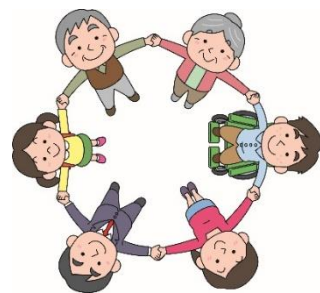


みんなで作る これからの麻生



地域みまもり支援 センターだよ

百合丘 東百合丘 高石 高金 千代ヶ丘 多摩 美石 高石 細山 地区版

【発行・連絡先】
麻生区役所
地域みまもり
支援センター
〒215-8570
麻生区万福寺
1-5-1
電話 965-5303
FAX 965-5169

地域の「支え合い活動」

紹介

みなさんは、この麻生区でどのように暮らしていきたいですか？

川崎市では、高齢者、障害者、子ども、子育て中の親、現時点でケアの必要がない方、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、地域ぐるみで支え合いの仕組みづくり（地域包括ケアシステム）を進めています。



▲昨年5月に開催された麻生区地域包括ケアシステム講演会で「はつらつ会」は、活動発表を行いました。たくさんの区民の前でコグニサイズを披露し、会場を大いに沸かせました。

細山

コグニサイズで はつらつ元気

『はつらつ会』

細山地区にあるマンション、「シャンボールよみうりランド前」。ここで結成された「はつらつ会」は、毎週火曜日午後1時～3時、マンションの集会所を活用して、マンションの

居住者を対象にコグニサイズの体操、筋トシ、脳トシや歌唱などのアクティビティを無料で実施しています。

コグニサイズとは、認知症予防のための運動で、コグニション（認知）とエクササイズ（運動）を組み合わせた造語です。運動をしながら、認知トレーニングをすることで、認知機能の低下を抑制します。

「はつらつ会」の活動は、参加者全員が運営者となり、平成28年4月から実施されています。この活動を始めたきっかけは、地域包括支援センターが行ったコグニサイズの研修にメンバーが参加し、これからの高齢化社会で地域の力が重要になると確信したことでした。

地域で高齢化が進み、一人暮らしの人が増えたという現状に対し、コグニサイズの楽しさを知ってもらい、高齢者や一人暮らしの人が参加できる集まりとなることを目的にこの会が立ち上げられました。今後、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、心豊かに、はつらつと生きる人のための場として、活動していくことが目標です。

千代ヶ丘子ども文化センターは、中学生と乳幼児親子が交流する異年齢交流事業「ミックスジュース」を平成21年度から毎年開催しています。

この活動に参加する金額 程中学校の生徒は事前に、妊婦の疑似体験をすることともに、赤ちゃんの抱き方や、幼い子とのふれあい方などを学習し当日を迎えます。

イベントでは、絵本の読み聞かせや工作、身体を使った遊びを通して、中学生と乳幼児親子

千代ヶ丘

異年齢交流で地域の子育て支援

『ミックスジュース』



人への感謝の気持ちや、命の尊厳を実感したりする大切な時間を過ごします。

一方の乳幼児にとっても、家

族以外の人と接し、遊ぶという経験が成長につながります。また、保護者にとっても、わが子の成長をあらためて感じる機会になります。

子どもが、自分と異なる世代とふれあう経験が少ないまま大人になることが増えているなかで、このような活動がさまざまな世代の交流を促進するきっかけとなり、また、地域全体で子育てを支援することになるのではないのでしょうか。

麻生区版地域包括ケアシステムリーフレット 「みんなで作るこれからの麻生」を発行しました

麻生区における地域包括ケアシステムのビジョンや、地域の様々な団体における「支え合いの地域づくり」の活動を紹介しています。あなたの「支え合いの地域づくり」にご活用ください。区役所などで配布しています。



百合丘

グループホームで 認知症カフェ

『カフェ百合ヶ丘』

百合丘の静かな住宅街にある「グループホーム百合ヶ丘」。今年で開設から14年になります。

認知症高齢者グループホームは、認知症高齢者が共同生活をおくる施設ですが、「グループホーム百合ヶ丘」は「普通の家」をコンセプトに（かまち）や手すりなど、細かい部分にこだわって建てられています。

このグループホームでは、平成28年5月から認知症カフェである「カフェ百合ヶ丘」を実施しています。認知症カフェとは、認知症の人と家族、地域住民、専門職などの誰もが参加でき、集う場のことです。

「カフェ百合ヶ丘」は毎月第3火曜日の午後1時半～3時半に開催されています。参加費は100円で、どなたでもこの集いに参加することができます。歌の会や、映画鑑賞会、クリスマス会などが行われるときもあります。

「カフェ百合ヶ丘」は毎月第3火曜日の午後1時半～3時半に開催されています。参加費は100円で、どなたでもこの集いに参加することができます。歌の会や、映画鑑賞会、クリスマス会などが行われるときもあります。



▶地階からはエレベーターで会場のある階まで昇れるようになっており、誰でも気軽にカフェに参加できます。

あなたも！「支え合いの地域づくり」はじめてみませんか？

掲載されている各活動のお問合せや、新たな「地域づくり」の相談、皆さんの地域にある自助・互助の活動などがありましたら、地域みまもり支援センターまでお気軽にご連絡ください。他の地区の「おたより」も麻生区ホームページや区役所で配布していますので、ぜひご覧ください。

詳しくは…

