



## 敬老特集

各センターオリジナルの  
素敵な催しをご紹介します。



### 子どもたちと 長寿をお祝い

北町高齢者センター

9月13日敬老会が開催されました。敬老の日とは「多年にわたり社会に尽くしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う日」と定義されています。いつもご利用してくださっている皆さんを、職員一同敬意をもってお迎えしました。

音楽講師によるピアノとオーボエ演奏、歌当てクイズなどの音楽会を楽しみました。「ふるさと」や「小さい秋見つけた」などの楽曲は馴染み深く、真剣な眼差しで聞き入っていらっしゃいました。みずきっこの子どもたちは手作りのプレゼントを持ってきてくれました。ご利用者の皆さんは「かわいい〜!!ありがとう!」と、にっこり素敵な笑顔で子どもたちに声をかけていました。子どもたちとの交流がご利用者の皆さんにとって一番のお祝いです。(村上)

## イベントで弾けた笑顔

管理・社会活動センター

9月18日敬老の日のイベントを3つ開催しました。「椅子ヨガ」は25名の方が来場され、呼吸法→ストレッチ→ヨガのポーズで体をほぐし、「体が軽くなった!」「上がらなかった足が上がるようになった!」と感謝の言葉をいただきました。

「フラダンス・ウクレレ演奏ショー」は46名の方が来場され、女性たちや子どもたちの素敵なダンスやウクレレの生演奏もあり、ハワイに来たような素敵な空間に、皆さん始終笑顔で拍手喝采でした。

「マジックショー」には14名の方が来場され、ショーの際には目の前で繰り広げられる不思議な現実后感嘆の声をあげ、トライマジックでは、2種類のマジックを覚えていただいたのですが、皆一丸となり、お互いにやって見せ合うなど、時間を忘れて楽しまれていました。(庄山)



イベントの様子

## 敬 う 心

高齢者総合センターデイサービスセンター

9月18日に敬老会を開催しました。今年は4年ぶりにご家族も招待し、ご利用者と合わせて総勢48名の参加とにぎやかで華やかな会となりました。お食事は、てんぷらの入った豪華松花堂弁当でおもてなし。ご利用者と職員によるギター&ピアノの演奏会で盛り上がり、後半はボランティアのみなさんによる江戸小唄を楽しみました。(後藤)





# 夏まつり 大人も子どもも はじけた笑顔

高齢者総合センター・デイサービスセンター

8月29日、4年ぶりに地域の世代間交流を目的とする夏祭りを開催しました。ご利用者、ご家族、市内に住む子ども連れの方など、およそ160名が参加しました。盆踊りや和太鼓の演舞、輪投げやポッチャなどを楽しみながら、地域の皆さんと交流を持つことができました。

参加してくださった方から「チラシを見て楽しみで今日は来ました。いろいろな方と触れ合えることができるととても良いと思います」「子どもがこの夏のお祭りの中で一番楽しかった!!!」と喜んでおりました」と話してくださいました。ご利用者も地域の小さな子どもたちのかわいい姿に目を細め、たくさんの笑顔を見せてくださいました。(本橋)



くじ引きで「2等賞のドラえもんポシエット」をGET!



最後はみんなで盆踊り



かわいかった子どもみこし

## 赤ちゃんからお年寄りまで盛り上がりました!

北町高齢者センター



8月22日に夏祭りを開催しました。職員は浴衣や半被を身にまといご利用者の皆さんをお迎えしました。「さくら会」の皆さんによるフラダンスや手話ソング、みずきっこの盆踊り大会など盛りだくさんでお楽しみいただきました。炭坑節や東京音頭が流れると輪の中にご利用者も加わり、実習生や子どもたちも笑顔で踊っていました。たくさんのご利用者の皆さんに夏祭りを楽しんでいただき、賑やかな時間を過ごす事ができました。(村上)

在宅介護・地域包括支援センター



## いきいきサロン☆ノルディックサロンむさしの☆ 八幡町に新規オープン!

### 「ノルディックサロンむさしの」

大好評のノルディックウォークサロンがもう一カ所開設されました! 気持ちの良い秋晴れの中、紅葉を楽しみながら身体を動かしてみませんか? 皆様のご参加お待ちしております。

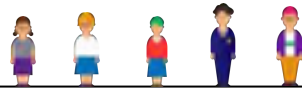
**日時** 毎週水曜日 13時30分~15時30分(祝日除く)

**場所** 都営八幡町4丁目アパート集会所  
(武蔵野市八幡町4-1-4 ※八幡町交番裏)

**参加費** 400円/回

**お問合せ** 高齢者総合センター・在宅介護・地域包括支援センター  
0422-51-1974





## 大学生の目線から見る高齢者福祉の現場

管理・社会活動センター

武蔵野大学との連携により、今年度も2名のフィールド・スタディーズ実習生を受け入れました。実習期間は16日間におよび、各部署を巡りました。日に日に成長していく姿は素晴らしく、成果発表会では自ら積極的に学びとったことを感謝と共にまとめるなど、職員から高い評価を得ていました。(島田)

### 実習生より

「今回の実習を通して福祉というのは、ご利用者の方との信頼関係で成りなっているということを知ることができました。また、ここでの経験を活かし大学生生活やボランティア活動に力を注いでいきたいです。」

「様々な部署で仕事内容を経験させていただき、福祉活動の意義と、支援には多くのアプローチ方法があることを学びました。」



**武蔵野大学フィールド・スタディーズ**  
武蔵野大学生が学外に出て、就業体験を通じて社会の課題に直接向き合い、学びを深めていくプログラム。福祉公社では1年生を対象にした実習を受け入れています。

### 武蔵野大学 実習指導員より

今年度も武蔵野大学の学生に実習の機会を与えていただきありがとうございます。実際の福祉現場での体験を通して、2名の学生は福祉業務の実際を学び、自分の将来の夢の実現に向けて意欲を新たにできました。感謝申し上げます。

## 社会福祉士のたまごが 公社に実習にきました！

権利擁護センター

福祉公社では毎年、福祉の人材育成の一環として、社会福祉士養成課程における相談援助実習を行う実習生を若干名受け入れています。今年度は日本大学の社会福祉学科より9月に1名、10月に1名で計2名の実習生が来ます。福祉公社は、権利擁護センターをはじめ様々な機関での実習が可能です。実習生にとっては慣れない環境で緊張することも多いようですが、実際の現場でソーシャルワークを学び、各機関の理解を深めながら、ご利用者との交流を通じて、実習が楽しく有意義であれば幸いです。将来、福祉業界で再会できるのが楽しみです。(松本)



▲事業の説明をする権利擁護センター職員と、真剣にそれを聞く日本大学実習生の姿。

## 採用情報

### 事業説明・職場見学（体験）を実施しています！

福祉公社では現在職員を募集中です。詳しくはホームページをご覧ください。業務内容の詳細についてお知りになりたい方には、応募の前にご説明しております。オンライン、対面どちらでも対応いたします。その上で、ご希望があれば、職場見学・体験することも可能です。事前に雰囲気を知ってもらえると嬉しいです。

お問い合わせ

総務課 0422-23-1165



メールフォーム  
はこちら！





至福のひととき



北町高齢者センター 相笠 明美

最近、素敵な曲に出会いました。slow & easyという曲です。幸せは「作るもの」じゃなくて「気づく事」なんだって。と、いうフレーズです。確かに、幸せは身近にあるものなのに、何気なく過ごしていると気づかないんですね。そしてまた、別の人があるこんな事も話されていました。「自分の機嫌は自分で取る」「幸せは自分で決める」と。私は、陶芸で土に触れている時やウクレレを弾いている時は上機嫌です。それは、私にとって有意義な時間だからです。日々、時間に追われ過ぎていますが、その中に幸せはあるんですね。私はこれまで多くの人と出会い、大切な時間を共に過ごしました。新しい事にもチャレンジしています。

いつもの1日が始まり、そして終わる。その中にこそ私たちの幸せはあるんだと改めて思いました。のんびりと楽しみながら進んで行く。大切な事を見落とさず、幸せを感じる事ができますように。どんな素敵な事が待っているか楽しみです。私を支えてくれている家族に感謝、ありがとうございます。

自然の中で、マイカップで美味しいコーヒーを飲み、また歌を口ずさみながら、ウクレレを奏でる。至福のひとときです。

次回は→ 北町高齢者センター 石橋 美奈

権利擁護センターより

講座・相談 / 予約制

● 成年後見制度について

講座



- ・10月27日(金) 10時00分から11時30分  
場所: 高齢者総合センター4階研修室
- ・11月10日(金) 13時30分から15時00分  
場所: 福祉公社1階会議室

◆ 法律相談 / 成年後見関連

相談



- 毎月第2火曜日 / 次回: 11月14日 午後
- ◆ 高齢者及び権利擁護に係る法律相談  
毎月第4水曜日 / 次回: 10月25日 午後

(問合せ・申込み) 権利擁護センター TEL 0422-27-5070



家で最期まで過ごせるの?

① 訪問診療編



住み慣れた自宅で最期まで過ごすために、訪問診療の医師からヒントを学びます。

令和5年10月26日(木)

14時00分～15時30分(13時45分受付開始)

- 場所** 高齢者総合センター 3階講義室
- 定員** 20名
- 講師** 宮本 好美 (ファミリーケアクリニック吉祥寺 医師)
- 申込期間** 10月2日(月)～ ※お電話にてお申込みください。

(問合せ・申込み)

高齢者総合センター在宅介護・地域包括支援センター  
TEL 0422-51-1974

福祉公社 各部署のご案内



<ホームページ>

- ◇ 武蔵野市福祉公社 <https://www.fukushikosha.jp>
- ◇ 武蔵野市地域包括ケア人材育成センター <https://www.m-machigurumi.jp>
- ◇ ホームヘルプセンター武蔵野 <https://help-musashino.jp>

営業時間 8時30分から17時15分(すべて共通)

武蔵野市福祉公社 本部 武蔵野市吉祥寺北町1-9-1

- 総務課 ☎ 0422-23-1165
- 権利擁護センター ☎ 0422-27-5070
- 成年後見利用支援センター ☎ 0422-27-1238
- 生活自立支援センター(三鷹サテライト) ☎ 0422-66-2801
- ケアプランセンター ☎ 0422-27-5076
- ホームヘルプセンター武蔵野 ☎ 0422-23-2611
- 地域包括ケア人材育成センター ☎ 0422-20-3741

武蔵野市立北町高齢者センター 武蔵野市吉祥寺北町4-1-16

- コミュニティケアサロン ☎ 0422-54-5300
- 子育てひろば・みずきっこ ☎ 0422-38-5150

武蔵野市立高齢者総合センター 武蔵野市緑町2-4-1

- 管理・社会活動センター ☎ 0422-51-1975
- 在宅介護・地域包括支援センター ☎ 0422-51-1974
- 住宅改修・福祉用具相談支援センター ☎ 0422-51-1974
- デイサービスセンター ☎ 0422-51-2933

広報委員会

編集後記

高齢者総合センターでは夏まつり、敬老会と地域の皆さんを招いての賑やかなイベントが続けて開催されました。おかげでとても華やかな紙面となりました。羅針盤のご感想などありましたらぜひお寄せください。(後藤)

