

しんあい

季刊

社会福祉法人
多摩同胞会

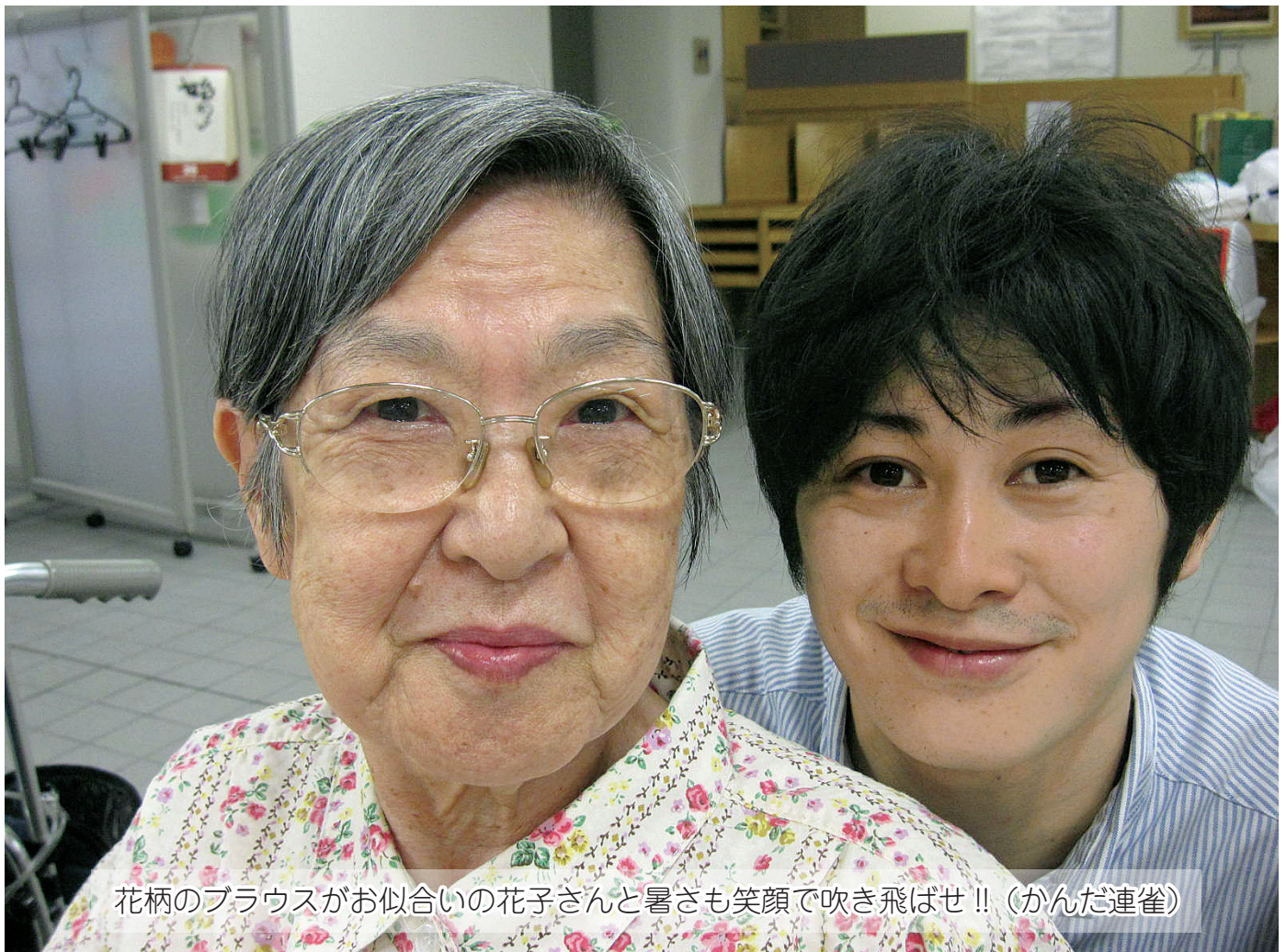
〒183-0042 東京都府中市武蔵台1-10

TEL042-367-8801

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

2011年(平成23年)8月9日発行 第79号 ◆編集と発行 しんあい編集部



花柄のブラウスがお似合いの花子さんと暑さも笑顔で吹き飛ばせ!! (かんだ連雀)

泉苑

- ・特別養護老人ホーム信愛泉苑
- ・高齢者在宅サービスセンター
泉苑ケアセンター

緑苑

- ・養護老人ホーム信愛寮
- ・特別養護老人ホーム信愛緑苑

あさひ苑

- ・府中市立特別養護老人ホームあさひ苑
- ・府中市立あさひ苑
高齢者在宅サービスセンター

神田事業所

- ・特別養護老人ホームかんだ連雀
- ・かんだ連雀高齢者
在宅サービスセンター
- ・千代田区立岩本町ほほえみプラザ

児童福祉

- ・子ども家庭支援センターしらとり
- ・母子生活支援施設白鳥寮
- ・母子生活支援施設網代ホームきずな
- ・府中市子ども家庭支援センターたち

・新・介護保険を考える1

・被災地支援報告

・施設だより

「節電・クールビズの夏」

を考える 1

の概要について～

常務理事 鈴木恂子



平成24(2012)年4月1日から施行になります。

正の中心になっているのが地域包括施するための5つの視点を柱とするケアシステムです。

包括ケアシステムの5つの視点のキーワードを抽出すると、医療/介護/予防/生活支援・権利擁護/住まいの5点になります。これは今回の災害時でも改めて実感されたことですが、すべての人間にとって生きるために必要不可欠な生活基盤です。「介護」は世代によって「子育て」「教育」「就労」等さまざまにおきかわる側面です。サポートが必要な高齢者や障害者、子どもたちが安心して生き、生活できるしくみづくりが重要です。

地域包括ケアシステム

考 察

アの5つの視点による取組み

を実現するためには、次の5つの視点での取組みが者のニーズに応じた①～⑤の適切な組み合わせによ供)、継続的(入院、退院、在宅復帰を通じて切れス提供)に行われることが必須。

の連携

対応の在宅医療、訪問看護やリハビリテーションの員によるたんの吸引などの医療的行為の実施

ビスの充実強化

どの介護拠点の緊急整備(平成21年度補正予算・3万人分確保)

対応の定期巡回・随時対応サービスの創設など在宅の強化

推進

限り要介護状態とならないための予防の取組や自立介護の促進

配食、買い物など、多様な生活支援サービスの権利擁護など

らし、高齢夫婦のみ世帯の増加、認知症の増加を踏々な生活支援(見守り、配食などの生活支援や財産の権利擁護サービス)サービスを推進

になっても住み続けることができる高齢者住ま備(国交省と連携)

基準を満たした有料老人ホームと高専賃を、サービス住宅として高齢者住まい法に位置づけ

■介護保険制度導入以前

老人福祉施設は、高齢者の権利擁護を基に生活支援、介護サービスを提供してきました。そして施設は住まいの役割も果たしてきました。所得の少ない方には現物で生活全般で保障してきました。かつて予防は保健であり、生活支援や権利擁護は福祉としてそれぞれ老人保健法、老人福祉法に位置づけられていました。

■介護保険制度導入以降

2000年4月 老人福祉法は存続していますが、介護に関連する事業はすべて介護保険法に収れんされ、上記の生活支援や権利擁護は介護のサブシステムのようにとりあつかわれました。そして老人福祉の予算は大きく縮小しています。

2006年4月 老人保健法が廃止され、介護保険法の予防に位置づけられました。

■今回の改正

高齢者が地域で自立した生活を営むために5つの視点でとりくむ地域包括ケアの実現が目標になりました。

介護保険を1つの柱にしながも、従前の老人福祉法が担っていた生活支援や権利擁護や住まいがあらためて位置づけられたことは重要だと考えます。しかし下記の改正内容と併せて真に高齢者が安心して生活しつづける地域が実現ができるかどうか、これからのとりくみ如何です。

■改正の内容

1. 複合型事業所の創設：一例として、小規模多機能居宅事業所と訪問看護の一体化が示されていますが、これも地域密着型サービス(⇒自治体事業)に位置づけられます。
2. 生活支援サービスや権利擁護が強調されたことは重要ですが、予防も含め、これらも市町村が主体となっています。
3. 住まいの整備は国土交通省が主体です。

具体的に示された改正内容はいずれも厚生労働省が直接責任をもつものではなく、自治体に委ねられています。また、住まい整備も国土交通省の主導による住宅整備になるようです。



新・介護保険 ～改正介護保険法

2000年4月から高齢者の福祉施策を大きく転換させた介護保険法の施行からすでに12年目を迎えました。今回の改正は2015年に向けた大きな制度改正につながる入口のようです。6月15日改正介護保険法が成立し、新しいシリーズとして、改正後の制度のうごきをご一緒に考えていきたいと思ひます。

「第5期介護保険事業（支援）計画の策定に係る全国会議」（平成23年7月11日）資料1より、その概要をご紹介します。

「介護サービスの基盤強化のための介護保険法等の一部を改正する法律の概要」より
 <高齢者が地域で自立した生活が営めるよう、医療、介護、予防、住まい、生活支援サービスが切れ目なく提供される「地域包括ケアシステム」の実現に向けた取り組みを進める。>

今回の改
 ケアを実
 地域包括

改正介護保険法の概要

1. 医療と介護の連携の強化等

- ① 医療、介護、予防、住まい、生活支援サービスが連携した要介護高齢者等への包括的支援（地域包括ケア）を推進
- ② 日常生活圏域ごとに地域ニーズや課題の把握を踏まえた介護保険事業計画を策定
- ③ 単身、重度の要介護者等に対応できるよう24時間対応の定期巡回、随時対応サービスや複合型サービスを創設
- ④ 保険者の判断による予防給付と生活支援サービスの総合的な実施を可能とする
- ⑤ 介護療養病床の廃止期限（平成24年3月31日）を猶予（新たな指定は行わない）

2. 介護人材の確保とサービスの質の向上

- ① 介護福祉士や一定の教育を受けた介護職員等によるたんの吸引等の実施を可能とする
- ② 介護福祉士の資格取得方法の見直し（平成24年4月実施予定）を延期
- ③ 介護事業所における労働法規の遵守を徹底、事業所指定の欠格要件及び取消要件に労働基準法違反者を追加
- ④ 公表前の調査実施の義務付け廃止など介護サービス情報公表制度の見直しを実施

3. 高齢者の住まいの整備等

- ① 有料老人ホーム等における前払金の返還に関する利用者保護規定を追加

4. 認知症対策の推進

- ① 市民後見人の育成及び活用など、市町村における高齢者の権利擁護を推進
- ② 市町村の介護保険事業計画において地域の実情に応じた認知症支援策を盛り込む

5. 保険者による主体的な取組の推進

- ① 介護保険事業計画と医療サービス、住まいに関する計画との調和を確保
- ② 地域密着型サービスについて、公募・選考による指定を可能とする

6. 保険料の上昇の緩和

- ① 各都道府県の財政安定化基金を取り崩し、介護保険料の軽減等に活用

※1⑤、2②については公布日施行。その他は平成24年4月1日施行。

【地域包括ケ
 地域包括ケア
 包括的（利用
 するサービス提
 目ないサービ

① 医療と
 ・ 24時間
 充実強化
 ・ 介護職

② 介護サー
 ・ 特養な
 年間で16
 ・ 24時間
 サービス

③ 予防の
 ・ できる
 支援型の

④ 見守り、
 確保や
 ・ 一人暮
 まえ、様
 管理など

⑤ 高齢期
 いの整
 ・ 一定の
 高付高齢

このたびの震災により被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。介護職員の派遣協力依頼を東京都福祉保健局よりうけて法人では職員2名を被災地へ派遣しました。このほか、法人各施設では義援金を募り、平成22年度末約60万円を東京都社会福祉協議会、日本赤十字会等へ送金し、募金を継続中です。また被災地の高齢者の受入も行っており、これからもできる限りの支援をしていきたいと思っております。

「だけど現実なんだよね」 〜東日本大震災に伴う 被災地派遣を通しての学び〜

岩本町ほほえみプラザ

介護員 綿貴 順

「ここは現実の世界じゃない・・・だけど、現実なんだよね。」これは、震災に遭われた地元職員や利用者が口にした言葉です。

私は、宮城県気仙沼市内にある特別養護老人ホーム春圃苑で、派遣職員として5月4日〜9日までの5日間勤務しました。春圃苑は20メートルほどの高台に位置しているのですが、海と隣接しているため、震災直後は、高台の2〜3メートル下まで津波が押し寄せたといわれています。高台の下にあったレジャー施設や民家は津波に全て飲み込まれ、一瞬にして荒野へと変わってしまったそうです。実際、私自身、津波の被害にあった家などを目にした瞬間、今まで自分が見てきた世界とはかけ離れた、まったく別の世界に来ているような印象を受けました。

地域の方々は、震災前の町並みを知っているからこそ、より一層、目の前に広がる現実を受け入れることが難しいというところを改めて実感しました。



春圃苑の高台下風景

5日間を通しての派遣職員の勤務は、日勤及び夜勤補助（排泄介助、起床介助、食事介助など）・救援物資の整理・水汲み（湧き水利用）が主な業務でした。震災の影響により、水道は派遣中も通っていないため、水汲みや自衛隊からの給水などが大変重要となりました。食事については、被害が小さかった地元のスナックと連携しながら施設内厨房にて調理し、3食提供していました。職員やご利用者の入浴は、自衛隊により設置された仮設浴場を利用するといった状況でした。

そのような中で、地元職員の方々・ご利用者は口々に、「派遣職員さんが来ることで元気がもらえるんです」とおっしゃいました。しかし私は反対に、被災された悲しみを抱えながらも、明るく笑顔で生活されていた皆様から元気を頂いていたというのが率直な感想です。」と

もに働いていた職員が亡くなった」「友達が目の前で水面に浮かんでいた。」「それでも私たちは生きている。震災の恐ろしさ。被災地の現状をこれからも伝えていきたい。」「このような地元の方々の強い意志を感じ、私たちが共にこの現実を受け止め歩んでいきたいと、今、強く感じています。」

上記のように、職員を始め、被災地の方々には、悲しみや苦しみを抱えながらも、すでに前を向かれ1日1日を過ごされています。2ヶ月が経ち、関東では少しずつ震災の恐ろしさなどが薄れてきてしまっている様子も見受けられます。しかし、これからも「被災地の復興」ということを皆が考え、小さなことでも一つ一つ自らが行動に移していくことが、私たちにできる1番の復興支援だと感じています。



春圃苑を望む

東日本大震災

～ 被災地支援レポート ～

がんばへし気仙沼

泉苑 介護職員

周木 義広

私は宮城県気仙沼市の福祉避難所「落合保育園」へ5月12日～17日の間派遣されました。東京都が準備したバスで、新宿より8時間かけ気仙沼に到着しました。落合保育園に移動中、港周辺の被災地の説明をして頂きました。



南気仙沼駅

事前に気仙沼の震災の情報をネットでみて行きましたが、いざ現地に入るとその景観、臭い、粉塵、警官や自衛隊員による遺体捜索中の姿等、震災後2ヶ月経過したにも関わらずひどい状況でした。港町の為冷凍の秋刀魚、鰹などが散乱し、被災後の潮溜まりで瓦礫とそれらが腐敗した臭いが町中を覆っており、衣類にも染みてしまうほどです。津波が直接押し

寄せた所は廃墟状態ですが、津波が直接到達しなかった場所は建物の外観はほぼ変わらず。津波被害の隣接地はライフレインに一部支障が残るものの、スーパー等の一般店舗は営業していました。津波で被災された方は、それぞれの被災状況により生活にもかなり違いがあるようです。

福祉避難所「落合保育園」では高齢者の食事や排泄の介助等を行いました。この避難所は、一般の避難所では対応出来ない要援助者、震災によるケガで入院しその後退院して来た方、被災し身のよせ場や援助を行える家族がいない方、独居高齢者、生活面での援助必要な方、介助面では、見守り一部介助が必要な方などです。定員15名程度との事でしたが、在籍12名で一杯でした。生活空間は1保育室で男女同室です。既存のトイレは避難者が使えない為ポータブルトイレをトイレ内に設置し、廊下にも仮設トイレがありました。

避難者・職員共にプライベートな空間がなく、震災前は閉鎖中だった保育園のため、設備も古く不備な施設でした。



廊下に設置してある仮設トイレ

生活援助をお手伝いさせて頂くなかで色々な話をお聞きしました。生活の場としての対応はあるが、被災から2ヶ月経過し手持ちのお金もなくなり、銀行や被災証明の手続き等はどうするのか。生活保護の方の保護を継続するには何が必要なのか等、次の問題へと広がっています。

短期間の派遣だったため、現地入りして簡単な情報のみですぐに勤務となりワークキャンプの様でしたが、自分の出来る限りの事はして来たと思います。落合福祉避難所の皆様ははじめ被災された方々が一日も早く個々の生活を過ごせることができるよう心よりお祈りしております。



保育室を利用した生活空間

法人の新規事業を紹介します！

法人では新しい事業を展開することにより、地域の福祉ニーズに応えています。
平成22年度から今年度にかけての新規事業をご紹介します。

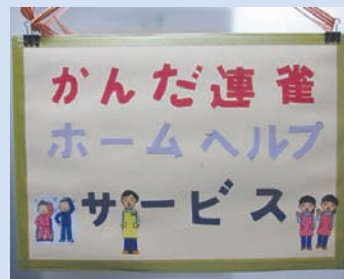
岩本町ほほえみプラザ ～配食サービス～

平成23年2月から、神田地域にお住まいの方を対象に訪問食事サービスを始めました。食事の確保と見守りや福祉サービスとの接点が必要な方々に、岩本町ほほえみプラザで作った季節に合わせた彩り豊かで、栄養バランスを考えたお食事を届けています。



かんだ連雀 ～ホームヘルプサービス～

古き良き町「神田」の生活を支えるため、平成22年11月1日にホームヘルプサービスを開設いたしました。高齢者の方の自立した日常生活を支援すると共に、ご家族の介護負担を軽減していけるよう、ご利用者のニーズにあった安心で信頼のおけるサービスを提供しています。



しらとり ～しらとりひろば～

乳幼児の親子のひろばとして、月～土の午前10時～午後4時まで、地域交流室を開放しています。この夏は異年齢の子ども達が安全に楽しく過ごせるように、コアタイムとパンダタイムを設けて、交流を進めています。



緑 苑 ～特別養護老人ホーム増築～

緑苑では、増築工事が始まり今では1、2、3階の躯体が立ち上がり既存の建物と同じ高さになっています。利用者の皆さんには、ちょっぴり！お日さまが隠れてしまい申し訳ない感じです。また近隣のみな様にもご迷惑をおかけしておりますことをお詫びいたします。平成24年3月に開所予定です。



あさひ苑 ～多磨町高齢者専用賃貸住宅（仮称）～

府中市多磨町に市から土地をお借りし、東京都の医療介護連携型モデル事業として13戸の住宅に診療所・地域交流スペースを併設した高齢者専用賃貸住宅を平成23年12月に開設する予定です。

詳細はあらためてお知らせします。



緑 苑 ～地域包括支援センター～

平成23年4月より地域包括支援センター緑苑として府中市より受託し、より一層地域の皆さんと共に高齢者とそのご家族が安心して生活できる環境を作るために努めています。

施設 だより



節電・クールビズの夏

節電はみんなで協力しなければ意味がありません。法人では各施設一致団結してこの夏をのりきります！

岩本町

レトロな風で 乗り切ろう



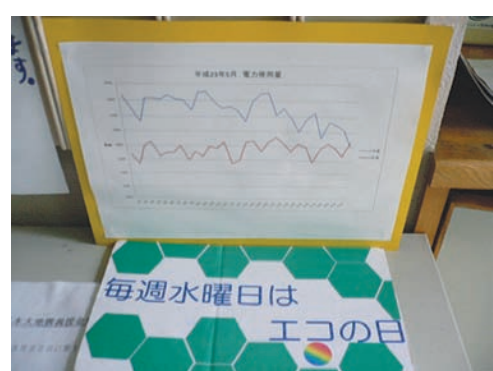
ケアハウスの利用者にとって食堂で一同に会する時間は、食事だけでなく利用者同士、ご近所付き合いの大切なひとときでもあります。社会の動きや、地域の出来事、お互いの健康のこと、活発な情報交換の場となります。「節電が掲げられた今年の夏」それぞれが培った知恵を引き出し、どう乗り切るか、腕や知恵の見せ所でもあります。みなさんは日頃から節電意識が高く、職員にもいろいろと提案をしてくれます。食堂での過ごし方もその一つ。日中は出来るだけ太陽光を利用しようと率先して協力してくれます。暑さ対策に悩んでいる中、うちわを持参してくださる方もいました。厳しい環境に置かれても自然とケンカせず、向かい合って乗りきろう。そんな優しく心強いメッセージを感じました。

その気持ちに誘発されて手持ちのうちわを持ち寄ってくださる方もいらして、今年はいつもと少し違う、はんなりとした夏になりそうです。
五感を大切に日本人の感性を見直して、体全体で涼しさを演出していく：ケアハウスらしい知恵が見えました。人生、山あり谷ありをしつかりと踏みしめて来た方々の指し示す道標に従って、利用者と職員が思いを一つに、うちわの優しい風で、レトロでエコな夏を実践したいと思います。
(ケアハウスいわもと)

介護員 田村 佐知子

あさひ苑

適切な節電努力を しています♪



あさひ苑では、平成21年からエコプロジェクトを立ち上げています。地球温暖化を防ぐ為、福祉施設でどのような取り組みができるかを検討してきました。『こまめに電気を消す。使わない部屋の空調を切る。』を施設全体に呼びかけて実践してきました。
ですが、今年は切実な思いで取り組んでいます。また職員やご利用者の節電に対する意識も強くなっている事を感じます。フロア会議では、何が出来るかを内線でアンケート集計したり、デイサービスのご利用者からは、節電方法の知識を教えてください！という気持ちの色々なところで活発になっています。

そんなみんなのがんばりをわかりやすく伝えられるように、昨年と今年の電気使用量の対比グラフを作成することになりました。毎日の使用量を確認し、グラフで表現しました。その結果は、昨年に比べて、目に見えて違いがわかりました。職員のがんばりや想い、ご利用者の方々の理解があつたの結果です。天候に左右される部分がありますが、確実に成果が表れています。
できることをできるだけ実践する。被災地支援につながる動きを施設全体で取り組んでいけたらと思っています。

(あさひ苑 高齢者在宅サービスセンター 次長 今福 崇)

しらとり

水遊び

しらとりの保育室では、毎年夏には水遊びをします。今年は暑くなるのが早かったので、6月末から水遊びを始めました。

部屋の電気やクーラーを切って節電、そして冷たいお水でクールビズ。保育士も一緒になって、水鉄砲やじょうろで水を掛け合ったりして楽しんでます。まだちょっとプールに入るのは怖いなあ…とっている子もいますが、プールの中には入らずとも手を入れてみては、バシャバシャッと水を跳ねさせて、とってもいい表情を見せてくれます。

これからいよいよ、夏も本番を迎えます。暑い夏を乗り切るためにも、元気に遊びながら気持ちよく水遊びを楽しんで過ごしていきたいです。



(しらとり 保育士 木村 恵理佳)

たち

アナログで

涼しむ

たちでは節電のために、必要のない照明や、パソコンの電源を切ったりしてはいますが、夏に向けて考えなくてはいけないのが、エアコンの節電対策です。自然の風を取り入れたのですが、商業ビルのなかにある施設なので、窓がとてもなく、その窓を開けても一方通行では風は通り抜けません。

そこで今夏、考えているのが「レンタルうちわ」。ひろばの子どもたち、そしてお母さんやお父さんに、少しでも気持ちよくひろばを利用してもらえるように、うちわの貸し出しを考えています。かわいい柄を張り付けて、子供たちに楽しみながら、涼んでもらえると嬉しいです。

(たち 交流ひろば担当 加藤 卓)



きずな

学童の夏の

涼しみ方

クーラーの効いている部屋で遊ぶよりも、外で元気に遊ぶ事が好きなきずなの子ども達は、昼間の時間帯を避けて帽子を被り熱中症対策をしつつ汗を流しながら遊んでいます。

学童では毎年夏になると近くの川で週3回川遊びをします。自然の川なので、プールとは違い毎日水量や流れも違います。前日に雨が降れば増水していることもあり、晴れていても安全を考えて中止になることもあります。川遊びが初めてという子ども達も多く、最初は職員の腕にしがみついたりします。しかし、次第に慣れてきて夏が終わる頃には、上手に上流から下流へ流れる事ができます。



子ども達にも節電を心がけてもらい、自然を上手に取り入れながら夏を楽しみ乗り切ってもらいたいと思います。

(きずな 母子指導員

紫野 久子)

泉苑

グリーンカーテン計画

震災を契機に節電対策が求められています
が、法人の基本理念の一つ「水・電気等の資源を大切にする」をより一層意識して、泉苑では「自然大好き部隊」を発足。施設を挙げて、ゴーヤによる緑のカーテン作りを行っています。

ホーム・シヨートステイ・デイサービスの利用者にボランティア、そして施設職員、皆で力を合わせて土作りから始めました。ゴーヤの料理や食べ方に話をはずませながら(ちよつと気が早い?)種まきが終わると、46個ものプランターと24個のポットができました!!



(泉苑 介護員 阿久津 弘)

2週間やきもきしながら待っていると待ちに待った発芽。
節電と納涼の一助とすべく更に世話を続けます。
夏の青空にゴーヤの葉が茂るのを思い浮かべつ...

連雀

便利な世の中

かんだ連雀の共同トイレの電気は、ただのスイッチではなく、「切」「自動」「連続入」と三段階の調節ができるものになっています。今までは「自動」にし、トイレに入ると電気が付き、トイレを出てから数分すると消えるといった風に、私たちは何もせず電気がついたり消えたりする便利なものでした。

ある日、Aさんは、馴染みのない電源をトイレの後に「切」に。

「使ったら消さないかね」というAさんの言葉にはとしました。

震災や計画停電のニュースをみて「大変だね」とご利用者と話すばかりで、自分たちでできることを考えていなかったことを、Aさんの一つの行動で教えられました。



便利な世の中に慣れすぎず、ご利用者の一つ一つのふるまいから、様々なことを学んでいきたいと思えました。
(かんだ連雀 介護員 中村 小夜子)

緑苑

緑苑の癒し

高齢者にとって暑さは大敵です。施設内では冷房や衣服、掛け物の調整に気を使いながら、ご利用者と職員の互いの体を守りながら節電対策に取り組みたいと思っています。

先日、親メダカが産卵しました。日に日にメダカが増えていき水槽の中がにぎわっている様子を見てご利用者の方と「すごく小さくて可愛いね。」と話をしています。

ある日、メダカのエサやり当番のご利用者からこんな話がありました。

「可愛いメダカを毎日みる事が出来て嬉しいね。私にとっては癒しです。毎日暑いけど癒



されている時は暑さも忘れましょうね。」
このような暑さ対策もあるんだなあと学ば事が出来ました。ありがとございます。
(緑苑 介護員 梶谷 光)

ボランティア紹介

子どもたちの

良きお姉さん

〈学習ボランティア〉

きずなでは2名の学習ボランティアの方に来て頂いています。週に1度、小学生から中学生までの子どもたちが、個別に勉強を習っています。ボランティアの方に、感想を伺っています。「勉強は集中して出来ていきます。でも、慣れてきたのか、おしゃべりをする時間も増えてきました。」

学習ボランティアの皆さんは、現役の大学生です。勉強だけでなく、様々なことを教えてくれる。良きお姉さんは、子ども達にとって大切な存在となっています。

(きずな 浦上 さわ)



1年生の勉強風景

御寄贈・御寄付ありがとうございます(敬称を省略させていただきます)

NPO法人セカンドハーベスト・ジャパン 浅野貞子 尼谷倫子 伊藤忠テックソリューションズ株式会社 江田廣子 株式会社クラシック 嘉悦和子 香川利行 国際ソロプチミスト 佐藤興志 女性人権地佐委員会 セカンドハーベスト 坪田京子 ムラカミ電気 明治神宮崇敬会 弓削田恵美子 山田喜一 (2011年4月〜2011年6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 青山幸子 赤林好子 浅野貞子 浅見スズ子 網代恵美 網代弘子 阿部由紀子 有本陽子 飯塚喜亥子 井口イマ 池島敦子 囲碁を楽しむ会 石井悦子 石井忠男 石井久子 石井宏 石坂友子 石澤圭子 石塚勝世 市川アイ子 市川知子 伊藤うめ子 伊藤徳三郎 伊藤富美子 井上真左子 井上萌 井上陽子 井上陽子 岩佐和栄 岩崎順 岩崎敏信 上杉朋美 上田悦子 上床晃代 植松八千代 魚川桂子 鶴澤シヅ白井三樹 内堀美喜 梅原薫 梅原光洋 上床晃代 江口重津子 海老原志づ子 遠藤伊代 遠藤みつよ 遠藤陽子 大久保峯子 大倉弘子 大島庸子 大竹義昭 大塚沙恵 大野典子 大森幸 岡崎美知代 岡田愛子 岡田テイチ 岡田基子 緒方シゲ子 岡野玲子 岡本好子 岡裕子 小川健治 荻野和子 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 尾崎絳行 尾崎ヨシ子 小笹裕子 小澤末子 野札子 折田浩一 海江田紀久子 柿本純子 学生団体 SOLA 笠間豊子 鹿島千重子 梶山アサミ 柏山和子 片桐キミ子 カットサロンアベ 勝間田清美 加藤紀久代 加藤静 加藤博子 加藤美美子 加藤洋子 金子武仁 上沢美和子 上中香代 亀岡紀知信 川上満寿美 川崎綾子 川邊明子 菅田幸枝 木村幸子 木森哲 草野美鈴 久保田摩耶子 蔵内陸子 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 河野トシコ 小島ユミ子 小島百合子 小菅よし江 後藤寿枝 後藤祐輝 小林真弓 小林美代子 五谷律子 是永美代子 紺野和子 今野幸子 ザ・ポデイションップ 斎藤孝子 斎藤則子 佐伯美智子 酒井和子 酒井澄 坂本越子 坂本文子 佐久間桂子 櫻井正治 桜山健 佐々木真由紀 佐藤秋子 佐藤公子 佐藤敬子 佐藤妙子 佐藤なかり 佐藤初江 佐野綾子 佐野田鶴子 澤良子 塩澤佳津子 重田文子 品田啓子 嶋影純子 清水文枝 清水松枝 下江美鈴 下中恵美子 下宏子 十べえお話の会 庄山早希 神和之 進藤サエ子 進藤理子 杉浦邑子 杉本節子 杉山恵子 鈴木好枝 鈴木嘉子 スターバックスコーピー 瀬戸貞子 浅間の森ハンドベルの集い 蘭田澄子 高井汪子 高久承実 高澤和美 高鍋恵子 鷹野榮子 高橋恭子 高橋啓次郎 高橋ちよ子 高橋慎 田口裕香 内由美子 竹之内愛子 武野純子 竹松ふく 田代郁子 湛啓子 辰本ケイコ 田中久美子 田中幸子 田中多佳子 田中智加子 田中翠 田部美智子 玉井榮子 多摩スマイル吹奏楽団 玉田祥子 たんぼの会 土屋和子 土屋とき枝 戸井田清子 東郷實枝子 戸島正子 柄谷さき 富田和代 富田秀子 永井イエ子 中井道子 中澤富美子 中下秀子 中嶋永子 長島広美 長嶋幸江 中村紀久子 中村清美 中村フサ子 中村恭俊 中山康 中山雅子 那須史子 西久保長子 西宮智恵子 西村珠美 西山京子 二宮澄子 根岸路子 野坂昭弘 野坂いく世 パームエコーズ 萩原八枝 橋場昭 橋本巖 橋本恵子 橋本節子 長谷川宣子 羽鳥みのある 濱田真理奈 林田美子 羽山直子 原恭子 原田勝彦 原田園彦 原田康子 樋口淳子 樋口雅子 樋口よし子 肥後住江 尾藤智子 平泉順子 平澤みどり 平田敦子 広木きく江 船岡榮子 舟久保良子 舟見三佐子 ふれあいクラブ浅間 星川美津子 星野ユキエ 星野若佐 堀田武三郎 ボディーショップ 堀切重明 本田純子 前田宗治 政所優季 町田知行 松浦良枝 松尾和枝 松澤通子 松下朋子 松田恵子 松野アイ 松村敬子 松本宜恭 三坂和子 水谷静江 三井淑子 三輪孝子 壬生みつ子 宮崎清子 宮下美智子 宮田由絵 明神淑恵 明神冷子 村井福子 村野豊子 目々澤美智子 望月友子 百瀬洋子 森近恵梨子 母里英子 森満隆文 守屋直樹 森玲子 森脇敦子 八重の会 谷貝祥子 矢ヶ崎綾子 山口久子 山下優子 山田一丸 山田佳津江 山田ケイ子 山田順子 山本峯子 ゆうかファミリア 吉川孝一 吉田育子 吉田恒雄 吉田睦子 米山秀子 るりまりの会 レフアナニ 佐竹フアラカデミー 脇山令子 渡辺勇 渡辺勝征 渡辺キク 渡辺久代 渡辺秀雄 渡邊弘子 渡邊房子 (2011年4月〜2011年6月)

編集後記

好きなキャラクターの保温水筒を買いました。首元を冷やす冷たいタオルも巻いて、節電に心がけます！ (きずな 浦上さわ)

今年は夏野菜を使った料理を新たに創作して、楽しく乗り切りたいと思います。(たっち 嶋田 歩)

バジルを種から育てています。夏バテしないようにしっかりと食事を取りたいと思います。(しらとり 川崎悠子)

エアコンフィルターの掃除をまめに、温度設定を1℃以上高くして、節電に貢献したいと思います。(かんだ連雀 浅見達也)

ほへえみプラザ館内はエレベーターではなく階段を使い節電対策。ついでに体重も落ちるとうれしです。(若本町 柳 英恵)

屋根をうつつ雨音に聴き入る事が好きな私ですが、梅雨明けの太陽はやはり良いですね。(泉苑 小柳忠幸)

震災の影響で延期になっていた友人の結婚式に行ってきた。天気にも恵まれて、本当に良かったです。(編集長 上野廣美)

当に良い式でした。(泉苑 親泊美輝子)

夏の日差しのおかげで庭の枝豆とプチトマトがすくすく育っています。収穫するのが楽しみです。(あさひ苑 伊東裕子)

幼い頃、我が家で植えていたゴーヤーはブツブツと言われていました。今はみんなが知っているです！(あさひ苑 比嘉敦恵)

子供はプール授業が始まり、日毎背中が黒くなり嬉しそう。親子で毎日、天気予報とにらめっこしています。(緑苑 近藤聖也子)

長らく入荷まちの扇風機がやっと手元に届きました。晩夏まで頼もしい味方になってくれそうです。(事務局 冠 寿枝)

先日小説の読書を再開しました。休日は図書館に避暑して楽しく節電したいです。(事務局 青木志乃)

暑い夏が大好きです。水泳とヨガで体を鍛えているので病気が近寄れないほどの健康体です。今年の夏は、皆様どうぞご自愛くださいませ。(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 ☎0120-6540-24 老後支援 24時間
● あさひ苑 ☎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！