

発行者／社会福祉法人東大和市社会福祉協議会  
〒207-0015 東大和市中央3-912-3  
TEL:042-564-0012 FAX:042-564-3680  
https://www.higashiyamatoshakyou.or.jp/



# 社協

# 東やまと

## 特集

### 仲間とともに元気な毎日を創る ～東大和元気ゆうゆうポイント～

- ・座談会～活動の実践から～
- ・ゆうゆうポイント令和2年度景品交換方法について

【その他の記事】・ボランティア講座等……………P3  
 ・社協からのお知らせ(あんしん東大和学习会、手話体験講座他)・P4



芝中さくらクラブ



東大和 元気ゆうゆう体操 多摩湖地区

### 介護予防と元気ゆうゆうポイント

介護予防または認知症の予防を目的とした活動に参加した高齢者等にポイントを付与し、獲得したポイントを景品に交換するなど、介護予防活動への参加を促進し、高齢者の健康寿命の延伸及び活性化を目的としています。  
 令和2年11月現在、市内58か所のグループが登録、活動をしています。

### 新たな希望の年へ

令和3年の年頭にあたりまして、皆様の益々のご健勝とご多幸を心からお祈り申し上げます。昨年は、新型コロナウイルス感染症が瞬く間に世界中に拡大し、人々がこれまで経験したことのないほどの危機を迎えることとなり、社会経済活動はもとより人々の生活の隅々まで様々な影響を及ぼしてきました。このような状況の中で、医療従事者の皆様や福祉、介護関係者の皆様におかれましては、現場における幾多の困難の中で、献身的に日々奮闘され、私たちの安心した暮らしを守ってくださってありがとうございますこと、心より深く感謝申し上げます。また、コロナ禍におきましても自治会の皆様や地域で活動をされている皆様からも暖かいご支援、ご協力をいただきまして誠にありがとうございます。今年の干支にあたる「丑」の年は、黙々と目の前のことをこなし、先を急がず一歩一歩着実に物事を進めることが将来につながると思っております。地域福祉の推進の場面におきましても、新しい生活様式の実践やオンライン等を活用した新しいコミュニケーションの導入を進めることも、この時期からこそ最も大切な心と心のふれあい、人と人とのつながり合いを二層深め、このコロナ禍を皆様と一緒乗り越えていきたいと思います。本年も社会福祉協議会のご支援、ご協力を心からお願い申し上げます。

会長 中澤正至

※下記のイベントや講習会等は、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策により、中止や変更となる場合があります。

#### イベント・講習等のご案内

※全てマスク着用必須。入室時に検温、アルコール消毒を実施いたします。また、発熱、風邪の症状ある方は参加をご遠慮いただきます。

##### あんしん東大和学习会

認知症について理解を深め、後見活動や支援の参考にしてみませんか。  
 日時 令和3年3月5日(金) 午後1時30分～3時30分  
 (受付午後1時より)  
 場所 社会福祉協議会  
 対象 ○親族の後見人等として活動している方  
 ○専門職の後見人等として活動している方  
 (いずれも予定を含む)  
 内容 「後見人等支援者に必要な認知症の知識」  
 東大和病院認知症疾患医療センター 認知症看護認定看護師 吉沢 奈美氏  
 参加費 無料  
 定員 15名(先着順)  
 申込み 2月19日(金)までに電話、FAXもしくはメールにて  
 TEL 0425643680 FAX 0425643680  
 ★手話通訳が必要な方は申込時にお申し出ください。  
 フAMILY・サポート・センター 協力会員養成講座(さわやか講座)  
 日時 令和3年2月15日(日) 午前9時30分～午後0時30分  
 ②2月16日(火)午前9時30分～午後0時30分  
 ※2日間の受講が望ましい。  
 場所 社会福祉協議会  
 内容 ①高齢者の支援について、②子育て支援について、など。  
 申込み フAMILY・サポート・センター(社協内)へお電話または当会ホームページから予約ください。  
 TEL 0425643680  
 ※後述の協力会員として登録する

#### 手話体験講座

当会では、毎年5月から翌3月までの10か月間、手話講習会を開催しています。(初級・中級・上級の各級、令和3年度開催予定)  
 初めての方にいきなり10か月も大丈夫かな…少しだけ試してみたいなあ…という初心者の方を対象とした手話体験講座を開催します。まずは体験講座で「手話ってなに?」「耳が聞こえない、聞こえないってどんなこと?」を知って実際に簡単な手話表現に触れてみませんか?  
 日時 令和3年4月8日(木) 4月15日(木)  
 いずれも午前9時30分～11時30分  
 場所 社会福祉協議会  
 対象 市内在住・在勤・在学高校生以上で手話に関心のある初心者の方  
 定員 先着20名  
 参加費 無料  
 申込み 3月1日以降 社会福祉協議会へ電話、FAXまたはホームページから予約  
 TEL 0425643680 FAX 0425643680  
 福祉のしごと相談・面接会  
 中止 1月27日(水)に開催を予定していましたが「福祉のしごと相談・面接会」は新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止することになりました。参加を予定されていた皆様や関係事業所の皆様には大変ご迷惑をお掛けいたしますがご理解いただきますようお願いいたします。

#### 社協事業のご案内

ファミリー・サポート・センター 協力会員募集  
 ファミリー・サポート・センター事業「さわやかサービス」では、協力会員を大募集しています。事業内容 さわやかサービスの活動による有償の相互援助活動です。  
 謝礼金 1時間900円～1,100円  
 ※お仕事ではありませんので、決まった額の収入を見込めるものではありません。  
 活動内容 小学生までのお子さんのいるご家庭の子育て支援  
 また産前産後の方へのいるご家庭や、高齢者・障害者等の家事支援など  
 ※ご自身の生活の中の空いた時間を利用して、地域の方をサポートする活動に参加しませんか!  
 資格 協力会員養成講座(さわやか講座)修了者  
 ホームヘルパー・看護師・保育士など  
 新型コロナウイルス感染症 特別貸付  
 新型コロナウイルス感染症の影響で生活資金に困っている方へ貸付を行っています。くわしくは当会ホームページをご覧ください。  
 △対象 新型コロナウイルス感染症の影響を受け、休業・失業等により収入の減少があり、緊急かつ一時的な生活維持のための生活費を必要とする世帯  
 △貸し付けの種類と上限額  
 ○緊急小口資金 20万円  
 ○総合支援資金  
 単身世帯 15万円×3か月  
 複数世帯 20万円×3か月  
 △貸付利率 無利子  
 △保証人 不要  
 △申請期間 3月末日  
 △問合せ 社会福祉協議会総務係

#### 善意のご寄付

次の方々から善意のご寄付がありました。厚くお礼申し上げます。(敬称略・順不同・単位:円)(令和2年10月16日～令和2年12月31日受領分)

お名前	金額
池田幸廣	10,000
社協役員有志(9件)	27,689
そば処清川	14,931
多摩友の会立川方面	5,000
井上晋	10,362
その他匿名6件	212,812
合計	280,794

#### 物品寄付

お名前(敬称略)	品名
第一生命労働組合所沢支部	タオル100枚

## 補聴器

認定補聴器専門店  
 久米川補聴器専門店  
 サンタイム  
 出張相談承ります  
 メーカー各種取扱  
 ☎0120-51-4133  
 久米川駅南口徒歩1分 東村山市栄町2-21-3  
 木曜日定休 駐車場ご案内します。

TEL 0425643680  
 ※原則、郵送での申請となります。  
 受験生チャレンジ支援  
 学習塾などの費用や高校や大学などの受験料の捻出が困難な一定所得以下の世帯に必要な資金を無利子で貸付けを行う制度です。  
 △貸付限度額 学習塾等の費用は20万円まで/高校等の受検料は2万7400円まで/大学等の受験料は8万円まで  
 △返済の免除 進学し、所定の手続きを行うと返済が免除されます。(審査あり)  
 ※対象要件の詳細はお問い合わせください。  
 ※申込期限 令和3年2月10日(水)  
 △問合せ 社会福祉協議会総務係  
 TEL 0425643680

## 東京都福祉人材センター 多摩支所

福祉のお仕事をお探しの際は、どうぞご利用ください!!

- 開所日:月曜日～金曜日
- 開所時間:9:00～17:00 (相談受付時間 9:00～11:30、13:00～17:00)
- 休業日:土曜、日曜、祝日、年末年始(12/29～1/3)
- 〒190-0012 東京都立川市曙町2-34-13 オリンピック第3ビル7階
- TEL.042-595-8422 FAX.042-595-8432

東京都福祉人材センター(本部:千代田区飯田橋)  
 設置:平成3年11月 運営:社会福祉法人 東京都社会福祉協議会  
 東京都福祉人材センター 検索  
 無料職業紹介事業許可番号:13-ム-080008  
 東京都福祉人材センターは、社会福祉法に基づき、東京都知事の指定を受けて運営しています。

### 令和2年度会員会費ご協力のお礼

コロナ禍にあつて多くの市民、自治会、事業所の皆様に社協会費をご納入いただきました。会費は全て市民の地域福祉活動に活用いたしました。ご協力いただきました皆様、ありがとうございます。

- 個人会員(自治会、サロン、経団連等) 2,538件 1,632,195円
- 福祉団体等(福祉団体、事業所等) 25件 1,099,000円
- 賛助会員(一般の企業など) 42件 298,000円

※11月30日現在、会員は通年で募集しております。  
 ※会員のご協力いただいた団体等ににつきましては、当ホームページでご紹介しております。

### 農協共進会からの野菜の寄付

去る11月6日、農協から野菜の寄付がありました。例年は共進会の後産業まつりなどで活用されますが、今年度は中止となったため、「地域の福祉に活用していただきたい」とのごことで、当会から児童養護施設と障害者が通所する各作業所へ配布いたしました。市内で生産された沢山のみずみずしい野菜と果物、ありがたかったです。

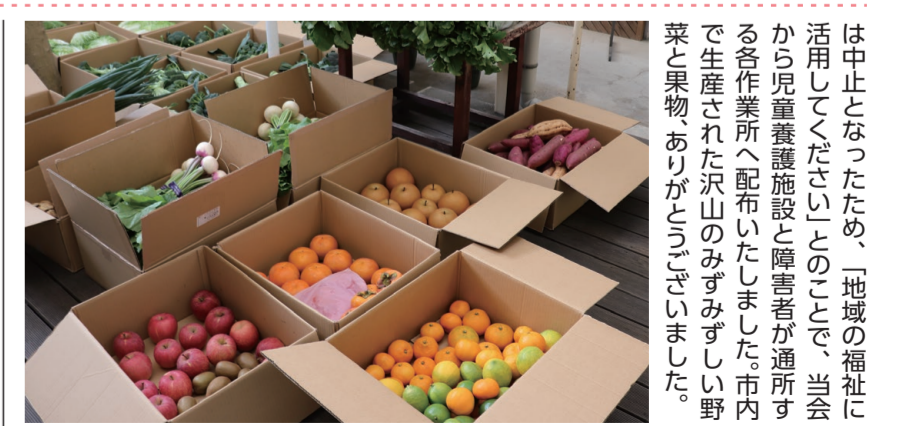
### 訪問・在宅カット承ります!

全国介護美容福祉協会会員の店  
 お一人で外出が困難な方のご自宅に訪問致します

カット料金 **¥2,750**(税込)  
**美容室くるくるへあー**  
 奈良橋2-603-1-103  
 ☎042-563-8699

### 地元だからこそ「安心」と「信頼」

とみん葬祭。  
**直葬 15万円(税別)**  
**家族葬 25万円(税別)**  
 東大和市民葬儀指定業者  
 ☎0120-594-419  
**24時間年中無休**  
 本社:東大和市清原2-1279-7





## 見守り・声かけ活動の新型コロナウイルス対策について

「見守り・声かけ活動」とは、「協力員」と呼ばれるボランティアが、地域からの孤立防止や安否確認を兼ね、登録いただいている高齢者のお宅を訪問したり、外から見守る活動です。現在、新型コロナウイルスの影響により、従来とは異なる活動方法を取っています。声かけ利用者の皆様におかれましては、下記について必ずご確認ください。(見守りについては従来通りです。)

### <声かけ利用者の方へ>

現在、新型コロナウイルスへの対策として、今までの活動を一部変更し、以下の通り活動しております。ご理解の程、よろしくお願いたします。

●活動内容：(変更前) 訪問  
(変更後) 電話での安否確認。場合によっては見守りを行ったり、手紙をポストに入れる等しています。

※電話での安否確認が難しい場合は、感染対策を行った上で訪問する場合があります。その場合、マスクをしていただく、離れて話す等、感染対策にご協力いただきますようお願いいたします。

●期間：今年度末の2021年3月31日まで。  
その後の対応については、状況に応じ判断いたします。

### <見守り声かけのご利用をご検討の方へ>

新規に見守り・声かけ活動の利用をご希望される方には、利用の開始をお待ちいただいている状況です。訪問が可能な状態になりましたら、協力員と事務局職員でご希望いただいた方のお宅に伺い、登録の手続きを進めます。なお急を要する場合は個別に、ご相談ください。

### 協力員を募集しています

現在は上記の通り、声かけのための訪問を中止している状況ですが、新型コロナウイルスが落ち着き、訪問が出来るようになりましたら、一緒に活動しませんか。登録のみであれば、現在も手続き可能です。ぜひご検討ください。お問合せは社会福祉協議会まで【042-564-0012】。



撮影：令和2年12月初旬

12月初め、社協の入口で空を見上げるとピンク色の花がきれいに咲いていました。毎年寒い冬の季節に可憐に咲く「皇帝ダリア」。今期は地上からまっすぐ伸びる茎の3メートルくらいの高さのところに20輪ほどの花が咲きました。皇帝ダリアの花言葉は、「花姿から乙女の真心」「優雅」という意味があります。がそのほかには「感謝」「不安定」という意味もあるそうです。

コロナ禍で不安も多い日常の中でも、ふと空を見上げると、優雅に空に向かって咲く皇帝ダリアの姿に癒され、花に感謝を告げたいと思います。ふと空を見上げると、いかに素敵な出会いがあるか。



## ボランティアセンターより

### 災害ボランティアセンターについて

毎年、市民の皆様にもボランティア役として参加いただきました「災害ボランティアセンター設置・運営訓練」ですが、今年度は新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、スタッフのみの訓練で1月末に実施する予定でありましたが、緊急事態宣言を受け開催を中止することいたしました。

今回の訓練は中止となりましたが、東大和市で地震などの災害が発生した際に、スムーズに災害ボランティアセンターを立ち上げ、多くの市民の皆様の復興を支援できるよう、今後も訓練を重ねていきたいと思っております。



**災害ボランティアセンターとは?**  
地震などで被災し、手助けを必要とする人と、ボランティアとして被災地の支援をしたい人をつなぐ機関で、災害時に臨時的に設置(設置予定場所→ハミングホール)されます。

### ボランティア講座開催 参加者募集!

「基礎編」  
☆ボランティアに関心がある方!福祉について知りたい方!におすすめの講座☆  
～ボランティアを始めてみたいけど、どんな内容があるのか分からない、どうやって始めていいか分からない。そういった方におすすめのボランティア講座。ボランティアの基礎をお伝えします。同時に、市内の福祉制度の状況についてもお伝えします。～

「東大和市内ボランティアと福祉について知ろう!」 (会場:社会福祉協議会)	
・ボランティア活動とは? ・市内のボランティア活動の紹介 ・市内の福祉制度について	3月17日(水) 14:00～15:30

※コロナ対策としてハイブリッド形式で開催!  
ZOOMからの参加と会場からの参加、どちらかを選べます。会場は感染対策として定員は10名までとさせていただきます。

「実践編」  
☆環境活動のボランティアについて知りたい方におすすめの講座☆  
～日頃、狭山緑地の自然を守る活動をしているボランティアグループ「東大和市狭山緑地雑木林の会」の活動を体験します。～

「環境活動のボランティアについて知ろう!」 <会場:郷土博物館 定員:10名>	3月24日(水) 9:30～12:00
--	------------------------

《申込み》  
各内容、1週間前までにお電話かHPからどうぞ!どちらかの講座だけでもOK  
東大和中央3-912-3  
東大和ボランティア・市民活動センター ☎042-564-0035



**活動を始めたきっかけは?**  
大川 約10年前に退職し、市が「介護予防100人養成講座」を開催すると聞き、参加したのがきっかけです。第1期生として講座を修了し、仲間と共に向原中央公園で「東大和元気ゆうゆう体操」の活動を立ち上げました。  
鈴木 私、私も第1期の介護予防100人養成講座を卒業したのがきっかけです。初めの頃は向原中央公園で活動していましたが、周囲の方から台北地区でも体操したいという声があり、台北市民センターで立ち上げ活動を始めました。7年になります。  
武藤 同じく私も介護予防100人養成講座です。当初は清水神社で体操を始めましたが別の地域の方から新青梅街道を渡らない場所でも行って欲しいと要望があり、南部の清水こ



お話を伺った皆さんと生活支援コーディネーター。サロンや体操で活躍!

**コロナ禍での活動、工夫は?**  
大川 体操会場は屋外なので、3密は避けられています。約70名登録しており、名簿の管理が大変ですが、スタッフも役割分担し対応しています。  
鈴木 私たちは月に1回の活動なのでポイント手帳のスタンプに対してはこだわっていません。  
武藤 コロナで活動が休止していましたが、7月になると多くの方から「早く活動したい」と声がありました。「再開したい」ところ毎回、ほぼ全員参加しています。

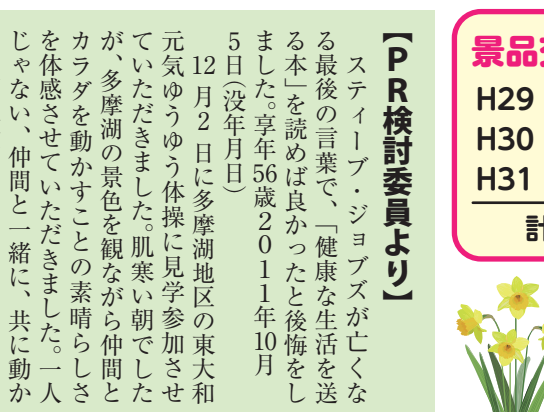
**次世代の参加への期待**  
大川 60代から活動をはじめ現在まで続けていますが、介護予防100人養成の受講生が減ってきていることで後継者について不安に思っています。  
鈴木 確かに、後継者については問題だと思えます。自分が元気なうちに若い方に引き継ぎできればと思います。この活動は草の根的な活動だと思っています。地域に入って行くのはとても時間がかかること。参加はしなくてもこんな活動があること知っていただけでも違うと思います。特に男性の参加が増えるようないろいろ考えた方が良いでしょう。



東大和元気ゆうゆう体操 上台北地区 鈴木 温美さん

**参加者の様子は?**  
大川 ゆうゆうポイントが始まってから、各会場を回って参加し、スタンプを集めている人がいますが、とても良いことだと思います。  
鈴木 思いがけない遠くの地域から参加している人もあります。(笑)活動をみなさん楽しみにしており、市外から参加している人もいます。市内の人しか景品をもらうことはできないことを承知で楽しく参加しています。  
武藤 コロナで活動が休止していましたが、7月になると多くの方から「早く活動したい」と声がありました。「再開したい」ところ毎回、ほぼ全員参加しています。

**参加者の様子は?**  
大川 ゆうゆうポイントが始まってから、各会場を回って参加し、スタンプを集めている人がいますが、とても良いことだと思います。  
鈴木 思いがけない遠くの地域から参加している人もあります。(笑)活動をみなさん楽しみにしており、市外から参加している人もいます。市内の人しか景品をもらうことはできないことを承知で楽しく参加しています。  
武藤 コロナで活動が休止していましたが、7月になると多くの方から「早く活動したい」と声がありました。「再開したい」ところ毎回、ほぼ全員参加しています。



たまこサロン 武藤 功さん

**ゆうゆうポイント事業は 平成29年12月から始まりました。**  
今回は、事業開始前から先駆的に地域で体操やサロン活動をされている代表者の方からお話をうかがいました。  
あなたのまちの活動に参加してみませんか。

でも広場でも立ち上げました。また、ゆうゆう体操以外の体操や歌、朗読などを行うサロンも立ち上げました。  
沖 私は、母の介護、看取りがきっかけになっていました。当時は仕事をしており十分に母を見てあげられなかったという悔いがありました。母を看取った後に訪問介護員初任者研修を受け、介護等について学び、自分の今後も含めていろいろと考えはじめ、できるだけ在宅で過ごせるようにとサロン活動をはじめました。

鈴木 私たちは屋内での活動で人数制限がある中4グループに分け、月に1回参加できるようにし、月参加者からは物足りないという声もありますが、この時期は仕方ないです。  
武藤 活動中にマスクの他、フェイスマスクを配布して活用しています。サロスを再開したところは、活動よりもおしゃべりがしたいという思いが強いようでした。  
鈴木 確かにそうですね。体操よりもお互いの顔をみて、お話できることが嬉しかったみたいです。(笑)  
沖 私は自宅でのサロンで現在は休止中ですが、そろそろ再開したいと考えています。パーテーションを購入し、できるだけお話をしなくても良い活動として、ペン習字などを考えています。参加者からは「早く開きたい」と連絡があるので、早く再開できるよう努めています。

**景品交換実績**  
H29 372個  
H30 652個  
H31 907個  
計 1,931個

お話を伺って...  
東大和の住民主体の活動として現在もお元気に活動されている方々。「介護予防」はもとより、人と人とのつながりをとても大切にされています。コロナ禍の困難の中、つながりの大切さ、素晴らしさを再認識し、仲間同士、協力しあってこの苦境を乗り越えていきたいと思います。  
今回は4名の方にお話を伺いましたが、同様にこの東大和市には沢山の人が活動されています。お話を伺って、ゆうゆうポイント事業をおして、今後も市民の皆さんの活動や介護予防のお手伝いをさせていただきます。生活支援コーディネーター 山中陽子

東大和元気ゆうゆうポイント事業登録団体については、社会福祉協議会までお問合せください。(ホームページにも掲載しています)

## 東大和元気ゆうゆうポイント事業 令和2年度景品交換方法について

### 景品交換期間について

令和3年2月1日(月)～3月31日(水) (日曜日・祝日を除く)

### 緊急事態宣言発令中は郵送のみ受け付けます 申請から景品交換の流れ

景品交換申請書に必要事項(太枠内)を記入

**郵送の場合**

ポイントが貯まったゆうゆうポイント手帳と景品交換申請書を社会福祉協議会に郵送する

**窓口の場合**

ポイントが貯まったゆうゆうポイント手帳と景品交換申請書を社会福祉協議会に持参する

**郵送先**

〒207-0015  
東大和中央3-912-3  
東大和市社会福祉協議会  
東大和元気ゆうゆうポイント事業担当 行

☞ 切り取って封筒にお貼りください

**窓口の場合**

窓口の場合作業事項

※ポイントを確認後、その場でやまとカードと交換いたします。  
※密を避けるため、複数人での来所はご遠慮いただきますようお願いいたします。  
※緊急事態宣言が解除された後に受け付けます。

**問合せ先**

東大和市社会福祉協議会  
東大和元気ゆうゆうポイント事業担当  
☎042-564-0012

※今年度の景品はやまとカードのみとなります。  
※申請書がない方は社会福祉協議会へお問合せください。