

あいあい通信

発行者 〒188-0011 西東京市田無町 5-5-12 田無総合福祉センター4階
西東京市社会福祉協議会 電話 042-497-5076 FAX 042-497-5230



今年も10月に西東京市総合防災訓練が行われます。

大災害発生時に備えた事前準備が叫ばれてからかなりの時間が経過していますので、皆様も各々に準備を整えていることと思いますが、この機に再確認をしてみませんか。

非常時に備えて備蓄しておくものは、最低でも自宅で3日間過ごすために必要な物品（水、食料、その他日用品等）といわれていますが、いざというときになって、期限が切れていて使えないということがないように、日頃の生活の中で古いものから使い、新しいものを買って足して保存しておくなどの方法を取っておくといいと思います。

西東京市総合防災訓練の中では、様々な訓練が行われますので、ぜひご参加ください。

※詳細は市報または本通信の中面の記事をご覧ください。



✿ 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・向台町エリアを勉強中の小出です。

中町→田無町へ事務所移転して5カ月。ようやく町と町を結ぶ線（道路）が理解でき始め、新しい町へ自転車で訪問するのが楽しくなってきたところです。

さて今回の移転に際しては、会員の皆さんにもご心配をおかけしました。遅ればせながら、感謝申し上げます。とくに、「社協が遠くなっちゃった」という地区の皆さん、お呼びがかかればこれまで通り訪問いたしますのでどうぞご安心ください。また定期利用でファイルを置かせていただいている皆さんには、表紙の電話番号への訂正をお願いしています。事務局でも訂正用シールを作りましたので、ご希望の方はお申し出ください。こちら喜んで訪問させていただきます。



042-497-5076

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・田無町エリアを勉強中の小山です。

活動支援中に訪問させていただきますと、皆さんの存在に感化されます。協力会員さんの活躍している姿、安心して利用している利用会員さんの姿、「あいあいサービス」の出会いがきっかけであり、「人」と「人」の繋がり「ご縁」だと実感しています。

利用会員さん・協力会員さんには、初心があって「あいあいサービス」に連絡をしてくださっています。初めての顔合わせではお互いに緊張してしまうものです。私も、ドキドキしていますが、素敵な出会いだと感じています。



出会えたこの「ご縁」を大切に、これからもどうぞよろしく願いいたします。



利用会員の声

二人目の出産。第一子の通園もあり、里帰り出産できず、また親が仕事をしているため産後の支援が得られないため、「あいあいサービス」に登録し、協力会員さんに産後の家事支援をしていただきました。

産後の肥立ちが良かったことも、協力会員さんのおかげです。普段なかなか行き届かない箇所までの掃除をしていただきました。ありがとうございます。

誕生して1か月、活動支援最終日に協力会員さんから「大きくなりましたね」と言われ、嬉しかったです。

ありがとうございました。



協力会員の声

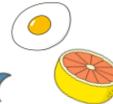
ずっと以前に協力会員さんをしていて、という利用会員のお宅で片付けのお手伝いをしました。

お一人暮らしできちんと生活されていましたが、半月先には入院と手術を予定されているとのこと。留守にされる前に初めて不用品は始末したいというご希望に沿ってゴミ出しができるよう仕分けと整理を行いました。

「あいあいの先輩たち」が、必要になった時には利用会員として活用できるっていいですよ。この市民同士の助け合いのバトンがこれからもずっと途切れないよう、つないでゆきたいです。頑張りまあ〜す！



あいあいクッキング



【 ふわふわ卵焼き 】

(献立例： ご飯、けんちん汁、かぼちゃサラダ)

(材 料)・・・ 卵 1 個(割りほぐす) 大根おろし 適量
はんぺん 1/8 枚・小ねぎ 2 本 (共にみじん切り)

(調味料)・・・ 和風粉末だし(少々) 砂糖大さじ 1 塩小さじ 1/4 みりん少々

(作り方)

- ① 卵、はんぺん、小ねぎ、調味料をすべて合わせる。
- ② フライパンや卵焼き器に油をひき、中火で 2~3 回に分けて①を流しいれ巻きながら卵焼きを作る。
- ③ 粗熱が取れたら、大根おろしを添えて召し上がれ。

* 甘い卵焼きです。味付けはお好みで変えてください。はんぺんが大きいと、見た目と触感が悪くなるので、細かいみじん切りにしましょう。一人分の分量では薄焼きになってしまうので、フライパンの半分を使って焼くとよいでしょう。



あいあいサービス 協力会員研修の報告

5/17 車いす介助研修

理学療法士 泉澤あい子先生のご指導の下、保谷庁舎～文理台公園ルートで車椅子介助研修を行いました。今回も単なる「操作手順」や「介助者の動き方」を学ぶだけでなく「安全・安心の基本に加えて楽しい外出」のためのヒントを学ぶ研修となりました。

参加された皆さんは「決して簡単ではない介助の現実」+「落ち着き状況判断する」「声掛け」の大切さを自覚できたと好評でした。



5/8、7/2・30 協力会員基礎研修

令和に入り、あいあいサービスでも、13名の新協力会員さんが誕生しています。助け合いの心を持った皆さんです。どうぞよろしくお願いいたします。



この先の協力会員研修です。ぜひご参加ください！

【歩行介助研修】 日程：10月17日（木）13：30～16：30

場所：田無総合福祉センター 第1会議室



【日赤応急救命講習】 スキルアップ研修～援助者のためのリスク管理研修

日程：11月21日（木）13：30～16：00

場所：田無総合福祉センター3階 第1会議室

講師：日本赤十字社応急救命士



西東京市災害ボランティアセンター設置・運営訓練 参加者大募集！

* 災害時に活躍する災害ボランティアの活動を体験してみませんか？

年齢に関係なく活動いただけます。奮ってご参加ください！

日時：令和元年10月13日(日)9:00～12:00 会場：都立東伏見公園（予定）

【参加申し込み先】○社会福祉法人西東京市社会福祉協議会 ☎042-497-5061

○西東京ボランティア・市民活動センター ☎042-466-3070



ご存知ですか？



権利擁護センターあんしん西東京 のサービスをご紹介します！

西東京市社会福祉協議会では、いつまでも安心して地域で暮らすために必要なサービスとして、権利擁護センターあんしん西東京で日常生活自立支援事業と成年後見制度の利用支援をしています。

日常生活自立支援事業とは・・・

お近くに、「書類の手続きがおっくうになった・・・」「通帳を紛失してしまう・・・」「生活費の払い出しに行けなくなってしまった・・・」というような方はいませんか？
そのような方にお勧めするサービスです。

福祉サービスを利用している、もしくはこれから利用する予定の方で、判断能力の低下した高齢者、知的障がい者、精神障がい者の方々を対象に、書類の手続きや銀行の手続きなどを支援するサービスです。（有料）

成年後見制度手続き支援とは・・・

成年後見制度は、自分で十分な判断ができない人のために、後見人等を選任して、本人の意思決定を助け、生活や財産を守る制度です。
家庭裁判所に申立をするお手続きの支援をしています。



～お気軽にご相談ください～

権利擁護センターあんしん西東京

〒188-0011

西東京市田無町 5-5-12 田無総合福祉センター 4F

受付時間：月～金曜日 午前9時～午後5時

電話：042-497-5239