



あなたと地域をつなぐ情報紙

# 文社協だより

文京区社会福祉協議会

1 月号  
令和4年(2022年)  
No.135

奇数月発行

SDGs



SDGsとは、2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標。文社協でも、主に「健康・福祉」「まちづくり」「パートナーシップ」を目標とした取り組みを進めています。

文社協だよりは、文京区社会福祉協議会で実施している事業やイベントのお知らせ、報告等を掲載している、地域の福祉情報紙です。地域の皆さんが安心して暮らせるまちを目指して、皆さんのつながり合いや助け合いをサポートするための情報を発信していきます。

## 文京ユアストーリー

# 元気なうちに「もしも」に備えて、安心していつまでも自分らしく。

「文京ユアストーリー」は、皆さんに住み慣れた場所で安心して暮らし続けていただくためのサポートサービスです。ご希望をお聞きしながら、皆さんのお困りごとを支援します。「まだ体は動くけれど、この先どうしよう」、そんな不安をお持ちの方は、ぜひ気軽にお問合せください。

### サービス内容・特徴

#### 安心1 定期連絡・訪問

担当職員が定期的にお電話や訪問をします。生活上の不安や困りごとなどがあれば、必要に応じて関係機関等におつなぎします。

#### 安心2 入院時サポート(オプション)

入退院時のつきそい\*や事務手続きから入院中の緊急連絡先指定、貴重品等預かりなど、不安な入院をお手伝いします。(※身体介助は行いません)

#### 安心3 介護・認知症時サポート

生活支援サービスの利用援助や、判断能力が低下してきた場合は弁護士や司法書士等をご紹介します。成年後見制度におつなぎします。

#### 安心4 葬儀サポート

生前にご契約いただいた内容で葬儀・埋葬や家財処分のサポートを行うほか、行政官庁等への諸手続きなどを行います。

### 対象となる方

※以下のすべてに該当する方を対象とします

- 1 文京区内に住む、70歳以上の方
- 2 明確な契約能力を有する方
- 3 身近に頼れる親族等がない方
- 4 生活保護を受給していない方



文京ユアストーリーの終活情報お届けレター

契約まで3か月~6か月程度お時間をいただきます



### 相談受付からサポート開始までの流れ



#### まずはお問合せください。

まずは担当者まで電話(03-5615-8851)でお問合せいただき、相談の予約をお取りください。「文京ユアストーリー」についてご説明します。

#### お申込みください。

ご本人からの利用希望の申し出を受けて相談を開始します。

#### ご希望をお聞かせください。

現在の状況や今後のご意向について、ご希望をお聞かせください。

#### サービスや費用の確認をします。

お聞かせいただいたご希望をもとに、支援計画書を作成します。皆さんには、預託金額を確定するために、各種費用の見積もり等の準備をお願いいたします。

#### ご契約、サービス開始です。

サービス内容にご納得いただきましたら、書面により契約を締結させていただきます。  
※契約時に、入会金、年会費、預託金(50万円~)が必要となります。

### INTERVIEW

#### 「親族に話しにくいことも相談できるんです」



ご契約者のAさん

70歳になったのを機に、もしものことを考えておこうといくつかのサービスを検討したのですが、自分がお支払いできる金額の範囲だったことと、公的な機関なので信頼できると考えたので、このサービスを選びました。普段からのやり取りをしていない親族だと話しにくい内容も相談しやすいですし、遠くに住む高齢の兄弟には頼れないような入院のサポートや亡くなったあとの家財道具のこと、送骨までお願いできたので、今はとても安心しています。



ご契約者のBさん

#### 「夜も眠れませんでした、今は安心です」

このサービスを知るまでは「もしもなにかあったらどうしよう」と心配で夜も眠れなかったのですが、亡くなったあとのことまでいろいろとお願いできたので、今はとても気が楽です。こまめに連絡をくれますし、趣味の教室を調べていただいたことも。本当に感謝しています。知人に伝えたら「そこまでしなくてもいいのに」なんて言われてしまいましたが、なるべく皆さんに迷惑をかけたくないので、自分の安心が一番ですからね。

【問合せ】地域福祉推進係 文京ユアストーリー担当 ☎03-5615-8851

### 新春を迎えて

新たな年の始まりを迎え、謹んでご挨拶を申し上げます。皆さまにおかれましては、輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。旧年中は文京区社会福祉協議会の活動への格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

また、区民の皆さまにおかれましては、新型コロナウイルス感染症の影響によりご不便な生活を送られていることに心よりお見舞い申し上げます。

当協議会では、このコロナ禍においても、オンラインを活用した介護予防事業やテイクアウト型子ども食堂の支援など、個人や団体の地域活動をサポートし、地域のつながりを大切に取る取り組みを行ってまいりました。また、コロナの影響

により減収した方への生活福祉資金の特例貸付や自立に向けた生活相談など、生活にお困りの方への支援にも取り組んできたところで。

本年も「文京区地域福祉活動計画」の基本理念である「知り合い、伝え・伝わり、心を寛(ひろ)げ、つながりをもつことで「お互いさま」が生まれるまち」を目指して、職員一丸となって取り組んでまいりますので、皆さまからの一層のお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

結びに、新しい年が健やかで幸多き一年となりますよう祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。

社会福祉法人文京区社会福祉協議会会長 煙山 力







1

講座

### 今実現したい 「LIFE SHIFT」の生き方・はたらきかた

自分が大切にしたい価値観についてワークショップをとおして見つめ直しながら、新たな時代のキャリアづくりを考えるきっかけとなる講座です。

- 日時 1月29日(土)10:00~12:30
- 会場 オンライン開催 (Zoom使用)
- 講師 芦沢 壮一 氏 (スキルノート主宰)
- 対象 区内在住・在勤者、区内で社会貢献活動等を行っている方など
- 定員 15名程度 (申込順)
- 費用 1,000円
- 申込 <https://fumicom.peatix.com/>から申込
- 問合せ 地域連携ステーション フミコム ☎03-3812-3044

2

講座

### あんしん・なっとく成年後見制度 ~中級編~

成年後見制度の申立手続きと後見人等の職務について学びます。

- 日時 2月25日(金)10:00~12:00
- 会場 区民センター 2A会議室
- 講師 三森 敏明 氏 (弁護士)
- 対象 区内在住・在勤・在学者
- 定員 25名 (申込順)
- 費用 無料
- 申込 1月19日(水)9:00から電話またはメールで下記へ
- 問合せ あんしんサポート文京 ☎03-3812-3156 ✉ansins@bunsyakyo.or.jp



3

イベント

### 第70回フミコムcafeオンライン

外国人等にとっても理解しやすい「やさしい日本語」の取組みを例に、誰にとっても利用しやすいユニバーサルデザインを活用しての共生社会のあり方を考えます。

- 日時 1月26日(水)19:00~20:30
- 会場 オンライン開催 (ZoomとYouTubeLiveで配信)
- 講師 森 順一郎 氏 (株式会社ダンク/やさしい日本語プロジェクト)
- 対象 どなたでも
- 定員 なし
- 費用 無料
- 申込 不要  
※詳細はフミコムHPをご覧ください <https://fumicom.tokyo/>
- 問合せ 地域連携ステーション フミコム ☎03-3812-3044



4

説明会

### 生活支援員説明会

地域福祉権利擁護事業をサポートして下さる生活支援員を募集します。事業や活動の内容をご説明します。

- 日時 2月7日(月)14:00~16:00
- 会場 区民センター4階
- 講師 権利擁護センター職員
- 対象 区内在住・在勤・在学で月1回以上平日の昼間に活動可能な方
- 活動内容 高齢者や障害者宅を訪問し、福祉サービスの利用手続き援助や郵便物の確認を行う
- 定員 10名 (申込順)
- 費用 無料
- 申込 1月12日(水)9:00から電話またはメールで下記へ
- 問合せ あんしんサポート文京 ☎03-3812-3156 ✉ansins@bunsyakyo.or.jp

~きっかけはなんだっていい~

## フミコム活動見本市2021

### アーカイブ動画配信中!

令和3年11月20日(土)に「~きっかけはなんだっていい~フミコム活動見本市2021」をオンラインで開催しました!当日はYouTube Liveで配信し、大変多くの方にご視聴いただきました。視聴して下さった方、コメントを書いて下さった方、本当にありがとうございました!

今回ご登壇いただいたゲストの方々のお話をおとして、文京区内でどんな活動があるのかを知ると同時に、「地域活動をはじめの“きっかけ”はさまざままで、小さな一歩からでいいんだな」と思っていたら幸いです。

アーカイブ動画をご覧ください!

▼当日の様子



当日は残念ながら視聴できなかった...という方は、見本市特設サイトにてアーカイブ動画を配信していますので、ぜひご覧ください! (申込みは不要です。)

見本市  
特設サイトは  
こちら



fumicom.hp.  
peraichi.com/2021

[問合せ] 地域連携ステーション フミコム ☎03-3812-3044

新型コロナウイルス感染拡大に伴い、上記講座等は内容(日時や開催方法)が変更、中止・延期になることがあります。

## CHALLENGE [チャレンジ]

### 自宅でボランティア

新型コロナウイルス感染拡大の影響から、対面でのボランティア活動に制約のある状況が続いています。文京ボランティア支援センターでは、このような状況でも地域の方や施設・団体とのつながりをもてるように、自宅でできるボランティア活動のメニューをご用意しています。絵ハガキづくり、ブックカバーづくり、切手整理、点字体験など、ご自宅で活動いただけます。作っていただいたものは地域の施設・病院等にお渡しし、ボランティアした方と入所・入院されている方の橋渡しをいたします。

ホームページ(<https://www.bunsyakyo.or.jp/>)に作り方などを掲載していますので、ぜひご覧ください。



詳しくは  
こちら



[問合せ] 文京ボランティア支援センター ☎03-3812-3114 ✉vorasen@bunsyakyo.or.jp



# 全世代の誰もが安心して 過ごせる場所に。

東京メトロ茗荷谷駅から徒歩約6分。閑静な住宅街の坂道を上り切ったところに、「茗荷谷米穀販売所」と看板の掲げられた建物が建っています。引き戸に土間に小上がり、まるで昭和の時代にタイムスリップしたような気分に浸れるこのレトロな空間は、空き家になっていた築70年の建物が改修されて生まれ変わった、地域の人々の交流の場「こびなたぼっこ※」。コロナ禍の船出から1年半、さまざまな趣向を凝らしながら活動を続けるメンバーの皆さんに、設立の背景やこの場所づくりに込めた思いをお聞きました。



※撮影時のみマスクを外しています。

## INFORMATION

### こびなたぼっこ※

地域にお住まいの赤ちゃんからシニアの方まで、誰でも気軽に憩える地域の居場所「こびなたぼっこ※」。この名前はみんなの投票で選ばれました。最後の「※」は元お米屋さんだから。「地域の皆さんが、ぼかぼか心地よく過ごせる場所になってほしい」という思いが込められています。



【所在地】文京区小日向1-18-22



オーナー  
竹内康雄さん

### 黄色い暖簾が目印。 レトロと現代が融合する 居心地の良い空間。

空き家のオーナーだった竹内さんが「地域に貢献できれば」と場所の提供を申し出たことがきっかけとなり、町会や民生委員など地域で活動する方々が「こびなたぼっこ※」を始動。子どもたちが過ごす小上がりが必要、自由な掲示や落書きができる壁もほしい、土間そのままみんなが集まれる空間に、といった意見を元に改修工事が行われました。

オープンにはコロナ禍の2020年8月。バザーを開催して存在を知ってもらいつつ、小人数制のフラワーアレンジメント教室やウォーキングの会などを開催。参加者からボランティアをかって出てくれる人も現れました。青少年健全育成会が主催した「リモート脱出ゲーム」には、ネットを介して地元の小学生約100人が参加。ここをスタジオ代わりにしたりリモート落語教室の配信などでも利用しているそうです。「ふらっと寄ってお茶だけ飲んで帰ってもかまわない。居場所のない人たちが安心して過ごせる場所になれば」。黄色いハンカチならぬ黄色い暖簾がオープンのしるし。地域の皆さんが気兼ねなくこの暖簾の下に集まれる日は、そう遠くないはず。

## こびなたぼっこ※の活動内容



### ひなたサロン

お茶を飲みながらお話をしたり、本を読んだり、勉強をしたり。誰でも自由に過ごせて、交流を楽しめる時間。  
ミニバザーも開催。  
【日時】毎週月曜・木曜 13:00~16:00



### ばら

お花が大好きな人たちが集まって、フラワーアレンジメントを楽しみ、完成後はお茶会。  
ご興味のある方はぜひご参加ください！  
【日時】毎月第2火曜 13:00~15:00



### 座輪話 ~みんなが集まる場所~

主に親子で参加して、ワークショップやお話をとおして、楽しくおしゃべりしながらお友だちをつくる会。  
【日時】月1・2回不定期



### こびなたぼっこ※ ウォーキング

こびなたぼっこ※から出発して、周辺地域を中心にウォーキング。健康づくりをしながら交流を楽しむ会。参加者も募集中！  
【日時】毎月第3木曜 14:00~16:00

【問合せ】地域福祉推進係 ☎03-5800-2942

## 寄付金・寄付品 (10月~11月)

皆さまからいただいたご寄付は地域福祉推進のための事業に使わせていただきます。ありがとうございます。

【寄付者ご芳名】(敬称略) 壺岐 一郎 50,000円 / 石綿 美重子 1,000円 / 小倉 茂 50,000円 / かみもと文具 (募金箱) 11,574円 / 喜久月 (募金箱) 7,620円 / 清宮 光雄 41,450円 / 倉持 伸治 43,354円 / 後楽クラブ 7,672円 / スーパーマーケットノムラヤ (募金箱) 8,193円 / 関口友和会 930円 / 東京防犯健全協力会 50,000円 / 長浜商店 (募金箱) 7,445円 / 日蓮宗東京都北部社会教化事業協会 30,000円 / 原澤 斎 5,000円 / 文京区高齢者クラブ連合会 41,800円 / 松本 晶 2,000円 / 匿名(6件) 439,200円 / NECネットエスアイ(株) コーポレートコミュニケーション本部 サツマイモ / バリラジャパン(株) スパゲティ / 匿名(4件) 未使用切手・はがき、未使用テレホンカード

### ご寄付のお願い

#### ご寄付の方法

事務局お持ち込み  
文社協窓口(区民センター4階)までお持ちください。

#### お振込み

ゆうちょ銀行 番号) 00170-6-416411 加入者名) (社)文京区社会福祉協議会キプロ  
※振込手数料無料の払込取扱を郵送しています。下記まで、お気軽にご連絡ください。

\*当会は税額控除法人として認定されており、確定申告の際「所得控除」か「税額控除」を選択できます。

【問合せ】総務係 ☎03-3812-3040



# あなたの賛助会費が地域福祉を支えています。

文社協では、地域の皆さんが主体となって地域福祉活動を推進することで、よりあたたかい地域福祉が実現すると考えています。その地域福祉の支援の形のひとつが「賛助会員」です。本郷4丁目にある昭和29年創業「御菓子司 喜久月」2代目店主の栗田洋さんは、賛助会員として地域福祉への取組みを長年見守ってくださっています。



栗田 洋さん

平成26年から賛助会員にご入会。町会や商店会の中心メンバーとしても活動し、地域に貢献されています。

## INTERVIEW

このあたりは商店会や町会の横のつながりが強い地域ですから、お互いの顔が見えるので、なにかあったときに助け合えるんです。メールやFAXもあるけれど、やっぱり直接会うことが大切。賛助会員になった理由も人とのつながりを大切にしているからです。気をつけてみれば街なかには障害のある方もたくさんいますよね。そんな方々が活躍できる場をつくったりするのに賛助会費を役立ててもらいたいと思います。

## 賛助会員募集

文社協の事業は会費・寄付・補助金で運営されています。ご協力いただいた会費は、地域の居場所づくりの支援や障害者・高齢者・地域活動団体への助成などのさまざまな地域福祉事業の資金として活用しています。ぜひ、ご入会いただき、文社協の地域福祉事業を応援してください。

年会費(1口)	金額
賛助会員	1,000円
特別賛助会員	10,000円

※会費は、確定申告の際、所得控除・税額控除の対象になります。

[問合せ] 総務係 ☎03-3812-3040

## 地域をもっと良くする計画

# 文京区地域福祉活動計画に取り組んでいます。

## ■ 地域福祉活動計画とは

住民の方やボランティア、地域福祉団体などの皆さんと一緒に、今ある地域の課題を洗い出し、その解決に向けて、どのような地域づくりを行っていくのかを示した行動計画です。現在の計画は令和2年度から令和5年度までを計画期間としています。

## 今ある地域の課題とは

- ① 地域にはさまざまな理由で孤立している人がいる
- ② 地域のニーズは多様化しており、家族や制度だけでは支えきれない時代となっている
- ③ 地域だけでも専門職・公的機関だけでも対応が難しい生活課題がある

この課題を解決するために次の基本理念のもとに取り組めます

## 知り合い、伝え・伝わり、心を寛げ、つながりをもつことで「お互いさま」が生まれるまち

地域でつながりをもつために、お互いが知り合い、伝えること、そしてそれがお互いに伝わることを大切に、それぞれの違いを寛容な心で受け止め、支援する側、される側などの関係性ではない「お互いさま」が生まれるまちを目指していきます。



学習支援や傾聴も  
Fミコムイベントも  
オンラインで



介護予防に役立つ活動

地域の居場所・かよひ〜のオンラインを活用、少人数に分かれて体操など工夫をして継続。休止していても、手紙やCDを送り合うなどの「つながり」を維持する工夫をしました。

コロナ禍でさまざまな活動が制限を受ける中でも、私たちは、住民の方やボランティア、地域福祉団体などの皆さんと一緒に工夫を重ねて、地域福祉活動計画の実現に取り組んでいます。

## 地域の居場所・子ども食堂

テイクアウト型やパントリー型など工夫をして実施しています。



## 多機能な居場所



## 地域の居場所・つどい〜の

「家に居場所がない、いたくない」「行けるところが何もなくなくなった」「ワクチンの予約ができない」「認知症が進行した人がいる」などなどさまざまな困りごとが寄せられました。

この計画についてもっと詳しく知りたい方はこちら  
<https://www.bunsyakyo.or.jp/aboutus/plan/>



[問合せ] 総務係 ☎03-3812-3040

## ご連絡ください

～歳末・地域福祉たすけあい運動に銀行振込で募金し、税制優遇をご希望の方～

領収書を発行しますので、下記までご連絡ください。銀行振込の場合、募金事務局にはお名前だけ伝わっているため、ご連絡をいただけないと領収書をお届けすることができません。

[問合せ] 総務係 ☎03-3812-3040

広告 本紙に掲載されている広告についての詳細は広告主までお問合せください。

おかげさまで創立100周年

## 道灌山会館

少人数から大規模葬まで  
幅広く対応いたします。

霊安室完備  
費用がお得になる会友制度あり

事前相談無料・お問い合わせはこちらまで

0120-62-1192 24時間  
365日受付

大正8年創立  
社会福祉法人 東京福祉会  
〒113-0022 東京都文京区  
千駄木3-52-1

文京区  
かかりつけ医・在宅療養相談窓口  
☎ 03-6912-0810

どなたでもお気軽に  
ご相談ください。

文京区小石川医師会内

受付時間 9:00～17:00  
月～金

ご存じですか?

## B型肝炎給付金

☑ B型肝炎ウイルスに感染している  
☑ 昭和16年7月2日  
～昭和63年1月27日生

2つとも当てはまる方は国から給付金を受けられる  
可能性があります。無料電話相談でご確認ください。

無料電話相談 (平日9時～17時30分)

0120-918-862

東京弁護士会所属/弁護士法人マイタウン法律  
事務所/マイタウン法律事務所東京事務所/東  
京都千代田区丸の内2-2-1岸本ビルディング6階

## 社会福祉法人 文京区社会福祉協議会

〒113-0033  
文京区本郷4-15-14 区民センター4階  
[TEL] 03-3812-3040  
[FAX] 03-5800-2966  
[URL] <https://www.bunsyakyo.or.jp/>  
[開所時間] 8:30～17:15  
(祝日を除く 月～金)



スマートフォンは  
こちら

