

砂川町  
柏町  
幸町  
泉町

# まちねっと

発行  
・立川市社会福祉協議会  
地域福祉コーディネーター  
・北部中さいわい  
地域包括支援センター

## 至誠キートスホーム《散歩クラブ》ボランティアさん募集

車椅子を押して、お散歩に行ってお下さるボランティアさんを募集しています。

ご入居者の方々が、外の景色を見たり、外の空気に触れたり出来るひと時を、一緒に作ってくださいませんか？

舗装されている道路を、ゆっくり車椅子を押して散歩に行きます。

お天気の良い日は、外で麦茶を飲んだり、歌を歌ったりすることもあります。

外出時は職員も同行致しますので、安心して活動いただけます。

活動日：毎週水曜日13時30分～14時30分位  
(準備と片付けを含めて13時～15時位)

場 所：至誠キートスホーム及び周辺

ご希望される方には、活動前に車椅子の押し方など、練習をする時間を設けています。それでもすぐに車椅子を押すのが心配な方は、重りを載せた車椅子を押していただきます。

特別な資格がなくても活動に参加いただけます。また、毎週でなくても大丈夫です。

詳細は下記のボランティア・コーディネーターにお尋ねください。出来るかどうかの相談から、活動のお試しも承っています。

### ★問合せ★

至誠キートスホーム(幸町4-14-1)

担 当：川井

(ボランティア・  
コーディネーター)

電 話：042-538-2323



写真：  
ボランティア  
さんの活躍で  
生活の潤いが  
増します。



## 《子育て支援情報》参加者募集

### 幸児童館からのお知らせ

児童館は、0歳から18歳のお子さんとその保護者が利用できる施設です。地域に根ざした「子どもも大人も、気軽に立ち寄れる場所」を目指し、毎月様々な行事を企画しています。ぜひみなさんお越しください。

### ●『遠足』

遠足は、異なる年齢の子ども達が、それぞれの力を出し合って開催する毎年人気の行事です。ふるってご参加ください！

日 時：6月9日(日)9時～17時15分

場 所：葛西臨海水族園(東京都江戸川区)

対 象：小学生以上

参加費：交通費のみ ※交通手段は電車(予定)

定 員：20名(申込み順)

申込み：5月18日(土)～6月2日(日)

※幸児童館で申込み用紙に記入する。

### 『葛西臨海水族園』の見どころ

大きなガラスドームの下には、ドーナツ型の大水槽などの展示が広がっています。何が出てくるのかな？マグロの大水槽は必見です！

### ★問合せ★

幸児童館(幸町2-19-1)

(NPO法人ワーカーズコープ)

担 当：川村

電 話：042-537-0358

F A X：042-535-0997

ホームページ

<http://tachiji.net/>



### 目次

P2 参加者募集「支えあいサロン」「健康吹矢」「転勤・転入ママの会」「幸町合同防災訓練」「就活に役立つ！無料PC講座」等

P3 こんにちは「さいわい包括」です  
さいわい町認知症声かけ模擬訓練のご案内

P4 職員紹介：さいわい地域包括支援センター、  
地域福祉コーディネーター

# ●●●●●●●● 地域活動情報・参加者募集 ●●●●●●●●

## 《支えあいサロン》新規立ち上げ

地域体操クラブ事業の卒業生を中心に立ち上がった体操サロンです。ゆるやかな体操を長く続けていきたいと思えます。ご一緒に体操しませんか？

### ●『トミンハイム体操サロン』

日 時：月4回火曜日10時～11時30分  
場 所：トミンハイム(泉町1156-4) 3階集会室  
参加費：300円/月  
内 容：健康体操、ストレッチなど  
連絡先：地域福祉コーディネーター(4面)

## 《立川健康吹矢サークル》無料体験会

吹矢は誰でも楽しく簡単にでき、体に良い呼吸法と正しい姿勢を保ちストレス解消にも役立ちます。

日 時：5月7日(火)、14日(火)、21日(火)  
6月18日(火)、25日(火)  
いずれも14時～16時

場 所：砂川学習館(砂川町1-52-7)  
定 員：10名(申込み順)  
費 用：無料

連絡先：042-519-5526(立川健康吹矢サークル)



大会集合写真：日頃の練習成果を発揮します！

## ﾌﾟﾘ開催《転勤・転入ママの会》

結婚や転勤などで、立川市に引っ越ししてきたママ同士でお話しをしませんか？

例えば、「転勤あるある話」や、「立川市のお得情報」、「暮らしていた街の話」など、情報交換しながら仲間づくりをしませんか。

日 時：5月21日(火)10時30分～12時  
場 所：立川市役所(泉町1156-9) 2階210会議室  
定 員：10名程度(申込み順)  
参加費：100円(お茶菓子代)  
申込み：地域福祉コーディネーター(4面)

## 《幸町合同防災訓練》

訓練は、防災・減災に必要なことを学べる機会です。いざという時に頼りになるのは、同じ地域に暮らす住民同士と言われます。訓練に参加し、顔の見える関係づくりを行いましょう。

日 時：6月1日(土)9時30分～12時  
場 所：幸小学校(幸町5-68-1) ※雨天時は体育館  
集 合：自治会加盟の方は、各自治会の指示に従ってください。自治会に加盟していない方は「地域住民」のプラカード前に集合してください。訓練に参加ができます。

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)

## 《就活に役立つ！無料PC講座7・8月》 受講者募集のための説明会について

若者の就職を応援する初級PC講座を定期的開催中。受講には説明会での登録が必要です。まずは説明会をお申込みください。

### ★説明会★

日 時：5月14日(火)、21日(火)、28日(火)  
6月4日(火)、18日(火)、25日(火)  
いずれも10時～12時

場 所：たちかわ若者サポートステーション  
(高松町2-9-22) ※生活館ビル4階

参加費：無料

対 象：15～39歳の求職中の方

定 員：各日6名(要予約)

申込み：042-529-3378

## 《ひろば食堂「ふらっと」》

子ども、子育て中の親、高齢者など様々な人々が砂川で収穫される旬の野菜を活用し、食を共にする場です。皆で美味しく食べましょう！

日 時：(※メニュー変更の可能性あり)

5月5日(日)たけのごはん等

6月2日(日)未定

いずれも12時～14時

場 所：砂川平和ひろば(砂川町1-38-1)

定 員：20名(限定20食)

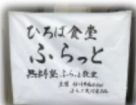
参加費：子ども無料(18歳以下)、大人300円

参加時：参加登録書に記載していただきます。

問合せ：042-536-3167

(福島)

Email : sunagawa.heiwa@gmail.com



# こんにちは「さいわい包括」です

## 「向こう三軒両隣」をいま一度考えてみませんか？

「2025年問題」をご存じでしょうか？2025年には全人口の三人に一人が65歳以上の高齢者となり、その世帯の約7割が「一人暮らし」または「高齢夫婦のみ」となることが見込まれており、その中でも「高齢者の一人暮らし世帯の増加」が著しいといわれています。そこで、高齢者になっても住み慣れた地域で安心して生活し続けるために、つながりが途切れがちな地域社会の糸を結びなおす、＜地域包括ケアシステム＞を再構築することが急務とされています。



その手掛かりとしては、『向こう三軒両隣』がキーワードです。昔から言われている言葉で、その意味は「自分の家の向かい側の3軒と左右の2軒の家、日ごろから親しく交際している隣近所」のこと。昔、「隣組の歌」というのがあり、その歌詞に「♪トントントンカラリンと隣組、格子（こうし）を開ければ顔なじみ、まわしてちょうだい回覧板、知らせられたり知らせたり♪」とあり、三番には「♪トントントンカラリンと隣組、地震や雷・火事ど



ろぼう、互いに役立つ用心棒、助けられたり助けたり♪」とあります。最近の報道で、高齢者が関わる話題…運転ミスによる人身事故、介護疲れや将来への失望からの無理心中、認知症問題、高齢者詐欺被害など…例えば身近にその当事者の変化に気づく人がいれば、身体機能低下や認知症を少しでも早く気づいていれば、悩みを聞いてくれる人がいれば、怪しい人の出入りに気づける人がいれば…このような問題の原点は「絆の欠落」にあります。

問題の解決の糸口として「地域の絆」「隣人の絆」の復活が必要であり、近隣住民同士の見守り、助け合いの「近助の精神」が重要となります。そのためには、普段から近くに住むもの同士・互いにさりげなく見守り・助け合う仕組みを作る必要があります。地域ごとに「近助の精神」「地域社会で生活していく最低限度の作法（モラル）」について、いま一度考えてみませんか。



## 「さいわい町認知症声かけ模擬訓練」参加者募集

### ◆『認知症になってもあんしん安全な幸町』

認知症の徘徊行動による行方不明高齢者の問題は、介護をされているご家族や介護保険サービスの力だけでは、ご本人の安全確保ができない状況です。そんな中、必要とされている一つが「地域の支援力」です。

さいわい町地域懇談会では、認知症による徘徊行動を想定した方に対し、実際に声をかけてみる模擬訓練を行うことで、住民の方とさまざまな関係者との連携体制を構築し、認知症になっても安心して生活できる地域づくりを推進していきます。

日時：5月18日(土)10時～12時  
場所：幸町団地南集会所及びその周辺  
参加者：認知症のことを学びたい方、  
互助活動に興味のある方等  
定員：30名  
費用：無料  
主催：さいわい町地域懇談会  
申込み：地域福祉コーディネーター(4面)

当日は、動きやすい服装  
や履き慣れた靴でご参加  
ください。



## 職員紹介～地域包括支援センター&地域福祉コーディネーター～

よろしく  
お願いします。



大友 正樹  
(社会福祉士)

減らない体重。  
下げたい血圧。



荒井 央  
(主任介護支援専門員)

仕事と家庭の  
両立方法を模索中。



大西 光代  
(介護支援専門員)

今年も相模原のマラソン  
にでます！



小椋 幹子  
(介護支援専門員)



薬膳料理を  
勉強しています。

加藤 雅子  
(看護師)



3番目の子ができました。  
名前は「とら(猫)」です(笑)

瀬戸口 祐子  
(社会福祉士)



しあわせに  
なります♡♡

守屋 富士子  
(介護支援専門員)



方向音痴です。  
一生なおらないのでしょうか？

杉本 一美  
(事務員)

北部全域を担当しています。

認知症地域支援推進員  
在宅医療・介護  
相談窓口担当

水村 安代  
(看護師)



皆さんはじめまして。  
よろしくお願いします。

田口 美幸  
(地域福祉コーディネーター)



### 発行・連絡先

◎立川市社会福祉協議会  
地域福祉コーディネーター(田口)  
電話 042-534-9616  
FAX 042-534-9617  
E-mail dai5chiku@sweet.ocn.ne.jp  
※地域包括支援センター内に席を置いて  
活動しています。

◎立川市北部中さいわい  
地域包括支援センター  
立川市幸町4-14-1  
(至誠キートスホーム内)  
電話 042-538-2339  
FAX 042-538-1302  
E-mail s-houkatu@shisei.or.jp

※地域包括支援センター／地域の高齢者の総合相談窓口。高齢者福祉の拠点として設置された機関で、市内には6箇所あります。砂川町・柏町・幸町・泉町の担当が「立川市北部中さいわい地域包括支援センター」です。