



「NPO・ACT 昭島たすけあいワーカーズ 大きなかぶ」は、誰もがあたりまえに安心して暮らせる昭島を目指して、たすけあいの輪を広げ、積極的に地域づくりまちづくりを行っています。

大きなかぶメンバーは、以下の地域活動を行ってきました。
2013年から、広く市民の皆様とともに手を携えて一緒にすすめていきたいと考えています。
メンバーとともに活動をしてくださる方を大募集！！ 是非ご連絡ください。

住み慣れた昭島で暮らすために
あなたの力を

ミニディ 「おしゃべり広場」

地域の方々(異年齢)の居場所づくりです。
毎月第2と第4金曜日 10時~15時
大きなかぶダイルームで開催しています。

認知症への理解を広める



認知症について学ぶと共に、市民へ認知症についての理解を広める活動。活動は2ヶ月に1回程度。

精神障がいボランティア「グループ・モモ」

(デイサービス・モモの活動支援)

活動日は第1と第3水曜日の午後。
茶話会・クッキング・デイサービス・創作・季節の行事等の企画・お手伝い。

「グループ・モモ」について

 東京都保健所は、地域と関わりを持たずに生活している精神障害の方々に、デイサービスを行なってきましたが、2003年より精神障害業務が都から市に移管され、デイサービスが廃止されました。そこで昭島市内の精神障害者をサポートする5団体(食工房ゆいの杜・ゆいの杜運営委員会・太陽と風・虹のセンター25・大きなかぶ)が協働してデイサービス「グループ・モモ」を立ち上げ、ボランティアで支援を続けています。

救急救命講習

に行ってきました。



AEDの使い方や、心肺蘇生について消防署の方に指導を仰ぎながら、実際に人形を使って勉強します。最後にO×テストと救命措置テストを参加者でやって、合格したら後日認定証がもらえるそうです。(ちゃんと説明を聞いていたらみんな合格します。)

講習が始まるまでは、4時間あると聞いて、うんざりしていたのですが、いざ受けてみると座学だけでなく、体を使ってしっかり体験し、一通り手順をマスターするのですから、あっという間に終わってしまいます。

119番をして救急車が来るまで、6~7分ぐらいかかります。それまでに応急処置をするだけで、救命効果がかなり上がるそうです。

AEDが、だれにでも使えるようになるといいですね。来年も開催される予定なので、皆さんも参加してみたいかがですか? (参加者 O・M 1月19日昭島市小ホールにて)



心肺蘇生法の練習中

マイテレビで放送されました。
大きなかぶメンバーも「よく」
映っていましたよ

AEDは不整脈で心臓が停止した時に除細動(電気ショック)を行う機械です。音声誘導に従えば誰でも使えます。

新人ケアマネの松崎です。どうぞよろしく!!

6月より訪問から居宅へ移動となりました。

大きなかぶのメンバーとなって10年、変化を好まない自分としては思い切った転身です。介護保険制度は年々変化し複雑な仕組みで、覚悟をしていたとはいえ、想像以上に大変です。仕事の事を考え眠れない夜も…お陰で晩酌の酒量が増えました。

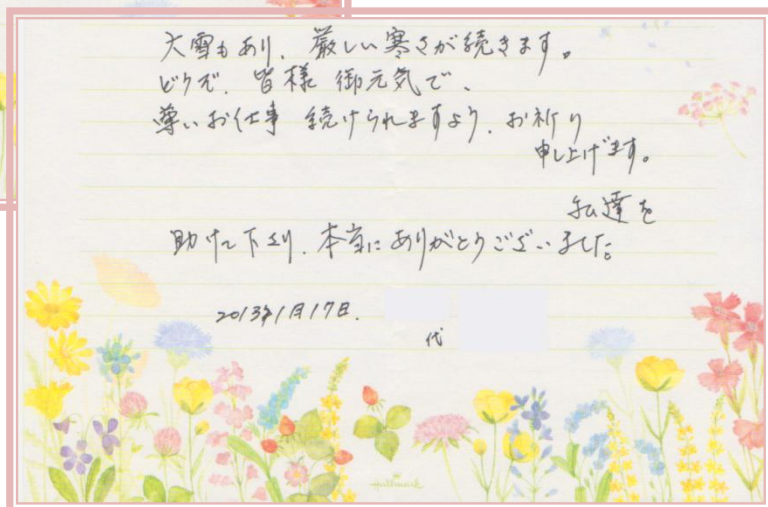
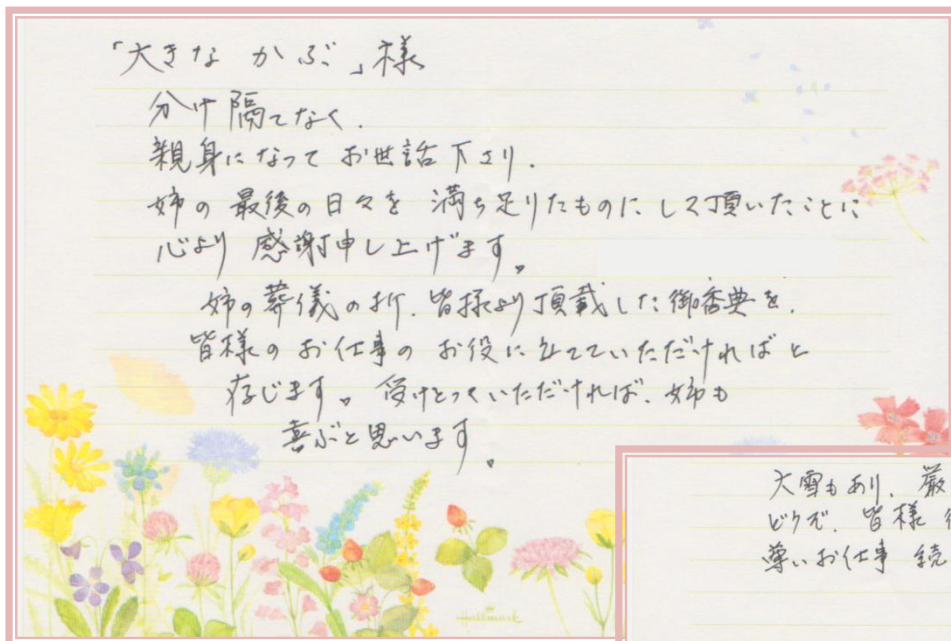
しかし、ご利用者がある人らしく、住み慣れた自宅で楽しく生活ができるようプランを考え、支援していく。やりがいのある面白い仕事です。

今のところ貢献しているのは、居宅の平均年齢を少し下げた位ですが、早く前任者に近づこうと毎日がんばっています。

大きなかぶも設立から17年。世代交代が今後の課題です。私も含め若手?の活躍にご期待ください



大きなかぶの利用者〇様の妹さんから、温かいお言葉を頂きました。



地域の中に「たすけ、たすけられる関係」をつくることを目指して活動を続けている私たちにとりまして、このような言葉を頂戴し、大変うれしく励みになりました。これからもメンバー一同、力を合わせて頑張っていきます。

大きなかぶは東京都認証の特定非営利活動法人です。賛助会費と寄付に支えられ、地域貢献活動を行っています。

賛助会費 1口 3000円 (個人 1口以上 団体2口以上)

寄付 (おいくらでも)

振込先 郵貯00100-0-718748 大きなかぶ

*ご寄付ありがとうございました。

青柳和子様 石井亨様 上田桂子様 大森陽子様 松井昭子様 他8名様

*賛助会員になっていただきありがとうございました。

島本久様 杉本富士様 篠原ますみ様 篠原有加様 内木露子様

虹のセンター25職員有志様 野村京様 藁科喜美子様 他1名様

今年度皆様から頂いたご寄付は、各メンバーが日々のケア・訪問・通勤に使っている自転車のメンテナンス費用にも使わせていただきました。これからも安全運転で東奔西走します。

「地域に開かれたつどい」

ラフターヨガ大盛況

ワハハワハハと大きい声で笑い、
筋肉痛になりました



イベント報告



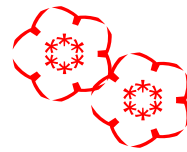
「ジャズの夕べ」

ワインを片手に懐かしい調べを楽しみました
'60年代ポップスも聞けて懐かかったです!



デイサービスの風景

利用者の皆さんの力作です
菜の花畑を楽しそうに遊ぶ蝶が可愛いですね



編集後記

春が来るとウキウキ!
同時に花粉と黄砂と
中国の大気汚染
ストレスを溜めずに
健康に留意して
乗り切りましょう!
無事・発行できて・感謝