

ほっとらいん



(財) 調布ゆうあい福祉公社
調布市国領町 3 - 8 - 1

☎ 042 (481) 7711

FAX (483) 4378

http://www.chofu-yu-ai.or.jp

第225号 平成23年10月号

地域と公社を支えるボランティア活動を紹介します

ホームヘルプ（協力会員）

協力会員の根本陽子さんは、
箭野崇子さんのお宅で、調理を
中心に活動されています。
箭野さんは自立した生活を送
りながらも、根本協力会員が作
る四季折々の食事を楽しんでい
らっしゃいます。

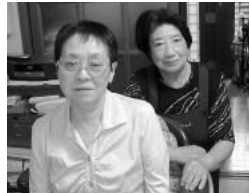
活動開始から五年目になりま
すが、良い関係を続けており、
根本協力会員も、箭野さんが
いつも笑顔で迎えてくださる
事、寛容なお人柄、そして同世
代として色々
と共感する事
が多く、楽し
く長く活動が
出来ていると
お話されてい
ました。

食事サービス・調理（協力会員）

「和」と「輪」を大事に、わい
わいと調理
をし、調理
をします。食
事が多い
時や、調理
が大変な
利用者も利
用者さんに
喜んで



左から 前島さん、関矢さん、
依田さん、森さん、佐藤さん



箭野さん、根本さん

いただけるように頑張っていま
す。調理後のひと時、仲間との
お茶とおしゃべりが楽しいで
す。

食事サービス・配達（協力会員）

近藤栄一さん
「おなかまランナー」として、
週3回活動をしてい
ます。様子確認をし
ながら、食事の配達
をしている中で何よ
り嬉しいことは「ご
くろうさん、おいし
く食べています」という利用者
さんからの言葉です。



食事サービス・洗浄（協力会員）

配達活動を定年終了後も、
洗浄の活動を楽しく継続してい
ます。夕方1
時間の活動で
すが、「おなか
まランナー」
の一員として
毎日頑張つて
います。活動
後の仲間とのお茶が最高です。



山崎さん、中野さん

ちよこつとさん

他市から引越してきて1年
根本 繁さん

半。「ちよこつ
とさん」をきつ
かけに、公社に
かかわるよう
になりました。ち
よこつとさん
を通じて、ハイ
キングの仲間も
できました。ち
よこつとさん
に行き、新しい人
に出会えるのは
楽しいです。



前澤さん、根本さん

ぶちぼあんサポーター

泉谷 たつ子さん
平成19年10月のぶちぼあん開
所よりご利用者の皆さんと一緒
に活動したりお話
をしたりして楽し
んでいます。
私の方がいつも
心を癒されてお
ります。



広報協力員

河野 優子さん
地域の人が、公社を含め
た調布市の様々なサービス
を必要に応じて利用
し、つながり支え
あっていることを
広く皆様にお知
らせできれば、と思
っています。



会社の個人情報保護の 取り扱いについて

平成24年4月より公益法人の認定取得・移行を目指す公社として、今回、個人情報保護の重要性に鑑み、その取り扱いについて、再度掲載をさせていただきます。

平成17年4月「個人情報法保護法」が施行されました。公社は市民の皆様の協力によりサービスを提供しているため、多くのサービス利用者、協力会員の皆様の情報を事務局に保管しております。

これまでも公社内では「個人情報保護規定」を設けて、皆様の情報の適切な取扱いについて厳重に管理を行ってまいりましたが、今後も東京都等で示されている取り組み事例に基づき、より一層丁寧な対応を行っていきたいと考えております。

何かご不明な点がございましたらいつでも事務局までお問い合わせ下さい。

個人情報保護の取り扱い

目的を明確にして個人情報収集します。

個人情報をお教えいただく際には、その情報の利用目的についてあらかじめご説明いたします。

取り扱う個人情報を明らかにします。

どのような情報を教えていただくかについては文書にて提示させていただきます。

個人情報を適切に管理します。

取得した個人情報は適正に管理します。

目的外には利用、提供しません。

取得した情報は、ご説明した目的のみで利用いたします。ご本人の同意がある場合や個人の生命、または財産の安全を守るため、緊急かつやむを得ない場合以外に、目的外で第三者に提供することはありません。

感染予防にご協力を

これから乾燥した季節が到来し、インフルエンザの流行が危惧されています。

公社では日頃から手洗い、消毒液の使用に加え、流行期間は職員等がマスクを着用することにしております。更に必要に応じ感染予防のガウンを着用できるよう昨年度と同様の備えをしております。

感染予防の第一はひとりひとりの健康が基本になります。公社でも健康チェック、手洗い、うがい、消毒に加え、体調の思わしくない方の来所や訪問を電話相談等に切り替えるなど、流行時には感染拡大を最小限にするために、サービス提供について変更を行うことも予想されます。

この場合、皆様へのご不便を最小限に留めるため対応はご相談させていただきます。各サービス利用者、ボランティアの皆様にはご理解とご協力をお願いすることとなります。

これから公社をはじめ、必要に応じ調布市、東京都が

らの情報を皆様に随時お知らせしてまいりますので、ご留意くださいますようお願いいたします。

安心、安全の在宅サービスを提供している公社は、インフルエンザへの対応につきましても、今後も最善を尽くして参ります。

感染対策の基本

健康を維持するために、食事、睡眠、運動のバランスを保つこと。手洗い、うがい、マスクの着用。

体調が悪くなる前に、感染したときの準備をしておくこと。例「かかりつけの病院への受診」「体調が悪くなった時の食事・生活用品の備え」「もし入院が必要になった時の持ち物」等

体調が悪くなったときの相談、連絡をすること。

(状況によってサービスの変更調整が必要になります)



敬老会

ご長寿おめでとございます



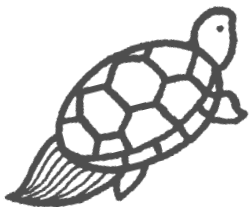
今年も生徒の皆さん、メッセージカード、ありがとうございます。

利用者の皆様のご長寿のお祝いと、職員からの感謝の気持ちを込めて、9月12日から17日まで敬老会を行いました。国領デイサービス最高齢の方が、めでたく百一歳を迎えられ、百寿・白寿・米寿・喜寿と11名の利用者の方が節目の年を迎えられました。利用者の皆様お一人お一人にデンファレの花と調布市立第六中学校の生徒さんの手作りメッセージカードを贈りました。職員一同、皆様と出会えた事に感謝し、これからもお元気で過ごされますよう、お祈り申し上げます。

サービスセンターより
こんにちは



ご紹介いたします



何事にも興味を示され、感動を忘れない素敵な矢嶋さん。いつもお元気で明るく、周りは笑顔があふれています。



百一賀 矢嶋み寿ずさん



書道・陶芸など何事にも黙々と取り組まれ、素敵な作品を作られています。メイク、アクセサリー、マニキュアも完璧で、おしゃれが大好きな方です。



白寿 渡邊久枝さん

どんな時でもにこにこ満面の笑みで応えて下さり、歌も沢山ご存知でマイクをむけると素敵な歌声を披露して下さいます。



百寿 馬部キゾイさん

お願い
ご自宅で不用になりましたタオルがありましたらご寄付お願いいたします。



☆来訪

- ・歌とオカリナの会(鈴木さん)
- ・フラプアメリア
- ・わかば会
- ・フラ・オハナ

7〜8月の活動報告

- ・二胡演奏(松前保弘さん)
- ・いっぽにほさんぽ
- ・フラダンス・ラン
- ・みゆき保育園
- ・JAマインズフラサークル
- ・朗読の会(ひまわり)
- ・小波会
- ・フラハナレイ
- ☆ボランティアの皆様
- 7月・8月 延べ244名
- 皆様の協力ありがとうございました

10〜11月の活動予定

- ☆避難訓練(10月15日・11月21日)
- ☆消防署員来訪(11月9日)
- ☆来訪
- ・歌とオカリナの会
- ・二胡演奏(松前保弘さん)
- ・朗読の会(ひまわり)
- ☆行事
- ・作品展
- ・わくわく
- ・トンボ池公園散策
- ・ハッピー・ゆうゆう
- ・体力測定・外食会

新人職員紹介

・住民参加推進係

近藤 待子

八月から、2級ヘルパー講座の担当をさせて頂くことになりました。

受講生の皆さんが資格を取得し、安心してヘルパーとして業務に就けるように、サポートしていきたいと思っています。

どうぞよろしくお願ひします。



山中 栄子

八月から住民参加推進係に勤務させて頂いております。

まわりの方々に助けて頂きながら、一日も早く仕事を覚えていきたいと思っております。

どうぞよろしくお願ひ致します。



・地域包括支援センター

山中 和子

八月から地域包括支援センターに勤務させて頂いております。

現在は、覚えることが多く戸惑い気味ですが、地域の方々と共に歩んでいきたいと考えております。
宜しく御指導の程、お願ひ申し上げます。



ぶちばあん通信

昨年同様、強烈な猛暑日の続く夏でした。秋がこれほど待ち遠しく感じられた日々はありませんね。涼しい風が恋しかった季節が漸く終わりました。ぶちばあんの「ゴーヤの緑のカーテン」は小さいながらも実をならせ、皆さんの昼食に彩りを添えました。

ボランティアグループ「たんぽぽ」さんに作っていただいた、今夏流行の「ネットククル」(写真)に保冷剤をいれ、利用者さん・ボランティアさん・職員、皆で首に巻いて涼をとりました。首の後ろを冷やすことは熱中症予防に効果があるそうです。

利用者の方々の椅子の背もたれにかける小物入れ(写真)も作っていただきました。食事用エプロンやタオルを入れておいて必要なときにすぐ取り出せます。あらゆることに生活の知恵が満載です。

ぶちばあんでは、3時のおやつを職員やボランティアさんが手作りしています。「手軽で美味しく」を基本に、工夫を凝らしています。皆さんに

人気のおやつとして、小麦粉と小豆缶で作る「ういろう」、お麩とバターとお砂糖の「ラスク」、夏に人気だったのは、市販の煮豆と寒天で「豆かん」、練りゴマと牛乳で「黒ゴマプリン」等です。お誕生会には手作りバースデーケーキでお祝いをします。ご興味のある方はレシピを差し上げますのでご連絡を！お待ちしております。

尚、バザーは来年秋に予定しております。その際には物品のご提供を宜しくお願ひ致します。



季節の料理「里芋のごまあえ」

中村久美子 管理栄養士

秋といえば収穫の季節、里山からの旬の品々が店頭に届けられ有り難くうれしい季節です。里芋はこの時期、山形、宮城、秋田などで『芋煮会』として河原で楽しむ行事として用いられたり、正月のおせち料理など日本の食文化の中にしっかりと根付いています。

里芋は芋のなかではエネルギーが低く、ビタミン類、カリウム、食物繊維が豊富です。

里芋の皮をむくと「ぬめり」が手にふれ痒くなりますが、この「ぬめり」には、消化酵素や解毒作用をもつ成分も含まれているので、「ぬめり」は残したまま料理することが大事です。



里芋は購入したらタワシでよく洗い、皮付きのまま茹でて、皮をむくと手が痒くなる。手早く無駄なく皮がむけず。残った分は冷蔵庫で保存して、味噌汁などに入れて使い切るのがお勧めです。

材料	1人分	4人分
里芋	120g (正味100g)	480g (正味400g)
人参	15g	60g(1/2本)
白すりごま	大さじ1/2	大さじ2
味噌	大さじ1/2	大さじ2
砂糖	大さじ1/2	大さじ2
水(又はだし)	適宜	適宜 (大さじ1位)

【作り方】

白すりごま、味噌、砂糖をよくすり混ぜて(水又はだしで加減しつつ)、あえ衣を作る。

里芋はタワシでよく洗い、皮付きのままやわらかく茹で、熱いうちに皮をむき約1cmの厚さに切る。人参はいちょう切りにし、茹でておく。

里芋、人参をあえ衣であえる。

協力会員下半期
研修スケジュール報告

会社では、年間を通して協力会員さんが充実した活動が行えるよう、また技術を向上し、活動への理解を深めていただくために各種研修・講演会を行っています。(内容によつては広く市民の方々が対象です。)

10月12日(水)

協力会員登録説明会

午前10時～11時(市民向け)

基礎研修(協力会員向け)

午前11時～12時

会場・公社2階 団樂室

11月 安全運転講習会

11月4日(金)

ゆうあい福祉セミナー

午後1時～2時(市民向け)

11月21日(月)

定例会「震災時の対応」

12月 HHS協力会員研修

1月 定例会

2月 登録説明会・基礎研修

各研修の詳細は、開催時期が近づきましたら、ほつとらいん・チラシ・ポスターなどで随時お知らせ致します。お気軽にご参加下さい。

平成23年度下半期
専門相談のお知らせ

平成23年度下半期の専門相談の日程等をお知らせします。各相談は事前の予約制となっており、相談をご希望の方は、ゆうあい福祉公社までご連絡下さい。

内科相談(小田切医師)

11月17日(木)

1月19日(木)

3月15日(木)

* 13時30分

神経相談(河合医師)

11月14日(月)

1月16日(月)

3月12日(月)

* 13時30分

法律相談(伊藤弁護士、
久々湊弁護士)

11月18日(金)

1月20日(金)

3月16日(金)

* 10時30分

健康診断のお知らせ

協力会員の皆様の健康維持のため、左記のように健康診断を実施いたします。この機会に受診されますようお願いいたします。なお、各日各部署がごさいますので、お手数ですが電話、もしくは来社による予約手続きをお願い致します。

【日程】

11月15日(火)・16日(水)
17日(木)

【受付・集合時間】

各日、14時・14時30分・15時受付の3部制です。

【場所】多摩川病院

調布市国領町5 31 1

【検査項目】

身体検査・視力検査・聴力検査・胸部X線・血圧測定・尿検査・貧血検査・肝機能検査・血中脂質検査・心電図検査

【申込期間】

10月31日(月)まで

【お問合せ・申込先】

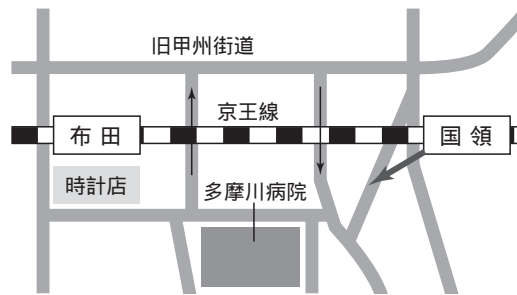
調布ゆうあい福祉公社
(481)7711

*受付・集合時間に遅れると受けられませんので、ご注意

意ください。

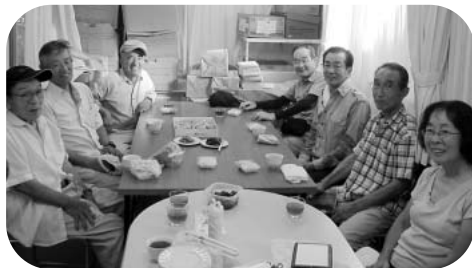
*予約制となっております。
*健康診断の結果について

12月16日(金)〜1月15日(日)の期間に公社まで受取りにおこし下さい。



グリーンクラブ活動報告

皆様、今年度6月から活動しているグリーンクラブをご存知ですか? 公社玄関に涼しげに夏を演出していた「ゴーヤグリーンカーテン」は、グリーンクラブで苗付けし、育てたものでした。グリーンクラブは、公社の協力会員さんたちで結成され、敷地内の緑



育ったゴーヤをメンバーと試食



皆で育てた「グリーンカーテン」

化活動を担っていただいています。毎月第2・第4水曜日の午後4時から5時の時間帯で活動していますので、ご興味のある方はご連絡ください。左側の写真はゴーヤ収穫祭の時の様子です。おいしいゴーヤ料理で実りを味わいました。

はじめまして

新規協力会員 (地区別)

深大寺東町 1名

柴崎 1名 染地 1名

入間町 1名

会員状況 (8月末現在)

利用会員 295

協力会員 304人 (391人) 世帯

賛助会員 140人 4団体



最寄り情報

国領駅 徒歩5分

調布駅北口 【境91】

小田急バス・狛江駅行

国領8丁目下車 徒歩5分

調布駅南口 【成04】

小田急バス・成城学園前駅北口行

国領8丁目下車 徒歩7分

〒182-0022

調布市国領町3丁目8番地1

TEL: 042-481-7711

FAX: 042-483-4378