



発行：2014年5月23日 東部福祉の会

<第69号> 目次

総会報告・県を知ろう！	
フェスティバル予告	(1P)
もしもの時に備えて	(2P)
地域情報掲示板	(3P)
民生児童委員一覧・活動報告・活動予定	(4P)

2014年度総会報告

4月17日14時から本町コミセンで行われた総会で、平成25年度事業報告 会計報告 監査報告及び、26年度事業計画 予算案が承認されました。

26年度役員として 会長 原利子 副会長 林武志・平廣子・中村恵津子 書記 栃折暢子・谷村朋子 会計 中村由紀子・坂間禎子 監査 直江琢児・今野俊行 幹事 安藤栄美・河和由紀子・佐々木みつ江・平岡治子・望月しづ江・竹山悠紀子が承認されました。

市の地域支援課災害時要援護者対策事業担当の宮本さん、市民社協常務理事 渡辺さん、事務局長 森安さんのご挨拶がありました。

今年も地域の課題に取り組みます。「ご近所のつながり」「買い物難民」「居場所づくり」は、この地域の課題です。ご協力お願いいたします。

新年度の活動が始まりました。

- ◎ 6月8日「神奈川県を知ろう！」
- ◎ 10月実施予定の吉祥寺東部フェスティバルは、既に実行委員会がスタート。
- ◎ ふれあい支援プロジェクトは、昨年9月から第2木曜午前に東コミセンロビーで「たんぽぽサロン」を開始。まだ知名度が低いので、ポスターや掲示を工夫し、茶菓の予算をつけました。他にも居場所になれる場所の情報を求めています。
- ◎ 役立つ情報を、黄色い広報紙「たんぽぽ」で発信します。

◎ 各グループが工夫して活動しています。ご参加ください。「たんぽぽ」に掲載し、福祉の会の掲示板にポスターが出ます。

「神奈川県を知ろう」

6月8日(日) 14時～

本宿コミュニティセンター

隣の県ですが、横浜も神奈川、鎌倉も神奈川、箱根も神奈川。どんな神奈川県が見つかるでしょうか。皆さんの様々な関わりの神奈川をさかんにワイワイやりましょう。食べる肴も神奈川名物を仕入れます。気軽に参加してください。ここで知り合いをつくりましょう。参加費300円。



2014 吉祥寺東部フェスティバル

「今年も 小さな たすけあいを あつめて」

10月19日(日) 本宿小学校にて

知っておくとどんな時にも役に立つ事、ぜひやってみて欲しい事(市からも、私たち住民からも)を展示します。

本宿小学校は、昨年、2年間の授業をまとめて、子どもたちの防災への取組みを研究発表しました。自分で見つけた災害時の身の守り方、身近な場所の危険の発見と避ける知恵。子どもたちにも参加してもらって、暮らしの工夫、災害への備え、家族や隣人との協力、弱い人への配慮など、新鮮な目で見つけて欲しいです。

# もしもの時に備えて！

## 自分で出来る備え no2

すぐ取りかけられる食料備蓄

いつも使うものを、切らずに補充するだけ。

試してみました

インスタントラーメンの巻



水でも40分で食べられます。量も相当増えます。

極細スパゲッティの巻

厚手鍋かフライパンに水1カップ  
細ズパゲッティを半分に折り、中火で煮て20分、水がなくなる頃柔らかくなる。これをトッピングであえる。ゆで具合はこの際問題にしない。



お麩、削り鰹はそのまま食べられる。



むかしからある氷もちはお湯で戻すと重湯に。

パン粉はスープや牛乳にいれれば、パンかゆに。

ゆで小豆の缶詰は、割と安いし、何にでも利用できる。パンにのせれば名古屋風トーストにも。疲れたとき、大変なとき、甘みは貴重です。



具沢山のインスタントスープ、即席みそ汁は、お湯さえあれば、中におにぎりやご飯や a米を入れて雑炊、おじやに。

幼児からお年寄りまで食べ易い。

水は備蓄していますか？

## 地域情報掲示板

### テンミリオンハウス そ~らの家

吉祥寺南町 5-6-16 ☎ 71-3336

#### 親子でリミック

6/3(火)、10(火)、24(火) 10:00~10:30

講師:藤原大輔 氏

対象:1~3歳まで 参加費:1,000円 ※要予約  
音楽に合わせて全身を動かし、本物の楽器に触れてみましょう。

#### 書道

6/12(木)、26(木) 13:00~14:00

講師:張原民子 氏

参加費:300円

若い世代から年配の方達まで自分のペースで練習しています。

### テンミリオンハウス 月見路

吉祥寺北町 1-11-7 ☎ 20-8398

#### サロン DE 月見路

6/4(水) 13:00~15:00

定員:20名 要予約 無料

第1回「あると便利な情報キット」

武蔵野市緊急医療情報キットを無料配布・使い方の説明など

#### 健康講座

「コンディショニングアップのための体操」

6/25(水) 13:30~15:30

定員:10名(65歳以上の方優先・申込順)

申込締切:6/7(土)

※タオル持参・スカート不可

### 岡田さんち

吉祥寺東町 2-33-5 ☎ 20-3322

#### 音楽で元気!

日時:6/21(土)10:00~11:30

会場:吉祥寺東コミセン ※見学自由

#### 喫茶みちくさ (家族介護者支援事業)

日時:6/21(土)13:00~14:30

会場:岡田さんち 対象:ご家族

\* 以前の喫茶とは、意味合いが多少異なります。

### ゆとりえ在宅介護支援センター

吉祥寺南町 4-25-5

#### ほほえみサロン ゆとりえ

日時:6/20(金)

第一部 10:00~12:00 / 第二部 12:00~13:30

会場:吉祥寺南町コミセン 2階調理室

参加費:600円 定員:20名

申込先:☎0422-72-0313(複戸)

#### ゆとりあんカフェ

6/11(水)、27(金) 11:30~16:00

ラストオーダー

食事 14:00、ケーキドリンク 15:30

定食・ランチ:各 735円

問合先:☎0422-72-0311



#### たんぽぽサロン

毎月第2木曜日 10時~

吉祥寺東コミセン

## どうしたら?と思ったら 民生委員さんに相談を。

東部福祉の会（東町全域と本町一丁目）  
担当の民生・児童委員担当地区

-----  
東町一丁目 1～10 にお住まいの方は  
江藤智子さん ☎29-7637

-----  
東町一丁目 11～25 にお住まいの方は  
今野俊行さん ☎22-2623

-----  
東町二丁目 1～17 にお住まいの方は  
新井知子さん ☎22-9758

-----  
東町二丁目 18～32 にお住まいの方は  
岩岡由美子さん ☎22-6510

-----  
東町二丁目 33～43 にお住まいの方は  
北住真理子さん ☎20-1563

東町二丁目 44～45&三丁目 3～12、  
18～22、26～29 にお住まいの方は  
小池正三さん ☎22-3005

-----  
東町三丁目 1、2、13～17、23～25 に  
お住まいの方は  
入江環さん ☎22-8875

-----  
東町四丁目にお住まいの方は  
河和由紀子さん ☎22-5532

-----  
本町一丁目 12～31 の方は  
平廣子さん ☎22-6048

-----  
本町一丁目 32～38 にお住まいの方は  
（欠員）平委員にご相談ください。

-----  
児童の問題は主任児童委員の  
栃折暢子さん ☎21-1289  
藤野久美子さん ☎22-5694

### 活動報告

- ・4/17(木)総会
- ・5/7(水)ふれあい支援プロジェクト
- ・5/8(木)たんぽぽサロン
- ・5/12(月)第1回フェスティバル実行委員会
- ・5/15(木)第1回運営委員会

### 活動予定

- ・5/27(火)19:00～ 本宿コミセン  
第1回情報交換会
- ・5/30(金)13:30～ 吉祥寺東コミセン  
たんぽぽ映画会『八月の鯨』
- ・6/9(月)19:00～ 吉祥寺東コミセン  
第2回フェスティバル実行委員会
- ・6/10(火)10:00～ 吉祥寺東コミセン  
ふれあい支援プロジェクト
- ・6/12(木)10:00～たんぽぽサロン
- ・6/27(金)13:30～本町コミセン 若葉会

### たんぽぽ映画会

5/30(金)13:30～

吉祥寺東コミセン(九浦の家)

『八月の鯨』 リリアン・ギッシュ

ベティ・デイビス

ぜひ、ご覧ください!

### 若葉会

6/27(金)13:30～ 本町コミセン

70歳以上の方を対象に、お茶を飲みながら  
おしゃべりをして交流を深める会です。

### たんぽぽ 69号

平成26年5月23日発行

発行:東部福祉の会

吉祥寺東1-12-6 吉祥寺東コミセン内

電話&FAX :21-4141

発行責任者:東部福祉の会 原利子

このたんぽぽは、近所の

がお届けしています。