

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

《子育てとママ育～ママであるわたしの活かし方》参加者募集

妊婦さんや乳幼児を持つ親御さんの気持ちに寄り添って、一緒に育っていけるよう、ママであるわたし自身の活かし方を考えてみませんか？

講座修了後にはボランティアとして活躍できる場のご紹介も行います。

日 時：2月24日、3月3日、3月10日
いずれも金曜日 10時～12時

場 所：幸児童館(幸町2-19-1)

定 員：15名

対 象：未就学位までの
お子さんを持つ方

参加費：無料

講 師：日原みちる氏
(株式会社 マザートゥリー代表)



申込み：2月1日(水)から先着順。電話にて。
その他：見守り保育あり(事前申込みが必要)

★申込み・問合せ★

地域福祉コーディネーター(安藤)
電話：042-534-9616



◎見守り保育ボランティア募集◎

ママたちがお話を聞いたり、交流している間、子どもをあやしたり、遊んだりしていただける方を募集します。ママたちのサポートをお願いします。

時 間：10時～12時 ※プラス前後10分程
※安心して活動いただくため、ボランティア保険への加入をご案内しています。

《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、ふらっと気軽に立ち寄れる場所」を目指しています。

●『もちつき体験をしよう!』

“きね”と“うす”を使って実際におもちをついてみよう! おしるこが食べられるよ♪

※ついたおもちは、ひし餅にして飾ります。

日 時：2月5日(日)10時～13時

場 所：幸児童館 館庭
(雨天時1階遊戯室)

参加費・申込み：不要

問合せ：担当者(大隅・佐々木)

◎ボランティア募集◎

『もちつき体験をしよう!』『スプリングフェスティバル』とも、子どもたちの活躍をサポートしていただける方を募集します。ご連絡ください。



●『スプリングフェスティバル』

全員参加型のゲーム大会やフリーマーケットを行います。皆さん遊びに来てください!

日 時：3月18日(土)12時～16時30分

場 所：幸児童館

参加費・申込み：不要

※フリーマーケットに出店する方は、100円の参加費が必要です。

事前に児童館の窓口で申し込みください。

問合せ・申込み：担当者(小宮・朝熊)



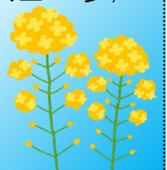
★問合せ・申込み★

幸児童館(運営：NPO法人ワーカーズコープ)
(幸町2-19-1)

電話：042-537-0358

FAX：042-535-0997

ホームページ <http://tachiji.net/>



目次

- P2 ● 「地域の居場所・支えあいサロン」
「活動場所募集&ボランティア募集」
- P3、P4 ● 「こんにちはさいわい包括です」
各地域にて開催された健康フェアで実施した、アンケート調査の集計報告

《地域の居場所・支えあいサロン》参加者募集

健康に良いと思うことを続けることが大切です。仲間をつくと続ける意欲も出てきます。メンバー募集をしている体操サロンを紹介します。

●「ポンポントリム」

市が主催した地域体操クラブを卒業した仲間が集まり、活動を始めたばかりのグループです。音楽に合わせて、楽しく体操をしています。

日時：月3～4回金曜日 13時30分～14時30分

場所：こぶし会館（幸町5-83-1）

参加費：1,200円(月会費)、500円(入会時)

講師：日本トリム体操協会 吉田 文栄氏

申込み：地域福祉コーディネーター（4面）

●「さざなみトリム」

あまりきつくなく、皆さんのリズムに合わせてながら、楽しんで行っています。

日時：月3回(第1・第2・第3木曜日)

9時30分～11時

場所：こんぴら橋会館

(砂川町3-26-1)

参加費：1,500円(月会費)、

500円(入会時)

講師：日本トリム体操協会 依田 ムツミ氏

申込み：丸山（電話：042-537-4192）



●「はなみずき（体操）」

健康で元気にいることを目的としています。家から一歩出て、みんなで楽しく体操をしましょう。

日時：月2回(第1・第3木曜日)

13時30分～15時

場所：幸町二丁目第5アパート集会室

参加費：1,000円(月会費)、1,000円(年会費)

講師：田中 広子氏

申込み：千葉（電話：042-535-4622）



●「健康体操の会」

日常生活を円滑に行えるようにします。体幹を鍛えることを大事にし、足腰がしっかりしてふらつきを予防しています。

日時：月2回(第2・第4土曜日)

10時～11時30分

場所：幸福社会館(幸町5-57-14)

参加費：1,000円(月会費)

講師：佐藤(加来) 明子氏

申込み：地域福祉コーディネーター（4面）

◎お試し参加は無料 持ち物は飲み物・敷物(バスタオル等) 動きやすい服装でお越しください。

★問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)

活動場所募集&ボランティア募集

「場所を誰かに使ってほしい」「地域で何か活動がしたい」など、地域福祉コーディネーターは、地域の皆さんの様々な思いをつなぐ活動をしています。皆さんがお持ちの情報をお聞かせください。

★問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)

◎活動場所募集◎

住民同士が交流するための活動場所として、施設や社内にあるフリースペースや、自治会が管理する集会室や公会堂など、地域の方が利用できる場所を探しています。

《活動場所例》

- ・サービス付き高齢者住宅内食堂
- ・自宅のリビングや空き部屋
- ・集合住宅のフリースペース
- ・会社やお店の一角など



◎ボランティア募集◎

“得意なこと”を活かしながら、ボランティア活動をしてみませんか？

現在、活躍中の方は、こんな“得意なこと”で地域を元気にしています。

《ボランティア活動例》

- ・「ラフター（笑い）ヨガ」
笑いで皆さんを元気にしてくれています。
- ・「コンサート・音楽活動」
国立音楽大学も近くにあり、歌や演奏など音楽の得意な方がいます。
- ・「切り絵」
初心者の方でも簡単に楽しめるよう、丁寧に教えてくれます。
- ・「詩吟」
一緒に詠ってもくれます。



こんにちは「さいわい包括」です

あなたが認知症になったら、どうしたい？

11月から12月に行われた各地域の健康フェアで、「あなたが認知症になったら、どうしたい？」という内容のシールアンケートを実施しました。これは、認知症当事者の視点とともに、「将来の自分」についても考える機会となりました。

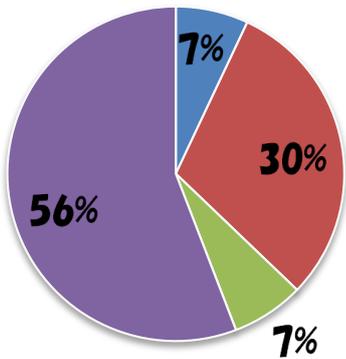
まずはじめに、【認知症を知られたくない】・【家族（身内）にだけ認知症を伝えたい】・【親しい人に認知症を伝えたい】・【認知症をオープンにしたい】から、一つ選択していただきました。



アンケートにお答えいただきました

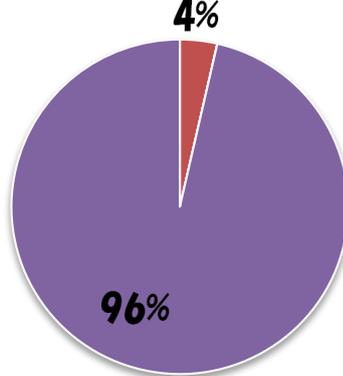
砂川町

(回答者数 43名)



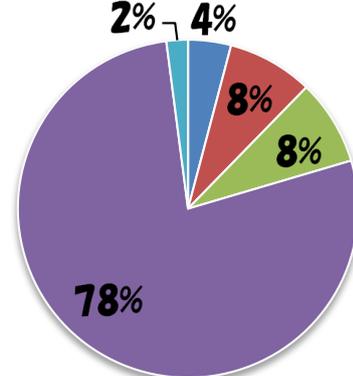
柏町・泉町

(回答者数 28名)



幸町

(回答者数 49名)



結果を円グラフで表しますと、どの町においても、【認知症をオープンにしたい】との意見が過半数を超える結果となりました。昔に比べ、認知症に対する偏見はなくなってきたと考えられます。

『助けてもらうには認知症と伝えておかないと』

とのご意見の一方、『認知症というだけで何もわからないという眼で見られてしまう』・『子ども世代に高齢者の接し方を学んでほしい』というご意見がありました。今後も地域包括支援センターにおいて、“認知症サポーター養成講座”や小中学生向けの講座を行っていきたいと思います。

- 認知症を知られたくない
- 家族（身内）にだけ認知症を伝えたい
- 親しい人に認知症を伝えたい
- 認知症をオープンにしたい
- その他



次に、施設に入る → 【病院に入院したい・老人ホームに入所したい】

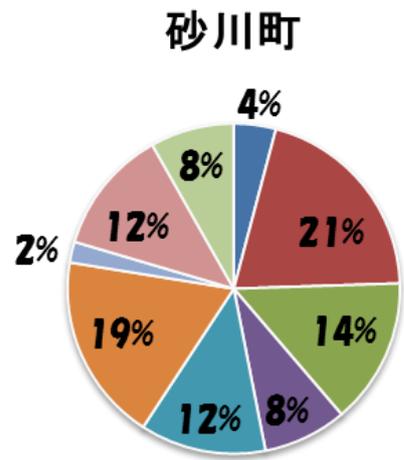
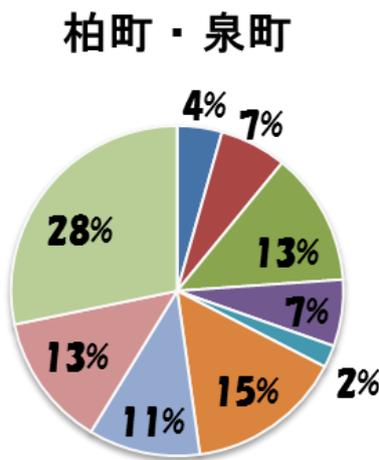
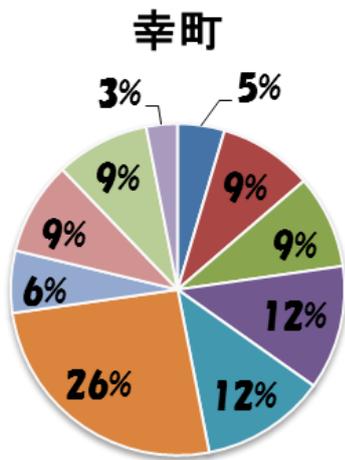
まだわからない → 【専門家に相談して考えたい・家族（身内）と相談して考えたい・まだ何も考えていない】

自宅で暮らす → 【今まで通りの生活をしたい・これまで以上に人の役に立ちたい・できないことを家族（身内）にサポートしてほしい・できないことを介護保険サービスでサポートしてほしい】から、複数回答して頂きました。

⇒結果は裏面に



あなたが認知症になったら、どうしたい? Part2



- 病院に入院したい
- 老人ホームに入所したい
- 専門家に相談して考えたい
- 家族(身内)と相談して考えたい
- まだ何も考えていない
- 今まで通りの生活をしたい
- これまで以上に人の役に立ちたい
- できないことを家族(身内)にサポートしてほしい
- できないことを介護保険でサポートしてほしい
- その他

結果は町ごとに特徴がありました。幸町では26%の方が今まで通りの生活をしたいと希望があり、柏町・泉町では28%の方が介護保険でのサポートを希望されていました。砂川町では25%（4人に1人）の方が施設に入る希望で、他に比べ多い傾向でした。

健康フェアという限定された場ではありましたが、調査にご協力頂いた皆さまに深く感謝申し上げます。



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(安藤)
 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机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。