

まごころ

1月号

くにたち社協広報紙

編集発行：社会福祉法人 国立市社会福祉協議会
〒186-8555 東京都国立市富士見台2-38-5
くにたち福祉会館

☎ 042-575-3226(代表)

URL：https://www.kunitachi-csw.tokyo
e-mail：delegate@kunitachi-csw.tokyo



no.301

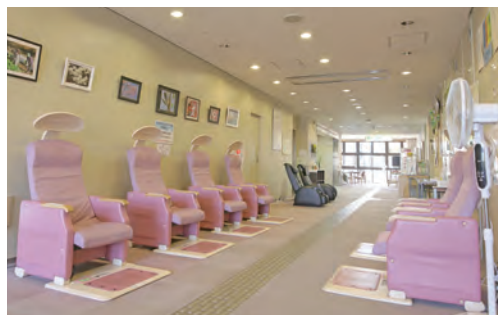
Happy new year! Let's play like a rabbit!



特集

くにたちカルタで遊びませんか
～今年もくにたち社協と一緒に～

2022年度赤い羽根共同募金 報告	P2
「エンディングノート」や「ACP(エーシーピー)」 について考えてみよう	P2
くにたち社協からのお知らせ	P3
ボランティアセンター・CSWからのお知らせ	P4



【写真右】くにたちカルタ：こちらはイベントで大人気のジャンボカルタ。子どもたちのなかには、中学生になって審判員になる人も。(撮影@国立市古民家。市内の小中学生にご協力いただきました)
【写真上】老人福祉センターなごみ：60歳以上の国立市民ならどなたでも。多様なサークル活動やお風呂(無料。現在は週3回まで)も利用できます。
【写真下】かるがも(第2火曜日10:00～12:00)：2歳までの親子が対象。ベビーマッサージや先輩に子育て相談も。ホッとすると時を過ごせます。



特集

くにたちカルタで遊びませんか
～今年もくにたち社協と一緒に～

新しい年が始まりました。
今回は社協の事業のうちボランティアセンター主催「くにたちカルタ」、福祉会館の老人福祉センター「なごみ」や子育てひろば「かるがも」をご紹介します。

「くにたちカルタ」は国立の歴史や自然、名所などが46枚に詠みこまれ、地域について学べる上に、まちの紹介にもなる郷土カルタ。

11年前、国立市ボランティアセンター運営委員会が中心となり、多くの人の参加で絵札や詠み札がつくられました。子どもたちは学校行事やイベントで体験し、高齢の方には懐かしい風景としても喜ばれるカルタ、大人の方も楽しめます。(福祉会館ほか市内で販売中。くにたちカルタまつりの詳細はP4)

また、福祉会館2階では、老人福祉センター「なごみ」の憩いのスペースや子育てひろば「かるがも」を開催。地域の知り合いをつくるなど、暮らしの情報交換にも役立ちます。

つづきはウェブでどうぞ

「くにたちカルタで遊びませんか」の本編はくにたち社協サイトで読むことができます。
QRコードからご覧ください。



https://www.kunitachi-csw.tokyo/feature/004_kunitachi-karuta/

新年ご挨拶

あけましておめでとうございます。

繰り返して到来する新型コロナの脅威と隣り合わせの中で、当会では、昨年も一部事業の中止や規模縮小等もありましたが、多くの市民、そして地域団体の皆さまのご支援とご協力により、活動を続けることができました。この場をお借りして厚くお礼申し上げます。

そうした皆様の暖かいご支援をいただく中であって、経済的な困窮に加えて孤立や生きづらさを抱えた方への対応、虐待やヤングケアラーの実態など、これまで見えづらかった多くの問題も顕在化するところとなりました。

一方では、助けを必要とされる方の状況は、縦割りの支援だけでは解決の難しい複合的なものとなっています。多様な課題に直面している人々をいかに早く適切な支援につなげていくかが、地域を拠点とする本会にとって大変重要な課題となっております。

今後とも国立市をはじめ関係機関との緊密な連携のもと、実施体制についても一層の改善を図るとともに、地域の皆様と手を携え、安心して心豊かに暮らすことのできるまちづくりをめざし、引き続き努力を重ねてまいります。

新しい年が皆様にとりまして希望に満ちた良い年になりますことを心から祈念いたします。

いたしまして、新年のご挨拶といたします。



国立市社会福祉協議会
会長 喜連元昭

○目標額 1,000,000円
○総 額 447,665円
(2022 年 12 月 20 日現在)

東京国立ロータリークラブ様	34,000 円
千丑町会様	11,800 円
国立市歯科医師会様	10,000 円
株式会社ナカガワファーマシー様	2,500 円
国立一番街商店会様	5,000 円
協同組合国立ダイヤ街様	5,000 円
立東自治会様	20,000 円
国立台自治会様	3,000 円
都営泉二丁目アパート自治会様	10,000 円
下組自治会様	10,000 円
桜会様	5,000 円
若生会様	3,500 円
西 1 丁目都営アパート自治会様	2,000 円
国立市環境改善促進会様	10,000 円
四軒在家自治会様	36,600 円
中平自治会様	31,400 円
白働会様	5,000 円

東京都多摩障害者スポーツセンター様	2,458 円
あおやぎ苑様	4,005 円
富士見台団地自治会様	715 円
認定こども園国立富士見台団地風の子様	738 円
ファミスタ国立店様	934 円
国立市商工協同組合様	565 円
国立市シルバー人材センター様	450 円
寄付金付きクオカードによる募金	2 件
	9,600 円

福祉会館内募金箱	6,947 円
本会職員一同	47,353 円

*順不同で掲載いたしました。
ご了承ください。

	支援員（非常勤）	調理員（非常勤）	訪問ヘルパー（非常勤）	サービス提供責任者（常勤）
雇用形態	非常勤職員	非常勤職員	非常勤職員	常勤嘱託員
雇用期間	雇用契約日より当該年度末日までの雇用契約となります（更新あり 更新回数により無期転換あり）			
業務内容	知的にしょうがいのある方の日常生活の支援、食事・排泄の介助など。	知的しょうがい者通所施設生活介護「あさがお」施設での給食調理業務（60人程度の給食を作ります）。	高齢者・しょうがい者の在宅での身体介護及び生活援助等の支援業務。	社会福祉協議会のヘルパーステーション内で、訪問介護サービスの利用調整を行います。
応募資格	不問。ただし、社会福祉士・介護福祉士・精神保健福祉士は介護業務手当に優遇（加算）あり。	不問	介護福祉士又は、介護職員初任者研修修了者（旧ヘルパー2級）。	介護福祉士または介護職員実務者研修修了者
採用人数	若干名	若干名	若干名	1名
応募方法	履歴書に顔写真を貼付し、必要事項、希望職種を明記のうえ、郵送または持参ください。		下記までお問い合わせください。採用が決まり次第、締切。	
勤務	月～金曜日 午前9時～午後5時（休憩1時間を含む、実勤務7時間）	月～金曜日のうち週3日 午前8時30分～午後3時15分（休憩時間45分含む、実勤務6時間）	応相談	午前8時30分～午後4時30分または午前9時～午後5時（相談により決定）週休2日制 年次有給休暇日数：当会の規定による
賃金	時給1,210円＋介護業務手当170円～	時給1,110円	月～土／介護1,500円 生活1,300円 日・祭・年末年始／介護2,025円 生活1,755円 その他介護業務手当であり ※介護福祉士1時間毎に150円加算	月額209,000円～ 経験年数が5年を超える者には職責手当（令和3年度実績月25,000円）を支給。 賞与あり。賞与支払い時に20,000円の資格加算を支給。
応募先 問合先	〒186-0003 国立市富士見台2-1-32 国立市障害者センター ☎042-573-3344 （※平日午前9時～午後5時）		〒186-8555 国立市富士見台2-38-5 介護事業係 ☎042-580-1352（※平日午前9時～午後5時）	

将来あなた自身が病気になるたり介護が必要になったときに備え、これまでに大切にしてきたことや、これから誰とどのように過ごしたいか、希望する医療や介護のことなどについて、あらかじめ考え、家族や大切な人、医療・介護関係者等と話し合う、そうしたプロセスのことをACP（アドバンス・ケア・プランニング）と言います。

く書こう、話そう、
あなたの人生く

「エンディングノート」や「ACP（エーシーピー）」について考えてみよう

勉強会では、考えや必要なことを整理するための冊子「マイエンディングノート」についても紹介します。あなたや家族の将来に備えるヒントと一緒に考えませんか？初めての方でも、お気軽にご参加下さい。

日時
令和5年2月18日（土）

午後2時～午後3時30分

定員
20名（先着順）

場所 くにたち福祉会館 3階中会議室

申込 令和5年1月10日（火）より定員

になり次第締切 電話または窓
口でお申し込み下さい。

問合せ・申込先

権利擁護センター

☎ 042157513222

ご寄付を心より感謝申し上げます。

☆本紙掲載の催し物等は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、状況により延期または中止になる場合があります。

くにたち社協からの お知らせコーナー

子育てひろば かるがも

「子育てひろば かるがも」は、講師の指導のもとベビーマッサージを学んだり、パパママのストレッチをしてリラックスして過ごします。

また、子育て中の方々と子育てのことや工夫していることなどの情報交換をしています。

事前予約は必要ありませんので、お気軽にご参加下さい。



日時 1月17日(火) 2月14日(火)

午前10時～12時

対象 入会時2歳未満のお子さんとその保護者。

会場 くにたち福祉会館 2階 大広間

参加費 無料

今年度社協会員(一般世帯1,000円)に未加入の方は、当日加入をお願いします。

持参するもの

バスタオル、ベビーオイルまたは保湿クリーム(ご家庭で使用しているもの)。

※予防接種24時間は、ベビーマッサージを受けられません。

問合せ 総務企画係

042-575-3226

東京都種類協同組合立川支部 国立そば会より募金をいただきました。



そば会の各店舗に本会募金箱の設置のご協力をいただき19,882円のご寄付をいただきました。誠にありがとうございました。引き続き、下記の店舗に募金箱を置かせていただいております。皆様からお預かりした募金は、国立市社会福祉協議会が行っている地域福祉推進のための事業に活用させていただきます。

ご協力いただいている店舗

大黒屋そば店	谷保 5019
東里庵	東 3-6-13
若松	中 3-3-104
奈美喜庵 立東支店	北 3-27-6
尾張屋 第二支店	富士見台 1-44-12
丸口屋	北 2-36-8
満留賀	富士見台 2-45-17
更科甚五郎	東 2-16-15

募金箱設置についてご協力いただける店舗等がありましたら、下記までご連絡ください。

問合せ 経営管理課総務企画係担当
042-575-3226

令和5年度サロン・ド・デイホーム 参加者募集

～あなたの身近な地域の居場所～

2月1日より、令和5年4月～令和6年3月(1年間)の募集を開始予定です。詳細は市報1月20日号に掲載予定です。

問合せ 地域福祉係

042-580-1296(直通)

大地震を想定した避難訓練と まちかど防災訓練車の消火訓練

日時 1月13日(金)

午後3時～午後4時15分

場所 くにたち福祉会館・中央児童館広場

問合せ 総務企画係

当日ご来館の方もぜひご参加下さい。

042-575-3226

手話体験会(無料)



相手が見て疲れない手話ってどんな表現?

日時 2月12日(日) 午前10時～午前12時

会場 くにたち福祉会館 3階中会議室

※定員になり次第締切

申込み 下記QRコード

または電話申込

問合せ 総務企画係

042-575-3226



くにたち社協ミニバザーの ご報告

11月27日(日)にくにたち社協ミニバザーを実施いたしました。

コロナウイルス感染症拡大防止のため、寄付品の受け取り方法や屋外でのバザー実施など、工夫をしながら開催いたしました。ご寄付をいただきました皆様をはじめ、集荷にお力添えをいただきました、北福祉館、西福祉館、東防災センター、南市民プラザの関係者の皆様に感謝申し上げます。

当日は、天候にも恵まれ、200名を超える方にお越しいただきました。また、バザーの運営につきまして、バザー部員、民生委員、赤十字奉仕団の皆様にご協力をいただきました。多くの皆様を支えられていることを実感するバザーでした。改めてお礼申し上げます。

収益金406,728円(寄付金を含む)については、国立市社会福祉協議会の地域福祉事業に活用させていただきます。

国立市社会福祉協議会 バザー部会
部長 清水アヤ子



60歳からのいきいきライフ なごみへ ようこそ

※なごみコーナーのお問合せは
042-575-3221
(くにたち福祉会館)

ふるさとサロン 1月・2月の活動日程

甲信越ブロック

1月25日(水) 午後1時30分

茶話会 小会議室

中部・近畿ブロック

1月23日(月) 午後1時30分

茶話会 小会議室

2月27日(月) 午後1時30分

茶話会 小会議室

中国・四国・九州・海外ブロック
(つくし会)

1月12日(木) 午前10時

茶話会 和室大

2月8日(水) 午前10時

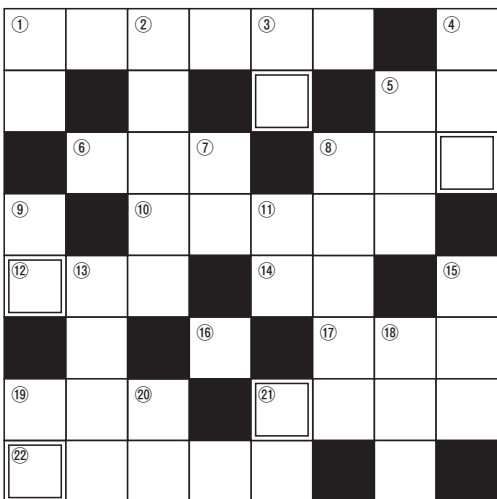
茶話会 和室大

※新型コロナウイルスの感染症拡大防止のため、状況により延期または中止になる場合があります。

新春 クロスワードパズル ～抽選でクオカードが当たる!～

よこのカギ

- ① 財富の神様で、七福神の一人
- ⑤ 醤油や酒などを貯蔵する木製の円筒形
- ⑥ その事がはじまる寸前
- ⑧ 煮つけが人気の赤い魚。〇〇〇鯛。
- ⑩ 昭和の子どものおこずかい稼ぎ。コリをほぐす。
- ⑫ キンコンカンコン♪。のど〇〇〇で鐘が鳴る
- ⑭ 暖炉にくべる丸太
- ⑯ 「〇に腹はかえられぬ」
- ⑰ インターネットでやりとりする財産的価値。「仮想通貨〇〇〇」
- ⑲ シンガーソングライター中島みゆきの年月の流れを歌ったヒット曲
- ⑳ 地面に落とすと顔に墨で×印をつけるお正月の遊び。
- ㉔ 「つなわたり」「どじょうすくい」などたくさんある伝統的なあそび



パズルの解き方

たてのカギとよこのカギをヒントに全てのマスを埋め、二重マスに入った文字を組み合わせて出来る言葉はなに?

たてのカギ

- ① 見栄をはるための〇〇メガネ。
- ② 相撲興行場
- ③ 日本の有名な童謡。作曲は、海沼実。「〇〇の秋」
- ④ イカを乾燥させた食品。
- ⑤ 気みじかなこと
- ⑦ 縁日で売られているふわふわの甘い菓子。〇〇菓子
- ⑧ 北海道でヒグマ、エゾシカに次ぐ、野生動物は?
- ⑨ 〇〇を着くのは食事マニング。
- ⑪ 花火のかけ声。「〇〇や」「かぎや」
- ⑬ 枝に丸い餅や団子をつける、正月の飾り物のひとつ。
- ⑮ もち米を原料にした菓子。別名「かきもち」
- ⑰ 怖い顔で海のギャングと呼ばれる魚類。
- ⑲ 自分自身
- ⑳ 林先生のきめセリフ。
- ㉑ ヒット曲「潮来笠」を歌った歌手〇〇幸夫

こたえ

--	--	--	--

回答者の中から抽選で10名様にクオカードをプレゼント!

応募方法 ハガキに①クイズの答え②氏名③年齢④住所⑤電話番号⑥広報紙のご感想をご記入のうえ、令和5年1月13日(金)必着でお送りください。

申込先 〒186-8555 国立市富士見台2-38-5 国立市社会福祉協議会 総務企画係

高齢者の健康に関すること

【高齢者健康相談】

日時 毎月第1・3木曜

午後12時30分～午後1時30分

【1月5日・19日・2月2日・16日】

場所 くにたち福祉会館 2階

老人福祉センター

さくら通りクリニック

担当 春日井啓悦先生

042-575-3221

【総務企画係】

※60歳以上の市民の方が対象。

高齢者・しょうがい者のための法律相談

【高齢者・しょうがい者のための法律相談】

日時 毎月第3金曜

午後2時～午後4時

【1月20日・2月17日】

場所 くにたち福祉会館 1階相談室

東京司法書士会

042-575-3222

【権利擁護係】

※1週間前までに電話で「予約」ください。

お酒に関する悩みごと

【アルコールなんでも相談】

日時 奇数月第3水曜

午後1時30分～午後4時

【1月18日】

場所 くにたち福祉会館 1階相談室

国立断酒会

042-575-3222

【権利擁護係】

※ご家族からの相談も可。

しょうがいについてのご相談

【しょうがい者相談】

日時 月・金曜

午前9時～午後5時

場所 国立市障害者センター 1階

自立促進事業担当

042-573-3344

【障害者センター】

ちょっと気になる井戸端講座 くにボラカフェ Vol.3「災害時のペットのはなし」

今回は大切な家族の一員ペットのはなし。
災害は突然起こります。いざというとき、ペットを守れるのは飼い主だけです。ともに安全に避難し、周りの人に迷惑をかけず、安心して過ごすためには、日頃からの心構えと備えが必要です。
獣医師で防災士でもある田中さんのお話を伺って、みんなで一緒に考えてみましょう。

日 時 2月18日(土) 午前10時～午前11時30分
場 所 くにたち福祉会館内 喫茶わかば
講 師 田中 奈美さん(獣医師・防災士)
参加費 無料 **定 員** 10名(申し込み先着順)
申 込 1月5日(木)より電話・メールでお申込み下さい。

くにたちカルタ 二分の一成人式プラス くにたちカルタで逢いましょう

今年も旧国立駅舎にてくにたちカルタにまつわるイベントを開催します。
競技カルタやジャンボカルタはもちろん♪カルタに関する展示や、カルタの詠まれている場所の写真をSNSに投稿していただくと、カルタバッジのガチャガチャが出来るなどお楽しみも盛りだくさんです。ぜひみなさまお越しください。

日 時 1月9日(月祝)
午前10時～午後3時30分



第9回 「くにたちカルタまつり」参加者募集中

遊びながら国立を知ることのできる「くにたちカルタ」は作成から10年以上がたち、老若男女の多くの方々に親しまれてきました。
今年もみんなで競技カルタを楽しみましょう。

日 時 1月29日(日)
1回目 午前10時～午前11時の回
2回目 午前11時30分～午前12時30分の回
3回目 午後1時～午後2時の回
4回目 午後2時30分～午後3時30分の回
場 所 くにたち福祉会館4階大ホール
定 員 各回定員18名(申し込み先着順)
申 込 当日各回30分前から会場で受付



参加費：無料

場 所 旧国立駅舎
内 容 ◆くにたちカルタ 競技カルタ
◆くにたちジャンボカルタ
◆カルタで詠まれている国立を教えて！
◆くにたちカルタ トークショー 
◆カルタの詠まれている場所を撮ってみよう♪
#くにたちカルタ2023をつけてSNSに投稿してね。

まごころサロン活動紹介

【ハート&ハート】

南市民プラザを拠点にして、映画会、コンサート、音楽療法、お料理教室等25年間活動を続けています。心と心をつなぎたいという思いを込め、笑顔で声を掛け支えあう関係を大切にしています。お近くの方はぜひお気軽にご参加ください。

日 時 不定期(お問い合わせください)
場 所 南市民プラザ多目的ホール
調理実習室 他

ファミマフードドライブにご協力ください!!

令和4年12月5日から市内のファミリーマート4店舗でフードドライブが開始されました。フードドライブとは、家庭で食べきれない食品や飲料等を持ち寄り、地域のフードバンク等に寄付する活動です。各店舗内に回収ボックスが設置されていますので、是非ご協力をお願いいたします。
いただいた食品は、本会を通じて、市内の食料支援団体に分配し、必要とする方にお届けいたします。

ファミマフードドライブ提携店舗一覧

国立青果市場前店	国立市谷保7-19-6
海田東四丁目店	国立市東4-5-31
国立西二丁目店	国立市西2-24-18
国立中一丁目店	国立市中1-9-77

※お問合せは、ファミリーマート店舗ではなく本会コミュニティソーシャルワーカー(☎042-580-0294)までお願いいたします。

お持ち込み可能な食品は、
○未開封で破損していないもの
○賞味期限まで2か月以上あるもの
○常温保存のもの
(例、缶詰、インスタント/レトルト食品、乾物/乾麺、飲料、調味料、お米等)です。

生きづらさを抱える方、ご家族向け居場所開催情報

生きづらさを抱える方の居場所「からふらっと」

開催日時 1月6日(金)・1月16日(月)・2月6日(月)・20日(月)
午後1時～午後5時
場 所 くにたち福祉会館分室(住所:国立市富士見台1-7 2号棟1階 ※国立富士見台第一団地郵便局の隣です)
内 容 会話交流・レクリエーション等
参加費 無料 **予 約** 不要

依存症を考える会「輪かち逢い」

開催日時 ①1月20日(金) ②2月17日(金)
午後3時～午後4時30分
場 所 くにたち福祉会館 ①3階 講座室
②3階 小会議室
内 容 会話交流
参加費 無料



ひきこもり家族会「ここから」

開催日時 毎月第1土曜日 1月14日(土)・2月4日(土)
午後1時30分～午後4時
場 所 くにたち福祉会館 3階 中会議室
内 容 会話交流・情報交換・勉強会等
参加費 初回参加者は無料・2回目以降500円 **予 約** 不要

親の居場所

開催日時 毎月第2木曜日 1月12日(木)・2月9日(木)
午後2時30分～午後4時
場 所 ひらや照らす
内 容 会話交流・情報交換等
参加費 無料 **予 約** 不要



「ここから」、「親の居場所」ともご家族以外の方のご参加につきましては事前にご連絡下さい

私たちも福祉のまちづくりを応援しています

住まいの診療所

作り
塗り
張り

カエル

創業50周年

松本建装(株)

042-577-0773

国立市谷保 6-15-6

**ご不用品の
買取り!**

乗らないバイクと軽バン・軽トラ
(車検なし、壊れていてもOK!)

丸信リサイクルショップ

☎042-575-0020

国立市西1-18-22 古物商許可証 30887954859

**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!

資格のない方も
お気軽に
ご相談ください

●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、13:00～16:30)
●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 オリエンティック第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 無料職業紹介事業許可番号:13-ムー-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。

JR 立川駅北口より徒歩8分

☆本紙掲載の催し物等は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、状況により延期または中止になる場合があります。

☆本紙への広告掲載料はボランティア活動協力校への助成金として活用しています。
広告掲載に関するお問い合わせは総務企画係まで。

国立市ボランティアセンターからのお知らせ

☎042-5575-3223 (平日午前9時～午後5時) / FAX 042-580-7112
E-mail: info@kunitachi-vc.org

CSW (コミュニティソーシャルワーカー) からのお知らせ

☎042-580-0294 / FAX 042-580-7112
E-mail: csw@kunitachi-csw.tokyo