



# いつでも安心して暮らせるまち！ 久米川町福祉だより

令和4年4月 第31号



東村山市社会福祉協議会

久米川町福祉協力員会 発行

## 久米川町福祉協力員会地区長挨拶

桜の花が咲き始め、春の便りを感じます。

日頃より久米川町福祉協力員会の活動にご協力ありがとうございます。

8年間の長きにわたり地区長として活躍をしていた分部さんに替わり、令和3年4月より新しいメンバーで出発しました。新型コロナウイルスにより例年通りの行事、事業を開催することができませんでしたが、本年こそ一日も早く普通の生活に戻り、自由な行動で地域活動ができます事を願っております。これからもご協力をお願いいたします。

地区長 古瀬 礼子

## \*役員紹介

役職名	氏名	氏名
地区長	古瀬 礼子	
副地区長	木下 正子	渡辺 節子
書記	立河 てる子	絹村 よう子
会計	木内 禮子	小林 麻子
広報	助川 尚子	
会計監査	中箸 侑弘	小林 うめ子

## \*令和3年度活動報告

地域福祉大会 4月（30年・20年・10年福祉功労者表彰）
福祉協力員会総会 6月（書面決議）
サロン活動（サロン久米川一丁目・元気アップ体操萌木）
福祉協力員会 全体会（10月・1月）
社協会員会費集金
久米川東児童クラブとの交流事業（子供たちに送る応援メッセージ）
サロンスタッフ情報交換 12月
社会福祉協議会事業（お届けぽんたくん）協力 12月
役員会（13回）
News Letter（福祉協力員宛）発行 3回





## こんにちは！社協です

ぼくは社協のマスコットぼんたです。ぼくのいる社会福祉協議会（通称社協）のことを説明します！社協って「社会福祉法という法律で位置づけられていて、市民の皆さんと一緒に地域福祉を推進する団体」です。公共性は高いけど、じつは民間団体なんです。社協は福祉に関わるたくさんの仕事をしています。例えば今コロナ禍で仕事がなくなってしまった方々への生活費の貸付、また皆さんのご近所に一人暮らしのお年寄りがいて心配なんだけど誰に相談したらいいのかな？と思ったら、久米川町の皆さんは社協の「中部地域包括支援センター」に相談してみてください。もちろん民生委員さんでもオッケーです。ほかに、認知症や障がいのために契約などを判断することが難しく困ったなという時は「権利擁護センター」へ相談してくださいね。障がい者の相談窓口は「る一と」、視覚障がいの方を目的地へお連れする「ガイドヘルパー派遣」、聴覚障がいの方をサポートする「手話通訳者派遣」、車いすの方の外出をお助けする「移送サービス」などを市民の皆さんに提供しています。おや？と思ったら社協へご連絡ください。まちづくり支援係がお話伺います。もしすぐに解決できなくても一緒に解決策を見つけていきましょう！

そして、皆さんにたくさん協力していただいている募金について少し紹介します。久米川町の皆さんにはいつも募金にご協力くださりありがとうございます。まずは7月に実施した東村山独自の「一元貨募金」この募金は、一人暮らしのお年寄りにヤクルトを配達し見守る「ふれあい訪問」や「移送サービス」、「制服リユース」等に使われています。次に10月に実施した「赤い羽根共同募金」この募金は東村山市内や都内の福祉施設へ配分されます。最後に12月の「歳末たすけあい運動」この募金は、福祉協力員の活動やサロン活動、障がい者団体の活動等に使われています。皆さんの気持ちのこもった募金は巡り巡ってご自分が参加しているサロンに使われていたり、誰かのお役に立っているのです。誰かの笑顔を思い浮かべながら、募金活動に協力して下さったらぼんたも嬉しいポン。これからも社協をどうぞよろしくお願いしますポン。

令和3年度  
の募金

募 金	久米川町の募金額	市内の合計募金額
一元貨	20,000 円	1,788,541 円
赤い羽根	40,000 円	1,261,331 円
歳末たすけあい	105,582 円	2,284,138 円



社協代表・まちづくり支援係 ☎ 394-6333    る一と ☎ 394-1555  
中部地域包括支援センター ☎ 394-6662    権利擁護係 ☎ 394-7767

## 福祉協力員会って？

久米川町福祉協力員会が行う主な役割は、身近な地域の見守りを行い、住民同士の支えあい、助け合い、安心して暮らせる為に「見守り」「声かけ」を行う活動です。



### 地域の縁の下のちからもち！福祉協力員さん募集！

「ちょっとしたことなら、私にも出来るかも？」そんな思いを持っている方！

できることから地域の仲間と一緒に活動してみませんか？

問い合わせ先…社会福祉協議会 まちづくり支援係 394-6333



# 久米川町福祉協力員サロン活動紹介

## サロン久米川一丁目「元気アップ体操」



椅子使用で身体マッサージ・筋力補強トレーニング・脳トレリミック・笑いヨガ・ボール遊び・紙芝居、歌に手話等々。3回目のワクチン接種を全員終え、感染予防対策を遵守して和気あいあい、月2回実施中。

## 元気アップ体操「萌木」



元気アップ体操「萌木」では。地域の人と一緒に日常が戻ってくれる事を、楽しみに頑張ってます。今の新規の方はコロナ対策上、参加できませんが、一日も早く皆で集まれる日が来たら、元気アップ体操でお会いしましょう。

### ～ コロナ禍におけるサロン活動 アンケートのまとめ～

サロンが開催できなかった時、又再開された時の参加者の方々からの声です。

- ◆活動休止中不安に思っていたこと。
  - ◎自分自身から発症しないように心がけてました。◎自由に出掛ける安心な場所が少ない。
- ◆コロナ禍で生活に困ってますか？
  - ◎ダラダラ生活でつい飲食が多くなってしまった。◎近場だけで遠出ができなくなりました。
  - ◎毎日1日3回、食事の支度・後片付けの繰り返しで飽きてしまった。
- ◆健康の為に心がけていること。
  - ◎毎朝のラジオ体操と1～2時間の散歩、ストレッチ ◎軽体操や食事等心がけている ◎ウオーキング。
  - ◎1日1回は出掛けるようにウオーキング兼ねて買い物に。歩くだけのこともあり ◎野菜をしっかり摂る。
  - ◎暴飲暴食はしない ◎1日の生活リズムを崩さないように心がけ前向きに過ごしています。
- ◆気分転換にしていること。
  - ◎音楽鑑賞 ◎体調に合わせて季節を感じながらお散歩を楽しんでいます ◎皆様と色々な話をすること。
  - ◎部屋の片づけ ◎遠い親友や兄弟と電話で近況等話すこと ◎図書館で子供向けの本や、紙芝居やCDを借りて聴いた ◎料理やお菓子作り ◎畑仕事。
- ◆新たに始めた趣味
  - ◎「こどもおはなし会」との名目で本の紹介をし感想を言う。本や紙芝居なので交友関係を楽しむ。
  - ◎まちがい探し ◎数独 ◎パズル ◎ぬり絵 ◎漢字パズル
- ◆サロン活動再開できたことで改めて感じたこと
  - ◎笑顔が一杯なサロン、とにかくおしゃべりがしたい。人数がある程度いたほうがそれぞれ励んでいる。
  - ◎皆様と顔を合わせ話ができることの楽しさを感じた。◎再開を機に続けられるように努力している。
  - ◎コロナ前までは自由な行動が出来ていた有難さ。◎友達と話すことが楽しい。◎張り合いになってます。
  - ◎ストレス解消になっていたことが分かった。◎休みたい時もあるが、来て良かったと思う。スッキリする。
- ◆コロナが収束したらやりたいことは？
  - ◎ 家族と旅行や友との茶話会。◎会食。皆で歌、手をつなぐ。◎バス旅行。◎海外旅行。





社会福祉協議会のサポート事業「お届けぽんたくん」に久米川町福祉協力員の活動として協力をさせていただきました。

「お届けぽんたくん」とはコロナ禍により、ひとり親世帯の暮らしが厳しく食料等の確保が困難な世帯に、家庭で使われずに眠っている食品や日用品などを持ち寄り支援を必要とする世帯に提供するサポートです。福祉協力員に寄付を募りご協力させていただきました。

昨年12月に支援が必要なひとり親世帯68組にお渡しすることができました。協力員会の活動が少しでも誰かの為になっていることで、子どもたちが元気で笑顔が増えることを願いながら、支援を続けていきます。

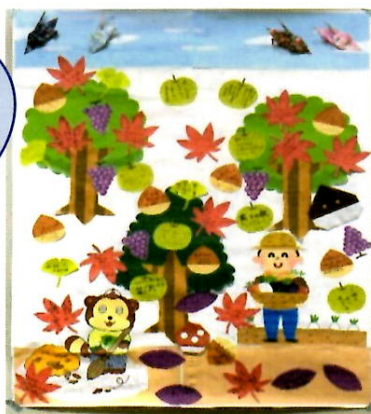
～「お届けぽんたくん」感謝の声～

- 🍀 今回、初めてこういう取り組みがあることを知り、とてもありがたく思いました。ひとり親になってまだ一年、何もわからないので色々とサポートしていただけると嬉しいです。ありがとうございました。
- 🍀 心より感謝しております。ありがとうございました。
- 🍀 色々大変なことは多々ありますが、こうして応援してくださる方々がいらっしゃると思うと頑張れます。
- 🍀 関係者の皆様に心から感謝の気持ちをお伝えしたくペンをとりました。助けてくださる方々がいることで前向きに生きていく勇気を頂きました。子供にもこの恩を忘れず弛まず努力し、いつか助けてあげられる立場の人になって欲しいと話しております。

～久米川東児童クラブの子どもたちに応援メッセージを送りました～

福祉協力員会の活動で、子どもたちとの交流会がありましたが、コロナ禍で子どもたちに会うことができませんでした。気持ちをつなぐ為にそして少しでもポジティブになれるように、温かい言葉や、力強いメッセージを送り、子ども達からも優しい言葉、元気が出る言葉のメッセージ頂きました。コロナが収束し、子ども達の笑顔あふれる元気な姿に会えることを楽しみにしています。

福祉協力員会からのメッセージ



東児童クラブの子ども達からのメッセージ

