

あんあんつうしん

安々通信

平成 30 年 7 月 VOL.22

発行元

八王子市高齢者あんしん相談センター子安
(地域包括支援センター)

〒192-0904

八王子市子安町4-10-9 西村ビル4階

☎ 042-649-6020

地域に寄り添う 子ども食堂 ほっこり食堂

元本郷町

今回は、八王子市役所の近くにある、「ほっこり食堂」にお邪魔しました。「子ども食堂」という位置づけで、一般の民家を開放し、月2回、17:00~20:00までオープンしています。

赤ちゃんから小学生、中学生、高校生、大学生や大人、高齢者の方など、幅広い年代の方が利用されています。

運営は、子どもの支援に関わるボランティアの方が担っており、食事はすべて手作り。

お料理に使う材料などは、市内の農園や家庭菜園から寄付されたものを使っています。

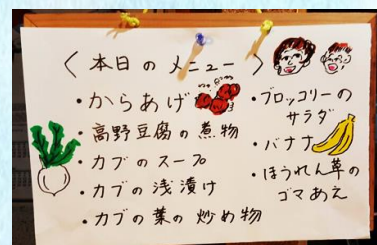
一昨年のオープン以来、一年間で1,000名の方が訪れており、今では地域に根付いた子ども食堂となりました。



スタッフの方が、笑顔で待機されています。



座卓の他、テーブル席も。



手作りで美味しい家庭料理。
3人分の大皿でいただきました。



「忙しい現代社会では、一人で食事をしている子どもや高齢者がいます。みんなで食べる食事は楽しい。楽しい食事は、子どもの体も心も育ててくれます。「ほっこり食堂」は、赤ちゃんから高齢者まで、誰でも「ほっとして、にっこり」出来る場所でありたいと思います。」(代表の大矢さん)



「子ども食堂」とは？



「子ども食堂」は、2012年に、大田区内の一市民が始めた取り組みです。朝ごはんや晩ごはんを抜かしてしまう「子どもたち」や、ご飯を一人で食べる「子どもたち」が多くなっている現状があります。そんな中、地域で、「温かい食事」、「楽しい団らん」がとれる場所として、子ども食堂の取組みが注目を集めてきました。

それは、子どもだけではなく、様々な年代がつながり合う場所でもあり、お一人暮らしの高齢者の方が利用することもあるそうです。八王子市内には11カ所ほどの子ども食堂が展開されています。

今回は、当センターの担当地域外に足を延ばしました。市民ボランティアで展開している「子ども食堂」ですが、「八王子食堂ネットワーク」というホームページより、市内の食堂情報を知ることができます。一度、ご覧になってみてはいかがでしょうか？(訪問後記)

STOP!消費者被害!



それは、催眠商法 ではないですか?

近所の空き店舗に、食品を安く売る店ができたが、毎日通っていると、高額な健康食品を勧められ、断りきれず購入してしまった...

催眠商法とは、「閉め切った会場等に人を集め、日用品等をタダ同然で配って雰囲気盛り上げた後、販売業者の売り込もうとする高額な商品を展示して商品説明を行い、来場者にその商品を購入させる」など、会場の雰囲気や催眠状態となった来場者に高額な商品を販売する手法です。

安易に近づかない

きっぱり断る

困ったときは相談

八王子市消費生活センター
相談電話 042 (631) 5455
月～土 9:00～16:30

熱中症対策



今年は、早い夏の到来で、酷暑になるとも言われています。熱中症対策を確認しておきましょう!

① こまめな水分補給
のどが渇いてからでは手遅れ!
一度に多量に摂取すると、排出されてしまうので、1日コップ1杯を8回程度にわけて飲むことが重要です。

② エアコンや扇風機を上手に活用し、カーテンやすだれもあわせて使用。
室内の気温が28℃を超えないように、調整すること!
外の風だけでは、身体の熱は下がりにくいです!
室内で熱中症のため亡くなった9割の方がクーラーを使用していませんでした!

③ 通気性のいい服を選び、保冷剤を携帯して、体を冷やす。

④ 外出時は、帽子や日傘などを使い、涼しいところで、小まめに休憩する。

熱中症の症状

めまい、大量の汗、筋肉痛、足がつる など

頭痛、嘔吐、倦怠感
集中力の低下 など



意識障害
肝・腎機能障害 など



新 入 職 員 紹 介

相談員
社会福祉士

瀧田 和香

たき た わ か
平成30年4月1日 配属

ご あ い さ つ

地域の皆さまの、安心・安全な生活を支えるために、一生懸命、仕事をしたいと考えております。宜しく願いいたします。

私の故郷自慢



私は、福島県会津若松市の出身です。故郷自慢は、浮かぶだけで、5つあります。紙面の都合上、制限があるので、また、お話しできる機会に...
四季がはっきりしていて、食べ物が美味しく、歴史上で有名な会津藩白虎隊がある、会津出身であることを誇りに思っています。

高齢者の方の総合相談窓口

八王子市
高齢者あんしん
相談センター
子安 (地域包括支援センター)

担当エリア 人口 26,612 人 高齢化率 24% (平成29年6月現在)

台町1丁目、緑町、上野町、万町、南新町、天神町、寺町
子安町1～4丁目 にお住まいの方を担当しています。

開所日 月曜日～土曜日 9:00～17:30

(日曜日、祝日、年末年始はお休みです)

URL <http://www.koyasu-anshin.jp> 【包括子安】で検索