



NO.55 2017年 10月

発行 特定非営利活動法人アビリティクラブたすけあい
昭島たすけあいワーカーズ 大きなかぶ
理事長 宇野 真由美
〒196-0025 昭島市朝日町 1-4-12 マルマンビル 201
TEL 042-545-0890 FAX 042-519-5891
E-mail: ookinakabu@topaz.ocn.ne.jp
ホームページ <http://ookinakabu.jimdo.com/>

♪ 和の伝統芸・江戸曲独楽 ♪ 地域のつどい (無料)



市内の皆様に元気になっていただく企画
「地域のつどい」を今年も開催します！

江戸曲独楽とは元禄から伝わる独楽(こま)の曲芸
大小さまざまな美しい独楽を
扇子や刀などに乗せたり、綱渡りさせるなどして
多彩な技を魅せてくれます！
お子様から御年配の方までお楽しみいただけます。
演目は 当日のお楽しみ！

出演：二代目 三増 紋右衛門 さん

2007年 江戸曲独楽三増流三世宗家・三増紋也師匠より
9年振りの弟子として入門を許される
2008年 初代(三升家紋右衛門)以来、85年振りに
二代目 紋右衛門 を襲名

11月19日(日) 13:30 開場
13:45~15:30

場所：武蔵野会館2階 第一集会室

定員：40名(先着)

申込〆切：11/10(金)

持ち物：スリッパ

参加費：無料

申込み先：大きなかぶ

☎ 042-545-0890

メール：ookinakabu@topaz.ocn.ne.jp

お申し込みは
電話または
メールで！



菊地さんち



9 / 24



★今月の菊地さんちは
おはぎ作りでした♪

あんこ・きなこ・

黒ゴマ味の

絶品おはぎが

沢山出来ました

~(^o^)

おしゃべり広場 9 / 9 と 30

参加者も増え、にぎやかな
団らん。美味しい昼食と、
食後にはデザートも！



広げよう！アビリティ共済<少額短期保険>

—ご存知ですか？ ACT 会員相互のたすけあいのしくみ—

Q. そもそも ACT (アクト) って何？

A. 高齢になっても、障がいがあっても、住み慣れた地域で安心して暮らし続けよう！
という目的のために、ACT 会員同士が「人」「物」「お金」を使って助け合おう
というしくみです。

Q. アビリティ共済 (少額短期保険) の特徴って？

A. **お金の循環が超透明です！**

保険契約者から集められた保険料は契約者のもしものために使われ、余剰金は寄付して
頂く形をとり、安心して暮らし続けられる地域のコミュニティ活動に使われます。

※ 民間の保険は集めた保険料の使い方がよく分かりません！

変えられる制度が超クリエイティブ！

民間の保険では既製の商品を、加入者が選ぶ形になりますが、
自分たちに必要なものは自分たちで作り出していくというコンセプトのもと
5年に1度の共済制度の改定があります。

こんなすてきな アビリティ共済に
ACT 会員の皆さまも 是非ご加入ください！

そして自分たちが目指す地域を一緒につくっていきましょう！

共済のアンケートにご協力下さった皆様、
ありがとうございました。





魚釣りに
チャレンジ!



おしゃべりカフェ 9/6

★ここっちゃんさんのスペースをお借りして
おしゃべりカフェを開きました。
子どもたちは、輪投げやさかなつりゲーム、
ママたちはデコパージュやおしゃべりで
楽しい時間を過ごしました。



● 救命講習 10/14 (土) ●

市民が行う応急手当

- ① 救命 ・ ・ 応急手当の1番の目的「救命処置」を最優先します
- ② 悪化防止 ・ ・ 2番目の目的はケガや病気を悪化させないこと
- ③ 苦痛の軽減 ・ ・ 傷病者にできるだけ苦痛を与えない手当をするとともに、励ましの言葉を掛けます

・・・もしもの場面に出会ったら・・・

周囲の人に声をかけて **119番**通報を頼み **AED**を持ってきてもらいましょう
周囲の安全を確保し、心肺停止が疑われる人には **心肺蘇生** を！



心肺蘇生の基本
胸骨圧迫

手掌基部(手の根本)だけを
胸骨に平行にあてて
しっかり押します



人工呼吸

胸骨圧迫 30 回に
人工呼吸 2 回の繰り返し
十分に気道を確認しながら
行います



AED による除細動

音声メッセージに従って操作します
AED の準備中も
胸骨圧迫を続けます

救急車が要請を受けて現場に到着するまでの時間は、東京都内で平均 7~8 分。
心肺停止の人がこの間に救命処置を受けるかどうかで、救命効果が大きく変わるそうです。
中身の濃い講義と実技演習で、あっという間の 3 時間でした。もしも・・・がないことを
祈っていますが、万が一もしもに出会った時、学んだことを活かしたいと思います。

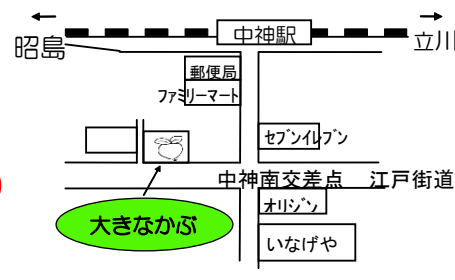
働くメンバー募集

- ・地域で一緒に働きませんか？
介護福祉士・介護職員初任者研修修了者（旧ヘルパー2級）の方
- ・関心のある方、ぜひご連絡下さい！
働き方など、くわしくご説明いたします。
- ・資格習得をめざす方も、応援いたします！

TEL : 042-545-0890

FAX : 042-519-5891

※お電話の受付：月～金曜日 9:00～18:00



青柳
和子さん(大きなかぶメンバー)作

大きなかぶは東京都認証の特定非営利活動法人です。
皆様の賛助会費と寄付に支えられ、地域貢献活動を行っています。

内木様 加藤様 小駒様 細井様 サイクルショップいながわ様 牧野様
ご寄付・賛助会費をありがとうございました。

活動にご賛同頂き、継続的に支えて下さる賛助会員を募集しています。
(賛助会費一口 3,000 円 団体・法人は二口以上 ご寄付はおいくらからでも)

<振込先>

西武信用金庫 昭島支店 普通預金 1156896
口座名義 特定非営利活動法人アビリティクラブたすけあい
昭島たすけあいワーカーズ 大きなかぶ 理事長 宇野 真由美
ゆうちょ銀行 (ゆうちょ口座 から ゆうちょ口座へ)
記号 10150 番号 78257801
口座名義 特定非営利活動法人アビリティクラブたすけあい
昭島たすけあいワーカーズ 大きなかぶ

