



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

文社協だよりは奇数月発行です。



皆さんの支えあいが、地域に笑顔の花を咲かせます。

普段のちょっとした困りごとを、地域みんなの一人ひとりが、できることをできる範囲で行うこと、あなたの支えが誰かの笑顔につながる。それが、安心して暮らせるまちの第一歩です。あなたも私たちと一緒に、地域を支えてみませんか。



保育園までの子どもの送迎や保育園のあとの預かりなど、子育て支援。 ※活動前の講習会への参加と会員登録(無料)が必要です。

会員の声は3面へ

講習会の情報は2面へ

文社協では、地域でお困りの方に上記のようなお手伝いをしてくださる方もお待ちしております！

問合せ ささえあいサポート係 ファミリー・サポート・センター ☎3812-3043

問合せ ささえあいサポート係 いきいきサービス ☎5800-2941

～新年あけましておめでとうございます～



新年あけましておめでとうございます。皆様におかれましては、清々しい新春をお迎えのことと謹んでお慶び申し上げます。また、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。

さて、本年は当協議会の事業運営の指針となる、平成28年度からの文京区地域福祉活動計画の最終年度にあたり、4か年の検証や評価を踏まえながら次期計画を策定してまいります。

そして現行計画の集大成として、基本理念である「誰もがつながりを持ち、支えあえるまち」の推進に向け、役職員一丸となって取り組んでまいりますので、皆様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、新しい年が希望に満ちた年となりますよう心からお祈り申し上げまして、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

講座 イベント information 募集 お知らせ

講座 ファミリー・サポート・センター提供会員講習会

生後4か月から12歳までのお子さんの送迎やお預かりなどを行う、提供会員に登録するための講習会です。①事務説明・保育講習 ②救命講習の両方を受講していただきます。

- 日時 ①2月5日(火)10時~16時 ②2月6日(水)9時~12時
会場 ①区民センター4階 活動室A ②本郷消防署
講師 ①ファミリー・サポート・センターアドバイザー ②本郷消防署職員
対象 区内在住、20歳以上で育児の援助ができる方
費用 無料 定員 10名程度(申込順)
申込 電話にて下記へ 締切 2月4日(月)
問合せ ファミリー・サポート・センター ☎3812-3043

ファミリー・サポート・センター会員の方の声は3面へ

イベント 福祉法律相談・成年後見制度相談会

福祉法律相談

福祉サービスの利用に関するトラブルや疑問、高齢の方、障害のある方の日常生活における法的な事柄について、弁護士がご相談をお受けします。

成年後見制度相談

成年後見制度、相続、遺言、財産管理などについて、弁護士・司法書士がご相談をお受けします。

- 日時 福祉法律相談 第4水曜日 13時30分~15時30分(おひとり30分)
成年後見制度相談 第1・3水曜日 14時~16時(おひとり1時間)
会場 区民センター4階 相談室
講師 相談員: 弁護士・司法書士
対象 区内在住・在勤・在学の方
費用 無料 定員 福祉法律相談: 各回4名、成年後見制度相談: 各回2名
申込 希望日の1週間前までに電話またはメールにて下記へ
問合せ あんしんサポート文京 ☎3812-3156 メール ansins@bunsyakyo.or.jp

お知らせ 「教育支援資金」貸付のご案内

一定所得以下の世帯で、進学を希望または在学中のお子さんがある世帯で、入学金・授業料(未払いの費用のみ)にお困りの場合に相談をお受けします。

- 対象 高等学校、高等専門学校、専修学校、短期大学、大学に在学中または進学予定の方
資金の種類と貸付上限額
●教育支援費(※月額)
高等学校・専修学校(高等課程) 35,000円 高等専門学校 60,000円
短期大学・専修学校(専門課程) 60,000円 大学 65,000円
※状況により月額の1.5倍の額まで貸付可能
●就学支度費 500,000円
※入学金の範囲内での貸付
申込 事前予約を電話にて下記へ
※ご世帯の状況について聞き取りなどが必要なため、事前にご相談日の予約をお願いします。(申込から貸付の審査・決定まで1ヶ月以上かかります)
問合せ 総務係 ☎3812-3040

講座 ミドル・シニア世代向け活動入門講座 「ポジティブ・アプローチで描く50代からの未来キャリア」

定年後の地域での生活をより豊かに過ごすために、職場のセミナーとはまた違った視点で今後のキャリアデザインを考えてみませんか?

- 日時 1月26日(土)14時~17時 2月2日(土)14時~17時
会場 フミコム
講師 あべひろえ 安部 博枝氏(株式会社アビライト代表取締役)
対象 区内在住・在勤のおおむね50代で長年お勤めの方
費用 2,000円(全2回分) 定員 15名(申込順)
申込 電話またはメールにて下記へ
(必要事項: 氏名、年齢、電話番号、メールアドレス、参加動機)
締切 1月18日(金)
問合せ 地域連携ステーション フミコム ☎3812-3044 メール fumikom@bunsyakyo.or.jp

Challenge ボランティアが初めての方でも参加しやすい活動をピックアップ!



老人ホーム内でのボランティアを募集します!

入所されている利用者に対する余暇活動などのお手伝いをしていただけるボランティアを募集しています。高齢の方と触れ合うことのできる楽しいボランティアです。興味のある方はご連絡をお願いいたします。

- 団体 特別養護老人ホーム 文京千駄木の郷
日程 毎月1回 10時~12時(月) 毎月1回 13時~15時(金) ※その他応相談
会場 文京千駄木の郷(文京区千駄木5-19-2)
問合せ 担当: 小原(オバラ) ☎3827-5420



イベントを盛り上げてくださる方を募集します!!

福祉施設などで、イベントを盛り上げてくださる方を募集しています。地域とつながりをもちたい、クラブ活動の歌や演奏など、日頃の練習の成果を披露したいと考えている方、ぜひお気軽にご相談ください。

- 日程 その都度調整
会場 区内の福祉施設など、活動内容に応じて調整
問合せ 文京ボランティア支援センター ☎3812-3114
メール vorasen@bunsyakyo.or.jp



文京区では、このほかにも、ボランティアを必要としている人や団体が多くいます。「ボランティアをしてみたいけど、どのような活動ができるの?」「地域の活動をもっと知りたい!」といったあなたの「やりたい!」を「どっとフミコム」で探すことができます。



http://d-fumi.com

寄付金(平成30年10月~11月)

寄付者ご芳名(敬称略)

- 柏屋本店(募金箱) 5,275円 北島 諒吉 10,000円 小室米店(募金箱) 2,706円 実用書道サークル湯島 11,640円 消費生活推進員の会 2,500円 新花寿クラブ 2,952円
関口友和会 2,000円 千駄木三丁目南部町会 5,000円 千駄木東林町会 5,000円 第55回愛のチャリティ白山まつり 22,000円 長福会 5,145円
(公社)東京グラフィックサービス工業会文京支部 98,469円 東京防犯健全協力会 50,000円 根津寿クラブ 1,147円 白山下商店会 10,000円
パティスリーパラディ(募金箱) 6,963円 文京区高齢者クラブ大塚地区 26,000円 文京区高齢者クラブ駒込地区 39,520円 文京区高齢者クラブ富坂地区 18,652円
文京区高齢者クラブ本富士地区 8,970円 文京つながるメッセ(募金箱) 45,639円 星野 孝 5,000円 山口 きよの 300,000円 吉澤 とみ 2,000円 鹿鳴館 10,000円
匿名(3名) 28,265円

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。
※当会への寄付は一定の条件の下、税法上の控除の対象になります。

問合せ 総務係 ☎3812-3040



VOICE

地域レポート、区内の情報など
地域の皆さまや職員の「声」を毎号お届けいたします。

ファミリー・サポート・センター会員さんの声

ファミリー・サポート・センターは、子育ての援助を受けたい方（依頼会員）と、子育ての援助を行いたい方（提供会員）が、地域の中でお互いに協力しながら子育てをする、会員制の事業です。ご近所づきあいが薄れてきて、地域の方が気軽につながりづらい現状がある中で、地域のつながりづくり、ご近所での助け合いのきっかけづくりをお手伝いしています。今回は、第2子ご出産に伴うサポートで、上のお子さんの送迎サポートをきっかけにお知り合いになった会員さんにお話をうかがいました。

息子も楽しみにしています!

両親が遠方で出産時のサポートを頻繁に頼めないなか、上の子には大好きな幼稚園に休まず通園させたいと思っていました。提供会員さんを困らせないか不安でしたが、息子は家でも提供会員さんとの会話を繰り返し私にも話してくれています。



依頼会員さん



提供会員さん

ワクワクしながらサポートをしています!

乗りものの話をすると、喜んで答えてくれたり、知っている事を教えてくれたりしました。小さな手をつなぎ、楽しい会話をしながらの道中は本当に癒されます。ご自宅到着時に「ママー!!」と駆け寄る姿がとても微笑ましいです。

問合せ ファミリー・サポート・センター ☎3812-3043

みまもりサポーターと利用者さんの声

みまもり訪問事業は、ひとり暮らしなどの高齢の方のお宅を、地域のボランティアである、みまもりサポーターが月2回程度訪問し、声かけをすることで見守る事業です。今回は、2組のご利用者さんとサポーターさんに、お話をうかがいました。

近所に知り合いがないので、来てくれて話を聴いてくれるだけで心が落ち着きます。年齢が近いせいか姉のようであり、妹のような存在にもなっています。

利用者 ^{やまだ} 山田さん

お互いに100歳になるまでは続くようにしようと話しています。

みまもりサポーター ^{おか} 岡さん



訪問日が
楽しみです!

表情やしぐさで体調を把握しています。元気な様子を確認すると安心します。

みまもりサポーター ^{すずき} 鈴木さん

4年前より利用しています。家族や健康面について気兼ねなく何でも話せる間柄です。月2回の訪問日を楽しみにしています。

利用者 ^{むらさぎ} 村杉さん

「まだまだ元気! だけど、ひとり暮らしに不安がある」そんな方は、「みまもり訪問事業」に、まずはお問合せください! 利用料は無料です。

問合せ ささえあいサポート係 ☎5800-2941

食を通じて流れる温かな時間

みなさんは「子ども食堂」というと、どのようなイメージをしますか? 文京区でも、子ども食堂が広まっていますが、子どもたちだけの場ではないようです。今回は、小石川にある子ども食堂「おもてまちおもてなし食堂」の高嶋さんに、活動の内容や魅力についてうかがいました。



おもてまちおもてなし食堂は、「食事を作るのが面倒な時、ちょっと出かけて一緒に食べられる場所があれば、ひとり暮らしの人や親の帰りが遅い子ども、子育て中のお母さんも助かるのでは。」という想いから町会の有志メンバーで始めました。最初は不安ばかりでしたが、文社協を通じて既に子ども食堂を運営されている方々に支えていただき、今では、子どもから年配の方まで幅広い世代が食事とおしゃべりを楽しみに来てくれます。手伝いに来てくれる地域の方々、配膳の傍ら子どもたちと接してくれる大学生など、大勢の方の善意により、とても温かい時間が流れています。たくさんの人との出会いは私たちの宝物です。子ども食堂に関心のある方、ぜひ手を挙げてみてください。きっと周りに、それを待っている人がいるはずです。

おもてまちおもてなし食堂 ^{たかしま} 高嶋さん

おもてまちおもてなし食堂

日時 第4木曜日 18時~20時 場所 見樹院 集会室(文京区小石川3-14-14) 参加費 大人300円 子ども無料

今回ご紹介した、子ども食堂のような地域活動情報に関心のある方は下記へお問合せください。

問合せ 地域福祉推進係 ☎5800-2942



10th 想いを伝え続けて10年 アクティブ介護 文京

日時：平成 **31** 年 **1** 月 **16** 日
10時～16時

場所：**文京シビックセンター**
1階 ギャラリーシビック
2階 小ホール

10周年スペシャル企画として、この2会場で開催します。

主催：アクティブ介護30 文京みんなの集い実行委員会 共催：文京区/文京区社会福祉協議会 後援：ハローワーク飯田橋/東京都介護福祉士会/東京都社会福祉士会/東京都社会福祉協議会/介護労働安定センター東京支部/介護福祉士養成施設協会東京支部

文京みんなのつどい 高齢になっても安心して暮らせる地域社会を目指して

区内の介護事業者による「アクティブ介護実行委員会」が主催し、区や社会福祉協議会が連携・協力して行う、介護従事者の人材確保と育成や介護の普及・啓発を目的としています。介護の仕事に興味のある方のほか、どなたでもお楽しみいただけます。ぜひ、お気軽にご来場ください。

1階 ギャラリーシビック

見て ふれて 体験 してみよう

健康講座(11時～13時)

- ①ご存知ですか? 良い姿勢が健康にもたらす効果
- ②日々のリハビリで身体の悩みを解決しよう!
- ③転ばない身体と健康づくり
～転ばぬ先のロコモ体操～

体力測定(13時30分～15時30分)

福祉用具体験(10時～16時)

2階 小ホール

10周年スペシャル企画(13時30分～16時)

特別講演 「ヘルプマンが伝えたいこと」
漫画「ヘルプマン」 著者 くさか里樹さん

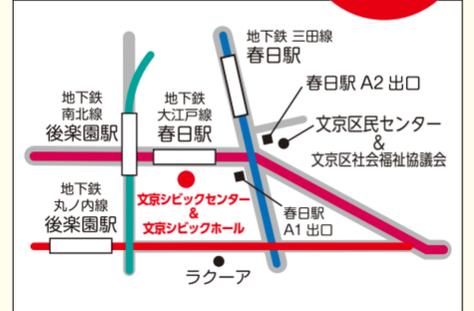
トークセッション くさか里樹さんと話そう! ～介護の魅力～
コーディネーター 岩佐まりさん (フリーアナウンサー)

笑いを力に! よしもとのお笑い芸人、レギュラーさん登場!
介護職員初任者研修修了・レクリエーション介護士2級

ご来場の方に
記念品プレゼント

※なくなり次第終了となります。

入場
無料



問合せ 文京区介護保険課 ☎5803-1383 文京区社会福祉協議会 総務係 ☎3812-3040

募金箱のあるお店 No.84

NPO 法人全国福祉理美容師養成協会(以下、ふくりび)は、「誰もがその人らしく美しく過ごせる社会の実現」を目指し、理美容・医療などの多職種専門家が「得意を活かして社会貢献活動」をするNPO 法人です。

昨年5月に「**アピランスサポートセンター TOKYO**」を本郷3丁目にオープン。こちらでは、がん治療の方が脱毛などの外から分かる「見た目」の症状に悩まれていることが多いことから、「人毛100%医療用ウィッグの製作」、「再発毛後の髪や頭皮のケア」などの悩みに対してサポートをされています。

この度、元SKE48の矢方美紀さんが、「ふくりびがん患者向け医療用ウィッグイメージガール」に就任。矢方さんは昨年、乳がんが分かり治療中で、実際にふくりびのウィッグを着用しながらタレント活動を続けています。矢方さんの就任により「闘病中でも自分らしく在りたい。」という患者とふくりびのサポートが、さらにつながっていくことを目指して活動をしていくそうです。

※「アピランスサポート」とは、病気治療による副作用、様々な障害などによる髪、肌、爪などの外見の変化に悩む方へのサポート全般のことを指します。

アピランスサポートセンター TOKYO

文京区本郷3-2-3 齋藤ビル1階 ☎0120-222-128
営業時間 10時～18時 不定休
<http://www.fukuribi.jp/>



ふくりびウィッグイメージガール
やかた みき
元SKE48 矢方 美紀さん

ご協力ありがとうございます。
文社協では募金箱を置かせてくださるお店を募集しています。

問合せ 総務係 ☎3812-3040

介護予防にもなる! ノルディックウォーク 始めませんか?

ノルディックウォークとは、2本のポールを持って歩く運動です。姿勢が矯正され、基礎体力も向上するとされています。

初めての方も、ポールがなくても、初回貸出無料で、丁寧に教えてもらえます。またポールを持って歩くので、歩行に少し不安がある方でも、大丈夫です。

「最近あまり歩かなくなった」「一人で歩くのは寂しいな」などと思っている方、みんなで楽しく歩いて、健康づくりをしましょう。

暖かくなる春へ向かって、一歩外へ!



文京ノルディックウォーク友の会

日時 毎週木曜日 10時～12時
場所 根津交流館 または 不忍通りふれあい館(お問合せください)
申込 ☎090-1554-1196(小野) ☎6666-9971(己美ボディメイクサロン)
費用 参加費 200円/回 ポールレンタル300円/回(お試しは無料)

この活動は、地域の支え合い体制づくり事業の一環である、かよいへの助成金の助成団体が運営しております。
かよいへについては下記問合せまでご連絡ください。

問合せ 地域福祉推進係 ☎5800-2942

広告

詳細は広告主へお問合せください。

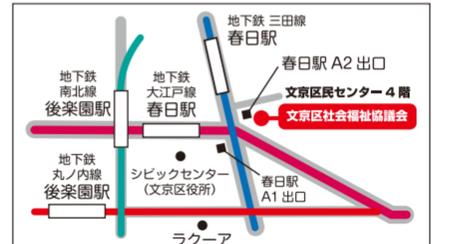
社会福祉法人文京区社会福祉協議会

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



スマートフォンはこちらから

文社協は区民の皆さんをはじめ、民生委員・児童委員、町会・自治会、地域の関係者等の参加と協力を得て、誰もが安心して住み続けられるまちづくりのため、様々な事業を通じて地域福祉の向上と充実に努めています。



文京和楽器倶楽部 三味線ラボ
初めての方もOK! 楽しく三味線を!
会場:文京シビックセンター、礪川地域活動センター他
日時:月2回～3回(グループ)(個人レッスン含)
月曜または土日祝日コース
レベル別1時間レッスン
会費:5,000円/月より
楽器レンタル有り 指導:東音 養田弘大 他
基礎から、さくらさくら、長唄作品に挑戦します。
お問合せ 都築(つづき)迄 090-5760-7639
メールアドレス wagakki.club@gmail.com

文社協だよりに
\ 広告を掲載しませんか!
約11万部 文京区全戸配布 年6回発行
文社協だよりの広告収入は、地域福祉の推進に活用します!
みなさまの広告が地域福祉を支えます。
掲載料(1枠) 4面(最終面)
初回 25,000円
1回 35,000円
連続6回 168,000円(消費税別)
お問合せは総務係まで。
☎ 3812-3040
詳しくは、ホームページをご覧ください。
<http://bunsyakyo.or.jp/>