



# 地域で和っしょい!

レストア川崎地域包括支援センターだより

発行：レストア川崎  
地域包括支援センター  
住所：宮前区犬蔵 2-25-9  
TEL：044-976-9590

地域包括支援センターは、市から委託を受けた高齢者の相談機関です。困ったとき、迷ったとき、どんなことでも、お気軽にご相談下さい。相談料は無料です。

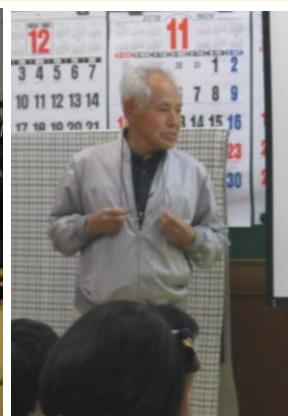
『地域で和っしょい!』では、地域の活動や福祉の情報などをお伝えしています。



## 土橋地域包括ケア圏域会議を開催しました



地域包括ケア会議とは…地域の現状や課題を、地域の皆様と発見・共有しながら、地域の資源開発や政策形成などにつなげていくことを目的として開催される会議です。



10月29日、土橋会館にて土橋地域包括ケア圏域会議を開催しました。これまでの会議とは異なり、地域住民に加えて土橋地域に店舗を持つ一般企業、福祉サービス関連事業所・施設、保育園の方々にもご参加いただきました。

始めに田園調布学園大学・小平隆雄先生より『災害時における近所づきあいの力』と題し、講話をいただきました。発災から復興までには公助では賄いきれないため地域住民による自助・互助が必要であること、日頃からの近所づきあいが救助や適切な避難・復興の速さにつながることを、災害に備えた地域活動・防災教育・防災活動の重要性についてお話しいただきました。その後は5つのグループに分かれて、災害時における心配なことや不安なこと、自分ができること・助けて欲しいこと・協力できること（自助・互助）についてディスカッション。会議開催直前に甚大な被害をもたらした台風についての話題から始まり、避難所までの移動の不安（誰が支援してどのタイミングでどのように避難するか）、医療を定期的に受けなければならない方への対応の困難さ、服薬の心配など、様々な意見が聞かれました。また、地域交流が盛んな土橋地域ですが近隣との関係が希薄な方がまだ多くいることや、日頃の防災訓練への参加者が少なく防災意識に差があることなども課題に挙がりました。一方で施設の方からは、一時避難としてのフロア開放や二次避難所への移送の協力ができる可能性についてのお話がありました。

今回出た様々な意見をもとに、土橋地域の自助・互助が強化できるよう更に会議を重ねていきたいと考えています。

【10月出席者】土橋町内会、土橋つくし会、民生委員、宮前平東急ストア、土橋保育園、川崎土橋郵便局、在宅療養支援クリニックかえでの風、薬樹薬局土橋、イリーゼさきぬま、ベストライフ宮前、ツクイ川崎土橋、ソフィア訪問看護ステーション宮前、ベネッセ介護センター鷺沼、ライトハウスケア宮前、みやまえ基幹相談支援センター、宮前区役所地域みまもり支援センター（順不同）



## オレンジカフェさぎぬまの丘 開店



11月23日(土)、たかはしメモリークリニック・高橋医師と共同でカトリック鷺沼教会にてオランダ式オレンジカフェをスタート

しました。高橋医師による認知症の講話、お茶を飲みながら参加者同士の交流を行いました。毎月第4土曜日13時半より開催。次回は1月25日(土)です。毎回、認知症に関する講話を行います。



## 寄り道喫茶

11月よりレストア川崎地下大会議室にて開催しています。参加者が20名前後と、とても賑やかです。広々とした会場で体操を行い、後半は飲み物を飲みながらおしゃべりが弾みます。皆様のご参加をお待ちしています。



日時：毎週水曜 【集合】10:30 【終了】11:50  
(1階 地域包括支援センターにて集合し、移動します)  
場所：レストア川崎大会議室 持ち物：運動靴  
参加費：100円 ※祝日はお休みです。



## 犬蔵カフェ



10月はVIVACEによるコーラス。今年は会員のご子息(中学生)による独唱も披露され、盛り上がりました。11月は長坂様・ヒロくんによる腹話術が披露され、ちょっと毒舌なおしゃべりや歌で楽しませていただきました。12月は毎年恒例となっているアンサンブルグループ演奏によるクリスマスコンサート。開催前のお問い合わせも多く、当日は約130名の観客が集まりました。今回はピアノとヴァイオリンで“主人の望みの喜びよ”“愛の挨拶”“千の風になって”“クリスマスキャロル”などを演奏され、拍手喝采。また、夕方からは鷺沼の御食事処にんじんでも演奏されました。



今年も御食事処にんじんにて演奏しました。



宮の前  
ここに在りきや  
福寿草



## 鷺沼さわやか体操



11月20日、セントケアリフォーム 中原・岩崎様のご指導の下、“リズムで脳トレ”を体験しました。歌いながら太鼓のバチや鳴子でリズムを刻みます。椅子に座ったままでできるトレーニングで、大好評でした。

ご相談や、記事に関するお問い合わせは

044 (976) 9590

rk-houkatsu@hanasakikai.or.jp  
レストア川崎地域包括支援センター  
犬蔵2-25-9



## ミドル世代講座



最終回では、老いの進み方やその時期が来る前に“心づもり”をしておく大切さを考えるきっかけ作りができました。5回シリーズを無事終了しましたが今後もミドル世代向けの企画を考えていきたいと思います。

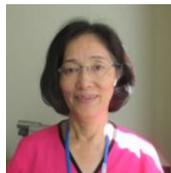


## ケアマネジャー向け研修会



障害者と高齢者それぞれの支援のブロが、どのように連携すれば一つの家族を総合的にサポートできるのかについて学びました。支援者一人で悩まず、まずはお互いに繋がる事が第一歩。事例を通して明日から使える具体策を聞くことが出来ました。

本年もどうぞ宜しくお願い致します



明石 (看護師)



小泉 (社会福祉士)



嶋 (保健師)



奈良 (主任ケアマネ)



川口 (看護師)



永野 (地域支援)



南波 (事務)