

在宅福祉サービス

第 12 号

平成 27 年 9 月 1 日発行

あいあい通信

発行者

〒202-0013 西東京市中町 1-6-8 保谷東分庁舎 1 階 TEL 042-438-3770

西東京市社会福祉協議会

FAX 042-438-3772



9月の声を聞き少しほっとしているところです。7月・8月が暑すぎました！
子どもの頃は、こんなに暑い日の記憶がありません。実は2年前から 35℃を超える
日が記録され、昨年「猛暑日」が正式な気象用語になったとか…。今年は岐阜県
多治見市で 39.9℃を記録。もう完全に発熱ですね。練馬でも 38.2℃を記録したとか。

お隣だから、西東京市もそれに近かったのでしょうか。北海道でも帯広で真夏日 15
日、猛暑日 2 日が記録され避暑地なの？ という感覚です。ちなみに「真夏日」は：
日中の最高気温が 30℃以上の日。「猛暑日」は：35℃以上の日。来年は 40℃を超え
る「酷暑日」なんて名前もできるかもしれません。まだまだ暑い日が続きます。

どうぞご自愛ください。

✧ コーディネーターより近況報告 ✧

泉町・中町・富士町・保谷町・東伏見・柳沢・新町・南町・向台町 担当の武田です。

暑すぎる今夏、熱中症の危機のさ中、2020 年開催の東京オリンピックの話題が
ニュースをにぎわせました。ところで… 毎回、オリンピック熱が冷めたころに
パラリンピックを小規模に行っている理由って何なのでしょう。



もし、次の東京オリンピックで統一して行なうことができた
ら、日本で 2 度目の開催をする意義も明確で、バリアフリー先
進国として、名乗りを上げるにふさわしい絶好の機会だったの
に…と思うと、残念でならないのは私だけでしょうか。

北町・栄町・下保谷・ひばりが丘北・東町・住吉町・ひばりが丘・谷戸町・北原町・西原
町・芝久保町・緑町・田無町 担当の小出です

猛暑の影響もあるのでしょうか。例年にも増して 7・8 月の依頼件数が増え、う
れしい悲鳴の夏となりました。そして何よりも、暑い中時間の許す限り頑張ってく
れた協力会員さんたちに「感謝！感謝！！」の夏でありました。

無事 9 月を迎えた利用・協力会員の皆さま、これからが夏の疲れが
溜まり体調を崩しやすい時期です。お気をつけてお過ごしください。



協力会員研修のお知らせ



◆「車椅子介助研修」(*詳細は先月お送りした案内状をご覧ください)

日程：9月15日(火) 13:30~16:30

場所：保谷防災センター6階 講座室2

◆「スキルアップ研修 介護者のための健康体操 part 2」

日程：11月18日(火) 13:30~

場所：田無総合福祉センター 視聴覚室

(*詳細は後日ご案内します)



◆「あいあいサービス協力会員登録説明会(基礎研修)」

本年度3回目の登録説明会を下記の日程で行います。お知り合いの方で興味がある方がいらっしゃいましたら是非ご紹介をお願いします(*要申し込み)

※場所：保谷東分庁舎 地下会議室

※内容：事業説明・基礎研修(対人援助の基礎研修/地震対応マニュアル研修)

※日時：10月22日(木) 13:30~16:00

あいあいクッキング



鶏肉のかば焼き丼

【献立例】

すまし汁・わかめときゅうりの酢の物

【材料】

- ・鶏もも肉 半身
- ・葱 少々 … 白髪葱にする
- ・ご飯 茶碗1杯分
- ・卵 1/2個 …
みりん小1/2を入れ炒卵を作る。



【調味料】

- ・醤油 … 大1
- ・酒 … 大1/2
- ・みりん … 大1/2
- ・砂糖 … 小1

【作り方】

- ① 鶏肉に小麦粉をまぶす。フライパンに油をいれ、中火で鶏肉の皮面からじっくり焼く。
- ② パリッとしたら裏返し、余分な油を拭き取る。調味料を入れ、肉が半分つかる位の水を入れる。

- ③ 時々フライパンをゆすり煮汁をスプーンでかけながら焼く。
肉の中央に串を刺し透明な肉汁になったら火を止める。

- ④ 鶏肉を一口サイズにそぎ切りしてご飯の上に乗せ、上に炒卵・白髪葱を乗せて、煮汁を回し掛けします。

*アドバイス
皮をパリッとさせるため、蓋はしません



利用会員の声

二人の子供の産後に、お手伝いをお願いしました。第2子である長男の出産時は、長女が居るうえ、足腰の悪い母や、仕事に忙しい夫に頼ることもできずとても不安でした。

丁度、長女の出産後に手伝っていた協力会員の方に今回も来ていただくことができました。

子育ての先輩としてのお話も聞けお陰で、1ヶ月間安心して過ごすことができました。



協力会員の声

買い物のお手伝いでした。孫世代の私は「体力OK、何でもお任せ！」のはずでしたが、品物選びに迷いに迷い、最初から時間オーバー…。

そのことをお詫びすると、ニコニコ笑顔で品選びのコツを教えてくださいました。その後「買物上手になりましたね」と褒めていただけるようになりました。介護保険利用となり援助が終了した今でも、おおらかで素敵な方だったと思い出し、出会いに感謝しています。



協力会員研修の報告



5/21 高齢者の歩行介助研修

下肢筋力が低下した高齢の方に対して安全な介助をするための講義の後、実際に町に出て『高齢者疑似体験』と『介助実習』を行いました。

「利用者の特徴と介助のポイントが理解できたので、周りの状況を見ながらしっかりサポートしたい!」といった感想が聞かれました。



2人1組で町歩きを体験しました!



協力会員登録説明会を行いました



今年度前半のあいあいサービスの協力会員の説明会では19名の方が協力会員として登録いただけました。

皆さまのお宅へフレッシュな笑顔で参ります。どうぞよろしくお願いいたします。





地域活動拠点をご存知ですか？

西東京市社会福祉協議会では、地域で活動を行う団体等の活動の「場」として、また住民同士が気軽に集い、情報交換ができる「場」として、地域活動拠点を市内6ヶ所に設置しています。



ファミリーサロン

ふ

れ

あ

い

た

な

し

今年4月に誕生した『ファミリーサロンふれあいたなし』をご紹介します。
建物の2階にあるのですが、田無駅から近いこともあり、じわじわと利用団体が増えて、活気がでてきました。

こじんまりとした作りのお部屋なので、じっくりと語り合えます♪

大きな音を伴う活動やハードな運動はできませんが、書道や俳句などの趣味活動や、ヨガなどは十分楽しめます。

また、ふれあいのまちづくり住民懇談会の『ファミリーたなし』によるサロン活動（第2水曜日の11時～15時）も、開かれています。参加は自由です。

皆さん、気軽にお立ち寄りくださいね！



「ヨーガ療法」座ってできます

遊びにきて！

ね!!



地元の学生さんとミーティング中…



部屋の利用には団体登録が必要です。

◆住所

西東京市田無町3-6-3
安田ビル2階 203号

◆お問合せ先

地域福祉推進係 拠点担当者
TEL：042-438-3771

