



発行者／社会福祉法人千代田区社会福祉協議会  
千代田区九段南1-6-10 かがやきプラザ4階  
TEL:03-3265-1901 FAX:03-3265-1902  
<https://www.chiyoda-cosw.or.jp/>



# ちよ だ

社協

特集 第17回  
ふれあい福祉まつり

- ・つながる心 かがやく千代田  
ふれあい福祉まつり P.2-3
- ・社会福祉協議会からのお知らせ P.4



(ふれあい福祉まつり企画「パブリカ」ワークショップでの1枚)

千代田区社会福祉協議会とは住民の方々が主体となって行う地域福祉活動を支え、力を合わせて千代田区の福祉をすすめる団体です。

# 多世代交流と健康理解

場所 かがやきプラザ 1F

かがやきプラザ1Fには、多世代での交流と健康への理解をメインとしたブースが並んでいます。編み物や布ぞうり作りを通じての交流や子ども縁日、フレイル予防の企画など盛りだくさん。交流をきっかけにいつまでも健康でいましょうね♪

## 社会参加 「ひっじの会」

編み物を通じての交流、地域貢献活動や被災地への支援活動を行っています。



当日は、千代田区から望める日本の象徴的な建物をジオラマのように表現した「編み東京」を展示します!

## 社会参加 「ぞろぞろ会」

皆で集まって布ぞうり作りを通し、地域交流、世代を超えた交流を目指しています。そして不要となった浴衣の提供などを広く募り、リユースを楽しみながら作成した布ぞうりの売り上げ金を社会福祉施設等に寄付しています。

製作した布ぞうりを販売し、その売上で地域に役立てる活動を行います



千代田区では、健康な状態と介護が必要な状態の中間を表す、「フレイル」の予防として高齢者の社会参加や世代を超えた地域交流に取り組んでいます。

フレイル予防としては右記3つが重要です

栄養



運動



社会参加



社会とのつながりが減ることがフレイルの入り口とされているよ



最近、家にこもりがちで外出の機会がないのよね～

地域でこんな活動をしているよ、参加してみたら?



高齢者活動センターのフレイル予防

## 運動 ふれあい福祉まつり限定企画!

高齢者活動センターでは、フレイル予防の一環として、ストレッチや体操など身体を動かせる同好会や、理学療法士に相談をした上でのトレーニングマシン利用など気軽に運動を行うことができます。運動は、気分転換やストレスの発散にもなり、精神的な安定を促すこともできると思われます。ふれあい福祉まつりでは、フレイル予防に関するコーナーもございますので、60歳以上の方はこの機会に是非、からだの状態を確認してはいかがでしょうか。

## ふれあい福祉まつりで活躍する 学生さんの想い

ふれあい福祉まつりは、ちよだで学ぶ「学生」のみなさんも参加しています。長年、ご協力いただいている2つのボランティア団体の学生さんにお話を聞いたところ、日々の活動を軸に、ふれあい福祉まつりでの活動を通してつなげたい「想い」がありました。



キャンエコ 山内悠大さん

### ごみは捨てたらもうおしまい?

ふれあい福祉まつりでは、環境に配慮し、リユース食器の使用に取り組んでいます。多くのごみも発生しています。リユース食器・ごみの回収コーナーを運営する「法政大学キャンパスエコロジーフォーラム（通称：キャンエコ）」の学生のみなさんの協力が欠かせません。

#### キャンエコとは

キャンパス・エコロジー・フォーラム（通称：キャンエコ/CEF）は、「真面目なことをみんなで楽しく!」をモットーに、主に「棚田班」「里山班」「学祭班」「企画班」の4種類の自然環境に関するボランティア活動を行っています。地域環境保全のため学生でも取り組めることから行動することが、より良い地域作りのための手助けとなることを目標としたサークルです。



#### 「管理している人がいるからクリーンな状態でいられる」

捨てた後のごみは意識しづらいと思います。でも、ごみの分別を誰かがやってくれているから綺麗な状態で過ごせていること、管理している人がいるからクリーンな状態でいられることを自分たちの活動を通して伝え、出来る範囲でごみの分別を意識してほしいと思います。

キャンエコ 山内さんの想い

場所 かがやきプラザ 1F  
区役所 1F

場所 区役所 4F

## もしもの時に行



ふれあい福祉まつりでは防犯知識をIVUSA（イヴュー）や支えあいの大切さを伝え

#### IVUSAとは

IVUSAとは、全国90大学ボランティア団体です。「国際協力の教育支援」の5つの分野を～ちよだ社協と千代田区で災害救援活動を行う防災協



#### 「何か困った

IVUSA 田中さんの想い

日々の活動や、ふれあい福祉まつりなどのつながりが生まれます。IVUSAという団体を知ってほしいです。

## はあとス

楽しく過ごし、健康を保ち、互いを気づかせる。6地区長寿会それぞれの会員による、ふれあいはあとステージで行われます。



はあとステージでは、高齢者活動センターのゴスペル同好会や、高齢者活動センターも千代田区にお住まいの60歳以上の高齢者によるパフォーマンスや、また、今号の表紙にもなっているパーツ・イシバ氏の振付によるダンスなど、大人まで楽しく踊るダンスステージなども行います。お楽しみください。

令和元年、「ふれあい秋まつり」と

## つながる心

# ふれあい

ふれあい福祉まつりは、千代田区民のつながり、出会い、支えあう、“ちよだで学ぶ”の想いを“私”の想い、そんな気持ちで

日時：令和元年10月12日（土）  
10時30分～15時30分（終了後）

ふれあい福祉まつりではここで紹介しているイベントの開催場所や開催日時、お問い合わせ先など

問合せ先：千代田区社協

# ステージ

場所 区役所 1F

「ふれあい」から、60歳以上の地域住民の自主的な組織「長寿会」。  
「ふれあい秋まつり」からつづく「ご自慢演芸タイム」が



ちよだ高齢者の皆様の  
日々の研鑽をご覧ください!



「SHINE!」のステージもあります。長寿会も  
の方であれば、どなたでも入会が可能です。  
「パブリカ」のリズムに乗って、子どもから  
楽しみください。

「福祉まつり」は統合し、「ふれあい福祉まつり」へ

## かがやく千代田

# 福祉まつり

千代田区に住み、働き、学ぶ、多くの人たちが  
「つながり」を実感できるイベントです。  
「もやってみようかな」  
と出会えるかもしれません。

場所：千代田区役所（九段南1-2-1）  
かがやきプラザ（九段南1-6-10）

紹介しているイベントのほかにも様々なイベントが  
時間や内容などの詳細、掲載記事に関するお問  
下記までお願い致します。

会福祉協議会 ☎03-3265-1901

ころ、  
りました。

## 動できますか?

IVUSA 田中 絢子さん

防災に関する体験を通して「もしも」の時に役立  
（一サ）の学生が教えてくれます。体験を通して命  
たい、と語ってくれました。

約 4000 名の学生が所属している日本最大の学生ボ  
「環境保護」「地域活性化」「災害救援」「子ども  
軸に活動しています。

活動する IVUSA の学生は災害時に協働して災  
定を結んでいます～

## 時に IVUSA を思い出してほしい

地域の行事に参加することで、多くの人と出会い、つな  
ってもらおうことで、何か困った時にIVUSAを思い出して声を

# 福祉まつり食堂

場所 区役所外(ロータリー側)

福祉まつり食堂では、様々な団体が飲食ブースを出展しています。  
この日のために腕によりをかけてお待ちしています。お立ち寄りの際は、  
普段どんな活動をしているのか等、ブースのスタッフにお声がけください。  
参加団体の一部をご紹介します。

### ①「丸の内オフタイム倶楽部」

「丸の内オフタイム倶楽部」は、障がいのある方が仕事帰りに何気なく集まれる場所、ちょっと食事していこうかと集まれる場所です。月に1度、食事をとりながら楽しくおしゃべりしたりして交流しています。

「ポップコーン」と「綿菓子」を販売し、  
多くの人との交流を楽しんでいます。



「肉まん、あんまん、コーヒー」を  
販売しています



### ②「ふれあいサロン♡ココ」 「ふれあいサロン♡神田」

「ふれあいサロン♡ココ」「ふれあいサロン♡神田」は、地域の高齢者の方々に集まっていただき、お茶やおしゃべりなどでホッとひとときの時間を提供している傾聴サロンです。傾聴だけでなく、笑いヨガなどの運動、脳トレ演奏会、裏千家お茶会なども行っています。是非足を運んでみませんか。

### ③千代田区立障害者 福祉センター「えみふる」

「えみふる」は知的障がいまたは身体障がいがあり、日常生活に不自由がある方のために日中の支援を行っています。「笑みのあふれる社会づくり」を目標に、年間を通してイベント等の手伝いをしてくださるボランティアを募集しています。

利用者と一緒に  
「たこ焼き」を販売しています。



# フクシ☆チャレンジ

場所 かがやきプラザ前  
雨天時はかがやきプラザ 4F

福祉を学び、体験することで、障がいや身近にある地域の福祉を考えるきっかけを作るブースです。車いす・アイマスク・手話の体験ができる他に、メディカルケアウォーキング体験や福祉機器の紹介もしています。

## 福祉体験

### 参加団体

車いす体験アドバイザー「いっぽ」、  
グループあいあい、NPO法人ホープ



車いす・アイマスク・手話の体験を通して、障がい者や高齢者がまちの中のどんなことに不安や不便さを感じているか考えてみましょう。

前が見えないから不安

エレベーターはどこにあるんだろう

点字ブロックに自転車があると危ないんだ!

## 福祉機器の紹介

### 参加団体

大和ハウス工業株式会社

「介護スタッフの不足」や「在宅での介護疲れ」を解決するために介護ロボットが注目されています!

## メディカルケアウォーキング体験

参加団体：MCW「歩こう教室」



ノルディックポールを使った「メディカルケアウォーキング」は運動機能と健康回復・健康維持・健康促進を兼ねた「健康運動」です。

体験したからこころ分かることがたくさんあるね!  
福祉体験をするとフクシコインがもらえるよ!



2枚集めると景品交換所で  
素敵な景品と交換できるよ!  
たくさん体験してみよう!



# 社会福祉協議会からのお知らせ



## 赤い羽根共同募金にご協力をお願いいたします

**強化月間** 令和元年10月1日(火)～10月31日(木)  
赤い羽根共同募金は援護を必要としている千代田区内の民間社会福祉施設・団体に配分されます。皆様のご協力をお待ちしております。

## 社協要援護世帯の登録受付を開始します

収入額が一定以下で生活の支援を希望する世帯を社協要援護世帯として登録し、歳末たすけあい募金から見舞品をお送りします。昨年度に登録をされた方も再登録が必要です。詳しくはお問い合わせください。

**申込み期間** 令和元年10月1日(火)～10月31日(木)  
**対象世帯** 次のすべてに該当する世帯(生活実態により、住民票が世帯分離していても同一世帯とみなす場合があります。)

- ①区内在住(住宅で生活している方)
  - ②世帯の年間総所得金額が生活保護世帯の1.15倍以内程度(世帯構成により基準額が異なります)
  - ③生活保護を受けていない
  - ④不動産(土地・建物)を所有していない(現在、居住している土地・建物は除く)
- ※登録申し込みについては、必要提出書類等がありますので、必ず事前にお問い合わせください。

**お問合せ** **総務係**  
☎ 03-3265-1901 FAX 03-3265-1902  
✉ somu@chiyoda-cosw.or.jp

## 講演会・司法書士による個別相談会

**講演** 人生100年時代をあなたらしく生きる～任意後見と家族信託～

**日時** 12月3日(火)  
①14時～15時(講演会)  
②15時～16時(個別相談会)

**場所** かがやきプラザ4階(九段南1-6-10)

**対象** 区内在住・在勤・在学の方

**定員** 30名(講演会)／10組(個別相談会)  
※共に先着順

**参加費** 無料

**講師** 奥西史郎氏  
(成年後見センター・リーガルサポート東京支部)

**内容**  
①将来、判断能力が不十分になった時に備える「任意後見制度」と、近年注目を集める「家族信託」について、講師が分かりやすく解説します。  
②司法書士による個別相談会を実施します(希望制)。  
※共催の「リーガルサポート東京支部千代田地区」は福祉まつりにも参加します。

**お問合せ** **ちよだ成年後見センター**  
☎ 03-6265-6521 FAX 03-3265-1902  
✉ kouken@chiyoda-cosw.or.jp

## サロン活動 応援します! 活動助成上限10～12万円

**助成対象期間**  
令和元年10月1日～令和2年3月31日

### 介護予防のためのサロン活動

介護予防を目的とした体操や運動を行い、住民同士の支え合いを目指します。千代田区の身近な場所で、日常的に集い、交流できるサロン活動に対して助成します。

**主なサロン登録の要件**  
①原則月3回以上 ②1回30分以上の、介護予防を目的とした体操等を行う活動 ③欠席者への声かけをする  
④平均の参加者が10名以上いる(初年度は見込み)  
※趣味の教室や習い事とは異なり、参加者同士の健康・交流促進に取り組む活動が登録対象となります。

### 交流・仲間づくりのためのサロン活動

高齢者や障がい者、子育て中の方など、千代田区の身近な場所で、交流や仲間づくり等を行うサロン活動に対して助成します。

**主なサロン登録の要件**  
①原則月1回以上 ②欠席者への声かけをする  
③参加者の交流、つながり作りを促進する活動  
※趣味の教室や習い事とは異なり、参加者同士の交流促進に取り組む活動が登録対象となります。

※申し込み方法、詳細は下記お問い合わせへ

**お問合せ** **地域支援課 地域支援係**  
☎ 03-3265-1901 FAX 03-3265-1902  
✉ chiiki@chiyoda-cosw.or.jp

## 寄付者(2019年6月～2019年8月) あたたかいご寄付ありがとうございます。

金品寄付者	寄付日	氏名・所属団体名(敬称略)	物品
	6月3日	匿名	成人用紙オムツ
	6月4日	フジモトHD(株)	車いす
	6月14日	(株)三海	ジャム
	6月27日	CTCテクノロジー(株)	車いす
	6月30日	東京海上日動火災保険(株)	株主優待物
	7月31日		
	7月12日	嶋崎 勇喜	CD・ビデオ他
	7月30日	日本土地建物販売	飲料・お菓子
	8月14日	東京消防庁	未使用切手
	8月22日	三菱UFJモルガン・スタンレー証券(株)	株主優待物
	8月23日	(株)優待マーケット	ディズニーチケット2枚

物品寄付者	寄付日	氏名・所属団体名(敬称略)	金額
	6月1日	天津 みち	10,000円
	6月2日	天津 敏子	10,000円
	6月11日		
	7月19日	匿名	計6,000円
	7月29日		
	7月9日	隠岐 綾子	100,000円
	8月26日	麹町法人会九段一ツ橋地区会	48,600円
	8月22日	堀江 久子	1,000,000円
	8月29日	靖国神社内出店者御一同	50,000円

**Twitterもチェック**

[https://twitter.com/chiyoda\\_cosw](https://twitter.com/chiyoda_cosw)



**Facebookもチェック**

<https://www.facebook.com/chiyodacosw/>



**Japan Beverage**  
うるおいと喜びを。  
<http://www.jbinc.co.jp>

ジャパンビバレッジは、北海道から沖縄まで全国各地に事業所をもつ自動販売機オペレーターとして、うるおいと喜びをお届けしています。

**千代田区高齢者向け 優良賃貸住宅**

**入居待機者 募集中!**  
(空室の都合、待機登録順に斡旋いたします。)  
条件 ①60歳以上の方  
②区内在住の方(例外規定あり)  
③一定以下の世帯所得(487,000円)の方  
斡旋可能な建物  
・外神田、東神田、神田神保町、神田東松下町  
(区内5棟83戸取扱い)

国土交通大臣免許(4)第6263号  
**パワーズアンリミテッド**  
〒162-0066 東京都新宿区市谷台町8-8

**お問い合わせ・斡旋予約**  
**03-3356-0808**  
受付時間 平日 9:30～18:30

家賃補助金 最大 4万円  
安全の設備と安心の家賃補助  
パリアフリー・車椅子・電動車いす・車中泊可能・平日 AM10:00～PM10:00はペニーレーン専用エレベーターがご利用いただけます。

**CHIYODA Bungu!** **千代田事務用品事業協同組合**

千代田区内の文具事務用品小売業者で構成された組織です。共同受注・仕入れにより主に区内官公庁様及び関係団体様へ適正価格で事務用品等の納入を行います。

**信頼の文具**

信誠堂 錦華堂 ミヤタ 丸屋文具店 南信堂  
昭和堂 広文堂 武蔵屋商店 康文堂 ニコニコ堂

**お問合せ 千代田区社会福祉協議会**

代表 TEL: 03-3265-1901 FAX: 03-3265-1902 E-mail: info@chiyoda-cosw.or.jp  
〒102-0074 千代田区九段南1-6-10 かがやきプラザ4階

ふたばサービス TEL: 03-6265-6520 E-mail: chiiki@chiyoda-cosw.or.jp  
ちよだ成年後見センター TEL: 03-6265-6521 E-mail: kouken@chiyoda-cosw.or.jp  
ちよだボランティアセンター TEL: 03-6265-6522 E-mail: volunteer@chiyoda-cosw.or.jp  
ファミリーサポートセンター TEL: 03-6265-6523 E-mail: famisapo@chiyoda-cosw.or.jp

指定管理受託施設/かがやきプラザ  
高齢者活動センター TEL: 03-3265-1161 FAX: 03-3265-1162 E-mail: kagayaki@chiyoda-cosw.or.jp  
研修センター TEL: 03-6265-6560 FAX: 03-3265-1102 E-mail: jinzai@chiyoda-cosw.or.jp