

まごころ

9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.311

困ったことがあったらまず社協へ



特集

隣近所ではじめて「女子会」
～共助は楽しい集まりから～

第37回くにたち福祉のつどいを開催します

P2

介護職員初任者研修受講生募集！

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

特集

隣近所ではじめて「女子会」
～共助は楽しい集まりから～



〔写真上〕矢川プラスにて、女子会のメンバー。「近所ですつながりがあるっていいね、と羨ましがられるんですよ」と福井さん(後段左端)。

〔写真左上〕耐熱ポリ袋に米と水を入れて湯煎すると約30分で炊きあがる。こうした炊き出し訓練はメンバー宅の駐車場で年に一度行う。機材などの確認もできるので、災害時の備えになる。

〔写真左下〕8月恒例、花火大会の様子。「コロナのとき、道路に出て黙々と花火をやったらもう楽しくって、毎年やるようになりました」と福井さん。



つづきはウェブサイトどうぞ

「隣近所ではじめて『女子会』の本編はくにたち社協サイトで読むことができます。QRコードからどうぞ。



www.kunitachi-csw.tokyo

人が好き、地域が好き

「女子会って楽しそうでしょう？」と笑うメンバーの福井さん。7年ほど前、ごみ収集が個別回収になったのをきっかけに隣近所の女性たちで2ヶ月に1回の集まりを持つように。お茶会や食事会で親睦を深めるうちに、「ただ集まるだけじゃもったいない」とAEDや災害用トイレ、

介護についての勉強会や炊き出しなども企画。「気兼ねなく話せる」のが魅力で、いつも冗談が飛び交います。

「みんな次の集まりを心待ちにしている。たまたま隣近所になった11人(写真は9人)だけど、本当に安心できる人たちが楽しい」と福井さん。普段の情報交換も活発になり、生活の安心感にも繋がっているそうです。

震災から6年が経過したあと、隣近所11軒で始めたお茶会。「時間とともに危機感も薄れてしまつて…」幅広い年代の女性たちが集まつて、防災など地域課題を学んでいます。彼女たちは、「女子会」のメンバーです。



第37回くにたち福祉のつどい

～5年ぶりにビンゴ大会を実施！世代をこえてつどおう！～

どなたでも
参加できます。

9/7 土・8 日

昨年大ホールステージを沸かした「菊水連」が
くにたち福祉会館に帰って来る！



「高円寺阿波おどり連協会 菊水連」ご出演！

8日(日) 午後1時30分～
@4階大ホール

メインイベント

会場 くにたち福祉会館 & 中央児童館

時間 午前9時～午後4時

主催 第37回くにたち福祉のつどい実行委員会

問合せ 第37回くにたち福祉のつどい実行委員会事務局

(国立市社会福祉協議会経営管理課) ☎042-575-3226 fax.042-575-3554

くにたち福祉会館

模擬店……やきそば、焼き鳥、肉まん・あんまん、
ドーナツ、ポップコーン
芸能大会…舞踊・民謡・カラオケ・詩吟等
落語(特別出演 一橋大学落語研究会)
大ホールステージ…フラダンス・劇・楽器演奏 等
催し物……カルタ(8日)、バルーンアート(8日)
缶バッチ(7日、8日)、名刺作り(7・8日)、こま回し(7日)
各種大会…囲碁大会(1日)、将棋大会(7日)、小学生将棋大会(8日)
※事前申込制、8/8に締め切っています。
作品展示…書道、絵画、絵手紙、手芸、写真、折り紙など力作ぞろい！
保育園児さんの絵画展示…私立保育園児たちの絵画展
手作り品販売コーナー……おしゃれでかわいい手作り品を販売
ビンゴ大会(8日)
喫茶わかば…マルシェ開催！食べ物・飲み物などのテイクアウト販売



中央児童館

ホラーハウス…こども実行委員が作ったスリル満点のお化け屋敷
ゲームコーナー…ハラハラ、ドキドキのゲームがいっぱい!! 参加賞もあるよ!

赤い羽根共同募金運動が始
まります！

10月1日から赤い羽根でおなじみ共
同募金運動が全国一斉に始まります。
募金は、地域の福祉施設・団体のため
に使われるほか、大規模災害発生時の
義援金等へも活用されます。

くにたちで集まった募金の約70%は
市内の福祉施設団体、くにたち社協の事
業へ配分されています。残りの約30%
は東京都内において広域的な取り組み
をするための活動に使われています。

地域ごとに目標額があり、くにたち
の今年の目標は100万円です。

募金活動はどなたにでもご参加いた
だけの身近な福
祉活動のひとつ
です。みなさま
のご理解とご協
力のほどよろし
くお願いいたし
ます。



街頭募金を実施します！

日時・場所

10月4日(金)

午後5時～午後7時

国立駅・谷保駅・矢川駅周辺

募金箱を設置します

日時・場所

10月1日(火)～31日(木)

くにたち福祉会館

東京都多摩障害者スポーツセンター

令和7年度使用分地域配分の受付

応募資格

国立市内の地域福祉の推進を目
的に事業を実施している民間の
福祉施設・団体。

申請期間

9月2日(月)～10月18日(金)

申請方法

申請書式は東京都共同募金の
ホームページよりダウンロード
し、左記までご提出ください。

問合せ 共同募金国立地区協力会・国立
市社会福祉協議会経営管理課内)

☎042-575-13226

Fax 042-575-13554

介護職員初任者研修
受講生募集！

あと
若干名!!

介護について学んでみませんか？

午前9時～午後4時10分(一部例
外あり)

研修日時

全23日間			
10月	2日(水)	7日(月)	9日(水)
	16日(水)	21日(月)	23日(水)
	28日(月)	30日(水)	
11月	6日(水)	9日(土)	10日(日)
	12日(火)	15日(金)	17日(日)
	18日(月)	19日(火)	25日(月)
12月	2日(月)	16日(月)	18日(水)
	23日(月)		
施設での1日実習日(研修時に決定)			

場所 くにたち福祉会館

費用 10,000円(テキスト・実習代含む)

※国立市での受講費助成金が受け
られる場合があります。条件等に
ついてはお問合せください。

定員 12名

申込締切

9月13日(金)午後5時まで(先着
順のため、定員に達し次第締切。)

研修形式

介護職員初任者研修課程(通学形
式)

募集要件

- 国立市もしくは国立市近隣に在住
在勤で通学可能な方
- 介護職員として従事したい方や、
すでに従事している方
- 全日程出席できる方
- 当該事業に定める学則に同意する
方

申込方法

必要事項を記入の上申込用紙(福
祉会館で配布、又はHPからダウ
ンロード)と、本人確認書類(運転
免許証、健康保険証など)を福祉
会館窓口にご持参ください。

※詳細はHP、チラシをご覧ください。

問合せ 介護事業係

☎042-580-1352

寄付者一覧

温かいお気持ちありがとうございます。
令和6年6月16日～令和6年8月15日受付分

【寄付一覧】
【寄付物品】
【障害者センター】
【あすなろ】

社協新規会員

温かいご芳志ありがとうございます。
令和6年6月16日～令和6年8月15日受付分

【個人会員・一般世帯会員】
【特別会員】
【施設・団体】

フードポート寄付者

ご寄付を心より感謝申し上げます。
令和6年6月16日～令和6年8月15日受付分

ご寄付を心より感謝申し上げます。

問合せ

介護事業係

☎042-580-1352



「訪問介護ヘルパー」の
今・未来について一緒に考えませんか
第2弾「座談会」を開催します
7月に初めて開催した座談会はご好
評をいただき、引き続き第2弾を開催
します。
ヘルパーの仕事は大変なの？人材不
足問題はどのようなもの？など、「介護を
する側」「受ける側」をテーマに考えて
いきます。
どうぞお気軽にご参加ください。

日時 9月17日(火)午後2時～午後4時

場所 くにたち福祉会館 3階 講座室

参加費 無料

持参する物 水分補給用の飲み物

申込 事前申込(当日参加可)

左記問い合わせ先に電話

又はQRコードから

Google フォームにて

役員の変更について

令和6年3月22日付で理事1名が変更になりましたので、本紙面をもってご報告いたします。

【新理事】

丸本 大（国立市老人クラブ連合会

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



ベビーマッサージを中心に
います。（事前予約不要）

新規入会の方は、「手形アート」を
プレゼント。）出産前の方も見学で

日時 9月10日（火） 午前10時～12時

場所 くにたち福祉会館 2階 大広間

対象 入会時2歳未満のお子さんとその
保護者。

※ベビーマッサージは、生後2カ月の
お子さんからご参加いただけます。

参加費 無料

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

持参するもの

バスタオル、ベビオイルまたは
保湿クリーム（ご家庭で使用してい
るもの）、飲み物。

※予防接種後24時間を経過してい
ない場合、ベビーマッサージを受け
られません。

かるがも周年記念イベント

「親子でバレエストレッチ&
楽しくダンス」

日時 10月8日（火）午前10時～12時

場所 くにたち福祉会館2階大広間

対象 2歳未満のお子さんとその保
護者

講師 塩野絢子（しおのあやこ）氏

参加費 無料。但し、本会一般世帯会
員の方。当日加入可。会員にな
ると毎月のベビーマッサージや

クリスマス会にも参加できます。

申込 電話または、子育てひろば
かるがもにて。

9月10日（火）より受付開始。

締切 定員（20組）に達し次第締切。

問合せ 総務企画係

☎042-575-3226

生活福祉資金

～教育支援資金貸付のご案内～

市内にお住まいで、高等学校、専修
学校、短大、大学等に在学もしくは進
学を予定している学生がいる低所得世
帯に、入学金や学費の貸付を行います。
原則として、修学する本人が資金の
借受人、世帯の生計中心者が連帯借受
人になります。

貸付金額 ※いずれも未払いに限る	
入学金	500,000 円
授業料 (月額)	高校 35,000 円
	専門学校・短大等 60,000 円
	大学 65,000 円
貸付対象となる世帯収入基準	
平均月額	2人世帯 272,000 円
	3人世帯 335,000 円
	4人世帯 385,000 円
	5人世帯 425,000 円

返済期間 卒業後14年以内

※期間内は無利子。

貸付にあたって

※他の貸付制度（日本学生支援機構
第1種や給付型奨学金など）の利
用が優先となります。制度利用の
可否の確認をお願いします。

※資金の申請、貸付から返済完了ま
で、継続的に民生委員による相談
援助活動が行われます。

※審査には一定期間かかります。

※貸付にはその他に要件があり、貸
付対象外となることもあります。

※相談時にはご世帯の収入証明や志望
校または在学学校のパンフレットなど
学費がわかるものを用意ください。

※来所される場合は、お電話にて相
談日時をご予約ください。

問合せ 総務企画係

☎042-575-3226

プラ回収BOX設置

日時 9月4日（水）～10月4日（金）

場所 福祉会館正面玄関入口（南側）

（株）RPI（アールプラスジャパン）
が取り組む、プラスチック製品を再利
用するための実証実験の第3回目です。
今回は右記期間に回収BOXを常設
します。洗ったヤクルトの容器、納豆
容器、惣菜弁当のフタの回収にご協力
をお願いします。

初日の9月4日午前10時から、3階
中会議室でプラ容器の分別
体験会も開催します。



家計改善支援事業講演会

『物価上昇に負けない家計管理術』

お金にまつわる「知らなかったこと」
「家計を良くする仕組み」など家計管
理のポイントをお話しいたします。

日時 9月21日（土）

午後2時～午後4時

場所 くにたち福祉会館

3階 中会議室

講師 清水 香（FP&社会福祉士事務
所OfficeSuzuka）

対象 国立市在住、在勤の方

定員 40名（要事前申し込み）

参加費 無料

申込 電話又はメール

問合せ 地域福祉係 相談支援担当

☎042-575-3223

メール csw@kunitachi-csw.tokyo



第46回市民福祉バザー
開催します！

11月24日（日）くにたち福祉会館にて、
市民福祉バザーを開催します。ご家庭
で眠っている物品（原則、新品・未使用）
がございましたら、ご提供をお願いし
ます。寄付品目と、物品の受付日程の
詳細は、次回の広報まごころ11月号で
お知らせします。

社協の活動の運営に関わる部員を
募集します！！

活動を盛り上げ、楽しく活動しませ
んか？募集部会は次のとおりです。

①バザー部会

市民福祉バザーやさくらまつりのバ
ザーを運営しています。

活動内容

バザー開催に向けた会議、物品の受付、
会場設営、値付け、当日の運営等。

②子育て部会

幼児から青少年とその親を対象に子
ども自身の成長を支援する事業（子育て
応援プログラム）を企画・実施していま
す。

活動内容

体験講座・講演会等の企画立案、準備、
当日の受付・補助等。

受付・問合せ

総務企画係

☎042-575-3226



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）

なつメロサロン

ピアノの伴奏にあわせて、懐かしい
歌、思い出の曲をみなさまで歌う会です。
楽しく歌えば、心も軽やかになりま
す。ご参加は自由。お気軽にどうぞ。

日時 9月28日（土） 午後1時35分～

場所 くにたち福祉会館

4階 大ホール

参加費 無料 申込不要。当日直接会場
まで。

問合せ 総務企画係

☎042-575-3221

ふるさとサロン9月・10月の活動日程

甲信越ブロック

10月4日（金）午後1時30分～
茶話会 小会議室

中部・近畿ブロック

9月25日（水）午後1時30分～
茶話会 小会議室

10月31日（木）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）

9月12日（木）午前10時～
茶話会 和室大

9月17日（火）秋の懇親会 大広間
10月9日（水）午前10時～
茶話会 和室大

職員募集のお知らせ

本会では職員を募集します。詳しい内容については、お電話いただくか、
右記 QR コードを読み取り本会ホームページでご確認をお願いいたします。



勤務地	雇用形態	業務内容	応募資格	賃 金
配属による	正規職員	詳細はHPをご確認ください。 		
くにたち福祉会館 (042-575-3345)	訪問ヘルパー（非常勤）	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。	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）	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 介護業務手当加算
国立市障害者センター (042-573-3344)	相談支援センターサプラ相談員（嘱託員）	地域で暮らすしょうがいのある方やご家族などからの相談に応じ、サービス利用などを支援する業務（サービス等利用計画の作成など）。	都道府県が実施する相談支援従事者研修を修了している方。	月給184,000円＋有資格手当～
	支援員（非常勤）	知的にしょうがいのある方の日常活動の支援、食事・排泄の介助等。	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。	時給1,230円＋介護業務手当220円～
	調理員（非常勤）	国立市障害者センターでの給食調理業務（60人程度の給食を作ります）。	不問。	週3日 1日6時間勤務 時給1,140円
くにたち心身障害者通所訓練施設 あすなろ (042-575-5667)	管理栄養士（嘱託員）	あすなろで提供する給食の栄養管理・調理業務	管理栄養士（栄養士資格をお持ちの方応相談）	月額179,000円
	支援員（非常勤）	重症心身しょうがいの方の日常活動の支援、食事・排泄の介助等。	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。	時給1,230円＋介護業務手当220円～

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。）

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
12時30分～午後1時30分
【9月5日・19日・10月3日、
17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

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。

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

【9月20日・10月18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のご予約
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

【9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。

令和6年度「第48回ふれあいス
ポーツのつどい」中止のお知らせ

例年10月に開催している「ふれあい
スポーツのつどい」について、会場確
保の都合により、今年度の開催を中止
させていただくこととなりました。
来年度以降の開催につきましては呼
びかけ団体にて協議を進めてまいりま
す。

ご理解、ご協力のほどよろしくお願い
申し上げます。

問合せ ふれあいスポーツのつどい実行

委員会事務局

国立市社会福祉協議会

地域福祉係

☎042-580-0294

Okerashi って知ってる？

学校へ行けない、行かない子どもたちの居場所「Okerashi（おけらし）」は、会場を提供してくださっている「焼肉国立ゆえ」さんの店名が九州弁に由来することから「おかえりなさい」の意味を込めて名付けられました。

おしゃべりしたり、ボードゲームをしたり、お勉強したり、その場にいるだけでも大丈夫！お昼ご飯は一緒ににおにぎりを作ってみんなで食べます。事前の予約はいりません。

開催日時 毎月第2・4火曜日 午前10時～午後3時

場 所 焼肉国立ゆえ（中1-8-9）

※日時・場所の変更になることがありますのでボランティアセンターのHPでご確認ください。

教えてポラゼ！

能登半島地震から8か月が過ぎました

震災の記憶を風化させぬよう、社協では現地の様子等を継続して伝えていく活動に取り組んでいます。今回は毎月開催されている地域エナジー主催の「防災カフェ」にて、現地のボランティアとして参加した社協職員等による報告会を開催します。

9月23日（月）午前11時～午後3時 くにたち北市民プラザ

10月20日（日）午前11時～午後3時 くにたち福祉会館

内 容 防災グッズ紹介、炊き出し試食、能登半島地震のお話し等（お話はともに午後1時30分～1時間程度）

CSW ボイス

くにたちフードパントリー連絡会が主催する子育て世帯を対象の夏休み食料配布会が7月28日（日）に市役所で開催されました。お米や乾麺、レトルト食品、お菓子等が配布され、49世帯の方々が利用されました。

社協ではこの会に向けて食料寄付の強化月間を設け、皆様からたくさんのご寄付をいただきました。この場をお借りして心より感謝申し上げます。

寄付金額：13万円

寄付総重量：104.5キロ



～利用者の声～

- 最近ひとり親になり困っていたので、今回のイベントがとても嬉しかったです。そのうち寄付する側になれるよう頑張ります。
- たくさんの食材をありがとうございます。食べ盛りの子ども達がいるのでありがたいです。子育てに大いに助かります。

ボラセンウォーク vol.15 「バッサリ」歩こう富士見台」参加者募集！

くにたちカルタの詠まれた場所をたどりながら、人と人、人と地域をつなぐ「まち歩き」の15回目。今回は矢川から谷保駅周辺にかけて富士見台を「バッサリ」と横切るように歩きます。富士見台の今と昔、見所の紹介など…一緒に歩きながら色々なお話を伺いましょう。

開催日時 10月27日（日） 午前9時～12時

集 合 矢川駅北側ロータリー

解 散 たまご広場（富士見台1丁目7）

案内人 安齋順子さん（くにたち郷土文化館 学芸員）

参加費 300円（保険・お土産代含む）

その他 歩きやすい服装・靴、水筒 ※少雨決行

申込み 右記の電話、メールもしくはQRコードからお申し込みください。



まだ間に合うよ♪

夏体験ボランティア 2024 活動者募集中！

夏休みに様々なボランティア体験ができる夏体験ボランティア。

今年は期間を延長して9月30日（月）まで活動できるメニューがたくさんあります。是非この機会に自分に合ったボランティアを探してみませんか？きっと素敵な出会いにつながりますよ。

まずは、ボランティアセンターのオリエンテーションにお申し込みください。

※日時応相談



第6回 くにたち子ども食堂・子どもの居場所連絡会の実施報告

7月7日（日）にくにたち福祉会館において、市内で子ども食堂や子どもの居場所を運営する団体が集まり、情報交換や横のつながり強化を目的とした連絡会が開催されました。

当日は15団体が参加され、前半は国立市子ども家庭支援センター職員やスクールソーシャルワーカー（SSW）からお話をいただき、後半はグループワーク形式で各団体の課題や予定している行事の共有を行いました。

子ども食堂や子どもの居場所づくりの取り組みが広がっていくよう、今後も継続的に連絡会を開催してまいります。



生きづらさを抱える方、ご家族向け居場所開催情報

予約不要

生きづらさを抱える方の居場所「からふらっと」

開催日時 9月9日（月）・30日（月）・10月7日（月）・21日（月）
午後1時30分～午後4時

場 所 くにたち福祉会館 分室（国立富士見台第一団地郵便局の隣）

内 容 会話交流・レクリエーション等

依存症を考える会「輪かち逢い」

開催日時 ①9月20日（金） ②10月18日（金）
午後3時～午後4時30分

場 所 くにたち福祉会館 3階 講座室

内 容 会話交流



ひきこもり家族会「ここから」

開催日時 毎月第1土曜日

9月14日（土）・10月5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

「親の居場所」

開催日時 毎月第2木曜日

9月12日（木）・10月10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

夕方からの居場所

開催日時 毎月最終木曜日

9月26日（木）・10月31日（木）

午後5時～午後8時

場 所 喫茶わかば（くにたち福祉会館内）

内 容 会話交流・個別相談等



4車種限定、3年間毎月お支払いサポート

【対象車種】

Audi A1 / A3 / Q2 / Q3 ※在庫車種に限ります。

【サポート内容】

3年間（36回）、毎月のお支払額の一部をサポート。途中で乗り換えされた場合でも残りのサポート分を、新しいお車に充当できます。

1年目 | 毎月20,000円サポート

2年目 | 毎月15,000円サポート

3年目 | 毎月10,000円サポート



家族と自分を守るセミナー

2024年9月15日（日）11:00～12:00

場所：森の風ホール国立 国立市青柳3-18-11

テーマ

年金・医療・介護に関する大事なお金の話

【講師】ライフモアFPインシュアランスユニット

資産形成専門ファイナンシャルプランナー 大友昭吾

協賛：協同組合ディー・ディー・アール

TEL:0120-136-841

多摩中央葬祭株式会社 HP <https://www.osogi.jp/>

