

# ふうせんかずら

第 69 号  
2023 年 10 月

誰もが住みなれたこの地域でたがいに助けあいながら赤ちゃんからお年寄りまで  
心豊かに安心して暮らせる町づくりをめざし自立のための支援をします

- ・発行 NPO・ACT 町田たすけあいワーカーズ広報委員会
- ・発行責任者 後藤田 眞理子
- ・住所 〒194-0023 町田市旭町 1-23-2 生活クラブ館まちだ
- ・TEL 042-729-1130
- ・URL <http://www.actmachi.sakura.ne.jp/>
- ・FAX 042-850-8714
- ・e-mail [actmachi@cello.ocn.ne.jp](mailto:actmachi@cello.ocn.ne.jp)



## おめでとうございます！

センテナル町田にお住いの西村さんが 100 歳を迎えました。ちょうどお誕生日の 9 月 2 日 18:30 より、1 階のイベントスペースにてお誕生会を行いました。

入居者 29 名とスタッフ 7 名、来賓 5 名(ご家族 3 名、ケアマネさん、生活クラブ事務局)で、行う事が出来ました。



ハンドベルとウクレレでハッピー  
バースデーを歌い、  
練習している曲も  
披露しました。



ケーキを食べて西村さんにインタビュー。  
100 歳になってどうですか？  
「知らないうちに 100 歳になっていました」との答え。  
お元気ですよねぇ。

100 歳の方をセンテナリアン、110 歳をスーパーセンテナリアンと言うのだそうです。  
めざせ、スーパーセンテナリアン！！(土谷雅美)





## たすけあい小川報告

# 夏祭り



冷え冷え～

8月9日、「たすけあい小川」で夏祭りをしました。お祭りに向けて利用者の皆さんと一緒に飾り付けやゲームの準備をしてきました。当日、職員ははっぴを着てお囃子をながしお祭りを盛り上げました。ゲームも好評で笑い声がたえなかったです。おやつはみかんの缶詰を凍らせてかき氷にしました。大変喜ばれ楽しいお祭りになりました。(関雅子)

金魚すくい大漁!?



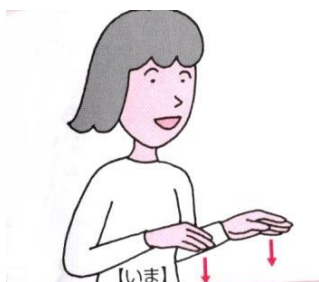
祭りだ!!わっしょーーい♪



## 使ってみよう手話 ③① ＝時制の表現①＝

時の表現をしてみましょう。

① 今日



両手のひらを下に向け、  
少し下げる

② 昨日



数字【1】を顔の横から後ろ  
に動かす

③ 明日



数字【1】を顔の横から前  
に動かす

(三二知  
識)

2025年、東京でデフリンピックが行なわれることになりました。...  
今、全日本聴覚障害者連盟が一生懸命PRして会場の確保に頑張っています。...  
町田に一つでも競技があるといいですね。(砂田安貴子)...

## 「ふうせんかずら」～あなたとともに～

花言葉

夏に小さな白い花をつけた後に、緑色の風船ができます。中にハート模様のついた種が3つできます。



2000年の介護保険開始にむけて「にじ」「更紗」「たんぽぽ」の3ワーカーズと一緒に「NPO 法人 ACT 町田たすけあいワーカーズ」ができました。

3つのワーカーズが力を合わせて活動していくことになったので、本紙を「ふうせんかずら」と名付けました。(横溝由紀子)

## 元気をいっぱいもらいました

ひまわりを植えて南地区を元気に！と立ち上がった「みなみひまわりプロジェクト」

「たすけあい小川」の花壇でもプロジェクトのひまわりの種が育ち太陽に向かって元気に咲き始め皆を笑顔にしてくれています。(石田幸代)



## 新メンバー紹介

はやし くみ  
林 久美



2月から「たすけあい」のケアワーカーとして働き始めました。ワーカーの皆さんの励ましと助けをお借りして何とか頑張っています。休日はしばらく離れていた都会の映画館までお上りさん気分です。

いしかわ よしのり  
石川 禎規



この度「たすけあい小川」のメンバーになった石川です。介護の仕事は初めてですが、精一杯出来ることをやり、利用者さんが快適に過ごせるよう頑張っていきます。よろしくお願いします。



# さつまいもの サイダーづけ

## おたすけメニュー

### <材料>

- さつまいも 1 本(300~400 g)
- サイダー 200 cc
- レモン汁少々(ポッカレモン)
- 揚げ用のサラダ油



### ＝作り方＝

- ① さつまいもの皮をむき、小指くらいのスティック状に切り、水にさらす。
- ② さつまいもの水を切り水分をキッチンペーパーでよく拭く。
- ③ サラダ油を 180℃位に温め、さつまいもをカラッと揚げる。
- ④ 揚げたさつまいもの油をよく切り、タッパーなどの保存容器に入れ、サイダーを注ぎ込み、レモン汁を少々入れる。
- ⑤ 冷蔵庫で 1 日以上冷やして出来上がりです。

\*レモン汁を加えることでさっぱりします。  
今回は三ツ矢サイダーを使用しました。

(小山内有加子)

## 脳トレーニング!

○の中には『1』か『2』が入ります。  
縦・横の計算が合うように式を作ってください。

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ○ | + | ○ | + | ○ | + | ○ | = | 5 |
| + |   | + |   | + |   | + |   |   |
| ○ | + | ○ | + | ○ | + | ○ | = | 5 |
| + |   | + |   | + |   | + |   |   |
| ○ | + | ○ | + | ○ | + | ○ | = | 6 |
| + |   | + |   | + |   | + |   |   |
| ○ | + | ○ | + | ○ | + | ○ | = | 7 |
| + |   | + |   | + |   | + |   |   |
| 5 |   | 4 |   | 6 |   | 8 |   |   |

賛助会費へのご賛同  
ありがとうございました!!

O.H. 様 M.A. 様  
T.K. 様

ご寄付ありがとうございました!!

T.S. 様

地域ふれあい活動等に活用させていただきます。

賛助会費は 個人: 1,000 円  
(1 口) 団体: 5,000 円

## ヘルパー募集!!

空き時間や資格を生かしませんか?

“やる気のある方”お待ちしております!

連絡先: 042-729-1130  
お気軽にお問い合わせください!

### 《編集後記》

この夏、4年ぶりに開催された近所のお祭りに行きました。お祭りのあの雰囲気は何歳になってもワクワクして、おばさんは、はしゃいでしまいました(S.M)

