

小あゆの福祉

発行・編集 (年6回/奇数月発行)

社会福祉法人
府中市社会福祉協議会

〒183-0055 東京都府中市府中町1-30 ふれあい会館2階

TEL 042-364-5137 FAX 042-362-9090

Eメール: mail@fsyakyo.or.jp

ホームページ: https://www.fsyakyo.or.jp

題字 高野律雄 市長



つながって 安心!!



もの忘れがあっても楽しく
過ごしたいな

おしゃべりが
苦手でも
いいかな?

①
認知症カフェ
「ゆずカフェ」

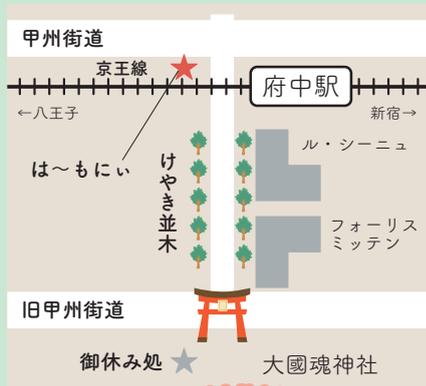
縁側のひとときみたいに、
ほんわりと
過ごしませんか?



日時 毎月第2木曜日
14:00~16:00

場所 は~もにい
(寿町1-1 旧府中グリーンプラザ分館1階)

費用 飲み物のご注文代のみ



「府中市介護者の会」とは?

お茶を飲みながら、介護の悩みや困っていることなどを話し合っています。ほっとするひとときです。介護経験などのあるボランティアが運営しています。どうぞお気軽にご参加ください!

ひとりで悩まず、
みんなで介護



「此の花」は
4月1日より、場所が
府中市市民活動
センター プラッツに
変更になります!

会の名前	日時	場所
「此の花」	毎月 第2土曜日 13:30~15:30	中央文化センター (府中駅徒歩8分)
「けやき」	毎月 第3木曜日 13:30~15:30	ふれあい会館 (府中駅徒歩7分)
「ひばり 雲雀」	毎月 第4水曜日 13:30~15:30	男女共同参画センター 「フュール」 (中河原駅徒歩1分)
若年性認知症 介護者の会 「きらきら」	毎月 第2金曜日 13:30~15:30	ふれあい会館 (府中駅徒歩7分)

※日時・場所を変更する場合がございます。事前にお問合せください。



こんな 介護のお悩み ありませんか?

会に参加することで
心強いアドバイスが
聞けることも!



Case1
同じ話を
繰り返す

同じ話を繰り返すため、
イライラしてしまう。

Case2
家から出て
行ってしまふ

夕方になると落ち着きが
なくなり、家から出て行って、
どこに行ったのかわからなくな
ってしまうことがある。

Case3
病院に行って
くれない

認知症だと思いが本人が病
院に行ってくれない。どうやっ
て病院に連れて行けばよいか
困っている。

府中市介護者の会に参加!

アドバイス

対応方法を
教えてもらえた!

イライラしてしまう気持ち
を聞いてもらう、共感してもら
えることで、楽になった。また、
違う話に切り替えるなどの
方法を教えてもらった。

具体策を
教えてもらえた!≡

GPSについての情報など
を教えてもらい、工夫するこ
とが出来た。

解決のヒントを
もらえた!

参加者から「自分が受診し
たいから付き添って欲しいと
言って連れて行った」との
話を聞いて、参考になった。

高齢者や障害のある方の日常生活を支える

権利擁護センターふちゅう

地域福祉権利擁護事業

生活支援員・市民後見人として一緒に活動しませんか?

まずは、説明会にご参加ください

日時 5月9日(金) 10:00~12:00

場所 ふれあい会館

事前説明会

市民後見人入門講習・生活支援員養成講習

【雇用条件】当協議会の非常勤職員となります。時給/1,170円(交通費は別途支給します)
【応募資格】府中市在住で、高齢者や障害者に関する福祉活動に熱意と理解を有する方。自転車に乗れる方

生活支援員は、当協議会の職員と協力して判断能力が十分でない方の福祉サービスの利用に関する相談や手続き、金銭管理をお手伝いするお仕事です。今回は実際に生活支援員・市民後見人として活動されている方からお話をうかがいました!生活支援員・市民後見人として活動ができるようになるまでの流れは以下のフローチャートをご覧ください!

生活支援員歴2年目

職場で広報紙を見て応募しました。現在は介護福祉士として介護施設で働くことを本業に、仕事と両立しながら生活支援員をしています。利用者さんが心を開いてくれたときや、今までの人生が垣間見えたとときに、やりがいを感じます。



生活支援員さんのある1日

Table showing a daily schedule: 9:15 社協到着, 9:25 準備・確認 銀行へ, 10:00 利用者宅到着 生活費のお届け 郵便物の確認, 11:00 支援終了, 11:10 社協到着 記録作成 ※専門員への報告, 11:30 業務終了

*府中市で市民後見人の活動を希望する場合は、地域福祉権利擁護事業生活支援員の実務経験が必要となります。

生活支援員として活動

生活支援員基礎講習

市民後見人登録

市民後見人

生活支援員歴2年目

以前、祖母の手続きなどを手伝う中で後見制度の大切さを知りました。その後、資格のない私が後見人になることはないと思っていました。市民後見人の存在を知り、応募しました。まだ、戸惑うことも多いですが、生活支援員活動の中で、利用者さんが事務的な会話からだんだんと親しみを持つようになることが、励みになっています。



生活支援員歴18年目

後見人2件経験

後見人は専門知識や責任が伴うと思い、一歩を踏み出せずにいましたが、長く支援を続けた利用者さんが後見人を必要としていることがきっかけで後見人を引き受けました。今は、生活支援員より深く寄り添えると感じています。



説明会参加後、受講ができます。開催時期は6月~7月頃となっており、全8回の講習と実習を受けていただきます。申込み方法等の詳細は、今後こちらの紙面や市報などでお知らせします。詳しくはお問合せください!

申込み・問合せ 権利擁護センターふちゅう TEL 042-360-3900 FAX 042-362-9093 kenric@fsyakyo.or.jp

令和6年度表彰状及び感謝状贈呈者



当協議会がすすめる「気づく・動く・つながる!!みんなが主役!地域で支えあうまちづくり」のため、地域福祉の推進に多大な貢献をされた方々に賞状を贈呈しました。多くの皆さまのご支援、ご協力誠にありがとうございました。

表彰基準期間 令和5年4月1日~令和6年3月31日
表彰対象者 当協議会表彰規程にもとづく
表彰式 令和6年12月12日

表彰状贈呈者 (表彰式にて贈呈 ※ご欠席の方も含む)

市民表彰 多額寄付者
一般寄付 浜野 禮子 アンダーツリー株式会社
市民表彰 継続的寄付者
物品寄付 有限会社東央建設

市民表彰 労力提供者
民生委員・児童委員5期15年以上 高澤 久美子 横山 純子 宮崎 嘉子
在宅福祉サービス協力会員15年以上 桑原 晴美 佐久間 礼子
ボランティア15年以上 板谷 さき 宮崎 清子 篠塚 宗一郎 陽子
役員等表彰
評議員10年以上 石川 謙一

感謝状贈呈者 (適宜贈呈)

一般寄付 ふれあいチャリティゴルフ大会実行委員会(2回) 大國魂神社氏子青年崇敬会 明治安田生命保険相互会社武蔵野支社 アンダーツリー株式会社
指定寄付 株式会社OEC
赤い羽根共同募金 募金箱設置 トヨタモビリティ東京株式会社
歳末たすけあい運動街頭募金 府中市民生委員児童委員協議会

*表彰を辞退された方、広報紙の掲載を辞退された方を除く *敬称略・順不同

問合せ 総務課 総務係 TEL 042-364-5137

【広告】

相続税 相続手続き 府中相続税サポートセンター 0120-109-700

お片付け お片付けライトに全部お任せ下さい! ご相談・お見積り 完全無料! 通話無料 0120-684-215

地域限定 雨どいのご相談ならあまどい屋 雨樋掃除1ヶ所あたり 通常価格6,600円を 5,500円~



令和6年度 ボランティア体験感想文

令和6年度

今年度もボランティア体験に多くの皆さんにご参加いただきました。体験後の感想文から一部をご紹介します!

協力団体数

52 団体

参加者数

98 名
(小学生~社会人)

感想文提出数

77 作品
(令和7年1月末現在)

ご参加・ご協力ありがとうございました!
令和7年度も準備が整い次第ご案内する予定ですので、皆様のご参加をお待ちしています。



問合せ 府中ボランティアセンター ☎ 042-364-0088 ☎ 042-362-9090 ✉ go.go.vc@fsyakyo.or.jp

「ボランティア体験を通じて」

Y.Y.(桐朋高等学校2年)
体験先: 府中市立あさひ苑

私は、あさひ苑さんでの3日間のボランティア体験を通して、様々なことを学ばせていただきました。その中でも、特に印象に残っているのがいくつかあったので、ここではそれについて書かせていただきたいです。

まず1つ目は、利用者の方々個人個人に対する対応がとても素晴らしかったということです。例えば、朝や夕方に行われる体操の際には、利用者の方々が座られる椅子が、利用者によって肘かけがあるものないものと、それぞれの方が座りやすい椅子が用意されていることに驚きました。また、1日の中で何度も水分補給をする時間があったのですが、その際にも利用者の方によって容器の形を変えていたり、細かなところにも配慮されているところも非常に感銘を受けました。そのような中でも、私が一番印象に残っているのはお昼の食事のときでした。食事は、利用者の方々によって食べられないものであったり食べ切れる量が異なる、100人いれば100人異なるようなものですが、そのような個人個人の情報はカードに書かれていたので、比較的スムーズに配膳がなされていました。こうして、様々な場面において個人個人に対する細やかな配慮がなされているからこそ、利用者の方々も安心して過ごすことができるのではないかと感じました。

2つ目は、職員の方々の記憶力・コミュニケーション力が非常に優れていたということです。あさひ苑さんのデイサービスは、多いときには1日50人ほども利用されるそうなのですが、その個人個人の顔と名前、また耳が遠かったり自由に手を動かさなかったりというような健康状態まで全て把握していました。さらに、あさひ苑さんのデイサービスでは週に1回来られる方もいれば、週に何回も来られる方など様々な方がいらっしゃるのですが、それでも全てを把握しているという職員の方々の記憶力には驚かされました。また、今回ボランティア体験を通じて、やはり高齢者施設で最も多く行われるのは「会話」であると感じたのですが、職員の方々が毎回利用者の方々が笑顔になるような話し方をされていたことは流石だなと感じました。また、認知症の方々が集まるひだまり倶楽部では、参加者の方々は言われたことをすぐに忘れてしまうような方が多かったのですが、それでも職員の方々は違和感なく優しく何回もレクリエーション等の説明をしていて、こうした対応が自然にできることに驚かされました。今回、そのような職員の方々の接し方を手本にしながら利用者の方々とお話したことで、前よりも明るく柔らかい話し方ができるようになったのではないかと思います。

また、利用者の方々が高齢の方が多いのにもかかわらず、皆さんが元気に過ごされているという印象を受けました。特に、90歳を超えても元気に将棋を指されている方や、足腰が弱くなってしまおうからと言って、自主的に廊下を何往復も歩いていらっしゃる方などは強く印象に残っています。こうして利用者の方々が元気に明るく過ごされているのも、これまでに述べてきたような職員さんのこと細かな配慮や対応

「夢とのつながり」

私がこの分倍保育園のボランティアで学んだことは、子供との向き合い方や対応の仕方などです。1日目では、緊張しながら保育園へ向かいました。そして保育園について準備してホールへつくと子供達が不思議そうな目で「だれ〜?」と言ってきました。少し緊張しながらも、3、4、5才の子達の前で自己紹介しました。けれど子供達は温かい目で元気に「おねがいします!!」と言ってくれてほほ緊張が解けました。そして担当の3才児クラスへ行くこと積極的に話しかけてくれて「先生〜!!」「お姉さん!!」と呼んでくれました。それ以外にも、「あそぼー!!」など気軽に話してくれて私も対応しやすくてうれしかったです。主に私がした仕事は、子供達と遊ぶ・ふとんを置く・体をふいてあげる・物などの用意をすることなどでした。3才の子達は活発でとてもかわいかったです。

があるからこそだと思います。今回のボランティアを通じて、少しでもそのような職員さんの手助けができて、利用者の方々が元気づけられていたら嬉しい限りです。今回学んだことをこの先も精進していきたいと思っています。改めて、3日間という短い期間ではありましたが、今回ボランティア体験に協力してくださった職員ならびに利用者の方々の皆様方、本当にありがとうございました。

早木 風華(府中第三中学校1年)
体験先: 分倍保育園

2日目では、4才の子達だともう静かな感じで大人しいのかな、と思っていましたが全然そんなことはなく活発な子達ばかりでした。けれど、3才の子と比べて切替のできる子が多く、1才の成長の違いに驚きました。初めにホールで歌をうたったりおどったりする時間ではとてもなつかしさを感じながら一緒に参加しました。そして教室にもどり朝の会を終えたらみんなで切っては作るたこさんウインナーをそれぞれの目の形など自由にかわいく仕上げていました。その次には、園庭でどろあそびをしました。この時にはたくさんの子達が「○○であそぼう!!」とたくさん話しかけてくれました。そしてどろあそびが終わると3、4、5才の子と先生と一緒にどろぼうがっこうを見に行きました。すごくなつかしくて色々な思い出を思い

だしました。時には、はずかしいシーンもあったけど笑い合いながら楽しい時間を過ごしました。最後に紙しばいを読んで2日間のボランティアは終わりました。

私の夢は保育士です。今回のボランティアで思っていたよりも保育士は大変だったけれどそれ以上に楽しいことがたくさんつまっていてより保育士になりたい気持ちが強まりました。それだけでなく、子供たちとの向き合い方に関してはたくさんの子たちが積極的に話しかけてくれたり、行動については手をつないだりしてくれました。2日間で私が主にやった仕事はとにかく勉強になりました。体をふく仕事については、「後ろふくねー」など声をかける事が大事だと思いました。子供と遊ぶのは一人一人の事を意識して話しかけられたらうなづいたり答えたりなど一つ一つの行動に大事な事があり責任をもってこなしていくことが大切でした。

この2日間で私が自分の夢に向かって成長できてすごく良い経験をしました。これからも自分の夢に向かって行くために2日間のたくさん経験をお忘れず生活する中でも活かしていきたいです。

先生方へ
2日間お世話になりました。たくさん経験させてくれて本当にありがとうございました。私は先生達のような最高の保育士になるためにがんばります!!
来年もぜひよろしくおねがいします!

令和7年度ボランティア保険のご案内

令和7年度のボランティア保険の受付を開始しています。

ボランティア保険は①ボランティア活動中の事故によりボランティア本人がケガをした場合②ボランティアの方々が、ボランティア活動により他人に対して損害を与えたことにより、損害賠償が生じた場合に補償する保険です。4月1日からの補償をご希望の方は3月中に手続きをお済ませください。

申込み・問合せ 府中ボランティアセンター ☎ 042-364-0088

保険期間 | 令和7年4月1日~令和8年3月31日
年度途中の場合は加入翌日から令和8年3月31日まで

受付場所 | ふれあい会館2階

詳しい保険内容については「令和7年度版ボランティア保険のご案内」(受付場所にて配布または取扱代理店 有限会社東京福祉企画のホームページ上<http://www.tokyo-fk.com>)でご確認ください。

は~もにい・御休み処へ

は~もにいには、喫茶と福祉施設手作り製品の販売をするお店です。この記事をご持参くださった方には、お飲み物を50円引きします。ぜひお越しください。

フリーWiFiあり

は~もにい (寿町1-1旧府中グリーンプラザ分館1階)
10:00~17:30/水曜定休日
☎ 042-340-0212

御休み処(宮町3-1大國魂神社境内北西角)
10:00~17:00/水曜定休日
☎ 042-365-0886

のみの1杯につき
50円引き

※本券を注文時にお渡しください
※他サービスと併用不可
※R7/4/29まで
(ふちゅうの福祉3/1)

【広告】

断熱玄関ドア交換 断熱内窓取付 断熱真空ガラス交換

補助金制度あります (国+東京都+府中市より)

窓・ドアのリフォームお任せください! 申請手続代行手数料ご相談・お見積り無料

増改築相談員がいるお店 創業70年 株式会社 芹沢ガラス

窓とガラスの専門店 0120-953-577 国立市中2-5-17 営業時間/9:00~17:30 定休日/日曜・祝日・隔週土曜

ご予約受付中! **家族と自分を守るセミナー**

2025年3月23日(日) 11:00~12:00 納棺体験も開催!

場所: 森の風ホール府中 府中市紅葉丘1-28-5

テーマ: 人生会議とは? 最期の想いを誰かに伝えていきますか?

【講師】 森の風訪問看護リハビリテーション所長 金城 恵太
YouTube【多摩おそうぎch】で検索!

TEL: 0120-136-841 24時間365日
多摩中央葬祭株式会社 HP) <https://www.osogi.jp/>

お部屋の片付けをいたします
捨てません活かします
不用品買取します

丸信リサイクルショップ お急ぎの場合
☎ 042-575-0020 ☎ 090-3138-8000
国立市西1-18-22 東京都公安委員会 308879504859

講座等のご参加は先着お申込み順で承ります。事前にお申込みのうえご参加ください。

み～な 地域交流イベント

申込不要 手話通訳あり

対象 市民 費用 無料

① 人形劇 エプロンシアター 「町のねずみといなかのねずみ」

エプロンから飛び出す楽しいお話です。お楽しみに♪

日時 | 3月15日(土) 13:30~14:30
場所 | 心身障害者福祉センター (南町5-38) 1階ロビー
出演 | 人形劇団オフィスやまいも



② 春休みミニ動物ランド

み～なの人気イベント「ミニ動物ランド」。今年もかわいい動物たちがやってきます。触ったり抱っこしたり、えさやり体験もできます♪

——来る予定の動物たち——
ウサギ、モルモット、チャボ、ガチョウ、アヒル、カモ、七面鳥、ニワトリ、ハツカネズミ、ヒヨコ、ヒツジ、シロヤギ、クロヤギ などなど
※来場者が集中した際は入場時間の調整をお願いする可能性があります。

日時 | 3月26日(水)
午前の部 | 10:30~12:00
午後の部 | 13:00~14:30
※12:00~13:00は動物たちのお昼休みタイムです
※雨天中止です。詳しくは心身障害者福祉センターのホームページでお知らせいたします。

場所 | 心身障害者福祉センター 西側の広場(東京都多摩職業能力開発センター府中校)

問合せ 心身障害者福祉センター 地域生活支援センターみ～な
TEL 042-360-1312 FAX 042-368-6127

第45回福祉まつり 実行委員募集!

あったか府中ささえあいまつり

今年も福祉まつりの開催を予定しています。広く市民の方に参加していただくため、実行委員を公募します。詳しくは、当協議会のホームページをご覧ください。お問合せください。

問合せ 総務課 総務係 TEL 042-364-5137

ボランティア・協力会員 募集

ボランティア・協力会員に関心がある方を募集しています。ボランティアは無償、協力会員は1時間700円からの活動費が支払われる有償のボランティアです。

ボランティア・協力会員入門研修

日時 | ①3月25日(火) 10:00~12:00
②4月24日(木) 13:30~15:30
場所 | いずれもふれあい会館1階 ボランティア活動室 (会場は変更になる場合があります。)
定員 | 12名
その他 | ボランティアと在宅福祉助け合い事業の協力会員、それぞれに登録ができます。協力会員の登録にあたっては、**印鑑・身分証・介護や保育の資格をお持ちの方は証明書のコピー**を受講時にお持ちください。

申込み・問合せ 地域活動推進課 まちづくり推進係 コーディネーター担当
TEL 042-334-3040

住宅セーフティネット住まい相談事業

～様々な理由で住まい探しにお困りの方へ～

民間賃貸住宅への円滑な入居を促進するために、住まい探しにお困りの方に向けた住まい相談を随時行っております。住まい確保の選択肢の一つとして、本相談窓口をご活用ください。相談をご希望の方は、事前にご予約ください。

受付時間 | 平日の9:00~17:00 場所 | ふれあい会館2階
対象 | 高齢者、障害者、子どもを養育している方、低額所得者等の住まい探しにお困りの方

申込み・問合せ 地域活動推進課 まちづくり推進係
TEL 042-334-3040 mail@fsyakyo.or.jp

ふくし法律相談

高齢者および障害のある方などを対象に、成年後見、遺言・相続、死後事務などについて、弁護士が個別にご相談に応じます。

日時 | 3月18日(火) 13:30~16:00 ※奇数月第3火曜日開催
対象 | 高齢者および障害のある方など 費用 | 無料
内容 | 弁護士による専門相談(相談時間30分程度)
申込期間 | 3月3日(月)から

権利擁護センターふちゅうでは、上記ふくし法律相談の他、職員による成年後見制度等に関する相談を受け付けています。

申込み・問合せ 権利擁護センターふちゅう
TEL 042-360-3900 FAX 042-362-9093

募金のご協力ありがとうございました

赤い羽根共同募金・歳末たすけあい運動

赤い羽根共同募金 令和6年度募金実績 2,501,902円(2月17日現在)

歳末たすけあい運動 令和6年度募金実績 3,622,760円

皆さまからご協力いただいた募金は、市内の保育園、福祉作業所等の備品整備や宿泊訓練等に充てられるほか、都内全域の福祉施設・団体への助成や、災害時の為の準備金としても積み立てられます。

皆さまからご協力いただいた募金は、当協議会の事業を通して、地域福祉活動に役立てられます。配分の詳細は2次元コードよりご覧ください。



ありがとうメッセージ

光明高倉保育園 扉付き靴箱の購入

赤い羽根共同募金が活用された一例をご紹介します

今までは、絶えず園庭の砂が靴の中に溜まっていた。また、台風や雨風の強い時は、濡れてしまうので、靴を部屋の中にしまっていました。扉付きの靴箱になり清潔に使用できるようになりました。また、扉が付いたことで子ども達は自分の場所という思いがあり、嬉しそうに靴の出し入れをしたり、何か大事なものを入れたりしています。ありがとうございました。



問合せ 総務課 総務係 TEL 042-364-5137

心温まるご寄付をありがとうございました

(令和6年12月1日~令和7年1月31日) (順不同、敬称略)

一般寄付

10万円以上
浜野禮子 匿名1件

1万円以上
分梅町第三自治会
西府地区シニアクラブ連合会松亀会
若松関の原自治会
府中地区保護司会
倉林三郎 2件
田中正一
桑原達郎
古川寛恵
匿名4件

1万円未満
中濱奈穂 2件

ふれあい募金

1万円以上
心身障害者福祉センター来館者一同
三方工房
匿名1件

1万円未満
府中35番街商店会
府中市社会福祉協議会来館者一同
は～もにいお客様一同
子ども発達支援センターはばたき来館者一同
セブン・イレブン府中若松町3丁目店

物品寄付

東京武蔵府中ロータリークラブ (車いす・テント)




みんなの掲示板

～市内の福祉施設・団体のイベントなどの掲示板～

「自立への道」上映会 不登校が呼び覚ますもの

不登校児8人、母親1人の現在に密着したインタビュードキュメンタリー映画です。講師、会社員、農家、役者、教師など就業先は様々ですが、不登校を後悔する者はいません。彼らはいかに生きてきたのでしょうか?

日時 | 3月20日(木/祝) 9:25~11:45 (9:10開場)
場所 | 府中市市民活動センタープラッツ(宮町1-100)6階 第6会議室
対象 | 市民 定員 | 30名
費用 | 大人1,500円 小学生以下無料
内容 | ●「自立への道」上映会(110分)
●種蒔夫監督の講演
主催 | ねくすとぐるーあっぷ(不登校等親の会)市民活動登録団体・府中市福祉団体・府中市社会福祉協議会ボランティア登録団体

申込み・問合せ ねくすとぐるーあっぷ親の会
TEL 090-4728-5187 nextgrowup@gmail.com



環境に配慮した森林認証の紙を使用しています