

中原区統計データ
(平成29年1月1日現在)
人口 25万1,508人
世帯数 12万5,961世帯



水・緑・花・人の出会うまち

なかはら



2017(平成29)年 2月1日 発行

2月号

かわさき市政だより中原区版

●発行:中原区役所 〒211-8570 中原区小杉町3-245

【総合案内】 ☎744-3113
お間違えのないように

支え合いの地域づくり

～地域包括ケアシステムの構築に向けて～

地域みまもり支援センターでは、地域での仲間づくりや、支え合いを推進しています。今回は、地域の皆さんが主体となって取り組む活動を紹介します。

※各取り組みの実施日など詳細はお問い合わせください
圏区役所地域支援担当 ☎744-3268、FAX744-3196

ふれあい体操で世代を超えたつながりを



10月から上小田中南公園で「ふれあい体操」が始まっています。

上小田中町会と下小田中一丁目町会が協力し、運動普及推進員の会や地域包括支援センター、NPO法人の協力も得て、月に2回開催しています。保育園児からシニアまであらゆる世代と一緒に体操をし、交流できる場になっています。



上小田中町会長の保坂さん(右)
下小田中一丁目町会長の内藤さん(左)

世代を超えた地域のつながりを感じています。

地域コミュニティで仲間づくりや健康づくりを



井田にある高齢者の住宅では、月に1回「よりあい処 ～美知～」が民生委員の方を中心にボランティアの方で運営されています。立ち上げから5年たち、毎回、満員で大盛況となっています。近隣の方々が参加し、一緒にお菓子を食べ、コーヒーを飲みながらおしゃべりをしたり歌を歌ったり、体操をしたりして楽しい時間を過ごしています。

毎回、地域みまもり支援センターや地域包括支援センターが健康講話を行い、健康づくりのサポートを行っています。

参加者はもちろん、私たちスタッフも楽しんでいます。

住吉第一地区
民生委員児童委員協議会長の田邊さん

町会で独居老人のまもりを



「上平間第2町会独居老人等見守りネットワーク」では、町会が委嘱した地域連絡員と民生委員と協力し、70歳以上の希望があったひとり暮らし

し高齢者など、約200人の自宅を月に1回訪問しています。

結果の報告や意見交換を町会役員や民生委員で行い、異変があった場合、家族、親戚、消防、民生委員、地域包括支援センターに連絡する体制を整えています。実際に、病気で衰弱されていた方や骨折で動けなくなった高齢者を発見し、この活動の連絡体制で連携することで命を救うことができたこともありました。みまもりをするだけでなく、各方面と連携し、必要な関係者へとつないでいく、重要な役目を果たしています。

小学生が認知症サポーターに



4年生の福祉教育に位置づけています。

下河原小学校の阿部校長

下河原小学校の前で座り込んでいる高齢者を見かけた児童が、学校の先生に報告し、先生が保護。地域包括支援センターに連絡したところ、行方不明になっていた方だと判明。以降、その小学校では地域包括支援センターとの連携により、毎年「認知症サポーター養成講座」を開催することになり、小学生も地域の支え合いの担い手となっています。

◆認知症サポーターとは・・・

！あなたも参加しませんか！

認知症サポーターは何かをしなければならぬというものではありません。認知症を正しく理解し、認知症の人や、その人を取り巻く家族の良き理解者たりうる存在です。

養成講座の出張開催は原則5人以上の参加人員があれば可能ですので区役所地域支援担当までご連絡ください。

今回紹介した事例はほんの一部です。区内には、まだまだ多くの「支え合い」があります。誰もが地域で安心して暮らすための「地域包括ケアシステム」の構築には、「自助(自らできること)」「互助(地域で助け合えること)」が重要です。支え合いの地域づくりを皆さんと一緒に考えていきますので、困りごとや、何か取り組みを始めたいなど、お気軽にご相談ください。

「子育てグループ知りたいな」

区内で活動する子育てグループを紹介する説明会。おもちゃ作りやなかはら親子体操など遊びのコーナーもあり、親子で一緒に参加できます。子どもと一緒に楽しめる子育てグループを探してみませんか。

日時 2月28日(火)10時～11時半(開場9時50分)

場所 区役所5階会議室

対象 生後6カ月から就園前の子どもがいる保護者で子育てグループに関心のある人

圏中原区社会福祉協議会 ☎722-5500、FAX711-1260。区役所地域ケア推進担当 ☎744-3239、FAX744-3196



地域メディアと連携して区内のあらゆる情報を発信し、地域交流の促進や中原区のイメージアップを目指しています。

なかはらメディアネットワーク

なかはらスマイル

イツコムチャンネル(地デジ11ch)にて放送中
水曜21:30～21:39/土曜16:00～16:09/日曜10:30～10:39

放送予定:宮内どんと焼き、中原区子ども会連合会羽根つき大会、In Unity2017 他

区ホームページから過去の映像が見られます(YouTube)

Enjoy★なかはら

かわさきFM(79.1MHz)
第1・3金曜11:15～11:45
ゲストを招き、区内の魅力やイベントを紹介します

圏区役所企画課 ☎744-3149、FAX744-3340

なかはらのイチオシ!

企画課

区役所に記念撮影コーナーができました!

ご結婚、ご誕生、お引っ越しなどの届出で区役所に来られた際に、写真を撮ることができるコーナーが1階東側の入り口にできました。「中原区子育てイメージキャラクターミニ・ケロ」や「なかはらエコ推進大使ロージーちゃん」の前で記念の一枚を撮影してはいかがでしょうか。



☎区役所企画課 ☎744-3152、FAX744-3340

区のお知らせ 掲示板

申し込み方法は市版5面参照

募集・案内

市民健康の森

①2月19日(日)・・・シイタケのホダ木作り
②3月2日(木)・・・井田山クリンディ。

①②ともに9時に市民健康の森入り口広場集合。雨天中止。軍手持参。☎中原区市民健康の森を育てる会 ☎FAX788-6579。区役所地域振興課 ☎744-3324、FAX744-3346。

第146回中原区役所コンサート

3月7日(木)12時10分～13時(開場11時半)。中原市民館多目的ホールで。出演者など、詳細は区ホームページをご覧ください。子どもの一時預りあり(要予約)。☎区役所地域振興課 ☎744-3324、FAX744-3346。

講演会「みんなで創る 健口長寿の町」

歯と口腔の健康づくりを推進するための知識やお口の体操の普及を図る講演会。3月2日(木)13時半～15時半。区役所で。80人。☎2月15日から電話かFAXで区役所地域支援担当 ☎744-3268、FAX744-3196。[先着順]

普通救命講習

3月12日(日)9時～12時。中原消防署講堂で。30人。☎2月27日から直接、電話、FAXで市消防防災指導公社 ☎

366-2475、FAX272-6699。[先着順]

市民提案型事業 公開プレゼンテーション

地域の課題解決のために市民活動団体などが提案した事業を選考する公開プレゼンテーションを行います。3月2日(木)10時～15時頃(開場9時45分)。区役所5階会議室で。当日先着20人。☎区役所企画課 ☎744-3149、FAX744-3340。

ボランティアスキルアップ講座 (視覚障害編)

視覚障害についての知識と接し方を学びます。3月15日(水)14時～16時。福祉パルなかはらで。30人。☎2月25日(必着)までに申込書を直接、郵送、FAXで〒211-0067中原区今井上町1-34和田ビル1階中原区社会福祉協議会地域課 ☎722-5500、FAX711-1260。[抽選]

防災イベント「イザ! カエルキャラバン!」ボランティア募集

ゲーム感覚で楽しめる新しい形の防災イベントです。施設スタッフや地域の方と一緒にしてお手伝いをしていただけるボランティアを募集します。3月26日(日)9時～15時。とどろきアリーナで。2月下旬以降2回程度実施する事前会議に出席できる人、15人。☎2月16日までに電話かFAXでとどろきアリーナ ☎798-5000、FAX798-5005。[抽選]

中原市民館サークル連絡会 オープンキャンパス

中原市民館で活動する各種サークルの内容を皆さんも体験してみませんか。

日時 2月11日(土)10時～16時

当日会場に直接お越しください。

サークル名	時間	会場	定員	参加費	体験内容・備考
中原書道研究静墨会	14:00～16:00	第2会議室	4人	無料	・楷書の学習 ・道具不要
川崎吟友会(川消支部)	14:00～15:00	第5会議室	10人	無料	・詩吟の基礎 ・筆記用具持参
ホールズ21(ハーモニカ)	13:00～14:00	音楽室	20人	無料	・童謡、唱歌等の歌唱・演奏 ・ハーモニカがあれば持参
パステル画研究会	14:00～16:00	実習室	15人	800円	・静物画の実習または風景、静物画のぬり絵 ・パステルがあれば持参
舞扇の会・恵扇会	13:30～15:30	和室	15人	無料	・扇子があれば持参 ・着物があれば着物着用(洋服も可)
中原太極拳研究会	10:00～11:00	体育室	20人	無料	・初心者向け太極拳 ・上履き持参、動きやすい服装で(スカート、ジーパン不可)
ハワイアンフラサークルレイアロハ	13:00～14:00	体育室児童室	10人	500円	・動きやすい服装で
熟年健康体操の会	14:00～16:00	体育室	30人	100円	・汗ふきタオル、上履き持参 ・運動ができる服装で
中原囲碁研究会	10:00～16:00	グループ室	20人	無料	・対局による基本的なルール学習

☎中原市民館 ☎433-7773、FAX430-0132

商店街の人気店が教えます

①魚の洋風料理教室

日時 3月5日(日)14時～16時

場所

モトスミ・オズ通り商店街「牡蠣とワインと魚と肉と。元住吉にて」(木月2-5-12)

定員 12人

費用 800円

講師 「牡蠣とワインと魚と肉と。元住吉にて」スタッフ



アクアパッツアにチャレンジ!

②プロから学ぶ、家庭でのクリーニング教室

日時 3月12日(日)

10時～12時

場所 国際交流センター(木月祇園町2-2)

定員 20人 費用 100円

講師 モトスミ・ブレイメン通り商店街「クリーニング イトウ」



皆さんの参加を待ちしています。

☎2月28日(必着)までに住所、氏名、電話番号、講座名を記入し往復ハガキで〒211-8570中原区役所地域振興課 ☎744-3161、FAX744-3346。[抽選]

平間スポーツレクリエーションクラブ活動日程

種目	日程	時間	場所	参加費
健康体操	2月4日(土) 3月4日(土) 4月1日(土)	10:00～11:30	平間小学校 特別活動室	500円
ヨガ教室【講師】高山ひろみ	2月11日(土) 3月11日(土)			
卓球広場	2月4日(土) 2月18日(土) 3月4日(土) 4月1日(土)	10:00～12:00	平間小学校 多目的教室	高校生以上200円 中学生以下100円
気功教室【講師】東田樹治	2月25日(土) 3月25日(土)	10:00～11:30	平間小学校 特別活動室	500円

※予約・用具不要(ヨガマットは数に限りがあります)。飲み物は持参。運動に適した服装で。「健康体操」は室内履き(スリッパ不可)を持参
☎平間スポーツレクリエーションクラブ(滝口) ☎070-6980-7949(☎555-9140も可)。区役所地域振興課 ☎744-3323、FAX744-3346

平成29年度中原老人福祉センター前期教室受講者募集

教室名	回数	定員	日時
① 鎌倉彫	全24回	25人	第1・3月曜
② 手芸			第1・3火曜
③ 盆栽			第2・4火曜
④ フォークダンス	全10回	20人	第1・3火曜
⑤ 絵手紙			第2・4水曜
⑥ 楽しく歌いましょう			第2・4木曜
⑦ ズンバ			第1・3金曜
⑧ 健康ヨガ			第2・4金曜
⑨ 押し花	全12回	30人	第1・3土曜
⑩ らくらく健康体操	全12回	30人	第1・3月曜
⑪ いきいき元気体操			毎週火曜
⑫ シニアのための筋トレ	全6回	20人	毎週火曜
⑬ 元気になる料理	全5回	10人	第2木曜
⑭ 男性の料理			第3水曜

市内在住の満60歳以上の人対象。①～③は4月～30年3月。④～⑨は5月～9月。⑩は4月～9月。⑪は4月～7月。⑫は7月～8月。⑬～⑭は4月～8月。
☎3月1日から17日までに52円ハガキを持参し、直接中原老人福祉センター(井田3-16-2) ☎777-6000、FAX777-2833