程が変更になることがあります。)

※ただし、野菜は11月27日に直接受け取りに伺います。

## 会場はくにたち福祉会館です!

4階 大ホールでは、衣料品、雑貨

3階 会議室では、和服、子供用品(中古品を含む)

1階 ホールでは、野菜、ボランティア手作り作品、  
福祉施設や福祉団体の販売コーナー  
フロアごとにたくさんの品々を販売します!

平成22年度



## 歳末たすけあい運動がはじまります! ~12月1日から12月31日まで~

今年も12月1日から31日までの1ヶ月間、共同募金の一環として全国一斉に行われます。国立市では、国立市社会福祉協議会が主体となって行っており、皆さまにご協力いただいた募金は、地域の中でさまざまな福祉を推進するための事業に大切にに使わせていただいています。たとえば、くにたち福祉のつどい等の福祉イベント、高齢者の地域での仲間作り、生きがい作りを応援する農園事業やサロン事業、子育てを応援する“かるがも”、ふくしガイド作成等、身近な福祉事業の大切な財源となっています。

誰もが安心して暮らせる街づくりをめざして、市民のみなさまからの貴重な善意をよりよい街づくりに活かすよう努めてまいります。一層のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



☆募金の方法は…みなさまのご自宅へ協力員がお伺いしますので、ご協力をお願いいたします。

また、国立市社会福祉協議会窓口等でも受け付けております。詳しくはお問い合わせを!

《問い合わせ先》 国立市社会福祉協議会 総務課 Tel: 575-3226 Fax: 575-3554

☆募金の使われかたの詳細は…赤い羽根データベース「はねっと」でご覧になれます。

→ <http://hanett.akaihane.or.jp/> へ



## かるがも掲示板

今年も親子で楽しめるクリスマス会を開催します。サンタさんが来るかも!? 皆さまのご参加をお待ちしています。なお、かるがもは通常第2火曜日に実施していますが、来年1月は第3火曜日となりますので、お間違えのないようお願いいたします。



### クリスマス会・・・申し込み制となります

- ★日時 12月14日(火) 10:00~12:00
- ★会場 くにたち福祉会館 2階大広間
- ★参加費 無料です。
- ★対象 2歳未満の子どもとその保護者
- ★定員 50組の親子(定員を超えた場合は抽選になります)
- ★締め切り 11月29日(月) 必着

※参加希望の方は必ず往復ハガキに、保護者氏名、子どもの氏名(フリガナ記入)、年齢(月齢)、住所、電話番号を明記の上、下記までお申込みください。

【申込先】 〒186-8555 国立市富士見台2-38-5 国立市社会福祉協議会 かるがも部会

### 12月以外の予定は…自由参加です。直接会場へお越しください。

- ☆11月9日(火)、平成23年1月18日(火)(1月のみ第3火曜日となります)
- ☆いずれも10:00~12:00 くにたち福祉会館2階大広間にて
- ☆2歳未満の子どもとその保護者(お父さん、妊婦さんも歓迎!)

- ※ベビーマッサージに参加希望の方はビニールシート、バスタオルをご持参ください。
- ※マッサージはオイルを使用しますのでアレルギーのある場合は当日講師にご相談ください。
- ※予防接種後24時間はマッサージを受けられませんのでご注意ください。

【お問い合わせは…国立市社会福祉協議会かるがも部会 Tel.575-3221 まで】



## 【ご報告】 かるがも10周年記念 コンサートを行いました!



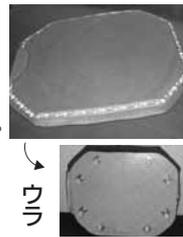
かるがもは今年の10月で10周年を迎えました! これを記念して10月12日(火)に、くにたち福祉会館2階の大広間にて、コンサート~命の星・母からのメッセージ~を行いました。ソプラノ歌手の久保田智子さんと3名のお仲間の方にご出演いただき、とても楽しい音楽の時間になりました。ご参加いただいた親子は素敵なハーモニに聴き入ったり、一緒に歌ったりしてリラックスした様子。ちょっと身体を動かして、声も出して気分転換になったと好評でした。赤ちゃんもにっこり。最後はリラックスして寝てしまう赤ちゃんも!



## ご利用ください福祉用具 リサイクル情報提供事業

ご家庭でご不用になった福祉用具を無料で必要な方へお譲りする福祉用具リサイクル情報提供事業をおこなっています。介護ベッドや車椅子、ポータブルトイレや歩行器、新品、中古にかかわらずリサイクル可能な用具(福祉用具に限る)を募集していますので、ご一報ください。また、福祉用具を必要とされている方も、お気軽にご相談ください。

福祉推進課 ☎ 575-3223



▲自走式座布団  
使用状況:  
ていねいに使用  
保管場所: 中



現在、軽量の車椅子を必要としている方がいます。

## —— 寄付者一覧 (温かいご芳志ありがとうございます) ——

【一般寄付】	手作りボランティア5グループ 様	260,270円	フラ・ポーアイ・ナレイ 様	15,000円
	泉たんぽぽ会 様	860円	北区商店会 様	16,220円
	株式会社 ドリーミー 様	10,000円	匿名	3,000円
	佐伯富雄 様	2,250円	祥燦流吟詠けやき会 様	21,510円
	福祉会館1階募金箱	3,442円	【障害者センターへの寄付】	
			寿流通株式会社 様	10,000円

### くらしの中の心配ごと、悩みごと

くらしの中の心配ごと、悩みごと  
月・水・金曜 9:30~12:00  
くにたち福祉会館1階相談室  
担当: 国立市民生・児童委員協議会  
☎ 0120-294-201 (直通)  
\*電話相談は17:00まで

### 高齢者健康相談

高齢者の方の健康に関すること  
毎月第1・3木曜 12:30~13:30  
くにたち福祉会館2階老人福祉センター  
担当: きくろ通りクリニック 春日井啓悦先生  
☎ 042-575-3321 【総務課】  
\*60歳以上の市民対象。直接2階へ

### 高齢者のための法律相談

高齢者の方の財産管理に関すること  
毎月第3金曜 14:00~16:00  
くにたち福祉会館1階相談室  
担当: 東京司法書士会  
☎ 042-575-3322 【総務課】  
\*1週間前までに要電話予約

### アルコールなんでも相談

お酒に関する悩みごと  
奇数月第3水曜 13:30~16:00  
くにたち福祉会館1階相談室  
担当: 国立断酒会  
☎ 042-575-3322 【総務課】  
\*ご家族からの相談も可

### 障害者相談

障害について  
月・金曜 9:00~17:00  
国立市障害者センター1階  
担当: 障害者就労自立支援事業担当  
☎ 042-573-3344  
【障害者センター】

～あなたの1句で“くにたちカルタ”を作ります～

# 読み句大募集！くにたちカルタ

この夏休み中に、市内小中学校のみなさんにご協力いただき、600を超える句が集まりました。ほんとうにありがとうございました。

それでもまだ足りない頭文字・題材があります。

みなさんのとっておきのくにたちを、ぜひ読んでください！



.....みなさんの読み句の頭文字はこれ！.....

い・お・か・く・け・さ・す・そ  
 た・ち・て・と・に・ぬ・ね・ひ  
 ふ・ほ・ま・む・め・も・ゆ・よ  
 ろ・る・れ・ろ・わ・を・ん

応募のきまり：

- ①上記表示の文字を使って下さい。
- ②「五・七・五」を基本とし、字余り字足らずでもOKです。
- ③応募作品は未発表のものに限ります。
- ④応募は福祉会館他にある応募用紙及びホームページよりダウンロードして使って下さい。
- ⑤応募は1人何点でもOK（採用は1人1作品です）。

\*題材は国立のまちに関する事、残したい事、まちの自慢や場所などを読み句にして下さい。

応募方法：次のいずれかの方法で応募して下さい。

- ①ボランティアセンターへ直接出す。
- ②郵送でボランティアセンターへ。〒186-8555 国立市富士見台2-38-5福祉会館1階
- ③ファクスでボランティアセンターへ。FAX 042-580-7112
- ④メールでボランティアセンターへ。E-mail：KFH01416@nifty.ne.jp

応募締切：2010年11月30日（火）必着

選考：ボランティアセンター運営委員会の選考により採用作品を決定します。

発表：採用作品の作者にはボランティアセンターより直接ご連絡します。

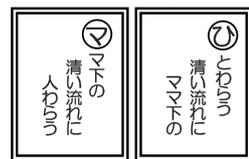
またセンターのホームページ上でも発表します。  
 採用された方には賞状とカルタを進呈いたします。

注意：①応募作品の著作権は国立市ボランティアセンターに帰属します。

- ②応募作品は一部修正・補作する場合があります。
- ③採用された方の氏名はカルタ説明書等に記載します。



ボランティアセンターからのお知らせ  
 TEL 042-580-3223 FAX 042-580-7112



読み句見本

募集のしめ切り	11/30
採用作品決定	H23年1月
絵札は市にゆかりのある方に依頼	2月
カルタ完成	10月
カルタ寄贈	11月
カルタ大会・表彰式開催	12月～1月

## 定番の講座 ボランティア入門講座

～あなたにピッタリあった、ボランティアを探して～  
 ボランティア活動に興味のある方、活動をしてみたい方へのミニ講座です。1回完結！きっかけの入口探しを、お手伝いします。参加費無料！！

開催日時 11月15日(月)、12月17日(金)、1月26日(水)  
 いずれも 14:00～16:00



場所 くにたち福祉会館1階 ボランティアコーナー  
 各回とも前日までのお申込みを 575-3223

### “くにたちカルタ”って？

国立のくらしや人、こども、文化、歴史、自然などを再認識し、くにたちの街をもっと好きになってもらいたい。また完成したカルタは世代間の交流の新たな地域資源として活用していきたい。そんな思いで、運営委員会を中心に製作しています。

# 社会福祉協議会の伝言板

60才になったら



お問合せ先 総務課 575-3221

ウチキ玉手箱～趣味の講座

カラダもココロもほぐれる!

## いきいきヨガ& リズム体操



音楽に合わせて楽しくカラダを動かす体操と深くゆっくりとした呼吸を意識しながらのやさしいヨガでココロもカラダもリラックスしましょう。自宅でもできる簡単なポーズを行います。ヨガは初めてという方でも安心してご参加いただけます。男性の方も歓迎です。

〈日にち〉 11月17日(水)・

24日(水)の2日間

〈時間〉 午後1時30分～午後3時

〈会場〉 くにたち福祉会館4階大ホール

〈講師〉 吉川 宜余子さん  
(ヨガ・エアロビクスインストラクター)

〈参加費〉 500円(税込)

〈持ち物〉 バスタオル・汗ふき用タオル・  
運動のできる靴(屋内用)・飲み物

〈対象・定員〉 市内在住の60歳以上の方  
30名 (2日間参加可能な方のみ)

〈申込み・締切〉

氏名・住所・電話番号・年齢をご記入のうえ、  
〒186-8555 国立市富士見台2-38-5  
国立市社会福祉協議会  
「いきいきヨガ&リズム体操係」まで。  
11月11日(木) 往復ハガキ必着

☆応募者多数の場合は抽選

〈問い合わせ〉 国立市社会福祉協議会 総務課  
☎ 575-3221

ほのほのあったか、  
声はずませて♪



今年も笑顔で歌いおさめ。皆さんで声を合わせて歌う会。懐かしい歌に気分が上がる。ご一緒に楽しみませんか。参加はご自由にどうぞ!

- ◆日時 12月11日(土) 午後1時30分～
- ◆会場 くにたち福祉会館 4階大ホール
- ◆ゲスト 井上 庸子さん・宮地 真理子さん
- ◆予定曲目 ペチカ・ゴンドラの歌 他

映画ファンの方も、たまには  
映画という方も。ぜひ!

忘れかけていたあの場面を再び! トキメク心は変わりません。みなさまからの「もう一度観たい」のリクエストにおこたえして上映する映画会です。参加はご自由にどうぞ!

- ◆日時 12月27日(月) 午後1時30分～
- ◆会場 くにたち福祉会館 4階大ホール

同郷の仲間の集まりです。  
1度のぞいてみませんか?

60歳以上の市民の方なら  
お申込制 いつからでもご登録できます。  
詳細についてのお問合せ先 TEL 575-3221

### ふるさとサロン 11月・12月の活動日程

※登録者にはご案内状をお出しします。

- ◆北海道・東北ブロック 12月14日(火) 忘年会
- ◆甲信越ブロック 12月7日(火) そば打ち忘年会
- ◆中部・近畿ブロック 12月21日(火) 忘年会
- ◆おしゃべり茶話会 11月15日(月) 13時30分～
- ◆おしゃべり茶話会 12月 8日(水) 13時30分～

☆両日とも場所は小会議室です。

※茶話会の案内状はお出ししませんので参加はご自由にどうぞ。



なごみでは、いろいろなジャンルで講座を開催しています。講座内容のご要望やご意見・ご感想がありましたら、お寄せください。

# まちの伝言板

## ホームヘルパー入門講座 ～訪問介護員再チャレンジ講座～

資格眠らせて  
いませんか？

ホームヘルパーの資格を持ってはいるけど実務経験のない方、長い  
間実務から離れてしまい再就職のきっかけがつかめない方などを対  
象に、眠っている資格の活用を目指した研修会を開催します。

- 日 時 平成22年11月13日(土)  
10:00～16:00(昼休み1時間)
  - 対象者 原則、訪問介護員養成研修(2級課程)修了者以上  
現在実務業務に携わっている方もご参加いただけます。
  - 募集定員 20名
  - 講習内容 午前の部 ホームヘルパーが知っておくべき介護保険制  
度の仕組みと実際  
午後の部 介護技術の基本(おむつ交換、移動・乗降介  
助・車椅子操作など)
  - 受講料 無料
  - 会 場 至誠ホーム(立川市錦町6-28-15)
  - 講 師 至誠ホームヘルプステーション現役スタッフ
  - お申込み お電話もしくはFAXにて受付いたします。
  - 受付締切 平成22年11月5日(金)  
※定員になり次第受付を終了いたします。
- お問い合わせ○ 至誠ホームヘルプステーション  
TEL:042-527-0057 FAX:042-527-0322

## 高次脳機能障害者と家族の会 国立支部懇談会

- 日 時 12月4日(土) 13:30～16:30
- 場 所 東京都多摩障害者スポーツセンター2階 第2集会室  
国立市富士見台2-1-1 TEL.042-573-3811  
JR中央線国立駅南口徒歩 約20分  
(無料送迎バス 13:10)  
JR南武線谷保駅北口徒歩 約10分
- その他 ☆高次脳機能障害をお持ちのご家族の方なら、会員以  
外の方も自由にご参加できます。  
☆行政、障害、進路などについての相談、お話しです。  
★H23年1月に武蔵野赤病院・富田博樹院長先生の  
講演会を予定しております。日程などはHPに掲載い  
たしますのでご覧ください。
- 問合せ 橋本 TEL&FAX:042-574-8104

## 手のひら健康バレーへのお誘い

中高年の皆さん!!手のひら健康バレーに参加なさいませんか?  
軽く(20g)、柔らかいボールを手のひらで弾ませて3回で相手の  
コートに返します。失敗しても笑って済まし、無理なボールは追  
いかけない。

笑いと諦めのスポーツです。続ければ絶対今  
の若さをキープ出来ます。中高年で健康な方な  
らどなたでも参加出来ます。男女混合です。

- 練習日 毎週水曜日午後1時～3時
- 場 所 くにたち市民総合体育館
- 費 用 体育館の使用料として 1ヶ月500円
- 連絡先 宮本 042-571-6430 小口 042-573-0100  
長谷川 042-576-2040 小林 042-572-6842



## 東京都共同募金会から 車両整備費の配分を受けました!

このたび「赤い羽根共同募金」の助成を受けて、国立ルピナ  
スうめの木作業所で使う、トヨタ・ハイエースバンを購入しま  
した。これは毎年10月に実施している赤い羽根共同募金運動に  
よってお寄せいただいた募金によるものです。皆さまのあたた  
かいお気持ちが地域で活用されています。本当にありがとうございます。

### うめの木作業所からの メッセージ



今回は車の寄付をあり  
がとうございました。  
昨年暮れより鮎の仕事  
及びメール便の仕事が  
増えてまいりましたの  
でその運搬に使わせて  
いただきます。

## 第34回ふれあいスポーツのつどいが 開催されました



秋晴れの空の下、今年も「ふれあいスポーツのつどい」が10  
月17日(日)に国立市立国立第五小学校の校庭で行なわれまし  
た。当日は天候にも恵まれ、約1,200人もの方がスポーツを通  
じて交流を深めました。

このイベントが、今後さらに発展していくよう、引き続きみ  
なさまのご協力をお願い申し上げます。

なお、実行委員をはじめ、多くの方から様々なご協力を賜り  
ましたことを、紙面を借りてお礼申し上げます。誠にありが  
うございました。

第34回ふれあいスポーツのつどい実行委員会  
実行委員長 佐藤 一夫

※ご協力いただいたみなさま(敬称略・順不同) …  
東京メソニック協会、ローソン国立駅南口店、山崎製パン  
株式会社武蔵野工場、国立市立国立第五小学校、国立市立  
国立第七小学校、富士見台二丁目自治会、東京女子体育大  
学、東京都立第五商業高校、NHK学園ほか

## ちくちく展 ～手づくり品の販売～

福祉作業所で働く障害のあるメンバーと周りで支える仲間、高  
齢者デイサービスに通う方と周りで支える仲間、立川市シルバー  
人材センター所属のREE工場のメンバー、フィリピンで女性の自  
立を目指している方と応援している団体がクリスマスやお正月に  
贈りたくなる手づくりの品を多数作りました。販売も行います。  
温かな手づくりのぬくもりを感じにいらしてください。

- 日 時 11月23日(火・祝)～11月28日(日)  
10:00～20:00(最終日は16:00終了)
- 場 所 伊勢丹立川店6F  
ハートフルステーション/社会福祉協議会
- 問合せ 立川市社会福祉協議会あいあいステーション  
立川市曙町2-5-1伊勢丹立川店6F  
ハートフルステーション内 TEL:042-540-7484  
<受付時間10:00～18:00>

## つどおう! 2010 第25回くにたち福祉のつどい 盛況のうちに終了!

～くにたち福祉のつどい実行委員会からのお礼～

9月11日・12日の両日にわたって「つどおう! 2010 第25回くにたち福  
祉のつどい」を開催しました。二日間とも晴天に恵まれ、のべ来場者数も3,800  
名を超え、大盛況のうちに終了しました。猛暑の中の開催でしたが、福祉会館  
にぴったり幅広い世代の方々が、元気に笑顔で交流することができました。日  
頃の練習の成果を発揮したり、あたたかい手作り作品を購入したり、美味しい  
食べ物に舌鼓をうったり…。たくさんの方々の笑顔があふれる素敵な二日間とな  
りました。実行委員会のみなさまにも多大なご協力を賜り、ありがとうございました。  
紙面を借りてお礼申し上げます。

第25回くにたち福祉のつどい実行委員会 実行委員長 川尻 俊江



# きっと社協とつながっている!

社会福祉協議会?社協?なま  
えは知っているけれど、なにを  
しているところかよくわからない  
い...そんなお声に添えるペー  
ジです。今回は、くにたち権利擁  
護センターの事業をご紹介します。

## くにたち権利擁護センター

くにたち権利擁護センター  
(以下、「センター」と略)は次  
の3事業を基本に地域で誰もが  
安心して暮らせるための様々な  
サポートを行っています。

### ①地域福祉権利擁護事業(以下、「地権事業」と略)

「通帳や印鑑をどこに置いた  
か忘れてしまう」「公共料金や福  
祉サービスの利用料金の支払い  
ができない」「年金や福祉サービ  
スの種類の書き方や手続きの仕  
方がわからない」など、日常生  
活に不安を感じている高齢者の  
方や知的や精神の障害を持って  
いる方を対象に、日常の金銭管  
理や福祉サービスなどの利用支  
援を行っているのが地権事業で  
す。成年後見制度と違って、ご  
本人の利用の意思が必要で  
センターでは現在、市内で50名  
ほどの方の相談・支援にあたっ  
ています。

この事業を地域で支えるのが  
社会福祉協議会に雇用されてい  
る「生活支援員」の方々です。  
実際に地域の利用者のお宅に訪

問して、利用者の方と一緒に、  
あるいは代わりに金融機関等に  
出向き、生活費等を払い戻した  
り、福祉サービス利用料や公共  
料金支払い等のお手伝いを行っ  
ています。

国立市内では5名の生活支援  
員が活動されています。生活支  
援員として活躍されている塚  
田明克さんは1年前から関わる  
ようになり、「退職後、時  
間的余裕ができたので、施設で  
の朗読などのボランティアはし  
ていました。この「まごころ」  
で生活支援員募集の記事をみて、  
説明会に参加してみました。現  
在2名の利用者の支援にあたっ  
ている塚田さんですが、「初めて  
の活動は緊張しました。他人の  
お金を扱うこと、障害をもった  
方と接することもなかったわけ  
ですから。でもセンターのスタ  
ッフから優しく丁寧なアドバ  
イスをいただいていたので、や  
るようになりました。活動で心  
がけていることはなんですかの  
問いに、「あくまで利用者さん  
のお金なので、本来は自分で自由  
に使ってもいいわけですが、でも  
色々な支払いや生活全体をみて  
いくことも必要  
です。利用者と一緒に考えてい  
くことを大切に  
しています。で



きるだけ、自然  
な姿勢で、日常  
の会話などをし  
ています。利用  
者の方にとても  
信頼されている  
塚田さん。「二人ひとりの生活が  
違うのそこに見合った支援が  
必要だと思えます。この仕事は  
私自身にとっても励みと楽しみ  
になっています。これからも続  
けていきたいと思っています。」  
生活支援員になるには、特に  
資格は必要ありません。一定の  
研修を受けていただき、社協と  
雇用契約を結び活動していただ  
きます。生活支援員は常時募集  
しておりますので、興味、関心  
のある方はお問い合わせくださ  
い。「全く経験のない人でも、や  
りがいをもってできる仕事だと  
思いますよ。」と塚田さん。



### ②成年後見制度の相談

成年後見制度とはどんな制度  
か分からない、これから成年後  
見制度の利用を考えているが、  
何から始めたらいいか分からな  
い、今成年後見人として活動し  
ているが相談ののってくれると  
ころを探している、そんな方を  
サポートするのが2つ目の事業  
です。お気軽にご利用ください。

### ③高齢者・障害者の法律相談

「高齢の親が認知症になった。  
財産管理が心配」「今は元気だが  
もしもの時に備えて」「遺言を作

成したい」など成年後見や財産  
管理などに関する悩み、相談が  
ありましたらどうぞ。司法書士  
が相談にあたります(相談は予  
約制)。毎月第3金曜日の午後2  
時~4時で行っています。

## くにたち権利擁護センター

くにたち福祉会館1F  
月金 9:00~17:00  
042-1575-13222

## 権利擁護センターで社協とつながろう!

くにたち権利擁護センターで  
はこのような事業を行っています。  
権利擁護センターを利用す  
るという形でつながることはも  
ちろん、地域を支える力として  
社協とつながっていただき、福  
祉のまちづくりを一緒に進めて  
いくこともできます。みなさん  
にこのような活動を知っていただ  
いたり、関心を持っていただ  
けるよう、今後もこの紙面でお  
伝えしていきたいと思えます。  
次回の「まごころ」もぜひお楽  
しみに!

## 講座のお知らせ

**よくわかる成年後見**  
後見人とはなにかを知るの  
日 時: H22年11月17日(水)  
午後2時から  
会場: くにたち北市民プラザ  
講師: 鈴木 奈加子氏  
(司法書士、くにたち権  
利擁護センター運営委  
員長)  
定員: 20名  
(申込はセンターまで)  
参加費: 無料

## きっと社協とつながっている! ~国立市社会福祉協議会の事業紹介シリーズ④~

私たちも福祉のまちづくりを応援しています

### 広告主さん募集中!

本紙「まごころ」は、国立市内全戸  
配布している社協の広報紙です。  
現在、有料広告を掲載していただ  
ける広告主さんを募集しています。  
ぜひご検討ください。  
○コマ数 1号につき3コマを予定  
○掲載料 1コマ(縦5cm×横5.5cm)  
15,000円(税込)  
※問い合わせ 国立市社会福祉協議会  
総務課 総務係  
TEL.042-575-3226

### 訪問 リハビリマッサージ

お手持ちの健康保険で  
1日1回20分の  
マッサージを訪問交通費  
込みで300円で受けられます。  
(1割負担の場合。2割で600円。3割で900円。)  
※一部を除く障害者受給者証をお持ちの方、生  
活保護を受けている方は負担はありません。  
まずはお電話下さい お客様専用フリーダイヤル(無料)  
株式会社アッサム 0800-111-0220  
在宅医療サービス 国立市東1-14-1371403号

### 植木.お庭管理

☆訪問見積、無料で安心!!  
自社施工 低価格  
何でも、お任せ下さい。  
◎実績 経験豊富◎  
☆樹形を整え敷地に合う剪定  
☆伸びすぎた樹木の切詰、他  
☆植木一本でも承ります。  
【明るい、お庭に防犯にも安心】  
\*庭師のプロがお庭を変える!!  
※任せて安心、地元の業者  
お気軽にご相談下さい。  
とうほうりよくか 国立市谷保3085  
(有) 東豊緑化 TEL.042-571-0601

