

お元気ですか



毎年募金を持参してくださる
青梅幼稚園の年長組の皆さん

地域に広がる、あたたかい輪

大募集!

**「お元気ですか」
1月10号の表紙に写ろう!**

お〜ちゃんと一緒に写ってくれる子どもを
募集します! みんなで楽しい写真を撮ろう!

対象 2歳〜6歳までの子ども 先着20名

申込 11月12日(月)から

22-1111内線11507へご連絡ください。

詳しくは、8ページ!

歳末たすけあい運動にご協力をお願いします。

今年も12月1日から、歳末たすけあい運動が始まります。
皆さまからいただく募金は、歳末見舞金として地域で生
活にお困りの方・寝たきりの方へ、民生児童委員さんのご協
力でお届けします。また、市内の福祉団体、ボランティア団
体などが実施する事業等への助成金、ひとりぐらし高齢者
ふれあい旅行や年末大掃除サービス、車いすの貸出し事
業などの財源として使わせていただきます。

歳末たすけあい運動のチラシもご覧ください!



年末年始の社協サービス 利用者募集!

これらの事業は歳末たすけあい運動の募金で実施しています。

年末大掃除サービス

普段掃除しづらい場所を、協力員さんがお掃除します!

1回2時間で500円!

窓ガラスふき
電気の傘の掃除
換気扇の掃除
など



対象 65歳以上の
・ひとり暮らし高齢者
・高齢者世帯

申込みは11月16日(金)まで

大掃除の協力員さん募集!

大掃除をしてくださる市民の方を募集します。

- ◎2人1組で活動していただきます。
- ◎高校生以上の方が対象です。
- ◎時給 1,000円、交通費 1回200円

◎協力員さん説明会

12月1日(土)

午前10時から

福祉センター2階

第1・2集会室

◎協力してくださる方は、

11月30日(金)までに

ご連絡ください!



おせち料理宅配サービス

1食5,985円のところ

2,500円!

12月31日(月)の午前中に、代金引き換えでご自宅へお届けします。

対象 身体障害者手帳1・2級、愛の手帳1・2度、精神障害者保健福祉手帳1級の方で、ひとり暮らしの方、障がい者が生計中心者の世帯



申込みは12月12日(水)まで

利用者さんの声



やっぱりお正月にはおせち料理! 届けてもらえるので助かります。

大掃除サービスは、普段手が届かない場所や窓ふきなどの掃除をしてくれるから助かります。毎年すっきりして新年を迎えられます。



はり・マッサージ治療

青梅市の治療券もお取扱い
小作駅北 湧泉堂 (32)2188

訪問マッサージ

- 手足に麻痺や硬縮が有り
歩行が困難な方など
 - 各種の健康保険証が使えます
 - 医師の同意書が必要です
 - ご希望により説明などに伺います
- 鍼灸マッサージ師 植木 正作
ご相談は (32)2188

社会福祉協議会 会員募集!

社会福祉協議会の活動は、会員会費により支えられています。



在宅配食サービス!!

- 介護食 おかずのみ500円 (普通食) (税込み525円) ごはん付550円 (税込み577円)
- 糖尿病食 おかずのみ720円 (カロリー食) (税込み756円) ごはん付760円 (税込み798円)
- 腎臓病食 おかずのみ720円 (塩分控えめ低たんぱく食) (税込み756円) ごはん付760円 (税込み798円)

年中無休、配達料無料どなたでもお取りいただけます。(一部山間部除く)

宅配クック1・2・3 西多摩店

羽村市羽東1-19-1-102 ☎042-554-9528

コーラスグループ仲良し7人の早朝ウォーキング

毎週土曜日の朝6時30分。いつもの7人が集まり、ウォーキングが始まります。メンバーの大場昭夫さんにお話をうかがいました。

始めたきっかけ

もともとは、健康のために私一人で歩いていたのですが、市民合唱団の仲間と一緒に歩くようになり、今は奥さんも加えて7人で歩きます。ドイツ出身者や、今寺から自転車で来る仲間もいます。前職も様々なので、色々な話ができ、楽しいですよ。

素敵な仲間たちと過ごす時間

合唱好きで、みんなで集まってワイワイ楽しく過ごすのが好きなメンバーばかりだから続いていると思います。毎回無理に参加することはありませんね。地域の話やバーゲンの話など、たわいもない話で盛り上がっています。1週間の生活サイクルの一部となっています。



朝日を浴びながらのウォーキングは、体も心もスッキリしますよ！




季節を感じるウォーキング

桜のきれいなコース、カワセミを見ることができるところなど、飽きないようにしています。季節を感じながらウォーキングできるから気持ちがいいですし、体を動かすいい機会になっています。カワセミの撮影をしていた方と知り合ったり、出会いがあるのも楽しみの一つです。

ウォーキングの後は朝食会

ウォーキングの後は、メンバーの家で朝食会をしています。もともとはお茶会だったのですが、どうせならみんなでご飯を食べようということで始めました。一人に負担がかからないように、毎週違うメンバーの家でしていますが、全員が一品ずつ持ち寄っています。みんなで食べる朝ごはんは、格別です。

 **訪問マッサージおたっしやサービス**
国家資格のあるマッサージ師がご自宅に伺い施術いたします

医療保険がご利用になれます


〇マヒ、関節拘縮があり、歩行困難な方が対象です
(医師の同意をもとにマッサージを行います)

詳しくはご相談ください、相談員がご説明いたします。

在宅はり灸マッサージ 介護予防運動
おたっしやサービス
☎ 0120-28-8520 青梅市今井3-31-13


初めの方！
お試しマッサージ
(無料)

女性マッサージ師が
多く在籍してます



**社会福祉協議会
会員募集！**

社会福祉協議会の活動は、会員会費により支えられています。



仕出し料理・出張パーティー・出張会席

菊ふじ

青梅市勝沼3-100
TEL.0428-24-3078
FAX.0428-24-4167

あなたの「困った!」は社協へ相談!

TEL22-1111 内線11507へ



教育支援資金貸付

授業料や入学金を貸します!

高校や大学の授業料(月額貸付上限額あり)や、入学金(上限50万円)を無利子で貸し付けます。まずは社会福祉協議会へお電話ください。

授業料貸付限度額(月額)

| | |
|------------------------|---------|
| 高校 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 |



地域福祉権利擁護事業

福祉サービスの利用を支援!

認知症や知的障がいなどで自分で判断して選択することができない方が福祉サービスを利用する際のお手伝いをします。ご本人との契約が必要です。

こんなお手伝いをします!

- ★福祉サービスの情報提供
- ★サービス利用料の支払い
- ★サービス利用開始時や
利用停止時の手続き
+オプションとして・・・
- ◎日常的金銭管理サービス
- ◎書類預かりサービス



成年後見推進事業 制度に関する相談に乗ります!

このような方はぜひご相談ください

- ・親の財産管理で、身内同士のトラブルを避けたい
- ・高齢で一人暮らしの親が、現金管理ができなくなった
- ・後見人をつけたいが、手続きがわからない
- ・自分の判断能力がなくなったときに備えたい
- ・障がいのある子供がいるが、将来が不安
- ・後見人との関係がうまくいかない



弁護士による無料相談

成年後見制度や遺言等について、弁護士が無料で相談を受けます。予約制です。
毎月第2火曜日 午前9時30分~11時
毎月第4水曜日 午後5時~7時30分
お1人30分程度です。

事前に
ご予約下さい!



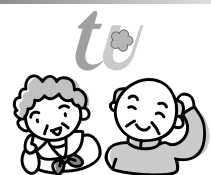
医療法人社団 和風会で 安心の在宅介護

住みなれたご自宅で看護・リハビリ
■梅の園訪問看護ステーション
TEL 0428-22-0207

機能訓練もできる通所介護
■デイサービスセンターパーク
TEL 0428-21-2452

ケアプラン・予防プランの作成
■梅の園訪問看護居宅介護支援センター
TEL 0428-23-8585

心の通ったホームヘルプサービス
■(株)ヴァリュウ ファーストケア
TEL 0428-20-2080



和風会の医療・保健施設も支援します
多摩リハビリテーション病院
メディケア梅の園(介護老人保健施設)