市内に広がる、ご近所の輪

となり組

河野　八重美さん

月１回の、季節感を取り入れたアクティビティやお茶とお菓子で談話など、気軽に集える場をハイラーク青梅集会場で実施。

始めてから
仲良しができました!

足裏の会

会員相互の会話を楽しみながら、日常生活の中でできる足裏マッサージの学習をエステート河辺集会場で実施。

楽しみながら
学んでいます！

石橋　福子さん

見守りネットワーク新町

黒田　宗宏さん

毎月２回、新町４丁目を中心とした住民が、平松緑地の東屋までの道のりで地域の見守り、集合してからお茶のみ会を実施。

ウォーキングの後の
談笑会も楽しいです!

霞台第2住宅 サロン活動

毎週１回住人が集まり、カラオケや健康麻雀をして楽しく交流するサロン活動を霞台第２住宅の集会所で実施。

皆さん楽しみに
参加してくれます！

長澤　美智子さん

私たちは、青梅社協の地域福祉活動を応援しています！

医療保険で、ご自宅でリハビリマッサージが受けられます。

対象者■マヒ・関節拘縮などがあり、寝たきり、歩行困難、歩行介助が必要な方など…　詳しくはお問い合わせ下さい

医療保険適用

1回300~500円程度
(自己負担1割の方)

寝たきりゼロ作戦を応援する

▼はじめての方、まずはお試しください…
無料、体験マッサージ実施中!!

※ただし申請には医師の同意が、必要となります。

国家資格のあるマッサージ師による機能の維持・回復を目的とした施術です。

中央在宅マッサージ

どうぞお気軽にご連絡下さい

お申し込み・お問い合わせは…　フリーダイヤル 0120-405-032（よーこそ マッサージ）

●ホームページもご覧ください　http://www.te-ate.com

NPO 特定非営利活動法人 在宅マッサージ家族の会

あたたかい心の結晶

（敬称略）

（平成24年８月11日～平成24年10月10日）

一般寄付金

氏名（住所）	金額	氏名（住所）	金額	氏名（住所）	金額
匿名	500	匿名	812	お～ちゃんフェスタ設置募金箱	1,526
青木繁（御岳）	5,511	手打そば井戸入（成木）	5,300	青梅市自治会連合会ゴルフ大会チャリティ募金	43,600
上町新生会	16,406	青梅市高齢者クラブ連合会	92,000	愛のおくりものチャリティー青梅歌謡祭	31,010
大串統是（小曾木）②	6,000	㈱三愛（河辺町）	10,000		

物品

氏名（住所）	物品	氏名（住所）	物品	氏名（住所）	物品
匿名	未使用タオル	匿名	未使用タオル	匿名（東青梅）	未使用タオル、ミニカー
匿名	未使用ハガキ	吉野多喜恵（師岡町）	紙おむつ	伊藤雅子（谷野）	未使用ハガキ
匿名	紙おむつ	野崎産業（塩船）	ウォーキングマシーン	匿名	紙おむつ
原島キヨ	未使用ハガキ	西村みよ子（成木）	メガネおき		

使用済み切手（聖明園に贈られます）

氏名（住所）	氏名（住所）	氏名（住所）	氏名（住所）
峯岸行男（友田町）	沢井市民センターご利用者様	青梅梨の木保育園	西テル子（柚木町）
笹本碧（新町）	嶋﨑秀男（和田町）②	岡沼恵美子（河辺町）	骨董神明（勝沼）
㈱立川電機（昭島市）	梅郷ボランティア②	原島キヨ	㈱石川（福生市）
山岸安子（今井）	若林好江（成木）	小澤貞子（柚木町）	新町市民センター利用者
天ケ瀬楽寿会	青梅南ハッピーグループ	理容マサキ 正木フミ子（梅郷）	仲町ボランティアグループ
㈲川田美術（千ヶ瀬町）	青梅新興㈱（黒沢）	新町保育園②	エスポア宏川屋
青木隆音（師岡町）	松浦机余子（河辺町）	青梅市役所保険年金課	伊藤雅子（谷野）
亀田光範（長淵）④	本間友季子（二俣尾）	武田はつみ	大門市民センター
明治安田生命 青梅営業所	㈱中島工務店（藤橋）	吉野多岐江（師岡町）	認知症家族の会 青梅ネット
民生児童委員 新町地区	見守りネットワーク新町	本田貞夫（新町）	高梨（今寺）
吉川（日向和田）	石川サカエ（今寺）	武蔵野台病院医療相談室	三井栄子（東青梅）
舟木隆次（沢井）	青梅市立総合病院管理課	ダイキオート㈱（新町）	西東京農業協同組合
須崎華子（二俣尾）	原島康典（梅郷）	須田栄（河辺町）	勝山純子（東青梅）
剣持武政（河辺町）	友愛学園成人部	木俣京子（吹上）	並木正（千ヶ瀬町）
奥多摩工業㈱青梅工場	関満枝（新町）	あいあいクラブ（根ヶ布）	池田知子（沢井）
ジョイントワーク ひこばえ	榎戸産業㈱（天ケ瀬町）	稲垣淳子（梅郷）	三本木三恵子（東青梅）
堀口キミ（谷野）	山中恵美子（東青梅）	青柳サキ子（沢井）	㈲光陽サッシ（梅郷）
上町新生会	丸山よし子（大門）	新町東保育園	サンキャップグループ
小嶺泰佑（成木）	青梅ガス女子会	中川冨美子（二俣尾）	瀬川あい（東青梅）
加藤勤（河辺町）	ホットマン㈱（長淵）	青梅市役所市民税課	六平会
福泉自動車㈱（畑中）	細金ヨシエ（天ケ瀬町）	増岡拓也（柚木町）	匿名９名
嶋崎税務会計事務所（河辺町）	㈱三愛（河辺町）	町田（柚木町）	
長淵市民センター	神谷博（成木）	㈱五光建設	

○番号は寄付の回数です。

ベルマーク（青梅学園に贈られます）

氏名（住所）	氏名（住所）	氏名（住所）	氏名（住所）
藤野マサ江（沢井）	青梅新興㈱（黒沢）	㈱三愛（河辺町）	西テル子（柚木町）
山岸安子（今井）	松浦机余子（河辺町）	青梅梨の木保育園	梅郷ボランティア
天ケ瀬楽寿会	本間友季子（二俣尾）	吉野多喜恵（師岡町）	エスポア宏川屋
笹本碧（新町）	音訳グループ たんぽぽ	本田貞夫（新町）	伊藤操（住江町）
青木隆音（師岡町）	見守りネットワーク新町	中村ナミ子（東青梅）	明治安田生命 青梅営業所
吉川（日向和田）	石川サカエ（今寺）	塩野トミエ（東青梅）	池田知子（沢井）
舟木隆次（沢井）	原島康典（梅郷）	ファミリーサポートセンター	サンキャップグループ
須崎華子（二俣尾）	友愛学園成人部	増岡美咲（柚木町）	瀬川あい（東青梅）
福泉自動車㈱（畑中）	小會柿市民センター	町田（柚木町）	匿名４名

使用済みプリペイドカード

氏名（住所）	氏名（住所）	氏名（住所）	氏名
天ケ瀬楽寿会	望月昭世（森下町）	西テル子（柚木町）	六平会
明治安田生命 青梅営業所	見守りネットワーク新町	梅郷ボランティア	匿名３名
須崎華子（二俣尾）	町田（柚木町）	瀬川あい（東青梅）	

情報ねっと

①日時　②場所　③内容
④問い合わせ・申込み先

♪ボランティア募集♪

自立センター　ボランティア募集

★課外活動（生活介護事業所）

①１月１０日(木)、１７日(木)、２４日(木)、２月７日(木)、１４日(木)、２１日(木)いずれも午前・午後②自立センター（今井５－２４３４－２）集合③所外での見学・散策の際の車いす移動補助。募集人員は各日午前・午後３名ずつ。申込は実施日の２日前まで

★調理体験（生活介護事業所）

①２月２６日(火)②自立センター③利用者と一緒に調理の補助。募集人員４名。申込は２月１５日(金)締切

★日帰り旅行（就労支援事業所）

①３月１５日(金)午前８時４５分集合～午後５時３０分②江戸東京博物館③バスの日帰り旅行の際の車いす・食事の介助等。募集人員５～１０名。申込は２月１５日(金)締切。それぞれ昼食代等は施設で負担。お問い合わせは、自立センター☎３２－１６３１

♪学ぼう♪

青梅市障害者団体連合会講演会「障害者総合支援法」へ

①２月１５日(金)午前１０時～１２時②福祉センター（東青梅１－１７７－３）第１・２集会室③平成２５年４月１日から障害者自立支援法が「障害者総合支援法」に変わります。旧法との違いや内容についてわかりやすく説明。講師　吉川かおり　氏（明星大学教授）参加費無料。障害児保育あり④☎障がい者サポートセンター☎３０－０１５２

あゆみえん　講習会

★第９４回介護講習会「リハビリテーションについて」

①１月１３日(日)午後１時３０分～４時②あゆみえん（成木２－４４）ホール。東青梅駅南口から送迎バスあり（午後１時発）。

★第９５回介護講習会「高齢者の食事について」

①３月１０日(日)午後１時３０分～４時②あゆみえん（成木２－４４）ホール。東青梅駅南口から送迎バスあり（午後１時発）。

★第１４回市民フォーラム「介護保険を考える～地域で作る介護の輪」

①２月２４日(日)午後１時３０分～４時②青梅市民会館（上町３７４）

それぞれ参加費無料。お問い合わせは、あゆみえん☎７４－５５５０

介護者教室「おいしく食事をするために」

①１月１９日(土)午後２時～３時②メディケア梅の園（駒木町３－５９４－１）③飲み込みのしくみと安全な食事の提供について。要予約（定員２０名）、参加費無料④メディケア梅の園☎２２－０１５５

地域ささえあいフォーラム

「あなたのお口は大丈夫？」ー歯と口のケアについて

①２月９日(土)午後２時～４時②和楽ホーム（富岡１－３１８）③口の健康の見直しについて。入場無料。駐車場、送迎あり（午後１時　河辺駅南口発）④和楽ホーム☎７４－４４１１担当　宮崎

青梅市自立センター　福祉公開講座

★折り紙教室

①１月１６日(水)午後１時３０分～３時３０分②青梅市自立センター（今井５－２４３４－２）西棟２階③折り紙で楽しく手指を使い作品づくり。講師　加藤　和子氏。申込は１月４日(金)から

★ビーズアクセサリー

①２月２０日(水)午後１時３０分～３時３０分②自立センター西棟③簡単なビーズアクセサリーづくり。講師　明田川　冬子氏。受付は２月１日(金)から

それぞれお問い合わせは、自立センター☎３２－１６３１

♪行ってみよう♪

都立羽村特別支援学校　学校公開

①１月２３日(水)午前９時１５分～午後１時②都立羽村特別支援学校（羽村市五ノ神３１９－１）③授業公開、進路に関する講演会（予定）④１月１６日(水)までに、都立羽村特別支援学校☎０４２－５５４－０８２９

よしの保育園行事

★節分豆まき

①２月１日(金)午前１０時～②柚木町２丁目自治会館、保育園前グラウンド③豆入れを制作。その後園児と一緒に豆まき。未就園児親子、おひさまクラブ対象

★ひなまつり

①３月１日(金)午前１０時～②柚木町２丁目自治会館③ひなまつりの簡単な制作。未就園児親子、おひさまクラブ対象

それぞれ終了後、園庭解放あり。お問い合わせは、よしの保育園（柚木町２－３１２－１）☎７６－０８０９

成木保育園行事

★出前保育

①１月２４日(木)、２月７日(木)午前１０時～１１時②成木市民センター（成木４－６４４）第１集会室または体育館③簡単な運動あそびや工作あそびなど。成木市民センター駐車場有り、未就学園児親子対象、上履き持参

★育児講座「絵本の読み聞かせ」

①２月１４日(木)午前１０時～１０時４０分②成木保育園（成木４－６９１）２階ホール③保育園入園前の乳幼児親子対象。講師　髙野　悠子　先生

それぞれお問い合わせは、成木保育園☎７４－７３２１

青梅みどり第二保育園　出前保育

①１月２４日(木)、２月２１日(木)午前１０時３０分～１１時②子育て支援センターはぐはぐ（青梅市新町２－２１－９）③保育士２名によるわらべ歌やお話、紙芝居など④青梅みどり第二保育園（師岡町１－１１３－２０）☎２４－７４００

かすみの里５周年記念・ケロポンズコンサート

①３月１７日(日)午後３時開場、午後４時開演②福生市民会館（福生市福生２４５５）③大人も子どもも楽しめるコンサート。入場料１,５００円（当日は１,８００円）④かすみの里（新町１－８－１）☎３０－７０５５

長渕保育園　子育てひろば

①１月１０日（正月遊びを楽しもう）、１７日（保育講座）、２４日（ブンブンこまを作ろう）、３１日（鬼のお面を作ろう）、２月７日（保育講座）、１４日（親子でゲーム大会）、２１日（おひな様を作ろう）、２８日（保育講座）、３月７日（小麦粉粘土で遊ぼう）それぞれ午前１０時～１２時

③下長淵自治会館　子育て支援センター④長渕保育園☎２２－８１０２

二俣尾保育園行事

★もちつき会

①１月１０日(木)午前１０時～②二俣尾保育園（二俣尾４－１０６７）園庭③在園児、親子、地域の方と交流を楽しみながらおいしいおもち、豚汁を食べる。前日までに要申込

★お店屋さんごっこ

①１月２４日(木)午前１０時～１１時②二俣尾保育園保育室③手作り品多数あり。買い物袋､お金は用意してあります。

★園庭解放、保育体験

①月曜～金曜午前９時３０分～１１時②二俣尾保育園③事前申込により給食試食あり（１日２組まで）

それぞれお問い合わせは、☎７８－９４６６担当　大野

花の里作品展示会2013

①２月８日(金)～１７日(日)午前１１時～午後５時（最終日は午後４時まで）②ギャラリー繭蔵（西分町３－１２７）③利用者が制作した作品の展示・販売。土・日曜は体験ワークショップ開催。入場無料④花の里（長淵５－１０８０－２）☎２５－１６４１

友田保育園行事

★白菊会との交流事業

①１月１８日(金)午前１０時～１１時②友田保育園（友田町４－１０６）ホール③地域の高齢者クラブと交流し、歌や劇発表

★おはなし会

①１月３０日(水)午前１０時～１１時②友田保育園ホール③講師による絵本の読み聞かせ

★お店屋さんごっこ

①２月５日(火)～７日(木)午前１０時～１０時４５分②友田保育園ホール③園児が作成した雑貨などの模擬売買。６日はポップコーンのサービスあり

★おたのしみ会

①２月１２日(火)午前１０時～１１時②友田保育園ホール③人形劇団ふくまる座による「はてな？のこぶた」の上演

★出前保育

①１月１５日(火)、２２日(火)、２月１９日(火)、２６日(火)②１月１５日、２月１９日は友田町自治会館、１月２２日、２月２６日は友田町３丁目児童遊園

それぞれお問い合わせは、友田保育園☎２２－７９３５

青梅みどり第一保育園行事

★育児講座「親子観劇会」

①１月２５日(金)午前１０時～１１時②青梅みどり第一保育園３階みどりっこ広場③劇団なるにあによる「ヘンゼルとグレーテル」のお話

★豆まき会

①２月１日(金)午前１０時～１１時②青梅みどり第一保育園３階みどりっこ広場、園庭③鬼のお面をつくり、園児と一緒に豆まき

それぞれお問い合わせは、青梅みどり第一保育園☎２３－３６００

青梅市中央図書館　手話で楽しむ映画会＆おはなし会

①２月２日(土)午後１時３０分～３時３０分②青梅市中央図書館（河辺町１０－８－１）③映画会「架け橋」（東日本大震災のドキュメント）、おはなし会「雪おんな」、定員６０名（入場無料、直接会場へ）手話通訳あり。共催　青梅市聴覚障害者協会、青梅の図書館を考える会④青梅市中央図書館☎２２－６５４３ＦＡＸ２３－８２２４

梅郷保育園行事

★もちつき会

①１月１０日(木)午前１０時～１１時３０分②梅郷保育園（梅郷３－７７６－７）③要予約（前日まで）エプロン、角巾等持参

★育児講座（赤ちゃんマッサージ）

テーマ「あしつぼマッサージでポッカポカ」

①１月１７日(木)　午前９時３０分～１０時３０分②梅郷市民センター（梅郷３－７４９－１）③講師　高橋　陽子氏　生後３か月～１歳くらいまでの親子対象。要予約（１月１６日まで）。バスタオル２枚、タオル１枚、紙おむつ等持参。育児相談あり

★出前保育

①１月１７日(木)、２月２１日(木)午前１０時～１１時②梅郷市民センター③１月は鬼のお面を作ろう！、２月はおひな様を作ろう！家庭保育親子対象

★豆まき会

①２月１日(金)午前１０時～１１時３０分②梅郷保育園③鬼や福の神に扮装するボランティア募集中。

それぞれお問い合わせは、梅郷保育園☎７６－１０８８

日向和田保育園行事

★育児講座「離乳食講座」

①１月２２日(火)午後１時３０分～３時②日向和田保育園（日向和田２－３７４－７）③試食あり

★出前保育

①２月２１日(木)午前１０時～１１時②日向和田２丁目自治会館③簡単にできるおひな様づくり

それぞれお問い合わせは、日向和田保育園☎２３－３４２０

青梅市障がい者サポートセンター行事

★新春　お餅つき大会

①１月１４日(月)午前１０時～午後１時②青梅市障がい者サポートセンター（大門２－２６１－１）③お餅つきとすごろく大会。参加費２００円

★発達障害相談

①１月１１日(金)、２月８日(金)、３月８日(金)午後～②青梅市障がい者サポートセンター③臨床心理士による相談。要予約制

それぞれお問い合わせは､青梅市障がい者サポートセンター☎３０－０１５２

♪おうめ環境フェスタ2013 出展者募集♪

６月２日(日)開催予定の『おうめ環境フェスタ２０１３』の出展者を募集。

１月１５日(火)までに電話、またはメール・ファックスで､「おうめ環境フェスタ２０１３出展者希望」、応募書類内容を記入のうえ、環境政策課管理係ＦＡＸ２２－３５０８、メールdiv1310@city.ome.tokyo.jpへ

★応募書類内容（様式は特に無し）

①出展者の名称②連絡先(電話･FAX･電子メール)③活動・事業・研究・作品等の概要④出展したいものの説明（ワークショップの案、パネルまたは出展物のスケッチ（図・寸法）、映像作品・写真等の概要

★参加条件等

・２５年１月より出展者説明会、共同ブースおよびワークショップの企画・制作に参加していただきます。
・費用：全額出展者負担
・備品：机・パネルの貸し出しあり
・その他：ごみを極力出さず出たごみは持ち帰ること
・営利を目的としないこと（宣伝・名称表示等に一定の基準を設けます。）

★出展者説明会

１月２３日(水)午後７時３０分　青梅市福祉センター

新しい年に、ありがとう
ボランティアから始まる素敵な出会い

地域イベント、もっと楽しく もっと地域が好きになる

ポップコーン器

綿菓子器

たこ焼道具

餅つき道具

今月号の表紙で使った餅つき道具一式を始め、イベント用備品の無料貸出しをしています。自治会のイベントはもちろん、子供会、団体会員に加入していただいている企業、ボランティア・市民活動センター登録団体によるイベントなど、地域のつながりをつくるイベントの仕掛けとして、ぜひご利用ください！使い方もレクチャーします。楽しいイベントを企画して､みんなで楽しもう！

やってみると楽しい ボランティア活動

登録条件
①構成員５名以上
②ボランティア活動を目的
③非営利で自発・継続的活動

今年度、新たにボランティア・市民活動センターに登録をした「民立おうめ楽校」の会長、山岸怜奈さん。青梅若者カフェ実行委員の代表もされていて実行委員会主催で行う若梅祭（２月３日開催予定）の準備に奮闘されています。今年は青梅の若者たちの活躍から目が離せません。現在登録している団体は、６８団体。活動内容も様々です。みんなで登録して、楽しい活動をしよう！

ふくしま　うまいものディナーパーティー

～福島の安心安全のおいしい食材、いっぱい食べよう～

3月9日(土) 午後6時～8時
5,500円※アルコールは別途費用がかかります。
120名(先着)
青梅スイートプラム ふようの間
（ＪＲ青梅線　東青梅駅下車徒歩３分）

いまだに余震が続く､東日本大震災。被災地応援ツアーやチャリティーＴシャツの販売など被災地支援に取り組んできましたが、今回は、福島県の食材を使ったディナーパーティーを企画しました。原発事故での放射能汚染､風評被害に苦しんでいる福島産食品の安全性をアピールします。
★全て福島産の食材を使った郷土料理　全６品
（先付け、お椀、汁物、魚料理、肉料理、ご飯物、果物）
★各料理の説明や、被災地の写真の展示等もあります。

申込は１月７日(月)から直接お電話でご予約下さい

青梅ボランティア・市民活動センター
☎0428(23)7163　E-mail:vcome@hotmail.com
青梅ボランティア　検索　http://www.omeshakyo.jp