

# ★ おさしむらやま社協発 お知らせ ★

## 〈南部地域包括支援センター〉

\* 申込・問合せ先 TEL : 590-1477・FAX : 590-1252

### 【介護予防教室】「すっきり体操」

- 高齢者向けの簡単な体操で、頭と体を動かしてすっきりしましょう!
- ▼日時 11月12日(月) 午前10時~11時30分
- ▼場所 新大南地区集会所
- ▼講師 介護予防健康アドバイザー・トレーニング指導士・ピラティス講師 山本 ショウコ 氏
- ▼対象 概ね60歳以上で医師から運動制限を受けていない市民のかた
- ▼定員 30名(応募者多数の場合は抽選) ▼参加費 無料
- ▼締め切り 11月6日(火)
- ▼持ち物 手ぬぐいサイズのタオル・飲み物・室内用の靴

### 【介護者交流会・介護技術教室】

#### 「介護する人の体の負担を少なく」～体位変換と移動～

- 介助者の体の負担を減らせるよう、「寝返り」「ベッドから車いすへの乗り移り」など、実演を交えながら講師が解説します。楽に安全に介助するためのちょっとしたコツを学びませんか?
- ▼日時 11月15日(木) 午後2時~3時30分
- ▼場所 国立病院機構村山医療センター
- ▼講師 国立病院機構村山医療センター理学療法士 小田原 亮太 氏  
国立病院機構村山医療センター看護師 高石 友葉 氏
- ▼集合時間 午後1時45分
- ▼集合場所 村山医療センター1階正面受付
- ▼対象 介護をしているかた・経験者・介護に関心がある市民のかた
- ▼定員 30名(応募者多数の場合は抽選) 準備の関係上、必ず事前にお申し込みください。
- ▼締め切り 11月8日(木)
- ▼持ち物 動きやすい服装 ▼参加費 無料

### 【交流会】《呼吸器の会》みんなで話しませんか

- 呼吸器疾患をおもちのかた同士で悩みや不安をお話しませんか。今回は緑が丘地区で開催します。
- ▼日時 12月10日(月) 午前10時30分~11時30分
- ▼場所 村山団地高齢者みまもり相談室(緑が丘1460-45号棟)
- ▼対象 概ね60歳以上の市民で呼吸器疾患をおもちのかた・家族のかた
- ▼参加費 無料

### 【介護予防講座】(全3回講座)

- 「歌で英語を楽しく学ぼう!」
- 『サウンド・オブ・ミュージック』『ビートルズ』などの懐かしの歌からクリスマスソングなど、大好きな歌を英語で歌ってみませんか?映像をまじえた、今までにはない楽しい講座です。子どもからシニアまで、男性も女性もお気軽にご参加ください!
  - 《第1回》
  - ▼日時 12月13日(木) 午前10時~11時30分
  - ▼場所 市民総合センター3階 学習室
  - 《第2回》
  - ▼日時 1月17日(木) 午前10時~11時30分
  - ▼場所 市民総合センター2階 ボランティア・市民活動センター会議室
  - 《第3回》
  - ▼日時 2月14日(木) 午前10時~11時30分
  - ▼場所 市民総合センター3階 学習室
  - 《各回共通》
  - ▼講師 白梅学園大学非常勤講師(英語) 米蒸 健一 氏
  - ▼対象 市民のかた
  - ▼定員 20名(応募者多数の場合は抽選) ▼参加費 無料
  - ▼締め切り 12月10日(月) 事前申込制

※申込・問い合わせは、月~金曜日の午前9時から午後5時まで。

## 平成29年度 赤い羽根共同募金実績のご報告

赤い羽根共同募金運動は、高齢のかた、障害のあるかた、子どもたちを対象とする地域福祉活動に対して支援する募金です。集められた募金は、地域福祉を支える活動や、被災地の復興支援活動、災害ボランティアセンターの設置や運営等に使われます。

### 配分先からのありがとうメッセージ

共同募金会より配分していただきレーザー刻印機を購入できました。刻印機を使用して、オリジナル商品をつくることができ、販売先が拡充されました。ありがとうございました。  
(就労継続支援B型事業所 ジョイナス)

## 平成29年度赤い羽根共同募金 市内配分先

《聖光会 聖光緑が丘保育園》



使途：備品整備  
プラフォーミング大型積木

《共同作業所かたくり》



使途：宿泊訓練(社会体験)  
バス借上げ代

## ありがとうございます

\*平成30年8月1日から9月30日の間に、下記のかたから金品の寄附をいただきました。

【寄附金】	金額(円)	上水台協会	10,526	村山中央病院	武蔵村山市	くわの実	【フードバンク・その他の物品】
泡人	64,037	匿名1件	5,000	交通安全協会榎分会	学園自治会	真鍋翔子	トヨタ西東京カローラ株式会社
緑丘会	6,892	<b>【使用済み切手・ベルマーク等】</b>		武蔵村山市医師会	ちかま医院	鈴木正彦	手話サークルてわの会
お父さんの会	6,000	デイサービスセンターほのか		りそな銀行村山支店	小野寺孝子	降矢靖子	有限会社みのべ建築設計事務所
JHゆNFH	2,893	介護老人保健施設アルカティア		有限会社諸江製作所	波多野市雄	宮沢和夫	小野寺孝子
中原自治会	3,000	武蔵村山市ソフトボール協会		有限会社石野工務店	小町美佐子	若杉	荻原芳政
武蔵村山市シルバー人材センター	20,000	武蔵村山市シルバー人材センター		緑が丘ことぶき会	島貫二三子	須藤清子	中原自治会
宮原みつ子	3,000	武蔵村山市民生委員・児童委員協議会		西部地区おやじの会	君島百合子	中山靖彦	石井宏子
原山自治会	5,000	訪問看護ステーションゆいまる		武蔵村山病院 佐藤繁	宮原みつ子	岩橋淳美	匿名6件
		株式会社狭山観光サービス		第2えのき園	橋本きよ子	匿名8件	



【敬称略・順不同】

**歯** の往診治療なら萩山歯科医院へ

東村山市萩山町 1-3-9

☎042-348-8848

〈健康保険・介護保険・生活保護・指定医〉

●入れ歯の修理・作製、  
●虫歯・歯周病の治療、  
●口腔ケア(清掃)、  
の相談

ご自宅や施設等へ  
訪問いたします

医療保険適用 医師からの同意が必要となります

ご自宅でマッサージ 一回の料金は300円程度です

**在宅マッサージ虹色**

☎042-512-7838

電話受付/午前9時~午後5時

初回無料お試し受付中

立川市高松町2-1-8-101 http://zm-nijiiro.com 虹色 検索