

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



まだまだ暑い日が続いていますが、お元気でお過ごしでしょうか？ここ数年、想定外とか今までに経験したことがない…という表現をよく耳にします。年々記録を更新する猛暑、7月に西日本で発生した豪雨災害も、まさに想定外の大雨が短時間にまたは何日も降り続くことで甚大な被害が出ました。災害は往々にして人知の想定外で起こるものです。

私も9月の防災の日を前に「万が一」を想定して、水や食料品の備蓄をきちんとしておかなければ！と改めて感じました。大きな災害が発生すると、日本全体が影響を受けることになりますので、皆さんも普段から備えておくことをお勧めします。また防災の日を機に、備蓄している物品の消費期限の確認をし、新しいものに交換しておきましょう。



コーディネーターより近況報告



長い間あいかとうございました！ 6月末を持って定年退職いたしました武田です。



皆様にお別れのご挨拶もできず心苦しく思っていたところ、最後のお便りをさせていただけることになりました。福祉に携わった22年のうち、在宅サービス一筋18年余り、利用会員さんに励まされ、協力会員さんに助けられた社協生活は、只々感謝でいっぱいです。沢山の人生とめぐり会い、生を全うされる瞬間や、奇跡的復活を遂げられる姿を目の当たりにした経験は、私の宝物です。共感することから始まったコーディネーター生活も「共感」から「実感」に変わりつつある年齢となり、これからが本当にお役に立てるのでは…という思いもあり残念ですが、ひき続き「あいあいサービス」を支えていただければ幸いです。今後も福祉には関わって参りますので、どこかでお目にかかれるその時まで、どうか皆様お元気でお過ごしください！

町毎の担当制を廃止し、市内全域を「小山」・「小出」コンビで担当します。



小山佳子と申します。「あいあい」の仕事は初めてです。至らないこともあるか存じますが、皆さんとの出会いを大切に一日も早くお役に立てるよう活動させていただきます。



小出恵子と申します。「あいあい」は10年選手ではありますが…新たにご縁のできた地区の利用会員の皆さまにも変わらず安心してご利用いただけるよう、初心に立ち戻って頑張らせていただきます。

長く『あいあい』を支えていただいた武田職員の足元にも及びませんが、皆様のご指導の下、二人で精進してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

協力会員研修のお知らせ



◆「歩行介助研修」(*詳細は先月お送りした案内状をご覧ください)

- ・日程：9月13日(木) 13:30~16:30
- ・場所：保谷防災センター6階 講座室Ⅱ

◆「スキルアップ研修 介護者のためのリフレッシュ・ヨガ療法」

- ・日程：10月30日(火) 13:30~15:30
- ・場所：田無総合福祉センター 健康増進室



(*詳細は同封のチラシをご覧ください。気持ちよく**アンチエイジング**しましょう!)

◆「リスク管理研修 知ってよかったあ!高齢者のヒヤリハット」

目配り・気配り、気づきで避けられる怪我・事故など、高齢者の日常に潜む様々なリスクを具体的に学びます。参加者に**オリジナルテキスト**をプレゼント!

- ・日程：11月21日(水) 13:30~15:30
- ・場所：田無総合福祉センター 第1会議室

(*詳細は来月のチラシをご覧ください)



あいあいクッキング



【かぼちゃの含め煮】(+ご飯、みそ汁、魚の塩焼き、もやしのナムル)

材料・・・ かぼちゃ 1/4個 豚肩ロース肉 60g
かつお節 一掴み いろいろ用インゲン

調味料・・・ 薄口しょうゆ 大さじ1 砂糖 小さじ1 味醂 20cc



(作り方)

- 1) 食べやすい大きさに切ったかぼちゃに、砂糖をまぶす。
- 2) 鍋にかつお節を入れ、かぼちゃの頭が少し出るくらいの水を入れだしをとって、沸騰後肉を入れてほぐしながら、灰汁を取る。
- 3) 鍋(肉を煮ただし汁)に調味料とかぼちゃを入れ、落し蓋をして煮る。かぼちゃに串を指してすとさせたら出来上がり。最後にゆでインゲンを散らす。

*かぼちゃは煮ると水分がかなり出ますので最初の水は控えめにし、煮汁をかけながら煮ましょう。また火を止めた後に水分を吸いますので煮汁を残したまま火を止めます。



利用会員の声

妻が病に倒れ部屋の掃除を頼んでいます。行き届かないまでも、自分なりに掃除をがんばってきたつもりですが、私も高齢となり、いよいよ人の手を借りる決心をした次第です。初めは「こんなに汚くして…と思われるかも」と、ドキドキしながら協力会員を迎えましたが、それも取り越し苦労でした。回を追う毎にきれいになる部屋に、妻もおもわず笑顔に。迷っていた時間が何だったのか?! 今では楽しみに待っています。



協力会員の声

初めて車いすの介助研修に参加しました。単に読んだり聞いたりするだけの講義形式ではなく、自分の体全体を使い体験する研修でした。

目と口で確認し耳で聞き取り、においにも敏感にと、五感をフル活動させて学ばせてもらいました。

坂道・段差は体験して初めて怖さがわかりました。自身の力量を見極めながら利用会員さんに寄り添った介助ができるように、もっと練習してお役に立ちたいです。



協力会員研修の報告

5/17 車いす介助研修

理学療法士 泉澤先生のご指導の下、初夏の陽気の田無町・新青梅街道沿いで、介助練習を行いました。試乗体験で、普段は気がつかない段差やガタガタの振動を体感。介助は単に車いすを押すだけではなく、乗られる方の体調・天候・周辺の交通など環境にも配慮し、安心・快適な外出のサポートができるようにと、実習に励みました。



4/20・7/3 協力会員基礎研修



春・夏のあいあいサービスの協力会員説明会では、7名の方が新たに協力会員として登録いただきました。よろしくお願いいたします。あいあいサービスでは、今後も市民同士の助け合い事業の輪を広げる活動を続けてまいります。

地域活動拠点をご存じですか？

西東京市社会福祉協議会では地域活動を行う「場」として、また住民同士が気軽に集い、情報交換できる「場」として地域活動拠点を設置しています。

平成 30 年 8 月より、8ヶ所目の地域活動拠点「向台とねりこの家」がオープンしました。部屋の利用には団体登録が必要です。

向台とねりこの家

8/1 お披露目会がありました



茶色の看板が目印です

武蔵境行きのバス通りから 1 本入った住宅街に「向台とねりこの家」があります。アットホームな雰囲気、おしゃべりやもの作りなどの趣味活動、簡単な体操などを楽しむことができます。



ヨーヨー釣りは子どもに大人気で



向台町地域包括支援センターからのお話

台所が広いので、調理を伴う活動もお勧めです。現在第 1・第 2 火曜日（8 月はお休み）以外は利用可能です。見学を希望される方は下記の問い合わせ先にご連絡ください。



牛乳パックとんぼの作成中



お問い合わせ先
福祉活動推進課 地域福祉推進係
電話 042-438-3771
メール furemachi20@n-csw.or.jp



■ 会員の皆さまへ 事務局からのお知らせ ■

支援内容の変更または追加をされる場合は事前に事務局にご相談ください。
尚、ご利用時間の延長は 30 分刻みでの利用料加算となりますので、ご了承ください。
両会員さまのご理解とご協力をお願いします。