

しんあい

季刊

2010年(平成22年)11月5日発行 第75号 ◆編集と発行 しんあい編集部

社会福祉法人
多摩同胞会

〒183-0042 東京都府中市武蔵台1-10

TEL 042-367-8801

多摩同胞会のホームページでは、
ブログを毎日更新しています。

<http://www.tama-dhk.or.jp/>
をぜひご覧下さい



わんわんパーティ。たくさんの犬に囲まれて、みなさん笑顔に。
(岩本町ほほえみプラザ)

- ・特別養護老人ホーム信愛泉苑
- ・特別養護老人ホームかんだ連雀
- ・高齢者在宅サービスセンター
泉苑ケアセンター
- ・かんだ連雀高齢者在宅サービスセンター
- ・養護老人ホーム信愛寮
- ・千代田区立岩本町ほほえみプラザ
- ・特別養護老人ホーム信愛緑苑
- ・子ども家庭支援センターしらとり
- ・府中市立特別養護老人ホームあさひ苑
- ・母子生活支援施設白鳥寮
- ・府中市立あさひ苑
高齢者在宅サービスセンター
- ・母子生活支援施設東京都網代ホームきずな
- ・府中市子ども家庭支援センターたち

- ・ **社会福祉法人の実践
～ケースに学ぶⅠ～**
- ・ **祝☆敬老**
- ・ **良く生き、良い死を迎える
ためにⅡ**
- ・ **施設だより「〇〇の秋」**

支援センターって何？

府中市地域包括支援センター

あさひ苑 清野 哲男

高度経済成長期に育った私たちは、いずれ日本は世界に誇れる国になるといふ幻想を持って、50年余り生きて来ました。最近はそのような幻想が打ち砕かれ、お先真っ暗なような感じになってきました。その原因の一つになっている「超高齢化社会」の中で、府中市には、実は世界に誇れる仕組みがあることをご存じでしょうか？

それは「在宅介護支援センター」という仕組みです。今から20年余り前に、年寄りがどんどん増えて行政の窓口では種々の相談に応えきれないので、地域に相談窓口を設けるように作られていったのが支援センターです。平成18年度からは順次、地域包括支援センターに名称変更していますが、その創設時から抱き続けた熱いハート、そして培われた相談援助技術と問題解決能力は今もかけがえのない力となって地域に根付いています。

そんな支援センターには日々様々な相談が寄せられます。その中から今回は介護の逆転現象とでもいうようなケースのお話をしたいと思います。

加齢は生まれた順番に訪れ、親の介護は子が、夫の介護は妻がというのが通常ケースですが、在宅介護支援センターに寄せられる様々な相談の中にはそうでもないこと

が多々あります。認知症や成人病を壮年期から患う方も多くいらっしやあって、年若い夫が妻を、兄姉が弟妹を、場合によっては90歳を超えた母が子の介護をしているケースもあるのです。

ある日90歳を超えた女性の介護認定調査に訪れた相談員は、さして介護の必要でもない状態のその方になぜ申請をしたのか尋ねました。すると、その方が隣室を指さして「そこに弟が横になっているが、私が腰痛がひどくておむつ交換ができないので私の代わりにその子のおむつを替えてほしくて申請した。」と答えました。びっくりした相談員はその指さす方に目をやると、髪の毛はざんばらで、髭も爪も伸び放題に伸びきったまるで仙人のようなお方を目にしました。仙人の布団の前後左右には何匹いるのかもわからないほどの猫がいて、その糞尿の臭いも充満していました。相談員は調査もそこそこにその弟さんを医療につなげることが急務と考え、あさひ苑支援センターに連絡して車を差し向け、やってきたもう一人の相談員と二人掛かりで乗車させ近所にある病院に受診援助をしました。食事排泄入浴といった基本的な介護が長く行われていかなかったために、褥そうもできていました。急いでその場から市役所に連絡して介護認定申請をし、すぐにケアマネも決めサービス導入をはかりました。

その後ショートステイなどを利用し特養入所につながり、適切な介護サービスを受け、その方は最後の日々を安心して生活す

ることができました。また両親の死に際に弟の将来を託され、婚家にまで連れて行き50年以上にわたって庇護していたお姉さんにも安堵感をもっていただけました。

支援センターの仕事は、相談者本人の抱える表面的な問題を受け止めるだけではなく、その方に係るご家族や関係者にも思いを馳せ、総合的な支援と問題解決能力が要求されます。また、社会福祉法人多摩同胞会では、支援センターを支える特別養護老人ホームや在宅サービスセンターの機能を後ろ盾に、食事やヘルパーも含め臨機応変に、そして時には性急に援助の提供を行っています。

法人の私たち支援センターのモットーは「問題解決能力の無い支援センターには、相談は2度と来ない!」です。



体的な援助・サービスで解決する」ことをめざして活動しています。
みをお伝えします。

社会福祉法人の実践 ～ケースに学ぶI～

多摩同胞会では、「受けた相談は具
社会福祉法人としての役割や取り組

「子ども家庭支援センター

しらとり」とは

子ども家庭支援センター

しらとり 田口 信一

母子生活支援施設・白鳥寮では平成8年2月1日から府中市子ども家庭支援センターしらとりを開設しています。ここは家庭での子育てを総合的に支援する地域の拠点施設として設立されました。しらとりは東京都で最初の子ども家庭支援センターであり、新しい児童福祉法の第44条の2に規定する「児童家庭支援センター」の先駆けともなりました。(ただし、現在は東京都の単独事業として運営されています。)

都道計画に伴い白鳥寮を改築することになり、法人はプロジェクトをつくり検討を重ね、母子生活支援施設に求められる機能を考えました。その中で地域の親や子どもたちが身近なところでどんなことでも気軽に相談でき、ワンストップで適切な援助やサービスを利用できる総合的な支援体制づくりということを確認しました。

開所当初の相談内容は、夫との離婚の相談、育児不安の母親のケア、母親の妊娠中の不安、共働き家庭の子どもの預かり、母子家庭の残業時の預かり、出産時のショートステイ利用、不登校の小学生のケア等どれ1つとして同じものではなく、それぞれに事情の違う内容です。私たちは「とにかく今困っている人がいたら、まずその相談を

聞き、関係機関に繋ぎ、施設でできるサービスは提供する。」を基本に対応しました。

「子どもたちと一緒に暮らしたい」との父親からの相談に職員の見解が飛び交いました。父親は、3人の子どもを児童養護施設に預けての1人暮らしです。父親ひとりでは、子どもの日常生活すべてを看することはできないが「子どもたちと一緒に暮らしたい」とのことで、子どもたちの気持ちを施設に確認し、一緒に暮らすための話し合いが始まりました。

父親は、3人の子どもと新学期を機に府中市内に引越しましたが、朝7時半頃には出勤し、夜は20時過ぎの帰宅が日常です。朝6時に起きて洗濯と食事を作り出勤し子どもはしらとりで寄って登校します。子どもたちの立ち寄り時間が遅いときは電話等で確認したこともありました。

子どもたちは学校が終わると学童保育へ行き、その後しらとりのトワイライトを利用します。しらとりでは、職員が宿題や遊びを一緒にし、学校での出来事や必要な持ち物について話を聞き、父親に連絡を取り用意してもらいました。そして、19時にしらとりで夕食を取り、外食を済ませた父親が迎えに来てくれるのを待ちます。病気の時には職員が一時的に看病しました。

3ヶ月が過ぎる頃から親子の関係も徐々に慣れてきて、甘えがでてぶつかる事が増えてきました。そんな時の父親の相談相手としてや子どもたちへの支援が大変な時が

ありましたが、落ち着きを取り戻したあとは、照れくさそうに、職員にお礼の言葉がでたこともありました。

現在父子の生活は落ち着き、「しらとり」から離れてきていますが、何かが起こればいつでも支援できる体制は維持したいと考えています。

これは一例ですが、地域の中で、施設が相談やサービス提供の核となり日常的に気軽に立ち寄れる施設がいかに必要であるかを実感しました。そして、「私たちは家族を支援します」をモットーに、将来子どもたちが大人になっても、気軽に相談できる施設づくりを目指します。



職員之余興

かんだ連雀では敬老の祝いの席で職員が余興を披露しました。

デイサービスでは「故郷」「見上げてごらん夜の星を」「365歩のマーチ」を職員が楽器演奏したり、水前寺清子になりきったりしてご利用者と一緒に歌いました。

ホームでは毎年新人職員による余興が恒例で、今年は吉幾三の「俺ら東京さ行ぐだ」に乗せてオリジナルのダンスを披露しました。濃いおじさん髭のメイクに、自己紹介するまで誰だか分らなかつたり、コミカルな職員の姿に会場は大いに盛り上がりました。

(かんだ連雀
介護員 二宅めぐみ)



毎日が敬老

たっちのひろばには、お孫さんを連れ、おじいちゃんやおばあちゃんが遊びに来ることがあります。

歌や手遊びの時間（スポットタイム）に参加され、楽しんでいきます。お孫さんたちの笑顔が、おじいちゃんやおばあちゃんへの「ありがとう」になっているのではないのでしょうか。

(たっち 嶋田 歩)



バイオリン演奏とフラダンス

あさひ苑「敬老を祝う会」

ではボランティアグループ「若い芽の会・ジュニアアンサンブル」の10代の若者や子供達を中心となり3曲のバイオリンで心地よい音色を奏で、「ピカケ小柳」が、南国ムードあふれる衣装に優雅なフラダンスでご利用者の心を掴み、身振り手振りを真似させ楽しんでいただいているご利用者も。今年度の「敬老を祝う会」もボランティアの方々の協力で、楽しいひと時となりました。

(あさひ苑ホーム

介護員 竹川邦彦)



メイクアップ

9月12日に賀寿者の方々の記念撮影をしました。

緑苑では、数年前からメイクボランティアさんに、撮影用のお化粧をしていただいています。今までは職員がメイクをしていましたが、プロの技術で皆さん別人のように素敵な表情になりました。

「若い頃からお化粧なんてしたことないのよ」と、恥ずかしそうに口紅を塗ってもらったり、「自分でやったから見てもらおうの」と、ニコニコしながらボランティアさんに話しかけたりと、メイク終了後は皆さん笑顔で嬉しそうにされ、この日はお顔だけでなく心も若返ったようでした。

皆さん良い笑顔で、敬老のお祝いの素敵な写真が撮れました。

(緑苑 介護員 小林知子)



敬老



間です。
利用者の長寿、
いしました。

しらとり学童から 泉苑ご利用者へ お祝いの言葉

子どもたちが、心を込めて書いたお祝いの言葉を泉苑のみなさまにさしあげました。練習ではとても上手にできました。いざ本番!! さすがに緊張して、途中いくつの間違えもありましたが、子どもの笑顔と共に、お祝いの気持ちは暖かく伝わっていたと思います。

(しらとり)

少年指導員 市村英貴



祝☆

9月は敬老月 職員一同で ご健康をお祝

お祝い準備

今年は何のような飾りにしようかと準備をしていると「何をしているの」と下さる。「敬老を祝う会で飾るお花を作っているの」とお答えすると「それなら私にも出来るわよ」と花作りをお手伝いして下さいました。その他のご利用者も次々と参加され、

すくすく一つの輪が出来上がり、「こつやる」といいわよ」と、声をかけ合い工夫しながら花を作り上げていました。気が付くと



思い出話にも花が咲き、途中で、感極まって涙を流される場面もありましたが、活気のある準備になりました。ご利用者と職員が一体となり作り上げたことで、達成できた喜びや満足感、感激を共有できる素晴らしい経験をする事が出来ました。

(泉苑ホーム)

介護員 伊藤 晴美

祝膳

岩本町ほほえみプラザでは祝膳として、先付け三点盛りと松花堂、椀物、デザートでお祝いをしました。松花堂の中は里芋饅頭、天ぷら、お赤飯、金目鯛塩焼き、三点盛りは左から蛸の柔らか煮、玉子豆腐、蛇腹胡瓜とカニカマの酢の物です。



盛り付けの時間が厨房内は一番活気があり職員の気持ちもどんだん盛り上がりつつあります。50名分の松花堂は並ぶと迫力があります。詰め忘れがないかしっかりと最終チェックを行い、配膳です。ご利用者から「料亭のようだね」「食べるのがもったいない」と言っている時は嬉しい限りです。フタを開けた時、みなさんが笑顔になるような料理をお出しできるように努力と工夫をしていきます。

(岩本町ほほえみプラザ)

食事係 谷川 蘭

地域の敬老会

きずな周辺地区にてお年寄りが地区会館に30名程集まり敬老の日をお祝いしました。きずなの学童で、「君をのせて」と「カントリーロード」の2曲と事前で作成したお茶碗をプレゼントし、地区のお年寄りに喜んでもらうことが出来ました。

(きずな 母子指導員 紫野久子)



良く生き、良い死を

迎えるためにⅡ

〜世界一の長寿国の意味〜

平成22年9月2日社会福祉法人三徳会理事長・東京医科大学名誉教授であり、多摩同胞会の理事でもある内野滋雄先生を講師としてお迎えし、標題のテーマについての講演会を開催しました。このテーマは昨年度から法人各施設の共通課題として取り組んでいるものです。

会場となったルミエール府中は、府中市のほぼ中心に位置し市民が気軽に誰でも立ち寄ることのできる場所として親しまれています。第2回目のこの講演会も職員研修を一般公開し市民の皆様と共に考える場となりました。府中市の広報等でもよびかけ約100名の方が参加しました。

講演が始まると、内野先生のユーモアで会場の雰囲気も一転！テーマの中に「死」と言う言葉が入っていた事もあり、参加された皆様もどことなく固い感じでしたがそれも笑顔と一緒に消えました。「福祉はサイエンスである」という内野先生の持論に基づ



ルミエール府中の会場は満席に。

内野先生のお話をもっとたくさんお聞きしたいです。



き、加齢・老化・長寿・死について医学的側面からわかりやすい説明がありました。

現在、日本人の寿命は、女性86歳（寿命ランキング世界4位）と世界でも有数の長寿国として知られています。健康で長生きするにはどうすればいいでしょうか。それには、食生活、肥満や高血圧・喫煙・運動不足等に注意しながら生活をすることはもちろんのこと精神的にも豊かで楽しく余裕を持てる生活が大切です。

では「良い死を迎える」とことは、どういうことでしょうか？私たちが死を迎える場所は、自宅・病院・福祉施設などあります。本来は自分の望む環境で死を迎えることができるはずですが、実際はそう簡単にはいきません。また、死に方も安楽死・老衰死（自然死）・尊厳死など様々ですが、法律や医療行為上の制限があります。日本人の死生観も大切ですが、まだまだ問題は多く残されています。先生は経管栄養を安易に受け入れることに警鐘を鳴らすなかで、アメリカで見学された老人施設に経管栄養患者がいなかったという話もありました。自分がどの

ような終末期を過ごしたいのかを家族ときちんと話し合うことも必要です。

府中市では平成18年から元氣一番!!介護予防事業が始まり、私たちは市民の方が「いつまでもこのまちで自分らしく暮らしていける」お手伝いをしています。自ら身体と向き合う事で現在のからだの状態を知ることができ、多くの人と出会う事で自らの生活を見つめ直す機会もでき、しいては健康寿命を延ばし「良い生き方」につながると思います。

今回の講座終了後、参加された皆様よりこんなに時間が短く感じたのは初めて、まだまだ話しを聞きたいとの声が多くありました。それだけ、「老いや死」を身近な問題として受け止めていることがわかりました。今後も「良く生き・良い死」を迎えるという事について皆さんと共に考える場を作りたいと考えています。

（緑苑 在宅介護支援センター次長 比留間 貴）

同じ内容を9月30日、岩本町ほほえみプラザ多目的ホールでも開催し、雨の中70名を超える千代田区民の皆様にご参加いただきました。



岩本町ほほえみプラザのサービスも紹介しました。

施設 だより



連雀

芸術の秋

丁様は普段から何事もメモを取られます。手帳やご自分の手にも書かれます。その字はいつも美しく整っており、「習字をされていたのですか?」と尋ねると、「両親に嫌でも習わされたよ。でも、『芸は身を助く』軍隊でたくさん字を書くことをしたよ。」

そこで書道に取り組んでいただくことになりました。集中して筆を執る姿は凛として、周りに自然と静けさをもたらすし、敵かな気持ちにさえさせてくれます。そして丁様の好きな言葉「人間すべてらしくありたい、男は男らしく、女は女らしくありたい」を連筆で披露して下さいました。この言葉にも丁様の紳士的で穏やかな人柄を感じます。「人間の持った個性があるからね」と笑顔で話されました。



それから戦争中に受けたという銃弾の跡を見せて下さいました。「これも個性だよ」その茶目つゝ気のある言い方に、思わず私もスマイル。

芸術の秋にふさわしく、素晴らしい作品が完成となりました。丁様にはこれからも書とともに素敵な言葉を聞かせていただきたいと思います。

(かんだ連雀 介護員 吉村 友成)

しらとり

音楽の秋

今、しらとりの保育室は乳児から幼児まで登園し、毎日にぎやかに遊んでいます。

季節が変わり、遊びもそれぞれ秋らしくなりました。絵本、お散歩、製作…と、保育の活動もいろいろある秋ですが、保育室は今、『音楽の秋』です。

乳児たちは、おもちゃを上手に持てるようになりました。手作りのマラカスや、音の鳴るおもちゃを器用に振って、シャンシャンと演奏しています。お友だちが鳴らす音にも興味津々。「僕も!」「私も!」とおててを出して「ちようだい!」としては、上手に鳴らすことが出来て満足そうです。

時には体全体で音楽を楽しみます。音楽や歌声が聞こえると、手足をバタバタと元気に振って、リズムに乗っています。「上手だね」と拍手をする「すごいでしゅわ?」とばかりにニコニコの笑顔をくれます。

幼児だって負けていません。おもちゃのラッパを上手に鳴らして行進をしたり、製作で作った衣装を身につけ、可愛らしい歌声や踊りも披露してくれます。

歌に踊りに楽器…、保育室はまるでミュージカル舞台のようです。

(しらとり 保育士 木村 恵理佳)



夏の猛暑をのりきり、爽やかな風とともに秋がやって来ました。みなさんはそれぞれの秋の中で楽しみを見つけているようです。

緑苑

果物の秋

9月の秋分の日。

この日は朝からあいにくの雨で、予定していたぶどう狩りは残念ながら中止となりました。そこで、外出されることを楽しみにしていたご利用者に少しでも秋を感じていただくようと、室内で果物パーティーを開くことに。ぶどう・梨・りんご等様々な果物とホットレモンティーを召し上がっていただきました。



丸々とした大きい梨を手を持ったご利用者は「わあ！重たいね！」と甘い水分が沢山詰まった梨の重さに驚かれています。様々な果物を少しずつ頬張ったご利用者からは「甘くておいしいわ〜」と素敵な笑顔がこぼれていました。

来年は天気にも恵まれ、念願のぶどう狩りに行けたら良いですね。

(緑苑 介護員 鎌田 竜治)

たっち

絵本の秋

交流ひろばでは火・木・土曜日の11時から歌や手遊び、製作、絵本の読み聞かせなどをする「スポットタイム」があります。

スポットタイムでは、絵本の読み聞かせも人気メニューのひとつです。見やすいように前に寄っていただきますが、読んでいるとお子さんがさらに前へ前へと近寄って来て、じいっとお話を聞いています。



月に数回、ボランティアさんが読み聞かせに来てくださる日もあります。「これから始まります」と、ご案内の放送をすると一斉にボランティアさんのところへ集まるので、他の遊びのコーナーは閑散としてしまうほどの人気です。

たっちに遊びに来るお子さんはまだ小さいので「読書の秋」とはいきませんが、おうちでも「絵本の秋」を楽しんでほしいです。

(たっち 交流ひろば担当 小島 宗宏)

あさひ苑

食欲の秋

勉強の秋、スポーツの秋、そしてご飯が美味しい食欲の秋ですね。

今年の夏は例年になく猛暑でした。暑さで疲れた身体を癒し、これからやってくる冬の寒さに負けぬよう身体を整えてくれるのが、「秋の食材」です。

今はスーパーマーケットに行くと、どの食材も1年中あるのではないかと錯覚するほど品揃えが豊富です。それでも野菜売り場や魚売り場をよく観察すると季節の変化があり、旬を楽しめます。



そして旬な食材は、栄養価が一番高く、特に秋の食材は、これから訪れる冬に向けて優しく身体を守ってくれる強いパワーがあるので。

美味しい♪栄養たっぷり♪いい事尽くめなのが旬の食材です。

秋を食べつくして元気に冬をこしたいものです。

写真は、あさひ苑の食事でお出した「秋の豊作丼」です。

(あさひ苑 管理栄養士 鈴木 弘美)

きずな

行楽の秋

9月の日帰り

旅行で東京ディズニーランドに行きました。ジエックコースター初挑戦!!という5歳のK君はお母さんや私と一緒にジエックコースターに並びました。するとこのアトラクションは身長制限があるため、キャストに乗ることができない身長を示す紙テープを腕に巻いてもらいました。K君は上機嫌で「これがあれば勇者だから大丈夫!」と胸を張っていました。



しかし、乗った途端に手すりにしがみ付き、震えながら隣に座っていたお母さんに支えられていました。終わってから大丈夫だったかと聞くと「大丈夫だよ。面白かったよ。」と勇者の一言。あんなに怖がっていたことは、K君のお母さんと私の2人の秘密ですが、子ども達の挑戦には、いつも驚かされています。

（きずな 母子指導員 紫野 久子）

岩本町

スポーツの秋

「1、2、3、4!」

朝は声を出しながら元氣よくラジオ体操。午後はリハビリ体操や歌、ボール投げを皆さんと楽しんでいきます。「えい!」「それっ!」と、なかなかお手のもの。あっという間に時間がたってしまうほど、皆さん身体を動かすのが大好きです。

グループホームでは毎月体重を測り健康管理をしています。

「あら、私痩せたかしら?」とMさん。「いえ、すこし増えているようです。」「え、太ったつもりはなかったのに:」と、落ち込んでいました。

でも、「体を動かすといいわね」と、Mさんはいつもより一生懸命声を出しながら頑張ります。



そして今日も、「1、2、3、:」と皆さんの大きな声が聞こえます。秋だけではなく健康のためにも運動は欠かせません（もちろんダイエットにも）。

（岩本町グループホーム 介護員 白石 恵美）

泉苑

趣味の秋

身体の回復力を高めるのにも、趣味に打ち込むのにも秋は良い季節ですね。趣味は手足を使い、頭を使い、心を豊かにしてボケ防止にも役立ちます。

泉苑デイサービスをご利用のSさんは一人暮らしで難聴、胸に管が入っていて、在宅酸素をしています。生活に大きなハンデを抱えています。が「自分でできることは自分でやりたい!」と人生を病気と共生しながら心身共に自立した方です。

デイサービスでも趣味は書道、囲碁、読書とどれもすばらしい出来映えで、ハンデを抱えていても出来る事がたくさんあるのだなどSさんの人生から日々学んでいます。

一人一人がその人らしく安全で安心して過ごす事ができるようにサポートしていきます。

（泉苑 看護師 中島 康代）



ボランティア紹介

ひろばでの読み聞かせや講座中のお子さんのお預かり、おもちゃ作りや座布団カバー作り、折り紙作品の寄贈など、たつちにはたくさんボランティアさんに支えられています。

講座中のお預かりでは、ぴたりと張り付いて離れないお子さんがいたり、読み聞かせに聞き入ったり、その暖かい雰囲気包まれて楽しく過ごします。

また、カーテンやソファカバーなど大きなものの縫製の時は、魔法使いのようにスピイデイに仕上げてくださいますし、細かい作業もあつと言う間に終わります。「自宅でできる作業なら」と、在宅で活動してくださいさる方もいらつしやいます。

そして毎回、お部屋の中はとっても賑やかで明るく、たくさんのおしゃべりの花が咲いています。

（たつち 高橋明子）



御寄贈ありがとうございます(敬称を省略させていただきます)

J X日録石エネルギー(株) NPO法人スマイルハートチルドレン理事長 田村陽光 NPO法人セカンドハーベスト・ジャパン 秋川幼稚園 あきる野市障害者就労生活支援センターあすく 芦原こと 安藤菊江 イトローカ堂府中店労働組合 井路世津子 今関和男 小澤進 (株)アビビコ (株)資生堂 (株)三菱東京UFJ銀行神田支店 菊地洋子 劇団俳協製作部ちばはもつ 高橋伸明 千歳綜合サービス株式会社 千代田区ちびり会 代田区民生・児童委員協議会 東京都食肉生活衛生同業組合 東京福祉会 国立事業所 長崎悦子 西多摩地区保護司会あきる野分区 日本児童・青少年演劇劇団協同組合 長谷川彩 社会福祉法人東京福祉会 府中市市民生活部経済観光課 宮島レイ子 安川淑子 (2010年7月〜2010年9月)

ボランティアの御協力ありがとうございます(敬称を省略させていただきます)

会田久枝 青木成江 青山幸子 赤林好子 秋山恵美子 あきる野市社会福祉協議会 アクションクラブ Kasun Kids 浅野貞子 網代恵美 網代弘子 新井美樹 荒木奈津代 有馬政子 有本陽子 飯田アヤ子 飯塚喜多子 井口イマ 池島敦子 囲碁を楽しむ会 石井忠男 石井宏 石井美保子 石黒富佐江 石坂友子 石坂勝世 石坂美代子 石澤圭子 市川アイ子 市川知子 伊藤うめ子 伊東富美子 井上宏子 井上真左子 伊庭良治 井路世津子 今井百合香 岩佐和栄 岩崎順 岩崎敏信 上野玲子 植松八千代 鶴澤シヅ 内堀美喜 梅原薫 梅原光洋 江口亜津子 NPO法人花咲き村 榎本愛 海老澤信子 海老原志づ子 遠藤伊代 遠藤博 遠藤みつよ 遠藤陽子 大川久美子 大久保はるみ 大久保峰子 大倉弘子 大島藤子 大島庸子 大竹義昭 大塚沙恵 緒方シゲ子 岡田基子 岡野玲子 岡裕子 小川健治 小熊美和子 奥山亜子 奥山チヤ子 小倉富子 小倉道子 オコサの会 尾崎節子 尾崎ヨシ子 小澤末子 押立琴の会 御野礼子 折田浩一 カイイロアロハ 海江田紀久子 柿本純子 笠間豊子 梶田慶子 鹿島千重子 鹿島虎雄 梶山アサミ 柏山和子 片桐キミ子 勝倉清子 カットサロンアベ 加藤紀久代 加藤静 加藤洋子 金澤静江 金子武仁 上沢美和子 上村峰隆 かよこ会 川上満寿美 川崎綾子 川迫美奈子 久島順子 川邊明子 北村三枝 木村幸子 権鎮圭 久保田茂男 窪野咲子 栗原宏子 桑原侑子 弦間まさ小石暁子 小出晨一 小出由美子 小岩井雅人 河野トシヨ 国府太鼓翔駒会 国府よさこい 小島文榮 小島ユミ子 小島百合子 小菅よし江 後藤寿枝 後藤祐輝 小林久子 小林真弓 久保田摩耶子 紺野和子 今野幸子 ザ・ボデーイション 齊藤王乃 齋藤孝子 酒井和子 坂本越子 佐久間桂子 櫻井正治 桜山健 佐藤暁子 佐藤秋子 佐藤英子 佐藤公子 佐藤妙子 佐藤なか子 佐藤初江 佐藤芳江 佐野田鶴子 塩澤佳津子 塩田攻 重田文子 島田たず 嶋野真理子 清水文枝 清水松枝 下江美鈴 下染屋はやし連 下中恵美子 十べえお話の会 白神早斗子 進藤サエ子 進藤理子 杉本節子 杉山恵子 鈴木好枝 鈴木嘉子 スターパックスコーピー 須永

編集後記

空を見上げ、彩り豊かな秋を
楽しみたいと思います。
(あさひ苑 伊東裕子)

食欲の秋です。ね、沢山食べ
てこれから来る寒い冬に負
けないように備えたいと思
います！
(あさひ苑 長峰茂子)

読書の秋を満喫して、ゆつく
りとした時間を過ごしたいと
思います。
(たつち 嶋田 歩)

紅葉狩り、きのこ狩りに出か
けて色とりどりの秋を見て来
たいと思います。
(しらとり 川崎悠子)

ゆっくりとお風呂に浸かるの
が楽しい季節になってしま
した。
(事務局 冠寿 枝)

2年ぶりに祖母のいる田舎
に行き、自然の豊かさを感じ
ました。
(緑苑 大沢清佳)

美味しい物には目がありま
う本を読み、眠るのが好きで
きて心躍る毎日です。
(編集長 上野廣美)

**介護に関するご相談は
無料ダイヤルで！**

- 泉苑在宅介護支援センター
☎0120-6540-24
老後支援 24時間
- あさひ苑在宅介護支援センター
☎0120-2942-24
福祉にっこり 24時間

多摩同胞会の
ホームページを
携帯でもどうぞ！