



左:地域包括支援センターが個人商店に見守りを依頼
右:養成講座では寸劇を通して対応を学びます

これからずっとこのまちで元気に



高齢者のみなさんが住み慣れた地域で安心して元気に暮らし続けられるよう、地域や関係機関と区が連携して見守りなどを行っています。

なかはら

人口 ▶ 23万6794人
世帯数 ▶ 11万8548世帯
(平成24年11月1日現在)

中原区役所
(〒211-8570 中原区小杉町3-245)
☎744-3113 (総合案内)

http://www.city.kawasaki.jp/nakahara/

高齢者の異変時に、地域の商店や区民から、速やかに連絡が得られるようにリーフレット「いつまでも自宅で！」(写真下)を作成しました。編集したのは、社会福祉協議会、介護支援専門員の代表、地域包括支援センター、区役所からなる地域ケア運営委員会です。

地域でつながる。見守る。

単身で住んでいる高齢者は、認知症や生活上の課題を抱える状況になっても、早期の相談や支援につながりにくいのが現状です。高齢者の異変を早期に見つけ、必要な支援につなげていく、地域の見守る目を増やすことが重要です。

また、地域には、高齢者が楽しく元気に参加できるサークル活動や事業があります。活動に参加して、つながりを深めましょう。

地域包括支援センターの職員が民生委員の協力のもと、

認知症高齢者は、中原区では現在約三千三百人と推計されていますが、これからも増加傾向にあります。認知症になっても安心して暮らせるよう、病気を正しく理解し、本人やその家族を温かく見守り支援する「認知症サポーター」の養成講座を広く区民向けに実

認知症高齢者をサポート

と、商店などにリーフレットを配布して、見守りの協力を依頼します。異変を感じた際は、リーフレット記載の地域包括支援センターに連絡し、高齢者や家族が必要なサービスを利用できるように支援します。



サークル活動参加者募集

高齢者が楽しく元気にサークル活動をしています。

中原太極拳研究会

健康増進・体力向上を目的に、太極拳を楽しく学ぶ会です(写真)。日曜の午前に活動しています。

パステル画研究会

火曜の午後、楽しい仲間たちとパステルで静物・風景・人物デッサン・抽象画を描きます(写真)。

☎433-7773、FAX 430-0132

なかはら区版インデックス

7面をご覧ください
商店街の人気店で講座 かじってみようまち育て歩こう会
通学区域の一部変更について
精神科通院中の家族がいる人に
「連載」子育て子育て未来をつくる(60)
お知らせ掲示板
平間スポーツレクリエーションクラブ活動日程
とどろきアリーナトレーニング室
「いきいき元気教室」参加者募集

小杉行政サービスコーナー
ご利用ください 住民票・印鑑証明ほか
武蔵小杉駅北口階段下 ☎722-8685

こども相談窓口
☎744-3238
子どもに関する相談はコチラ

中原地区消防出初め式
高めよう 地域の絆と 防災意識

新春恒例の出初め式を開催します。消防部隊の分列行進や一斉放水(写真)、幼年消防クラブやチアリーダーの演技などを披露します。

日時 1月6日(日)
午前10時半～正午
場所 等々力緑地催し物広場

☎411-0119、FAX 411-0238

認知症相談 日本医科大学 武蔵小杉病院でも

物忘れが多くなった、認知症かもしれないと悩みを抱えている人やその家族の問題解決の支援をします。

街ぐるみ認知症相談センター
☎(733)2007。

区役所コンサート

クリスマスを中心に、フランス音楽の名曲などをクラリネットとピアノの二重奏でお届けします。

日時 十二月十八日(火)
午後零時十分～一時(開場午前十一時半)

場所 区役所五階会議室
曲目 ビゼー「カルメン」アンタジー、フォーレ「シ

吉野亜希菜

区民課窓口混雑情報サイト 「中原区なう!」が稼働

新たな番号発券システムの導入に伴い、12月3日(月)から、転入・転出などの住所変更や印鑑登録手続きなど、窓口混雑状況をリアルタイムでお知らせするインターネットサイト「中原区なう!」が稼働します。

受付時に配布する番号札情報から、携帯電話、スマートフォン(多機能携帯電話)、パソコンでアクセスし、窓口の混雑状況を確認できます。区ホームページでも混雑状況を確認できます。

☎744-3175、FAX 744-3341

新春 なかはら七福神巡り

なかはら散策ガイドの会と区内を巡ります(写真)。

日時 一月二十一日(月)
午前九時十五分、元住吉駅前集合、九時半出発。午後

3324、FAX(744)3346

8570 中原区役所地域振興課 ☎(744)3324、FAX(744)3346

復八ガキに住所、氏名、年齢、電話番号を記入し〒211-1100 武蔵野市元住吉二丁目二十八番地(必着)まで

年末年始のごみ収集

年末年始の収集にご注意ください。

普通ごみ :収集します x:収集しません

収集地域(曜日別)	12/28(金)	29(土)	30(日)	31(月)	1/1-3(火-木)	4(金)	5(土)
月・水・金曜		x		x	x		x
火・木・土曜	x		x		x	x	

12月30日(日)、31日(月)は特別収集

資源物.....
空き缶、ペットボトル、空き瓶、使用済み乾電池、ミックスペーパー、プラスチック製容器包装

年末は12月29日(土)まで
年始は1月7日(月)から収集します

地域によって収集日が異なります

小物金属.....
年末は12月28日(金)まで
年始は1月4日(金)から収集します

収集日は月2回です
粗大ごみの申し込み:粗大ごみ受付センター☎930-5300、FAX 930-5310(聴覚などに障害のある人専用)

年末は12月28日(金)まで
年始は1月4日(金)から受け付けます

申し込みは収集日の3日前まで(土・日曜、祝日を除く) 受付時間は午前8時～午後4時半
市ホームページ「ネット窓口かわさき」では24時間申し込みができます

☎411-9220、FAX 434-7336

子育て 子育て 未来をつくる 60
市民ミュージアム子育て支援事業

写真、漫画などのアートから川崎の歴史まで、展示や講座などが楽しめる市民ミュージアム。乳幼児とその保護者世代にも文化芸術に触れてもらうため「子育て支援事業」を行っています。



ママカフェで参加者同士が楽しく交流

その一つが「ママカフェ」。ミュージアム内のレストラン「3104」で毎月第1・3木曜の午前に、子どもと保護者同士が情報交換・交流する場として開催しています。対象は、0歳～就学前の子どもと保護者25組です(飲食の場合は実費負担)。

付き展示会の「ベビーカーツアー」は、ベビーカーでも安心して鑑賞できるきっかけづくりとして開催しています。対象は、0歳～就学前の子どもと保護者5組前後(要事前申し込み、保護者の企画展観覧は有料)。詳細はお問い合わせください。

市民ミュージアム ☎754-4500、FAX754-4533

区には、身近なことを楽しく行っている「まち育て」

講座
かじりつみやまち育て

焼 伊鈴(今井南町418)
定員 二十人
費用 八百円
開園十二月十七日午前九時から電話で区役所地域振興課 ☎(744)3160、FAX(744)3346。「先着順」



和菓子作りを体験

和菓子処「おかふじ」のスタッフと一緒に和菓子作りを学んでみませんか。

商店街の人気店で
和菓子作り教室

精神科通院中の
家族がいる人に

精神科治療やリハビリテーションなどについて知る家族教室です。
日時・場所・内容
①1月24日(木)午後3時～4時半。区役所別館。病気の知識・治療と回復について。講師:上村誠(溝の口メンタルクリニック院長)
②1月31日(木)午後1時半～3時半。鹿島田駅集合。社会資源(地域活動支援センターふれあい他)の見学
③2月7日(木)午後1時半～3時半。区役所別館。社会資源・制度についての話と家族会との交流。講師:森江信子(精神保健福祉センター)
いずれも精神科通院中(主に統合失調症)の人と同居する家族10人。
開園12月17日から電話で区役所保健福祉サービス課 ☎744-3297、FAX744-3343。[先着順]

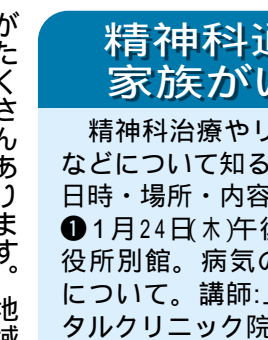
十二月一日から、中原区中丸子の一部(綱島街道の西側)が下沼部小学校、玉川中学校から東住吉小学校、住吉中学校の通学区域に変更になります。通学区域の詳細は、市ホームページでもご覧いただけます。
区教育委員会企画課 ☎(200)3268、FAX(200)3950

通学区域の一部変更について
当日直接お越しください
区役所地域振興課 ☎(744)3323、FAX(744)3346。
当日の問い合わせは午前六時半から区役所守衛室 ☎(744)3192

場所は、身近なことを楽しく行っている「まち育て」

講座
かじりつみやまち育て

焼 伊鈴(今井南町418)
定員 二十人
費用 八百円
開園十二月十七日午前九時から電話で区役所地域振興課 ☎(744)3160、FAX(744)3346。「先着順」



和菓子処「おかふじ」のスタッフと一緒に和菓子作りを学んでみませんか。

商店街の人気店で
和菓子作り教室

区のお知らせ掲示板

申し込み方法などは5面上をご参照ください。

募集

- 市民健康の森
①12月15日(土)落ち葉かき、鍋料理を囲む会
②1月13日(日)樹木の枝切り。いずれも当日直接、9時半に市民健康の森入り口広場に集合。軍手持参。開園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。
- 生活習慣病予防相談
1月7日(月)。受付時間は10時45分～11時。区役所別館。区内在住の5人。各専門職員が相談に乗

ります。禁煙に向けてたばこ検査も受けられます。開園12月17日から直接か電話で区役所地域保健福祉課 ☎744-3261、FAX744-3342。[先着順]

- クリスマスお楽しみ会
12月14日(金)16時半～17時半(開場16時)。市民プラザ屋内広場。小学生以下。当日先着300人に風船をプレゼント。出演:城倉かほる(歌)、ハッピーメロディ(パネルシアター)。開園市民プラザ ☎888-3131、FAX888-3138。
- はじめての写経体験
1月20日(日)①10時～12時②13時半～15時半。市民プラザ2階和室。18歳以上、各回20人。1,500円(教材費込み)。講師:館盛寛行(梅宗寺副住職)。開園12月15日9時から直接か、残席があれば

平間スポーツレクリエーションクラブ活動日程 参加者を募集しています

種目	日程	時間	場所	参加費
卓球広場	12月15日(土)	10:00～12:00	平間小学校多目的教室	大人200円 中学生以下100円
ヨガ教室	22日(土)	10:00～11:30	平間小学校体育館	500円
空手教室	1月5日(土)			300円
健康体操	12日(土)			500円
卓球広場	19日(土)	10:00～12:00	平間小学校多目的教室	大人200円 中学生以下100円
ヨガ教室	26日(土)	10:00～11:30	平間小学校体育館	500円
空手教室	2月2日(土)			300円
健康体操	9日(土)			500円

予約・用具不要(ただし、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。「健康体操」では室内履き(スリッパ不可)をご持参ください。
開園平間スポーツレクリエーションクラブ(滝口) ☎555-9140。区役所地域振興課 ☎744-3323、FAX744-3346

同日13時から電話で市民プラザ ☎888-3131、FAX888-3138。[先着順]

講座

- 普通救命講習
1月24日(木)13時半～16時半。中原消防署。30人。自動体外式除細動器(AED)の操作方法などを学びます。開園1月8日から直接か電話で中原消防署 ☎411-0119、FAX411-0238。[先着順]

中原市民館からのお知らせ
開園 ☎433-7773、FAX430-0132
〒211-0004新丸子東3-1100-12

- 親子で楽しむ0歳からのコンサート
1月14日(祝)11時～12時(開場10時半)。中原市民館。350人。開園12月19日(消印有効)までに往復ハガキ(1家族1枚)に全員の氏名と年齢も記入。[抽選]
- なかはら平和セミナー公開講座「脱原発で経済を良くしよう」
12月19日(水)18時半～20時半

(開場18時)。中原市民館。当日先着150人。講師:金子勝(慶応義塾大学教授)。

- いのちを感じるお産塾
2月2日(土)14日、28日、3月7日、14日の木曜、13時半～15時半(2月28日は11時～13時)全5回。中原市民館。妊娠5～7カ月の妊婦15人。妊娠・出産について正しい知識を学びます。調理実習も。料理材料費は実費負担。保育あり(2歳～就園前の10人、1,000円。要予約)。開園1月10日(消印有効)までにハガキ、FAX、区ホームページで。[抽選]
- 男女平等推進学習 期「震災復興支援と女性・男性」
1月17日、31日、2月7日、21日、28日の木曜、10時～12時、全5回。中原市民館。25人。東日本大震災から約2年、震災に対する支援について、男女平等の視点から考えます。開園12月20日10時から電話、FAX、区ホームページで。[先着順]

とどろきアリーナトレーニング室「いきいき元気教室」参加者募集

いすに座りながら、転ばないための筋肉・バランスなどのさまざまな体力をつけて、いつまでも元気に外出したり、趣味や生活を楽しくしていくための教室です。

日程	時間	対象	定員	費用
1月8日、15日、22日、29日の火曜	13:30～14:15	65歳以上 (医師に運動を止められていない人)	各10人	1,600円
1月9日、16日、23日、30日の水曜	11:00～11:45			
1月10日、17日、24日、31日の木曜	13:30～14:15			

開園12月25日16時まで直接か電話でとどろきアリーナ(トレーニング室) ☎751-3434。[抽選]