R70 古紙配合率70%再生紙を使用しています

みたかの福祉 & ボランティア情報 をお届けします！

「誰もが安心していきいきと暮らせるまちづくり」をめざして

みたか社協だより

2019.5.30
No.149

三鷹市社会福祉協議会

編集・発行　社会福祉法人 三鷹市社会福祉協議会

〒181-0004 三鷹市新川 6－37－1　三鷹中央防災公園・元気創造プラザ 3 階福祉センター
TEL：0422－46－1108　FAX：0422－49－8437
http://www.mitakashakyo.or.jp　メール：info@mitakashakyo.or.jp
HP・ブログ：みたか社協 検索

発行部数 95,500 部（全戸配布）

みたか社協 2019 地域福祉活動計画Ⅵを策定しました！

2019 年度から 2022 年度までの 4 年間を期間とした「地域福祉活動計画Ⅵ」を作成しました。この計画は活動計画Ⅴの結果を継承・発展させるものとして、1 年間かけて市民の皆さまとともに作り上げてきました。

「誰もが安心していきいきと暮らせるまちづくり」を実現するため、地域生活課題を整理し、この 4 年間で取り組む内容について検討を重ねました。

「一歩前行く三鷹の社協」として顔の見える社会福祉協議会であってほしい‼ 少しでも関わっていたいと思って参加しました。

活動計画は細かいところまで目配りされており、ぜひ実現したい項目ばかりです。
実現には、さらに多くの担い手が必要なので、担い手の育成が必要だと痛感しました。

策定に関わっていただいた方々からの声

誰もが住みやすいまちになるよう活発な意見がたくさん出ました。自分も市民の立場になって考えることを意識して参加しました。みたかの福祉って頼もしいなと感じました。

私は、みたか社協の会員には 40 数年前から加入していましたが、どんな組織でどんな活動をしているのかほとんど知りませんでした。
でもこの「活動計画Ⅵ」の策定に参加する中で、みたか社協は

- 高齢者、障がい者、子育て中の方への支援
- 介護者支援や生活支援
- 20 数箇所の学童保育所運営
- 災害ボランティアセンターの運営や災害に備えた活動
- 「ほのぼのネット」など地域の見守り活動
- ボランティア活動促進のための活動

等々の地域福祉を充実させるために、驚くほどのさまざまな活動を展開していることを知りました。
この「活動計画Ⅵ」は今後4年間の活動の指針となるものです。
この計画をベースに、みたか社協と市民が一体となって、社協の活動がさらに充実・発展するように願っています。

私達は、地域の福祉活動を応援しています（広告）

創業 53 年の信頼と実績　家族葬から大型社葬まで承ります
株式会社 AZUMA
東葬祭®
http://www.azuma-group.co.jp
AZUMAclub 会員募集中
入会金 1000 円 年会費無料
0120-66-5940（ゴクヨオ）

全国どこへでも、患者様のいろいろなご要望にお応え致します。
アズマ 民間救急サービス
http://www.minkyu.co.jp
0120-81-9931（ハイ キュウキュウサービス1番）

自宅に看護師が来てくれる安心。自宅で治療できる幸せ。
アズマ 訪問看護ステーション 三鷹
http://www.houkan.tokyo
0120-04-8349（やさしく）

詳しい内容は 2 面をご覧ください

目次

2P･･･ 令和元年度予算、地域福祉活動計画
3P･･･ インフォメーション（夏ボランティア 2019 in みたか、権利擁護センターみたか 専門相談のお知らせ、ボランティア募集 他）、寄附
4P･･･ がくどうほいく、ほのぼのネット活動紹介、募金箱のあるお店

令和元年度の予算をお知らせいたします。

問 総務係　TEL0422-46-1108

令和元年度の予算は、３月に開催した理事会・評議員会にて承認されました。主な事業と予算を紹介します。

■令和元年度　予算のあらまし（資金収支計算書の事業活動による）　（単位：円）

	①会費・寄附・事業収入　等	②募金・補助金・委託料等	合計（①＋②）
社会福祉事業区分	75,983,000	712,245,000	788,228,000
地域福祉推進拠点区分	14,337,000	256,014,000	270,351,000
放課後児童健全育成事業拠点区分	0	455,971,000	455,971,000
介護保険事業拠点区分	60,920,000	260,000	61,180,000
貸付事業拠点区分	726,000	0	726,000
公益事業区分	1,000	142,000	143,000
収益事業区分	805,000	0	805,000
合計	76,789,000	712,387,000	789,176,000

高齢者・障がい者のために

- 介護予防講座の開催　¥953,000
- 権利擁護センターの運営　¥40,282,000
- 家族介護者交流事業　¥2,838,000 等

ボランティアに関する事業に

- ボランティアセンターの運営　¥8,238,000
- ほのぼのネット事業　¥5,153,000
- 災害ボランティアセンター　¥1,015,000 等

地域福祉活動への支援に

- 子育て応援事業（子育てサロンの開催、助成など）　¥1,802,000
- フードバンク事業　¥2,692,000 等

地域福祉活動計画Ⅵは、以下の３つの重点活動を実施するために、７つの実践目標を挙げました。
目標を達成するために、年度ごとに事業実施計画を立てて取り組んでいきます。

重点活動	実践目標
地域を支える支援 ～つくる・つながる・あつまる～	**1 孤立を防ぎ、障がいの有無や年齢にかかわらず誰もが安心して暮らせる共生のまちづくり** ・地域福祉コーディネーターが関係機関と連携し、支援が必要な方に寄り添い、必要なサービスや制度につなげたり、地域住民による新たなサービスづくりを支援します。 ・高齢になっても住み慣れたまちで生活を続けていけるよう、日頃から生きがいづくりや介護予防に取り組む場の充実を図ります。 ・障がいの有無や年齢に関わらず誰もが参加できる地域の居場所をつくります。 ・子育て支援活動をしている団体と共に、子育て世代の“孤立”を防ぎ、児童虐待を予防・早期発見する取り組みを強化します。 ・虐待や自殺等につながる地域の中での“孤立”を防ぐ取り組みや、生きづらさを感じている方への支援を行います。 **2 支え手、受け手を超えて共に支え合うまちづくり** ・地域のニーズ（子どもの居場所やフードバンク、災害ボランティアセンターの運営等）に応じられる担い手の養成を行います。 ・東京オリンピック・パラリンピック開催に伴って高まるボランティア活動への参加意欲を活用し、男性や子ども、若い世代の地域の福祉活動への参加を促進します。
地域で暮らせる支援 ～向きあう・よりそう・支える～	**3 認知症の方や介護者が地域で孤立しないよう地域で介護を支えるしくみづくり** ・介護者が介護を抱え込まないよう、介護者談話室サポーターが中心となり「介護者ひろば」の内容の充実を図ります。 ・自宅を離れることができない介護者や認知症の方を介護する家族を支援するしくみをつくります。 ・認知症の方を支えるしくみをつくります。 **4「権利擁護センターみたか」からつくる　いつまでも地域で暮らしていくためのしくみづくり** ・支援を必要としている方が早期に成年後見制度等を利用出来るよう、PR や支援体制を強化します。 ・市民が市民後見人や権利擁護・あんしんサポーター等として地域で活動できる機会をつくります。 ・法人後見への取り組みを推進します。 **5 生活困窮者が地域で自分らしく自立した生活が送れるしくみづくり** ・“食”を通じた支援に多くの市民が参加・協力できる機会をつくります。 ・支援が必要な方に貸付事業等の情報が届くよう情報発信を強化します。 ・生活困窮者が自立した生活が送れるよう他機関との連携を強化し、支援します。 ・住民と共に、生活が困窮している子どもを支えていく体制づくりを行います。
地域のパワーアップ ～結ぶ・広める・伝える～	**6 市民と共につくる災害に備えるまちづくり** ・災害ボランティアセンターを広く市民に PR するとともに、災害時に運営を担うボランティアスタッフの養成を行います。 ・平時から「避難行動要支援者名簿」を活用した見守りを行います。 ・災害時でもみたか社協の事業・運営を継続するため、BCP の整備を行います。 **7 計画を効果的・効率的に推進するための社協の認知度アップと財源確保のしくみづくり** ・みたか社協の意義や役割を広く市民に知ってもらい、社協の会員を増やします。 ・SNS 等の新たな方法を取り入れ、PR 活動の充実を図ります。 ・様々な地域課題を解決するための事業財源を確保するため、会費や寄附を広く市民、企業、福祉団体等に呼びかけます。 ・企業や福祉団体等と共に地域貢献の取り組みを行います。

私達は、地域の福祉活動を応援しています（広告）

広告を掲載しませんか？

「みたか社協だより」は年４回市内に全戸配布しています。現在、広告主を募集しています。事業主・商店の PR など効果的な広報のチャンスとしてご活用ください。

◆サイズ：１コマ縦４cm ×横８cm
◆申込・問い合せ：総務係 0422-46-1108

プレミアム・リラックス　４５００円
（カット・シャンプー・シェービング・リラックスマッサージ）
レディース・シェーブ　２５００円～
フォーリーフ・アスナロ理容室
0422-31-9276　武蔵境・イトーヨーカドー東館南側
http://www.asunaro-hair.com/

トヨタ モビリティ東京株式会社
三鷹野崎北店内
〒181-0014三鷹市野崎3-8-10
TEL:0422-33-1070
ウェルキャブステーション（福祉車両常設展示場）
ウェルキャブ車両を３日間無料貸し出しいたします
※都内在住の方に限ります

音声コードでバリアフリー化 ①

このマークは視覚に障がいをおもちの方が使う音声コード（SPコード）です。
音声読み上げ装置で音声コードを読みとることで、活字情報を音声化します。

お出かけの支援いたします。

軽自動車のスロープ式車椅子専用福祉車両（禁煙）です。買い物、通院、お墓参り等お出かけ先や病院などの予約代行、買い物代行、見守り代行等ご利用者の方がご乗車されない救援も致します。ご相談ください。
※介護保険、福祉チケット等は適用しておりませんので、ご了承ください。
みたか介護タクシー
電話/FAX:0422－32－1601　増田まで

相続と遺言　想いをつなぐ相談室

家族を争族としないために
相続・遺言書・遺産分割の専門相談室です。
想いをつなぐ相談室　検索
行政書士星川総合法務事務所
電話相談は無料です。（0422-24-9762）
三鷹市下連雀３丁目 33 番 17 号 グラシアス三鷹 205 号室
（三鷹駅南口徒歩３分・三平ストアー近く）

information（インフォメーション）

福祉の情報をお届けします

凡例：日 日時・期間　所 場所・会場　¥ 費用　対 対象　定 定員　主 主催　講 講師　内 内容　申 申し込み　〆 締切　他 その他　問 問い合わせ

講座　福祉のまちづくりを協働して推進する人になろう「地域福祉ファシリテーター養成講座」

地域福祉の推進役として、様々な活動の参加を促しコーディネートする「地域福祉ファシリテーター」を養成します。ルーテル学院大学の先生が、地域福祉ファシリテーターの役割と地域福祉の課題をわかりやすく講義し、グループワークを通しニーズを満たすための活動へつなげていきます。

日 7月4日（木）～2020年1月16日（木）
午後1時10分～4時20分
【全7回＋グループ学習8日程度】
所 ルーテル学院大学（三鷹市大沢3-10-20）
対 在勤を含む市民で、ボランティア活動・市民活動などをしている方、またはこれから始めたい方
内 地域福祉ファシリテーターの役割／福祉課題を見つけるグループワーク／新しい支え合い活動の企画およびプレゼンテーション　等（ホームページに詳細あり）
主 ルーテル学院大学、三鷹市、武蔵野市、小金井市と各市の社会福祉協議会
¥ 無料
定 15名（申込み多数の場合は抽選）
申 6月18日（火）までに所定の申込用紙を記入の上、下記までお申し込みください。
※申込用紙はホームページより印刷できます。
ホームページ　http://www.mitakashakyo.or.jp

問 ボランティア・地域福祉推進係　TEL0422-76-1271

募集　夏体験!ボランティア2019 in みたか

ボランティア活動をはじめるきっかけづくりのために、市内の福祉施設、福祉団体、NPO法人、ボランティアグループなどの協力を得て様々な体験プログラムを市民に提供し、ボランティア・市民活動への参加促進をはかることを目的に実施します。

日 7月16日（火）～8月31日（土）
対 ◎首都圏内在住、在学、在勤の小学生以上の方（プログラムによっては年齢制限あり）。
◎上記の方で事前のオリエンテーションに参加できる方。
申 5月27日（月）～6月21日（金）
¥ 500円（申込時。ボランティア保険料300円、資料代200円）
※保育園、学童保育所で活動する場合、850円程度の腸内検査代が別途必要。
※プログラムにより、昼食代、用具代等が別途必要な場合あり。
オリエンテーション ①7月10日（水）午後5時00分～6時30分
②7月10日（水）午後7時00分～8時30分
③7月14日（日）午前10時00分～11時30分
④7月14日（日）午後1時30分～3時00分
所 いずれも会場はみたかボランティアセンター2階会議室
※①③は小中学生向け。②④は高校生以上向け。申込者はいずれかに参加必須。

問 ボランティア・地域福祉推進係　TEL0422-76-1271

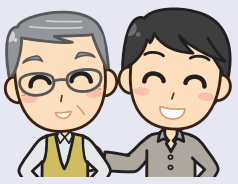
案内　権利擁護センターみたか 専門相談のお知らせ

高齢者や障がい者の成年後見制度の利用や権利擁護、遺言、相続に関する悩みに、専門家が相談にのります。

日 司法書士による成年後見制度の相談……毎月第2金曜日
弁護士による権利擁護、遺言、相続等の相談……毎月第3金曜日
（2020年3月は第4金曜日）
いずれも午後1時～4時（相談時間は50分）
所 三鷹中央防災公園・元気創造プラザ3階
福祉センター内
¥ 無料
申 下記へお申込みください。（先着順）

問 権利擁護センターみたか　TEL0422-46-1203

案内　親族後見人のつどい ～三鷹市・小金井市合同開催～



日 6月11日（火）　午後1時30分～3時
所 三鷹駅前コミュニティ・センター
内 ミニ講義「監督人との付き合い方～権限と役割について～」
・懇談会
対 市内に在住している親族後見人の方（保佐人・補助人含む）
定 10名（先着制）
¥ 無料
申 下記へ電話又はFAXでお申込みください。

問 権利擁護センターみたか　TEL0422-46-1203　FAX0422-71-2053

募集　ボランティア募集

（高齢者）デイサービスでのお手伝い

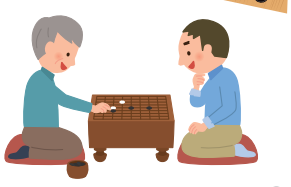
内 デイサービスで利用者の案内のお手伝い
日 月～金曜日（週1日でも可）
午前8時45分～ 10時45分
所 井口2丁目
他 上履きをご持参ください。

（高齢者）老人ホームで習字を教える

内 老人ホームで10名前後の利用者に習字を教える
日 月、火、金曜日のいずれかで応相談
午後1時30分～3時
所 牟礼1丁目
他 女性希望。ボランティア中は職員の補助あり。材料は施設が準備します。

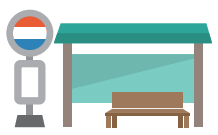
（高齢者）デイサービスで囲碁、将棋、編物を一緒にしてくれる方

内 デイサービスで囲碁、将棋、編物を一緒にしてくれる方
日 応相談（月1回でも可）
午前10時30分～正午
所 新川3丁目



（障がい児）バス停「上連雀8丁目」から学校に登校するまでの付添い

内 特別支援学校に通う女子生徒の、バス停から学校までの区間の付添い（バスに乗車し、学校へ到着するまで見守る）
日 月～金曜日　午前7時40分～8時30分　※週1回より可。
所 バス停「上連雀8丁目」～（バス乗車）～バス停「朝日町三丁目」～徒歩～けやきの森学園（府中市朝日町3丁目）の区間
他 交通費、ボランティア中のバス代は依頼者が負担。女性（できればバス停「上連雀8丁目」周辺の方）、70歳ぐらいまで、丁寧に接し、衛生状態に気を配ってくれる方を希望。ご家族と面談あり。初めの2、3回は職員・家族も同行します。



問 みたかボランティアセンター　TEL0422-76-1271

みたか社協へのご寄附【平成30年11月1日～平成31年3月31日】

みなさまのこころあたたまるご寄附ありがとうございました。（敬称略）

●一般寄附	匿名	50,000円
	カトリック調布教会	50,000円
●福祉基金	匿名	1,000,000円
	井口院	800,000円

ご寄附をいただいた方のうち、5万円以上の方を掲載させていただいています。なお、ご寄附下さった方全員のお名前は「広報みたか」及び本会ホームページ（http://www.mitakashakyo.or.jp/）に掲載させていただいています。

社会福祉法人への寄附は、所得税法上の寄附金控除、住民税の税額控除、法人は法人税法上の損金算入が出来ます。（※確定申告に際して当会発行の領収書が必要となります。）

私達は、地域の福祉活動を応援しています（広告）

安全で快適な住まいづくりの応援団
リフォームのカシマ

リフォーム全般承ります。
介護保険も利用できます。受領委任払い可。
㈲R&M' カシマ
三鷹市下連雀2－14－43
お電話お待ちしています。
TEL:0422－26－6022

音声コードでバリアフリー化 ②

音声コードを印刷しても視覚障がい者はその印刷部に音声コードが添付されていることに気づきません。そこで音声コードが添付された印刷物には必ず切り込みが入れられています。

みたか 認知症キッズサポーター 養成講座

みたか社協 がくどう
地域にねざした安心の輪

学童保育所とは、保護者の就労等のため、放課後に育成が必要な小学校１年生から３年生までの児童が主に遊びを通して生活するところです。

問 がくどう担当　TEL0422-46-1192

学童保育所では、地域包括支援センターのわかりやすい指導のもと、子どもたちに向けて認知症キッズサポーター養成講座を順次開催しています。

未来を担う子どもたちに高齢者のことを知るきっかけになってほしい、社会の中で弱い立場の方々にやさしく接してほしいという願いのもと、夏休みなど育成時間が長い日を利用して楽しく学んでいます。

オレンジリングゲット！

講座は、高齢者に扮した職員が杖をついたり眼鏡をかけて実演して見せたり、クイズや読み聞かせなどで子どもたちが楽しく興味を持てるよう工夫されています。最後は、受講した証にオレンジリングがもらえます。

学童保育所での経験を通して、子どもたちの心が豊かに育つように願っています。

★がくどうブログでは、他にも様々な活動を紹介しています。
是非、ごらんください！

みたか社協がくどう　検索

ほのぼのネット活動紹介㉑

野崎西班

（野崎３・４丁目）

平成13年に発足し、野崎３・４丁目地域を担当し、ネット員15名で活動しています。

毎年の定例会（８月は休み）と年１回の外出行事、お茶会・食事会を２回程度、企画と運営をしています。８月・12月の学校長期休みには、２小学童保育所を訪問し、紙芝居、手芸、工作等子ども達と一緒になり、交流を深めています。

主なイベント行事

外出行事……（５月開催）
お茶会……（９月）
クリスマス食事会……（12月）
ひなまつり食事会……（３月）
２小学童訪問……（８月・12月）
「はばたけまつり」参加…（秋ごろ）
「野崎八幡社祭礼」参加……（９月）

野崎八幡社の祭礼では「フランクフルト」の出店、「はばたけまつり」ではミニバザーコーナーの品物の提供や当日のお手伝いで、地域のつながりに協力しています。

野崎西班では食事会やお茶会の際に、イスに座った状態で映像を見ながら「玄米ダンベル(手作り)体操」を13年位前より実施しています。時間は10分位ですが好評です。

地域が広範囲ですが、参加して下さる高齢者の方々と共にネット員各々の知恵を出し合い、楽しく和やかに活動しています。

ほのぼのネット班は、地域の方々の相談や見守りなどを行うボランティアグループです。詳しくは本会のホームページをご覧ください。

問 ボランティア・地域福祉推進係
TEL0422−76−1271

「募金箱のあるお店」シリーズ21

SOMPOケアラヴィーレ武蔵境

第21回目となる今回は「SOMPOケアラヴィーレ武蔵境」さんを紹介します。

取材当日の昼は入居者の方にお寿司が振舞われていました。職人さんの格好で盛り上げるホーム長の高木さんにお話を伺いました。

こちらでは平成25年オープン当初から地域貢献の一環で募金箱を置いて頂いています。

地域に開かれ、地元に愛されるホームにしたいという想いから、ヨガ教室の場として施設を開放したり、またボランティアの方の力を借りて囲碁等の行事を行っています。

また、以前歌の先生を招いて合唱の練習をしていたところ、自分たちもやりたい！と人が集まり合唱部が出来て、発表会をしたことも。ホームの中で入居者の方々が生きがいを持てる空気があるそうです。

施設の自慢のポイントを伺ったところ、「なんといってもここで働く職員さん！人柄と雰囲気が良く、想いを持って働いている人が集まっています」と笑顔で話してくださいました。

「いつでも見学に来て下さい！ボランティアさんも募集中！」とのことです。

住　　所：三鷹市井口3-16-24
電話番号：0422−30−2171

募金箱を置いてくださいませんか？募金箱を置いてくださるお店を大募集しています。
募金箱の大きさは、大(縦20cm×横20cm×高さ20cm)、小(縦7cm×横10cm×高さ15cm)の２種類あり、レジの横にも置いていただけるサイズになっております。
募金は地域の社会福祉事業にお役立てさせていただきます。
お気軽にお問い合わせください。

問 総務係　TEL0422-46-1108

音声コードでバリアフリー化 ③

音声コードは全国の行政機関の書類や病院の処方箋、金融機関、企業の情報文書などに採用されはじめており、音声コード導入が促進されています。

私達は、地域の福祉活動を応援しています（広告）

13年の実績 訪問
※厚生労働省管轄
訪問リハビリマッサージ
健康保険を使ってご自宅でマッサージが
1日1回 20分300円で受けられます。
（1割負担の方・交通費も含みます）
・国家資格を持ったマッサージ師がご訪問いたします。
お試しもできます！ 詳しくはお電話下さい！
～下記の症状でお悩みの方はぜひご相談下さい～
＊脳血管障害の後遺症で、お身体に麻痺や拘縮のある方
＊変形性腰痛症・変形性膝関節症の方
＊脊柱管狭窄症の方　＊関節リュウマチの方
＊頚椎損傷、脊髄損傷の方　＊パーキンソン病の方
＊透析による骨関節症の方　＊歩行が困難な方
お気軽にご相談下さい！
ホームページ アッサム マッサージ 検索
ご利用者様専用フリーダイヤル（無料）
0800-111-0220
訪問リハビリマッサージ
株式会社 アッサム
※ 全国鍼灸マッサージ師協会会員

知的障害や自閉症などのあるご本人とご家族さまへ
東サポ
●お電話による相談支援　●ご家族や支援をする方への勉強会等の実施
【生活サポート総合補償制度】
ご加入により病気やケガなどの補償を受けられます
お問合せはお気軽に！ ☎ 042−300−1366
一般社団法人 東京都知的障害児者生活サポート協会
http://www.t-shien.jp/tsp/ “ 東サポ ”で

SEIBU
西武信用金庫
三鷹支店
住　所：三鷹市下連雀 4-17-9
TEL：0422-47-3281
E-mail：010@seibushinkin.jp
営業時間は平日、午前9時～午後5時
JR 三鷹駅 南口 ←武蔵境 吉祥寺→ 中央通り 消防署 三鷹支店 Pあります NTT 連雀通り 5時まで OPEN!