



# 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。

NEW

## 犬蔵Cafeがオープンしました!



12月



1月



コロナ禍でお休みが続いていた犬蔵カフェですが、令和6年12月19日(土)、場所をレストア川崎から犬蔵自治会館へ変更して再オープンです!! 12月はクリスマスの為、スタッフがサンタやトナカイのコスチュームでお出迎え。ピバーチェさんによるコーラスもクリスマスソングを中心に、参加者の皆さんと一緒にクリスマスの雰囲気を楽しみました。1月は中国楽器「二胡」による演奏会で、参加者・スタッフ合わせて42名の大賑わい! 「12月の犬蔵カフェが良かったから、友達を連れてきたよ。」と近所のご友人を誘ってご参加下さった方もいらっしや、また、小さなお子さんもお母さんの膝の上から二胡の演奏を楽しまれていました。これからも自治会の皆さん、民生委員さんと一緒に犬蔵カフェを盛り上げていきたいと思ひます。ご期待ください!!

犬蔵カフェ：毎月第3土曜日(2月・8月休み) 10:00~11:30 犬蔵自治会館(宮前区犬蔵 1-14-24)  
参加費100円(飲み物・お菓子付き) ★年齢や地域に関係なく、どなたでもご参加頂けます。

お知らせ

## ボードゲーム倶楽部(BGC)を始めます

4月よりレストア川崎にて『ボードゲーム倶楽部』(略して『BGC』)を新たに始めます! お好きなものを選んでいただけるよう複数のゲームを準備しています。事前の参加申し込みは不要です。開始5分前に、レストア川崎玄関前に集合ください。皆様のご参加をお待ちしております。 ※祝日はお休み



『コリントゲーム』ってどんなゲームですか?

木製の盤に釘が打ってあり、釘で囲んだ中や穴の開いた窪みに点数が書かれています。盤の横のレールからボール(ビー玉)を木のスティックで突くことで、ボールが入った箇所の点数を競うボードゲームです。現在の「パチンコ」に似ていますが、コリントゲームでは、盤の上をボールがゆっくりと釘に弾かれながら下に転がり落ちていき、シンプルで味わい深い面白さがあります。歴史的には1925年にフィンランドのユシラ社が発売し、その後イギリスで人気となり、戦前に中国から日本へ伝わったそうです。



★オセロや人生ゲームなどの寄付は、引き続き募集しています。レストア包括までご連絡ください★

日時:毎月第2・第4金曜日 10時~12時

※9時55分にレストア川崎玄関前に集合

\*初回は4/11(金)です\*

会場:老健レストア川崎大会議室(犬蔵 2-25-9)

持ち物:マスク、水分補給用の飲み物

参加費:無料

問合せ:レストア包括 ☎044-976-9590

マーじゃん

囲碁

将棋

コリントゲーム

## 親和サロン

1月の親和サロンは、『新春に響く歌声を楽しむ～歌う心に福が来る～』のテーマで、小野木智子様素敵な歌声を楽しみました。懐メロや童謡を会場にいる皆さんと歌ったり、美空ひばりのモノマネを交えた小野木様の美空ひばりメドレーを聴いて、笑い溢れる楽しい時間を過ごしました。

第2土曜日 10時～11時半  
蔵敷団地親和会館にて開催中！



## そうだん処にんじん

1月は、つまみ細工でお花のチャームづくりを行いました。小さくカットされた布を折り、ボンドでとめて立体の花びらを5つ作り、真ん中にパールのビーズをのせて完成！！細かい作業で手についたボンドに悪戦苦闘の場面もありましたが、皆さんおしゃべりを楽しんでいました。



## 仲よしサロン

鷺沼会館にて、12月23日はビンゴ大会が行なわれ、37名が参加されました。数字が揃った方から「ビンゴ！」と元気な声が聞かれました。素敵な景品も渡され、大変盛り上がっていました。1月27日は「南天九難猿（難が転じて苦が去るという意味をもつ縁起物）」を皆さんで作って、それぞれ素敵な作品が出来上がりました。



## 土橋カフェ

12月はグルービー・グランパズによる男声コーラスでした。新メンバーも加わり、数々の名曲をたっぴりと披露。参加者も一緒に歌って盛り上がりました。1月はバリトン歌手の平山様、バイオリニストの小林様・小埜様による演奏が行われ、楽しいひと時となりました。



## すみれの会 (一人暮らしの会食会)

1月のすみれの会は煎茶の初釜、初煎会でした。市民館の和室で煎茶を用いたお点前を教わりながら一番茶、二番茶それぞれの味の違いを楽しみました。新春ということで、サギヌマスイミング佐藤さんも着物姿で体操指導！おしとやかに(?)体と頭をしっかりと動かしました。



## ヘルスパートナー交流会

1月27日ヘルスパートナーさんとヘルスメイトさんの合同企画「交流会」が開催されました。地域の方も30名以上参加され会場は大盛況！伊臣久子先生による体操指導で、メロコス体操や時の旅人、みやまストレッチ体操 風の中でなど、様々な体操をヘルスパートナーさん達と一緒に楽しみました。皆さん1つ1つの動作を意識して運動に取り組まれていました。



## 英語deCafe

毎月第3水曜日、ふれあいスペース宮前にて開催しています。12月と1月は参加者が多く、10名以上が参加されています。自己紹介を交えつつ、日本と外国の文化の違いや海外旅行、年末年始の過ごし方などについてお話しされていました。また、12月には、参加者より高齢者に関する川柳(英語版・日本語版)の披露もあり、盛り上がりました。



## 寄り道喫茶 (体操)

寄り道喫茶の体操は毎週水曜日の10時半よりレストア川崎地下大会議室にて行っています。ラジオ体操1級指導士の伊臣先生、空手体操の勝亦様の他、訪問マッサージやデイサービスの職員の方から様々な体操をご指導いただき、毎回15名程が参加されています。予約不要のため、開始5分前にレストア川崎玄関にて集合ください。ご参加お待ちしております！



職員不在の場合もありますので、来所での相談ご希望の方は事前にご連絡をお願いいたします。

レストア川崎地域包括支援センター【担当地域:犬蔵・鷺沼・土橋】

開所時間:8:30~17:30 ※日曜、年末年始を除く

〒216-0011 川崎市宮前区犬蔵 2-25-9 (老人保健施設レストア川崎内)

TEL:044-976-9590 / FAX:044-976-9591 / E-mail:rk-houkatsu@restore-k.jp

Facebookも  
ぜひご覧ください！

