

# 新鮮! 地域活動情報コーナー

## にぎやか・いろいろ 6年目

## 「リハビリ・カレッジ・ポリフォニー」

ポリフォニーは、精神障がい等を理由に社会への第一歩に不安を抱えた方が自身の良さや個性を知り、からだところのケアと暮らしの見直し、そして自分に合った働き方や生き方について学ぶ通達型の障害者生活訓練事業所です。

平成30年の9月にオープンして、6年目を迎えました。

### 《未来への一歩を不安なく》

ポリフォニーでは、参加者全員が対等に関わり合い、自分のペースで活動することを大切にしています。

「ここは社会に出る前の踏み石のような場所。不安なこと、なんだからやっとなことを気軽に話しに来て欲しい。ドタキャンも気にしないで大丈夫。どうしたら

よいかわからない方、まずは情報収集だけでもOKです。気軽にお願いください」と代表理事の時田 良枝さん写真=。

## 一般社団法人 Polyphony

■場 所: 東本町16-2 カーサプランカウに107号

■問い合わせ: 042-430-2199

■メールアドレス: polyphony@jcom.zaq.ne.jp

■ホームページ



《オープンカレッジ》  
オープン以来、毎月1回、地域住民を対象に無料で参加できる学びの場を開講しています。コロナ禍でもZoomやYouTubeで継続してきました。テーマは多彩で、「わたしらしく生きる」ためのヒントが満載です。

オープンカレッジは、生きづらさを抱える人や家族と地域の方の交流の場、支援につながりにくかった方の相談の場としての役割も担っています。

### 9月のオープンカレッジのテーマ

「祝6周年 ポリフォニーってこんなところ!」

・日時: 9月21日(土) 午後1時半~  
・申し込み: 電話・メール

### 《一歩を踏み出した卒業生たち》

この6年間にポリフォニーを巣立った卒業生は50人以上。

ここで学んだ、無理をしない働き方を継続・実践した結果、障害者雇用の下限時間以下でも障がいオープンにして雇用契約を結び活躍されている方もおられるそうです。

ひきこもりや生きづらさの中におられる方、一歩進みたいと迷っている方、お気軽にお問い合わせください。



▲お茶をしながらゆったりおしゃべりしています

## 10周年記念

平成26年10月22日、南町一丁目アパート集会所に、ミニデイホーム「みなみサロン」がオープンしました。仲間づくりのための明るく楽しい集まりの場を目的とした活動は、今年で10周年を迎えます。

### 《あつという間の10年》

みなみサロンは、歌やお口エクスサイズ・脳トレ・体操などを、実施しています。「地域包括支援センターの認知症サポーター養成講座と一緒に受けた3人が始めたサロン。コロナ禍も乗り越えての10年ですが、あつという間だと感じます」と話してくれたのは、代表者の伊豆本 肥子さん。7月のサロン参加者は14名で、オープン当初から参加している方がほとんどとのこと。「えっ、もう10年!」「信じられない」と、皆さん笑顔になっていました。

### 《見守り合う居場所》

いつも来る参加者が来ない...そんな時には、スタッフや近くに住む参加者が、その人の自宅の様子を見に行ったり、電話をして安否確認をしています。月2回の活動を通して、お互いに見守り合う関係ができ、参加者の安心につながっています。



▲初回活動時のスタッフ3人(平成26年10月22日)

## 気軽なお茶会 「みなみサロン」

### 《これからを見据えて》

スタッフが高齢になり、活動継続の難しさを感じる、という困りごとは地域の色々なところで耳にします。みなみサロンも同じ課題をかかえており、これからも居場所としてあり続けるためにも、後継について取り組んでいかなくてはならない、と伊豆本さんたちスタッフは考えています。それは、この10年間のサロン開催が、参加者の見守り合いや結びつきにつながってきた実績があるからです。これからを見据えながら、力強く活動を続けるみなみサロン。10周年おめでとうございます!



▲現在も変わらず、みんなで歌を楽しんでいます

## 「みなみサロン」

■日 時: 第2・4水曜日 午後2時~4時 (時期により変更あり)

■場 所: 南町一丁目アパート集会所 (南町1-7)

■参加費: 100円

■問い合わせ: 社協地域福祉担当

042-475-0739

## 社協行事カレンダー

令和6年9月~12月

月日	事務事業名	場 所	時 間
9/1	社協だより9月1日(226)号発行		
1	会員増強運動スタート(11月30日まで)		
3	生活支援員募集説明会	社協会議室	午後 2時
6	社会貢献型後見人養成講習 受講者説明会	社協会議室	午前10時
8	ひがしぐるめ ひきこもり家族会	東久留米市役所	午後 2時
8	弁護士法律相談	中央町地区センター	午後 2時
11	社会貢献型後見人養成講習 受講者説明会	社協会議室	午後 2時
13	ファミサポカフェ(事業説明会)	市民プラザ	午前10時
13	生活支援員募集説明会	社協会議室	午前10時
21	いきいき長寿大会	まろにえホール	午前10時
25	成年後見専門相談(社会福祉士)	社協会議室	午後 2時
28	第42回いのちがやけ作品展~30日(月)	市民プラザ	午後 1時
10/1	赤い羽根共同募金運動スタート		
1	ミニデイ体験会~11月29日(金)	市内、各ミニデイホーム等の活動場所	
3	AED普及・啓蒙のボランティア体験講座	社協会議室	午後10時
3	第10期スマホ基本講座(木曜コース)	中央町地区センター	午前9時半
4	第10期スマホ基本講座(金曜コース)	中央町地区センター	午前9時半
13	弁護士法律相談	中央町地区センター	午後 2時
17	ファミリーサポートセンター事業説明会	東部地域センター	午前10時
20	ひがしぐるめ ひきこもり家族会	東久留米市役所	午後 2時
22	老い支度講座	市民プラザ	午後 2時
23	成年後見専門相談(司法書士)	社協会議室	午後 2時
11/10	ひがしぐるめ ひきこもり家族会	中央町地区センター	午後 2時
10	弁護士法律相談	中央町地区センター	午後 2時
11	ボランティア通信発行		
11	ファミリーサポートセンター事業説明会	市民プラザ	午前10時
27	成年後見専門相談(社会福祉士)	社協会議室	午後 2時
12/1	社協だより12月1日(227)号発行		
1	歳末たすけ運動 地域福祉活動募金スタート		
8	ひがしぐるめ ひきこもり家族会	東久留米市役所	午後 2時
8	弁護士法律相談	中央町地区センター	午後 2時
12	ファミサポカフェ(事業説明会)	市民プラザ	午前10時
21	ファミリーサポートセンター事業説明会	社協会議室	午前10時
25	成年後見専門相談(司法書士)	社協会議室	午後 2時

※全ての行事は予告なく中止、または延期になることがあります。最新情報は社協ホームページでご確認ください。

社会福祉事業に心温まるご寄付をいただきありがとうございます(順不同)  
＜令和6年3月15日~8月15日まで＞

一般寄付	
公益社団法人東村山法人会	様 50,000円
くるねっと 第12回手づくり小物市実行委員会	様 25,000円
まどか	様 5,000円
松ヶ丘自治会	様 30,000円
手づくりグループひまわり	様 30,200円
東久留米自然ふれあいボランティア	様 10,000円
上田 和俊	様 8,598円
松本 光江	様 10,000円
眺磯庵	様 1,026円
斉藤 英男	様 5,000円
囲碁愛好会	様 61,302円
社協協力員有志	様 26,700円
チャリティー売上	6,307円
匿名5件	64,333円
合計	333,466円

指定寄付	
シルバーネット 様(世代間の交流事業へ)	60,474円
故 相川 浩一 様(手話関係へ)	50,000円
大生運輸株式会社 様(みんなのえんがわプロジェクトへ)	300,000円
上田 和俊 様(切手)	8,442円
東久留米おひさま保育園 様(おひさまリジェの売上をご寄付・子ども食堂へ)	39,050円
株式会社インフィニット 様(みんなのえんがわプロジェクトへ)	25,900円
匿名5件(滝山ふれあい子ども食堂、みんなのえんがわプロジェクトへ)	91,557円
合計	675,423円

物品寄付	
木下 真生子 様(パッド、おむつ、防水シート)	
藤村 奈津子 様(中古車いす1台)	
上田 和俊 様(書き損じはがき)	
伊藤 隆成 様(新品シルバーカー1台)	
生活支援グループ夢来夢来 様(木工おもちゃ)	
すみれ会 様(ストラップ6個)	
シニアアシスト・おもしろやい 様(新品クッション6枚)	
匿名5件(中古車いす3台、使い捨てマスク、ゼリー飲料、ゼリー、介護食)	

東久留米市の地域福祉のためにご寄付いただきました。



多くの住民・団体からご寄付いただき、ありがとうございました。社会福祉の事業をすすめていくためには、皆さまから寄せられたお心は貴重な財産です。これからもご支援・ご協力をお願いします。

### のばらカフェ ~心がほっとできる場所~

将来の心配ごとをお茶を飲みながらお話しませんか  
オリジナルのエンディングノートと一緒に作りましょう。社会福祉士女性3人でお待ちしています。

◆日 時 毎月第1火曜日 午後1時~2時半  
初回 9月3日(火)  
次回 10月1日(火)

◆場 所 アイネカフェ(南沢1-1-14)

◆その他 参加費 500円(お茶とお菓子つき)、ノート代別途

のばらの会 中西(なかにし) 080-2151-9134

### ライフパートナーこぶし ボランティア大募集

知的障害者支援施設に一度来てみませんか?  
利用者さんと余暇活動で交流したり、日常生活をちょっとお助けしたり、音楽やダンスなどの発表で楽しい時間を贈ったり!!

◆日 時 相談の上、なるべくご希望にお応えします

◆場 所 社会福祉法人龍鳳 ライフパートナーこぶし (氷川台2-31-19)

社会福祉法人龍鳳 ライフパートナーこぶし 大神田(おおかんだ) 042-470-2385

### 募集! 社協事務局の臨時職員を募集します

【職 種】一般事務  
【時 間】午前8時半~午後5時  
【時 給】1,113円(9月1日時点)  
【勤務日数】週2~3日程度  
【勤 務 地】滝山4-3-14わかむく健康プラザ2階  
【条 件】パソコン(ワード、エクセル)操作できる方  
【募集人員】若干名  
【申込方法】応募締切) 9月13日(金)までに、履歴書(市販のもので可・写真添付)を社協事務局へ持参郵送。

問い合わせ 042-471-0294  
総務担当

## 「ふくしのまちづくり実践中」

### 出前講座 命を守る災害対策~地域で鍛える受援力~

去る5月25日(土)、東部金山自治会総会で出前講座を行いました。災害時、行政や警察、消防などは、より被害の大きい場所への支援に集中し、手がまわらない状況が考えられます。近くにいる人同士が、お互いに気持ちよく助け合えるようにしておくには、日ごろのような準備が必要かなどを一緒に考えました。「いざというときに何をどこまですればいいかわからなかったのが勉強になった」「受援力という言葉を知った」と出席者から感想をいただきました。

社協では、ご希望に応じて出前講座を行っています。お気軽にご相談ください。

### 前沢5丁目地域の減災・防災対策に関するアンケート調査

社協西部地域担当では、市立第九小学校避難所地域の防災と地域福祉の集まりの場の立ち上げや運営支援を、令和2年度から令和6年度の重点課題としています。これまで、町会・自治会などの協力を得ながら、滝山5丁目(令和4年度)、滝山3・4丁目(令和5年度)にて、防災についての現況調査アンケートとその報告会を実施しました。

令和6年度は9月1日から前沢5丁目にお住まいの方を対象にアンケートを行います。ぜひ回答にご協力ください。

〈広告〉

### ご自宅でマッサージが受けられます

健康保険適用1回450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)  
東久留米市前沢2-10-19-203  
ホームページ でら指圧 検索

〈広告〉

### 地完 東久留米市の塗装屋さんです!!

雨漏り・板金工事も任せてください!!

### 外壁塗装 屋根塗装 の専門店

完全自社施工 塗装職人のお店

株式会社 コートレックス COATREXS  
ご相談・建物診断・お見積り 無料!

0120-174-162 株式会社コートレックス 検索

〈広告〉

悠々と、楽々と

### 就労継続支援B型 障害者グループホーム WORKLE 悠楽ホーム

株式会社 悠楽  
東久留米市前沢4-9-6 小寺ビルF室  
042-420-9940 (WORKLE)  
042-420-6017 (悠楽ホーム)

### 募集 1面 赤ちゃん写真

本紙「ひがしぐるめ社協だより令和6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6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6年11月1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。