

新鮮! 地域活動情報コーナー

作って食べて仲間づくり

「あしたの食卓」は、「男の食卓」として発足してから10年以上、食を通じた地域のつながりづくりを実践している団体です。



グループに分かれて調理

あしたの食卓

「支え合いのつながりづくり」あしたの食卓では、食事中や食後の反省会での情報交換を大切にしています。急な体調不良で参加できなくなったメンバーへは、作った料理を届けるなどの安否確認をしています。



▲あしたの食卓 メンバー

《みんなで学び合う》

献立は、初心者向けのレシピ本を参考に、みんなで話し合っています。新鮮な魚はどこで買えるのか? 切り身ではなく、さばくところから挑戦してみよう! メンバーの中には、自信をつけ自宅でも食事作りをしている人も。代表の菊池 潔さん(右写真=前列中央)は「普段作りやすい料理を取り上げること、慣れていない人は料理が身近に感じられるし、経験者は基本を学べる。作ることを楽しみながら、仲間づくりの場になってほしい」と話します。



この日は生巻焼きをメインに▶

《新規メンバー募集中!》

「女性も参加できるの?」「最近忘れっぽくなっているんだけど、手順通りにできるかな?」「大丈夫。わかりやすいレシピと仲間がいるから」現在は、男性が主ですが、性別関係なく仲間を募集中! 不安がある人も、フォローし合って進めています。ぜひ見学体験においでください。

※この活動は、歳末たすけあい募金 支え合いの地区づくり助成金を活用しています。



あしたの食卓

- 活動日: 毎月第1・3水曜日 午前9時半~午後3時
- 場所: 西部地域センター ■会費: 1回 700円
- 問い合わせ: 社協地域福祉担当 ☎042-475-0739

「共助の精神」で地域を支えた

東久留米市 身体障害者福祉協会

- ・会員相互の親睦を計り、社会参加と自立に努めよう
- ・障がい者に配慮した環境整備を促進しよう
- ・誇りを持って生きよう

創立50周年記念誌「さざなみ」の3つのスローガンのとおり、会員同士で支え合い、福祉のまちづくりを進めてきた東久留米市身体障害者福祉協会が、今年5月に長い歴史に幕を閉じました。関わってきた歴代の役員の方々の皆さまをはじめ、多くの方々のお力により、東久留米市の障がい者の権利が守られ、地域に共助の精神が育まれて今につながっています。その長年のご功績とご尽力に、深く感謝申し上げます。

《約70年の歴史》

東久留米市身体障害者福祉協会は、市内でも最も歴史のある当事者団体のひとつで、その歴史は終戦後にさかのぼります。発足当時は戦後復興も半ばで、傷痍軍人が多くおられました。東久留米市がまだ久留米町だった昭和29年1月、大圓寺で行われた設立総会当時の会員は10数名。そこから最盛期には180人を超える団体にまで成長しました。まだ社会全体にバリアフリーの環境が整わず、障がいのある人の移動が大変な中では、他団体と連携してノンステップバスを走らせるための活動を行うなど、当事者目線で声を上げ、地域の

障がい理解などに力を尽くしてきました。また、絵画や車いすダンス、カラオケなど多数のサークル活動や研修旅行を通し、平等な社会参加の機会と孤立させない地域づくりに取り組まれました。

《解散とこれから》

近年の新型コロナウイルスによる活動の縮小と役員と会員の高齢化などから、令和5年5月の総会にて惜しまれながらも解散が決議されました。第13代会長を務めた河野 尚孝さん(写真=前列中央)は、「これからも親睦と健康維持を目的とした集まりを続けたい」と、月1回の「障害者カラオケ同好会」を有志で開いています。興味のある方はぜひ見学に来てください。



▲障害者カラオケ同好会の皆さん

障害者カラオケ同好会

- 日 時: 第2日曜日 午後1時~4時
- 場 所: さいわい福祉センター 他
- 会 費: 1回 200円
- 問い合わせ: 会長 河野(こうの) ☎042-471-5694



ドライバー ボランティア募集

施設ご利用者様が入浴なさった後、ドライバーがけのお手伝いをお願いします。お話をしながら楽しく活動しています。

- ◆日 時 月、火、水、金 午前10時~正午 週1日程度
- ◆場 所 シャローム東久留米、シャローム南沢デイサービスセンター(南沢5-18-36 イオンモール東久留米南バス停徒歩2分)

シャローム東久留米 ボランティア担当 眞田(さなだ) ☎042-467-1561

一定期間、子どもを預かり育てる里親を求めています!

- ①里親制度説明会に、ぜひ、ご参加ください。制度説明会は、HPよりお申込みいただけます。「小平フォスタリング」で検索してください。
- ②下記体験発表会では、里親さんのお話を伺いいただくことができます。

《令和5年度養育家庭体験発表会のご案内》
◆日 時 10月31日(火)午後2時~4時
◆場 所 東久留米市市民プラザホール ◆参加費 無料
◆問合せ/申込 【要予約】TEL042-471-0910までご連絡ください ※当日席あり
◆主 催 東久留米市児童青少年課 子ども家庭支援センター

小平児童相談所フォスタリング機関キーアセット 担当/坪井+加藤 ☎042-314-9031

聞こえの悩み話そう会

聞こえに困っている人とサポーターの会「ひよこ」

聞こえなくて辛い...補聴器のことで迷っている...悩みを持つ者同士、話せば心も軽くなります。話は全て文字通訳するので聞こえなくても安心。

- ◆日 時 9月27日(水) 午後1時半~3時半
- ◆場 所 中央町地区センター(中央町6-1-1) 1階会議室

(社協ボランティアセンター登録団体)

聞こえに困っている人とサポーターの会「ひよこ」 白川(しらかわ) ☎/☎ 042-439-6689

E-Mail 33hiyoko@gmail.com

社協会員限定! お譲りします!

中古車いす

社協が貸し出していた車いすで、耐用年数(7年)を経過したものを譲ります(応募者多数の場合は抽選)。【台数】中古車いす 3台
・自走式2台(自分で動かすことも、介助者が押すこともできる)
・介助式1台(介助者が押すのみ)
【条件】①社協会員であること※令和5年9月1日現在 ②社協事務局(わくわく健康プラザ)に、車いすを受け取りに来ることができる方(代理人でも可)
【申込方法】往復はがきに①社協会員氏名、②年齢、

- ③住所、④電話番号、⑤車いす使用者氏名と会員との関係(続柄)、⑥希望する車いすタイプ(自走式/介助式/どちらでも良い)をご記入の上、9月25日(月)までに申し込みください。【必着】
- 【結果発表】10月中旬(返信はがきで通知します)
- 【車いす展示】9月11日(月)~15日(金)の平日午前9時~午後5時まで、対象の車いすを社協事務局ボランティア交流室で展示します。

問い合わせ 総務担当 ☎042-471-0294

募集! 常勤嘱託職員

- 【勤務内容】ファミリー・サポート・センター事業 アドバイザー業務
 - 【勤務時間】午前8時30分~午後5時15分
 - 【休日】土日・祝日・年末年始
 - 【報酬】給料月額193,000円 ※社会福祉士または精神保健福祉士資格を有する場合は、給料月額212,000円
- 詳しくは、社協ホームページまたは総務担当までお問い合わせください。

総務担当 ☎042-471-0294

募集! 1面 赤ちゃん写真

本紙「ひがしくろめ社協だより令和5年12月1日発行」の1面およびホームページに掲載する写真を募集します。応募写真から審査により掲載写真が決まります。また、応募された方の中から抽選で1名様に図書カード(1,000円分)をプレゼントします。今しか撮れない最高の1枚をお待ちしております。
◆令和5年3月以降に生まれた赤ちゃんの笑顔写真(1枚・デジタルで撮影した写真は2メガバイト以上のデータ画像)
◆応募方法は、氏名・住所・電話番号・お子さまの名前と読み方・性別・生年月日・一言メッセージを添えて、メール・郵送で社協事務局(本紙1面右)までお送りいただくか、ご持参ください。
◆応募いただいたすべての写真はホームページにてご紹介いたします。
◆応募締切日は令和5年10月27日(金)まで
◆図書カードの当選発表は、発送をもってかえさせていただきます。

ご自宅でマッサージが受けられます

健康保険適用1回400円程度(1割負担の方)
★国家資格者が、毎週訪問します
□歩行が不安定な方(杖、シルバーカー、車椅子を使用の方)
□脳梗塞後遺症、脊柱管狭窄症、障害者(マル障)などの方
※医師の同意書が必要(用紙は当院で用意します)
~まずは、お気軽にお問い合わせください~
訪問マッサージでら指圧治療院
☎042-471-8503
9~18時(土日休み)
東久留米市南沢2-10-19-203
ホームページ でら指圧 検索

遺言・相続 無料個別相談

遺言・相続でお悩みの方、お気軽にご相談下さい! 秘密厳守で対応致します。
市民プラザ・・・9/1(金)、10日(市役所内)
西部地域センター・・・9/5(火)、14(木)
東部地域センター・・・9/7(木)
南部地域センター・・・9/11(月)
※50分/回 事前予約制。
※時間等の詳細は、フリーダイヤルまでお電話ください。
※先着受付順ですので、ご予約はお早め!!
行政書士法人 たいけい事務所 特定行政書士 堀江 誠
0120-966-954
東久留米市氷川台1-1-9 本間ビル1F-A

2連盟から成婚者数優秀賞をいただきました。

出会いが難しい時代。でも生涯一人は... 無料相談でお相手確認でき、安心の婚活ができます。多くの会員様の中からあなたに合った方に出会えるまで仲人がしっかりサポート、入会前にお相手確認できます。親御様からのご相談も承ります。また再婚希望の方もお気軽にお問い合わせください。
日本プライダル連盟認定、他2連盟認定
結婚相談室 ハートフルリング
東京都東久留米市八幡町1-7-23
☎090-6510-6219 Tel.042-476-4491
お問い合わせはお気軽に http://heartful-ring.net
●プライバシー厳守 ●予約制 ●不定休 ●土日祝祭日もご相談承ります。

東久留米市の介護付有料老人ホーム

カルムコート武蔵野
緑の輝きに満ちた武蔵野で過ごす至幸の日々。
西武池袋線 ひばりヶ丘駅
西武新宿線 田無駅
tel 042-469-8251
東久留米市南沢 5-18-38
インスタグラム @カルムコート武蔵野
施設の様子や写真・動画を観られます