



# ゆうあい ほっとらいん

令和4年2月・3月号

第287号

掲載内容に関するお問い合わせ

☎ 042-481-7711

発行 公益財団法人 調布ゆうあい福祉公社 所在地 〒182-0022 東京都調布市国領町3-8-1



今年も元日の昼食に、『ゆうあい特製おせち』を、利用会員の皆さまにお届けしました。今回も、多くのおなかまランナー(協力会員)の皆さまにご協力いただき、無事に年末年始のお食事を、利用会員の皆さまへお届けすることが出来ました。

おなかまランナーの皆さま、ありがとうございました。年末年始の食事サービスの様子を写真で紹介いたします。

ゆうあい特製おせちをお届けしました!

12月31日夕食の年越しそば



伊達巻はダンにこだわって作っています!

元日祝い膳のお品書き

令和4年1月1日(土) 元日

あけましておめでとうございます。

～元日祝い膳～

- 赤飯
- 魚の西京焼き
- 筑前煮
- 伊達巻
- 栗きんとん
- 紅白なます
- 紅白かまぼこ
- 黒豆
- 田作り



## 地域包括支援センターより こんにちは

地域包括支援センターゆうあいでは、調布市と共に、国の掲げる地域包括ケアシステムの構築・深化を進めるために、地域住民、商店、金融機関等生活関連の窓口、福祉等の専門職が、お互いに繋がり合うネットワークづくりに取り組んでいます。令和3年度はその第一歩として、地域課題解決会議（通称「Aゾーン会議」）を開催しました。

## 地域課題解決会議

～Aゾーン(地域)で話し合う関係づくり～

地域包括支援センターゆうあい

ゆうあいサブセンター

連絡先：調布市国領町3-8-15

都営調布くすのきアパート5-109

電話：042-481-4973 / 042-484-8011(サブ)

メール：houkatsu@chofu-yu-ai.or.jp

第1回の地域課題解決会議（Aゾーン会議）開催に際しては、42団体に参加を呼び掛け、34団体・26人（団体重複あり）の参加者がありました。

### 会議の持ち方

令和3年度 第一回日  
12月16日(木)  
16時半～  
市民プラザあくろす 3階  
あくろすホール1にて開催

年1回

つながる・つながりを維持する会

参加者：地域課題解決会議（Aゾーン会議）に賛同し参画いただける各種団体、住民

場 所：市民プラザあくろす・オンライン（ZOOM等）

随時

地域に起きた課題について知恵を出し、解決に向かう話し合いの会

参加者：地域に起きた課題により参集いただく対象を決定。つながる・つながりを維持する会に参画いただける地域の各種団体、住民とその時にお知恵を頂きたい団体、個人の方

場 所：ゆうあいサブセンター他

12月16日の風景



## ぷちぽあん 通信

昨年12月16日（木）に、令和3年度第1回認知症対応型通所介護事業所連絡会が、ウェブで開催され、調布市高齢者支援室とゆうあい福祉公社（ぷちぽあん）を含む5事業所が参加しました。

会議では、コロナ禍での事業運営の難しさや課題、また今後の展望や注視している事等、様々な情報交換や意見交換を行いました。

最後に、引き続き新型コロナウイルスを含む感染症対策に取り組むことを確認し、会議を終えました。



12月22日（水）、ぷちぽあん第2回の家族会を開催し、5名のご家族が参加されました。

第1回が、緊急事態宣言で中止となったので、久しぶりの家族会でした。

当日は、ご利用者の皆さまが、高橋先生の音楽療法（クリスマスバージョン）を楽しまれる様子をご見学いただいた後、ご家族から最近の様子（食事、会話、外出、他）や、普段の介護について、話していただきました。

楽しみにしている事や、今後への不安など、普段なかなか伺えない事をお聞きできた、貴重な時間でした。



## クリスマス会 & 忘年会

12月は、恒例のクリスマス会&忘年会を開催しました！

クリスマス会では、ご利用者の皆さまと職員が作ったクリスマスツリーの壁紙を廊下に飾り、サンタに扮した職員がお出迎えをしました。ご利用者の皆さまには、様々な催しやゲームを楽しんでいただきました。

忘年会では、3組のボランティア団体の来訪があり、それぞれ素晴らしい楽器演奏や歌、踊りを披露していただきました。そのほか、芸達者な職員の得意芸の披露もあり、ご利用者の皆さまには、大いに楽しんでいただきました。

どちらも、感染症予防対策で、全員がマスク着用での開催となりました。

さて、新年は寅年です。寅にあやかり、コロナ対策も着実に施しながら、パワー満載で、皆さまに楽しんでいただけるイベントをたくさん企画してまいります。ご期待ください。



クリスマスの製作物



わかば会の皆さま



ハーモニカサークルふるさとの皆さま



職員の一芸披露



小波会の皆さま



## 12月1月の活動報告

### 来訪

- ・二胡演奏 松前様(12月11日)
- ・ピアノ演奏 田澤様(1月18日)

### 行事

- ・クリスマス&忘年会(12月20日～25日)
- ・新年会(1月4日～9日)

## 2～3月の活動予定

### 行事

- ・作品展(2月1日～27日)
- ・節分(2月3日)
- ・ひな祭り(2月下旬)

## 個人ボランティア

- 11月延べ 41名
  - 12月延べ 52名
- 皆さまのご協力ありがとうございました

## お楽しみボランティア募集

歌や踊り、ミニ演奏会、朗読等を発揮してください。30分から1時間程度で要相談。

### 【申込み】

☎042(481)7711  
 デイサービスセンターまで

# 取組みを紹介します

公社の住民参加推進係では、多くの市民の皆さまに、福祉について、知り、参加し、学んでいただけるように、様々な事業を企画し、実施しています。令和3年度も、新型コロナウイルス感染症拡大の状況を鑑みつつ、様々な活動を展開しました。その一部をご紹介します。

## 地域への取組み

地域で住民参加型サービスのPRをさせていただきますました！

民生児童委員協議会や飛田給小学校地区協議会に出向き、公社の住民参加型事業や、ちょっとしたさんについて説明しました。

「会員サービスとは何か?」「どのような事ができるのか?」「具体的な事例は?」等、様々なご質問をいただき、公社の事業展開を細かく説明させていただいたので、絶好の宣伝の機会になりました。

これからも、地域の皆さまが集まる機会をとらえ、公社のサ

ービスを広くアピールしていきます。

認知症サポーター受講者  
1000人越え!

公社では、調布市から、認知症サポーター養成講座の事務局を委託されています。

本講座で、認知症に関する正しい知識や理解を深めていただいた方は、認知症サポーターとして認定されます。

令和3年度は、12月末現在で、1010人が受講しました。

これからも、地域全体で認知症の方々を支えられるように、認知症サポーターの養成に尽力します。



★★今年度から養成講座を受講した方には、上記カードをお渡ししています★★

## 介護予防の取組み

「フォークダンス講座」を開催しました!

生きがい介護予防の一環として、11月6日(土)から毎週1回、合計4回の講座を実施し、9名の方々が、受講を終了しました。

参加された方からの、「マイムマイムを踊ってみた!」等のリクエストにも応えながら、CDの曲に合わせて、全部で10曲のフォークダンスを踊りました。

参加者からは、「大変楽しく踊らせていただきました。若い時を思い出して体が動きまし



た。「先生のきめ細かいご指導が有難く、見よう見まねで踊れました。」「楽しく心地良く、汗がかけました。」等、嬉しい感想をいただきました。どなたも、音楽に合わせてながら、過度に身体に負担が掛からない程度の運動ができ、リフレッシュされたご様子でした。



## ケアラー支援の 取り組み

令和元年度から、調布介護者ネットワークの活動を引き継ぎ、主に市内のケアラー団体を対象に、研修会や意見交換会を企画、実施しています。

令和3年度は、8月にケアラー団体と複数の関係機関を集めて、研修会並びにケアラー手帳作成に向けた意見交換会を開催しました。

今後は、2月にケアラー支援マップの発行、3月にケアラーやケアラー団体など支援者を対象とした傾聴講座の開催を、予定しています。  
詳細は、それぞれ以下のとおりです。



※ケアラー支援マップイメージ  
(昨年度配布したケアラー支援マップです。)

## 『傾聴』の基本を学ぼう のご案内

支援者としての傾聴の基本や、必要な視点について、一緒に学びませんか。

協力会員・ちよこつとさんボランティア・ケアラーやケアラーを支援するグループの方等、支援者を対象とした研修会を、左記のとおり開催します。奮ってご参加ください。

【日時】 3月9日（水）

午後2時～3時半

【場所】 市民プラザあくろす

3階・ホール

【対象】 協力会員・ちよこつとさんボランティア・市内在住の介護をされている方・介護に関心がある方

【講師】 澤村直樹氏（アクティブリッスン代表）  
50名（申込み順）  
【費用】 無料

【申込み・問い合わせ先】  
住民参加推進係まで

042（481）7711

### 『傾聴』の基本を学ぼう！

ゆうあいで活動している高齢者やからこっこさんボランティア、市民ケアラーやケアラーの協力を得ながら、地域課題の解決に取り組む取り組みです。

（日 時） 令和4年3月9日（水）  
14時～15時30分  
（場 所） 調布市市民プラザあくろす 3階ホール  
（参加費） 無料  
（定 員） 50名（先着順）  
※コロナウイルス感染症予防のため、人数を少くしています。  
（講 師） 澤村 直樹 氏  
（プロフィール）  
アクティブリッスン代表（日本福祉総合協会の認定）  
日本福祉総合協会の認定講師  
ADR（ADR）リーダーズネットワーク（全国ボランティア協議会）  
NKK主催「傾聴講座」講師・指導員  
申し込み・問い合わせ先  
（公財）調布ゆうあい福祉公社 窓下・清水  
電話 042-481-7711

## 令和3年度版 ケアラー支援マップ が完成！

2月下旬、市内全戸に、令和3年度版ケアラー支援マップを、配布します！

このマップには、調布市で地域のケアラー（介護者）を支える活動を展開している団体・グループの情報等が掲載されています。

年々、掲載する情報量が増え、最近では、一枚に収まりきれない状況で、担当者からも嬉しい悲鳴が上がっています。

今後も、掲載団体・グループの皆さんと、密な連携を図り、ケアラー支援マップの一層の充実を目指します。

なお、2月下旬以降に、公社ホームページでも令和3年度版ケアラー支援マップを掲載いたします。合わせてご確認ください。



## 子ども食堂

### 『こくりよう子ども食堂 わいわい』 活動報告

こくりよう子ども食堂わいわいは、公社の協力会員が、「食事作りをとおして、地域の子供たちを応援したい」との思いで、地域の団体・ボランティアの方々と協働して立ち上げた団体で、公社もサポートしています。

コロナ禍の前は、毎月1回、国領地域の子供たちに食事を提供していましたが、コロナ禍以降は、残念ながら活動を休止していました。

それでも、クリスマスの時期には、「地域の子供たちに何かしてあげたい！」というメンバーの強い思いから、2年続けてパントリーを開催しています。



裏に続く



今回も、事前予約ではありましたが、194人の子どもたちに、企業等の協力を得て、お菓子やジュース、レトルト食品や缶詰などを大きな袋に入れ、クリスマスプレゼントとして渡すことが出来ました。

### 介護サービス情報の公表制度

公社では、居宅介護支援事業所、通所介護事業所、訪問介護事業所の情報を、インターネット上の「介護サービス情報公表システム」で公開しています。これは、介護保険法の規定に基づき、東京都が行う制度で、広く一般に、各介護サービス事業所のサービス内容を公表し、多くの方々が事業所を選択する際の安心につなげようとする仕組みです。皆さま、ぜひご確認ください。

ゆうあい公式 Facebookでもイベント等についてお知らせしています♪



← QRコードです。



### 新人紹介

昨年12月1日から、デイサービス係で介護職員として働いています。

一年ほど前、「介護職員初任者研修」を受講する機会がありました。その時は、受講して損はないくらいの軽い気持ちで、転職など露も考えてはいませんでした。

ところが人生何が起るか判りません。不思議な巡り合わせで公社と縁が繋がり、今に至っています。

私のモットーは、「人生、一生勉強」、「何事も経験」です。

介護職は未経験ですが、これを機に、ご利用者の皆さまや先輩職員から、学ばせていただき、ひとつでも引き出しを増やしたいと思います。



中尾 治美

### 御礼

令和3年11月19日

令和4年1月20日まで

三浦キヌ子様 寄附金1万円

匿名 寄附金2万円

大西輝雄様 大根23本・人参10本・蕪3個・米・

キャベツ4玉・白

菜16個・葱7本

高木淳光様 カレンダー150部

匿名 さつま芋5kg

匿名 タオル

匿名 スティックシュガー

匿名 500g

匿名 ラスク

匿名 人参5kg

匿名 毛布

匿名 ポータブルトイレ

匿名 ウエットティッシュ

匿名 タオル

匿名 タオル20枚

匿名 ご寄附ありがとうございました。

会員状況 (令和3年12月末現在)

○利用会員 266世帯(319人)

○協力会員 241人

○賛助会員 個人 257人

法人 6団体