

大きなかぶ



NO.57 2018年 12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/>



地域のつどい (無料)

市内の皆様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！

子どもから大人まで盛り上がる
「クリスマス曲」や「映画音楽」が
メインのコンサート！

笑顔とフルートとピアノのきれいな音色に
包まれた楽しいひと時を
皆様と一緒に過ごしましょう♪

★一足早く サンタさんから
うれしいプレゼントがあるかも…！？★

出演：アンサンブル balena

12:30 開場

12月22日(土) 13:00~14:30

場所：武蔵野会館2階 音楽室

定員：30名(先着)

申込〆切：12/14 (金) 17:00

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

※ 赤ちゃん連れでのご参加も可能です。(授乳室などはございませんのでご了承ください。)



武蔵野会館

中神駅

地域活動いろいろ♪

認知症チーム主催

「事例検討会」(7月1日)

今回の事例検討会のテーマは「在宅介護の限界について」です。アドバイザーとして、長年 様々なケースの精神医療に携わってこられた松原先生をお迎えしました。痛みのコントロール、たそがれ泣きのメカニズム、薬物治療の抱える課題等について、松原先生の専門的なアドバイスをいただきながら、活発な議論が交わされました。

「認知症サポーター養成講座」(9月15日)

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族が安心して暮らしていけるように支援する応援者のことです。厚生労働省の事業の一つとして実施されていて、サポーター数は全国で一千万人を突破しました。今回の講師は大きなかぶメンバー青柳さん、場所はほっとスペース「ここっちゃん」をお借りしました。



おしゃべり広場

毎月 第一・三土曜 (十二月は第一だけ)

大きなかぶ 会議室 十二時〜

食事をしながらおしゃべり♪その後もおしゃべり♪和気あいあいと笑いがこぼれ、お話はつきません。時には脳下して頭の体操を試みたり、手作りのボーリングで遊んで大いに盛り上がりたり。この夏は暑い日はかりでしたが、いつも楽しみにして来て下さいます。おしゃべりの後は、皆さんすっぴりの笑顔で帰って行かれます。

皆様の参加をお待ちしています。

お問い合わせは大きなかぶへ



精神障がいボランティア

グループ「モモ」

昭和記念公園でコスモス鑑賞(10月17日)

台風一過のあとの蒸し返るような暑さの中、砂川口から日本庭園まで(意外と距離があります!) 汗をかきかき 一生懸命歩いたモモのメンバーたち。園内はまだ台風爪痕が残っていて、強風でなぎ倒された大木を 何本も見掛け驚きました。

コスモスも強風を受け かなりの本数倒れたらしいのですが、その後自力で起き上がってきたとのこと。この日は時期的に終わりがけだったにも関わらず、これまで観たどのコスモスより美しく感じました。「私たちもこのコスモスのように、何かあっても自力で起き上がって力強く生きなければね!」と皆で話して盛り上がりました。

最後はブルーシートを広げ、お茶とお菓子を美味しく頂いて帰りました。

おしゃべりカフェ

夏祭り(8月22日)

今回は初の「ここっちゃん」との共同開催。くじ引き、わたあめ、うちわ作り、ここっちゃん特製の焼きそばや手作りこんにやく等を用意しました。絵の具でほんのり染めて作るうちわは、お子様に大好評♪過去に例をみないほどの酷暑のなか、遊びに来て下さった方々には感謝感謝です♪

ハンドマッサージ(10月26日)

ボランティアグループ「てとと」さんから2名の講師をお呼びしました。爽やかなアロマのブレンドオイルを使って、丁寧にマッサージをしていただきました。

指先がほっこり暖まり、笑顔の花がたくさん咲きました♪ マッサージ後は、ハーブティーとメンバー手作りのパウンドケーキを美味しく頂きました。

10月から自立援助サービスが変わりました

■新しいサービスの名前は「ACTつながるケア」です。

「ACT自立援助サービス」のサービス名称が「ACTつながるケア」へ変更になりました（2018年10月1日より）。 「自分らしく」を支え、「つなぐ」ことを大切に、地域の中で孤立せず最期まで暮らし続けることができるよう、コーディネートするサービスです。

これからも暮らしの中の「困った!」「こうありたい」を受け止め、ケアを拡げて参りますので どうぞよろしくお願いいたします。

■コーディネート料金を廃止し、平日料金は2,200円/時間(税抜)となります。

ケアを提供する上で、コーディネートは重要です。今までは、別料金を頂いておりましたが、わかりづらいというご意見もあり、コーディネート料を廃止し、利用料金の中に含んだ料金設定にいたしました。

《新料金表（下記料金+消費税）》 2018年10月1日から適用。

	時間帯	1時間料金	30分以内料金
平日	8:00~18:00	2,200円 以降30分毎に1,100円	1,400円
平日時間外	6:00~8:00 18:00~22:00	2,500円 以降30分毎に1,250円	1,600円
土日祝日	6:00~22:00	2,500円 以降30分毎に1,250円	1,600円
深夜・早朝	22:00~6:00	3,000円 以降30分毎に1,500円	なし
コーディネート料金		廃止	

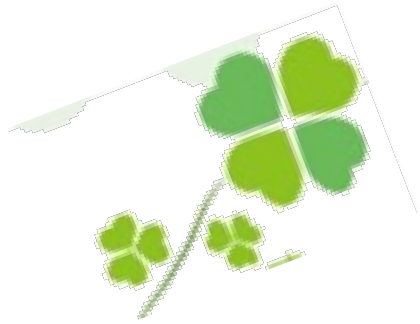


おもしろ漢字クイズ♪

~いくつか読めるかな!?チャレンジ!~

- ① 鯛 1クジラ 2タイ 3マグロ
- ② 秋刀魚 1サンマ 2ハマチ 3ブリ
- ③ 鱧 1ハモ 2アナゴ 3ゲタ
- ④ 海豚 1アザラシ 2サメ 3イルカ
- ⑤ 鯖 1ハマチ 2マグロ 3カンパチ
- ⑥ 鮑 1ハマグリ 2ホタテ 3アワビ
- ⑦ 雲丹 1イクラ 2ウニ 3トビッコ
- ⑧ 鱧(難問!) 1シャコ 2キス 3ボラ

- ㄥキ⑧ ㄥㄥ ㄥ
- ㄥㄥㄥ⑨ ㄥㄥㄥ ㄥ
- ㄥㄥㄥㄥ⑦ ㄥㄥㄥ ㄥ
- ㄥㄥㄥㄥ② ㄥㄥ ㄥ
- 【正解】



大きなかぶのメンバーを紹介します！

- ① 出身地
- ② 大きなかぶに入ったきっかけ
- ③ 趣味 or 特技
- ④ 心掛けていること or 座右の銘

◆青木 ゆかり◆

- ① 神奈川県
- ② 紹介
- ③ 旅行
- ④ 無理しない

◆赤尾 美智子◆

- ① 東京都府中市
- ② 面接の時、穏やかな雰囲気だったので仲間に入れてもらいました。
- ③ 映画鑑賞。ガラス細工を始めました。今のところ、ほぼ先生作品になってしまいます(^_^);
- ④ 会話は不得手ですが、相手の話はしっかり聞きたいと思っています。

◆坂元 泰子◆

- ① 福岡県行橋市(小倉から 30 分南)
- ② パソコン作業の補充員として参加
- ③ 読書、映画・舞台等鑑賞
- ④ 何があっても平常心でいる事、フェアである事

◆櫻本 とも子◆

- ① 東京
- ② 生活クラブの働き方説明会に出席した事
- ③ どこでもすぐに寝られる
- ④ 挨拶

◆吉井 洋子◆

- ① 東京都国立市
- ② 阪神淡路大震災の時、何か少しでも役に立てればと思っていた時に、かぶの発足メンバーの方から声をかけて頂きました。
- ③ 歌舞伎、映画を観に行く事。MOVIX 昭島が出来た事で観たい映画があれば一人でもさっさと行って、さっと観て帰ってきます。
- ④ 気持ちだけは、いつまでも若々しく…(^_^)

◆山下 万梨子◆

- ① 中野区
- ② 姉が生活クラブ会員で、大きなかぶのことを教えてくれました。
- ③ お菓子作り(本当は作るより食べる方が…)
- ④ 転んでもタダでは起きない事

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。

五十嵐様、大貫様、小澤様、加藤様、私市様、倉林様、櫻本様、内木様、細井様、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)
どうぞ よろしく願いいたします。