



福祉だより

10月1日号

令和8年(2026年)

No.244

編集／福祉だより編集委員会 発行／社会福祉法人 東村山市社会福祉協議会 〒189-0022 東京都東村山市野口町 1-25-15
TEL 042-394-6333 FAX 042-393-0411 URL <https://hm-shakyo.or.jp> メール soumu@hm-shakyo.or.jp
※電話番号のおかけ間違いにご注意ください



ホームページ



X
(旧Twitter)

この13名は
各町の地区長さん
だポン!

近所の仲間と
ボランティア!

・福祉協力員会の紹介ページ
・「協力員さんへインタビュー」
(左下)の続きは
ここから!

福祉協力員会とは? 市内13の町ごとに組織され、活動しているボランティア団体です。住民の視点で気づいたことをもとに、自分たちで活動を考えています。自分ができることを・できるときに・できるだけ、仲間と一緒に楽しく取り組んでいます!



地域のお手伝い

- 地域のゴミ拾い
- 高齢者施設のお手伝い 等
- ◀野口町・諏訪町:
高齢者施設の外出の車いすボランティア

市民向け行事の開催

- グラウンドゴルフ大会
- バザー ○健康講座 等
- 富士見町:
「ふじみお楽しみ会」での司会と活動の様子▶



見守り

- ご近所同士の見守り
- 日頃のあいさつやおしゃべりをし合うことが大切な見守り
- 廻田町:協力員とご近所さん▶



ミニコミ紙の発行

- イベントの告知、日々の活動報告
- 地域情報の発信 等
- ◀恩多町:広報紙「みんなの恩多町」編集会議

サロン活動

- 体操、脳トレ、おしゃべり、
- 料理教室、カフェ 等
- 青葉町:「珈琲サロン」でのおもてなし▶



まずはできそうなこと1つから!

福祉協力員さんへインタビュー

■福祉協力員会では何を担当していますか?

家庭や仕事で活動に参加できないことが多いです。その分、広報紙やチラシの作成など、自宅でできることを意識して担当しています。

■他の福祉協力員さんとの年齢差を感じることはありますか?

皆さんが凄くフレンドリーで、良い雰囲気に参加できています。親の世代と年齢の近い方が多く、子育てや家庭のことで悩んでいた時に、話を聞いてもらえ、何度も助けられました。

■読者の皆さまへメッセージをお願いします

福祉協力員会の数居は高くないです。まずは地元近所の人との交流を楽しんで、知り合いが増える喜びをぜひ味わってもらいたいと思っています。
「自分のできる範囲のこと」を念頭に、気負わず、活動に一度参加してみるところから始めてもらえたらと思います。



左: 秋津町福祉協力員 高野さん
右: 秋津町担当職員

座談会～福祉協力員さんにお話聞いてみませんか～

10月30日(金) 午前10時～11時30分

会場:東村山市社会福祉協議会 地域福祉活動室

コーヒー1杯:100円

対象 福祉協力員会に
興味のある方どなたでも

内容

- 現役の福祉協力員さんのお話
どうして協力員になったの?協力員会って何をするの?
- 珈琲&おしゃべり
萩山町:サロン「ミニ喫茶はぎ」の美味しいコーヒーをご用意しています!
おしゃべりしながら楽しい時間を過ごしましょう!



【申込み・問合せ】まちづくり支援係 ☎042-394-6333

【申込み締切】10月23日(金)

中3 受験生 土曜特訓講座

入試の過去問を解く!
10/3(土)～来年2/13(土) 全18回
10:00am～12:00(～12:30)
外部中3生 参加受付中!

冬期講習 小3～中3
～高3・卒生
クラス指導/個別指導

秋津進学教室 創立51年



久米川補聴器専門店 サンタイム

おかげさまで30年
出張相談承ります

認定補聴器専門店 メーカー各種取扱い
ご相談・試聴貸出いつでも無料

☎0120-51-4133

久米川駅南口徒歩1分 東村山市栄町2-21-3
木曜定休 ①有 モザーク通り石山ビル1階



マッサージ リビルド多摩

訪問マッサージ・運動療法

ご自宅に訪問し、一人ひとりに合わせたマッサージを行います

健康保険が使えます!

申請には医師の同意が必要となります

まずはお気軽にお問い合わせください

東村山市美住町1-19-1-805 (月～金/9:00～18:00)

☎042-399-3211



福祉だよりは皆さまからいただいた会費・寄付金で発行しています。



赤い羽根共同募金

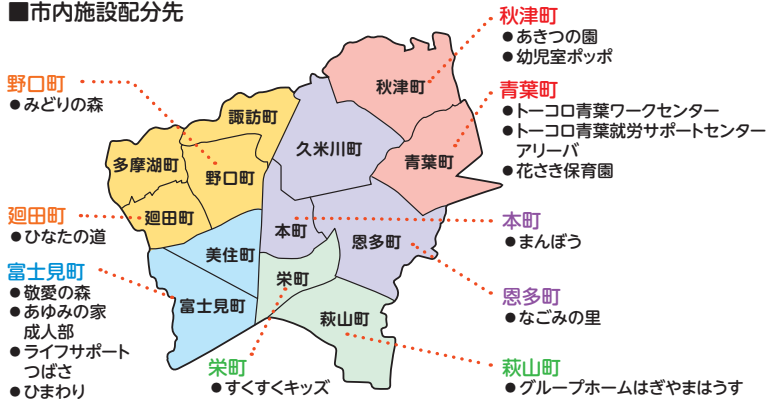
10月1日(木)
～10月31日(土)

毎年多くのご協力をいただき、ありがとうございます。今年も、皆さまのあたたかいご支援をよろしくお願いします。

募金の使いみち

65%が市内施設や団体へ、10%が地域福祉活動へ配分され、25%が東京都全体の災害準備金などに使われます。
東村山市内では昨年度1,628,361円の募金が集まり、東京都全体からの配分とあわせて2,822,836円が市内へ配分されました。

■市内施設配分先



募金をする方法

- 郵便局の窓口からご送金【手数料免除】
専用の払込用紙で郵便局の窓口からご送金の場合、手数料が免除となります。ご希望の方はご連絡ください。
- 銀行からご送金
飯能信用金庫 東村山支店 (普通)0026300
きょうとう ぼ ぎんがしむらやま ぐきょうりょくかい かいちよう おおはら きみこ
共同募金東村山地区協力会 会長 大原喜美子
※恐れ入りますが、手数料のご負担をお願いします。
- 街頭募金
実施日時や場所の詳細は、
社協facebook・X(旧Twitter)でお知らせします。
- 自治会や町会、管理組合を通して
- 東村山市社会福祉協議会の窓口(日曜・祝日を除く午前9時～午後5時)
- 公共施設、福祉協力店などの募金箱
設置場所はホームページ、募金箱マップをご覧ください。

※共同募金への寄付は税制上の優遇措置が受けられます。



子ども・若者×『広報・活動支援』 東村山市第6次地域福祉活動計画 WE♥東村山プラン進行中!

小中学生のフリースペース ムジカマジカ

【日 時】第2土曜日 午後1時30分～4時

【会 場】ふれあいスペースいづく
(栄町2-38-9-102)

【参加費】100円

【その他】友達同士でも、親子でも、ひとりでも。
工作したり、絵を描いたり、ゲームしたり…。自分の好きなことをして過ごせる場所です。



市内には、子ども・若者の“やりたい”を尊重し、応援する住民主体の地域活動がたくさんあります。活動の一例をご紹介します。

富士見町子どもサロン

【日 時】第3日曜日 午後2時～4時
(10月のハロウィンは最終日曜日に開催)

【会 場】富士見町内
(村山苑地域交流室、いずみホール等)

【その他】子どもと地域の方が交流する場を提供しています。赤ちゃんから大人の方までどなたでも。富士見町以外の方も歓迎!



ぐっどすぺーす

【日 時】第1火曜日 午後3時30分～5時30分

【会 場】ふれあい工房多目的スペース(美住町1-4-1 9-105)

【その他】好きな時に来て、好きな時に帰ってOK!ゲームや宿題もできます

子ども達に教わっています! ……………

小学6年生の男子が、毎月来るようになりました。‘遊ぼう!’と、毎回トランプやカードを持ってきて一緒に遊ぶのですが、勝負はほとんど彼の独り勝ち。すごいと思うのは、なんと周りにいる人に勝ち方を手取り足取り教えてくれるのです。実は、私たちが子ども達に教わっているのです。こんな姿が私たちの夢であり、子どもの居場所として、子どもたちと共に楽しく過ごすことが、私たちの目標であることを実感しながら、毎月楽しく開催しています。



【問合せ】活動計画担当 ☎042-394-6333

～ご自宅に眠っている食品、ご提供ください～ フードドライブにご協力ください

フードドライブ事業は、市内29の社会福祉法人が構成する「東村山市内社会福祉法人連絡会」が行う地域公益活動です。フードロスをなくし、必要とする人に橋渡しをするために食品の提供にご協力ください。

■受付期間・受付場所

令和8年11月24日(火)～12月4日(金)

市内の社会福祉法人で受付

※詳細は上記コードからご覧いただけます

■お持ちいただきたい食品

缶詰、調味料、粉物、乾物、レトルト食品など

※生鮮食品・冷凍食品を除く

【問合せ】東村山市内社会福祉法人連絡会事務局(社協 法人運営係) ☎042-394-6333



受付場所等の
詳細はこちら

■食品の配布先

東村山市内の生活にお困りの方

■食品の条件

- ・未開封、賞味期限が
2027年3月1日以降で市販のもの
- ・包装や外装が破損していないもの

「大切な家族」の「最期」

だからこそ、ここから「ありがとう」を伝えたい
そんな想いを大切に丁寧で温かい対応を致します。
24時間 365 日、電話相談受付しています。

シンプルプラン
火葬のみ(骨壺・覆い袋付き)
小動物: 15,000円～(税抜)

お別れバックプラン
処置から火葬まですべてをバック
35,000円(税抜) ※体重・種類を問わず

ペットセレモニー ウェイビー
秋津町 5-22-13 西東京支店
0120-99-1594

消防設備の点検・工事
防災用品・非常食等
防災に関するご相談お待ちしております。

株式会社 千代田防災

〈本社〉……………
〒189-0026 東京都東村山市多摩湖町1-24-1
TEL: 042-394-7846(代) FAX: 042-395-5457
https://www.chiyoda-bs.co.jp
E-mail: cb@chiyoda-bs.co.jp

〈高田馬場営業所〉……………
〒171-0033 東京都豊島区高田3-18-10 3F
TEL: 03-5927-9910
FAX: 03-5927-9917

訪問カット 移動美容車導入!

外出困難な方・出張致します
外出可能な方・送迎致します

hair home
Hot
(恩多辻信号南)

完全予約制
価格表はこちら!

定休日: 第1月曜・火曜・第3水曜
189-0011 東村山市恩多町 3-28-1 ☎042-397-5882

福祉だよりは、点字版、音訳版も発行していますので、ご利用ください。

一円貨募金へのご協力、誠にありがとうございました。

一円貨募金へのご協力、誠にありがとうございました。

あなたの町の“福祉協力員会”

「つながる笑顔
ささえ合うまち」

美住町

美住町では、サロンや筋力補強体操などの定例活動に加えて、UR住宅で行う行事への出店や敬老行事、公開講座などの取組みをしています。誰一人取り残さない町をめざして、楽しく活動しています。

令和7年度の取組み

- ・みすみサロン（毎月第2月・第4金曜日）
- ・筋力補強体操（毎月第3火・第4木曜日）
- ・地域祭りへの出店（団地夏祭り・団地フリーマーケット）
- ・敬老お楽しみ会（昭和歌謡ショー）
- ・公開講座（防災）
- ・福祉協力員会バス研修 等



▲団地フリーマーケット（出店）



▲公開講座（防災）

福祉協力員とは…「一人ぼっちのいない町」づくりをすすめるために、13町で活動する地域の身近なアンテナ役（1面で特集しています）。

問合せ：まちづくり支援係
☎042-394-6333 メール：machi@hm-shakyo.or.jp
今回は『秋津町』の活動をご紹介します！

専門相談をご利用ください 予約制 無料

● 会場：社会福祉協議会 ●

社会保険労務士による「障害年金相談会」

- 対 象：市内在住で、障害年金を申請したい方やその家族、関係機関等
- 日 程：11月 9日(月)[申込み開始日:10月19日(月)～]
12月14日(月)[申込み開始日:11月 9日(月)～]
1月18日(月)[申込み開始日:12月14日(月)～]
- 時 間：①午後1時30分 ②午後2時30分 ③午後3時30分（一人50分）
- 予 約：東村山市基幹相談支援センター「るーと」 ☎042-394-1555

弁護士による福祉サービス利用に関する苦情相談 判断能力が不十分な方の権利擁護相談

- 対 象：市内在住の方、その家族、関係者
- 日 程：10月23日(金)、11月27日(金)、12月25日(金)
- 時 間：午後2時～4時（一人30分）
- 予 約：電話またはフォームから入力（右記コード読み取り）
権利擁護係 ☎042-394-7767



お知らせ

第11回 八国山フリーマーケット 学生ボランティア募集

11回目を迎えた『八国山フリーマーケット』。白十字ホーム利用者のお買い物付き添いや会場運営など、一緒にお手伝いしませんか？たくさんのご応募お待ちしております！

- 日 時：11月15日(日) 午前11時～午後3時
- 会 場：白十字ホーム1号館駐車場（諏訪町2-26-1）※雨天時は屋内実施
- 対 象：高校生、大学生、短大・専門学生などの学生
- 主 催：白十字ホーム、八国山フリーマーケット実行委員会
- 申込み・問合せ：11月4日(水)までに、
電話またはメールで白十字ホーム（鈴木宛）へ
☎ 042-392-1375 メール suzuki@hakujuji-home.jp

家じまい・遺品整理

捨てる前にお電話ください

- 価値あるものを適正価格で買取
- 処分・整理も誠心誠意支援します
- 骨董、茶道具、カメラ、古道具 など

080-8443-5631（出張査定 無料）
出張買取 ダイシン 代表 横田（東村山市商工会会員）
住所：〒189-0011 東村山市恩多町5-43-60

家庭や職場での日常の仕事はお任せください！

シルバー人材センターでは、
一緒に働く仲間を募集しています！



公益社団法人
東村山市シルバー人材センター
〒189-0003 東京都東村山市久米川町4-9-19
TEL:042-395-1851 FAX:042-391-2727
ホームページ:https://webc.sjc.ne.jp/higashimurayama/



ピアノ買取

エレクトーン・電子ピアノ処分・買取その他楽器ご相談下さい

TEL042-393-4515

(株)ムラコシ楽器店 東村山市本町 3-7-9



使用済み切手、ベルマーク集めています！ ボランティアセンター☎042-396-1533

市民向け講座

「知って役立つ!成年後見制度」

主催：成年後見支援センター東村山

「認知症になったら、お金の管理や役所の手続きは
どうしたらいいの?」

「障がいのある子どもの親亡き後にそなえて、
今から成年後見制度を利用した方がいいの?」

「成年後見人ってどのようなことを手伝ってくれるの?」

「成年後見制度を利用するにはどうしたらいいの?」

このような疑問・不安はありませんか。

実際に成年後見人として活動している講師から、成年後見制度の基礎やポイントをわかりやすくお伝えします。この講座をきっかけにご自身の将来やご家族のことを考えてみましょう。

日 時：10月30日(金) 午後2時～4時(午後1時30分～受付開始)

会 場：東村山市社会福祉協議会 地域福祉活動室

講 師：司法書士 大坂谷 扶美枝 氏

(公益社団法人 成年後見センター・リーガルサポート東京支部)

定 員：30名(先着順)

参加費：無料

申込み：10月2日(金)からお電話にてお申込みください
(受付時間 午前9時～午後5時 ※土日祝除く)

問合せ：権利擁護係(成年後見支援センター東村山)

☎042-394-7767(直通)



かいご
よぼう
東村山

2026 介護予防大作戦 in 東村山 地域開催

健康づくりで地域づくり♪

元気で長寿はみんなの願い

健康で元気に過ごせる期間を長く保てるように!

自分らしく いきいきと暮らしていくために

食生活や運動、気持ちのリフレッシュなど、
若い時から心身を健康に!

こどもから大人まで
お近くの会場へ
ぜひお越しください!
(参加費 無料)

野口町	10月 4日(日) 午後1時30分～	社会福祉協議会
萩山町	11月14日(土) 午前10時～	萩山公民館
廻田町	11月14日(土) 午前10時～	廻田公民館
富士見町	11月15日(日) 午前10時～	富士見公民館～中央公園
栄町	11月15日(日) 午後1時30分～	栄町ふれあいセンター
美住町	11月21日(土) 午後1時30分～	グリーンタウン美住第1集会所
久米川町	11月22日(日) 午後1時30分～	久米川ふれあいセンター
諏訪町	11月23日(月・祝) 午前10時～	社会福祉センター
恩多町	12月 6日(日) 午後1時～	恩多ふれあいセンター
多摩湖町	12月13日(日) 午前10時～	多摩湖ふれあいセンター
本町	12月20日(日) 午後1時～	S&D市民センター
青葉町	1月31日(日) 午前10時～	青葉小学校
秋津町	2月 7日(日) 午後1時30分～	秋津公民館
中央大会	2月27日(土)	中央公民館

※開催日時・会場は変更になる場合があります。

詳細等は、社会福祉協議会ホームページに掲載予定です。

主 催：「2026介護予防大作戦in東村山」実行委員会・各町地域推進委員会
後 援：東村山市

問合せ：まちづくり支援係 ☎042-394-6333

第23回

ボランティアまつり

手をつなぎ 心をつなぐ ボランティア

市内のボランティアグループが集まり実施するおまつりです。
ボランティアの楽しさや魅力に触れてみませんか？

日時

10月18日(日) 午前10時～
午後2時30分

会場

東村山市地域福祉センター

主催

ボランティアグループ懇談会 東村山ボランティアセンター
☎042-396-1533 メール vc@hm-shakyo.or.jp

※雨天時は規模を縮小して開催します



おもな内容

- 【ボランティア紹介広場】パネルや動画による紹介
- 【アトラクション】演奏やダンス、活動の実演
- 【体験コーナー】手話、車いす
- 【その他】模擬店・フリーマーケット
赤ちゃん休憩コーナー
ちびっこひろば

ボランティア募集中!

一緒にボランティアまつりを盛り上げてくださる方を募集しています

- 【時間】午前9時～午後4時 ※半日でも可
- 【集合】会場本部テント
- 【内容】準備、片付け、受付、
ゲームコーナーのお手伝いなど
- 【募集】5名(中学生以上)
- 【その他】動きやすく汚れてもいい格好で、飲み物持参
1日参加の方には軽食あり

おひとりさま終活講座(全2回)

もしもの時に備えて、お墓や葬儀、住まいのこと、また自分の想いや希望が置き去りにならないように、専門家から分かりやすくお話を伺います。これからのご自身の安心のために、今のうちにできることを一緒に考えてみませんか？

第1回 11月12日(木) 午後2時～4時

テーマ 『住まい×葬儀
～今のうちにやっておくこと～』

講師 豊福 浩一 氏
(相羽建設株式会社)
吉澤 龍太郎 氏
(株式会社長坂式典センター)

第2回 11月13日(金) 午後2時～4時

テーマ 『自分らしい
最後のお金の使い方』

講師 三浦 美樹 氏
(一般社団法人
日本承継寄付協会 代表理事)

【対 象】市内在住で、おひとりで生活されている方、身近に頼れる親族がいない方、
お子さんのいないご夫婦など ※2回とも参加できる方

【会 場】東村山市社会福祉協議会 地域福祉活動室 【参加費】300円

【定 員】50名(申込順／定員になり次第締切) (資料代／全2回分)

※障がい等により、配慮が必要な方は10月30日(金)までにご連絡ください。

《申込み・問合せ》10月5日(月)から、お電話またはFAXにてお申し込みください。

《 受 付 時 間 》平日 午前9時～午後5時 ☎042-394-6333／FAX 042-393-0411

ありがとうございます💕

寄付者ご芳名(令和8年6月～8月)

大熊鎮成様、品川卓正様、白河千恵美様、中村和子様、
恩多ふくじゅ会、株式会社MIYOSHI様、
建設ユニオン東村山地区様、
ダイセーロジスティクス(株)武蔵野ハブセンター様、
東村山女性団体連絡会様、
ふれあい子ども食堂応援自販機様、
まちかど運動実行委員会様、ミニ喫茶はぎ 参加者様、
匿名 5件

合計 1,485,031円

・鈴木泰男様 野菜

社協新規会員のご紹介(令和8年6月～8月)

【個人会員】	45件	【一般賛助会員】	1件
【団体正会員】	1件	【特別賛助会員】	3件

毎月定額寄付者のご紹介

小林 喜博 様 高橋 尚子 様 横田 とよ子 様 匿名 7名

読者アンケートにご協力ください!

回答方法 右記二次元コード
または社協窓口の
アンケート用紙にて

回答締切 11月30日(月)まで

いつも福祉だよりをお読みいただきありがとうございます。より良い紙面づくりのため、皆さまのご意見・ご感想をお聞かせください。

★ご回答いただいた方には、新デザインの「ぽんたくんオリジナルスマホ壁紙(画像)」をプレゼント!



編集後記

宝くじに複数回、高額当選した人の話。何回も当たる秘訣は?と尋ねたら、必ず「お福分け」と言う。なるほど「ラッキー」を自分だけのものにしないのが「ミソ」らしい。「お福分け」、ちょっと良い言葉だ。10月は赤い羽根共同募金の季節。宝くじとはとんと縁の無い私だが、ほんの気持ち程度を募金箱に入れる時、チャリンという音が「お福分けしました!」と聞こえる。それは大げさに誰かの為にとというより自分にとっての小さな「福」。小さな「福」が集まって誰かの笑顔につながると思えるからかもしれない。

竹田 陽子(恩多町)

要支援・要介護の方のリハビリ施設

愛の泉
通所リハビリテーション

☎042-306-1175 恩多町3-24-4

訪問看護ステーション ここね

〒189-0014
東京都東村山市本町4-1-8、2階
TEL:042-313-0503
FAX:042-313-0213

居宅介護支援事業所 ここね

TEL:042-313-0544 FAX:042-313-0213

入浴デイサービス ここね

東京都東村山市野口町2-13-78 ハシバハイツ1F
TEL:042-391-3307 FAX:042-398-7880

安くて安心!! 福祉用具レンタル・販売 住宅改修!!

ふれあい工房

ふれあい工房 : 福祉用具レンタル・販売 住宅改修 医療機器レンタル・販売
ケアセンターふれあい : 居宅介護支援 訪問介護 介護タクシー
ふれあい工房 多目的スペース ふれあい配食センター ふれあい ども食堂

http://fureaikoubou.jp