

ふるさとアーカイブ

ふるさと  
アーカイブ  
HP

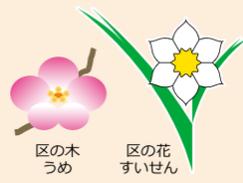


門松 1969年(昭和44年)

# たかつ

高津区  
シンボルマーク

高津区は令和4年に区制50周年を迎えます



2022(令和4)年 1月 1日 発行

発行  
高津区役所  
〒213-8570  
高津区下作延2-8-1

1 月号

高津区統計データ(令和3年12月1日時点) 人口: 23万4,667人 世帯数: 11万5,031世帯

総合案内 ☎044-861-3113

こころの悩み  
がある人

## ゆっくりでもOK! おうちから出て 地域で活動してみませんか?

心療内科や精神科に通いながら、おうち時間の過ごし方に悩む人も多いのではないのでしょうか。「同じ悩みを持つ仲間が欲しい」「生活リズムを整えたい」「働くのが難しくてずっと家にいるけど、そろそろ外に出るきっかけが欲しい」など…その第一歩として、区内の精神保健の「地域活動支援センター」を紹介いたします。\*地域活動支援センターは、障害者総合支援法に基づく福祉施設です ☎区役所高齢・障害課 ☎044-861-3309 FAX044-861-3249

### 利用の流れ

- これらの施設を利用できるのは、心療内科や精神科に定期的に通院しており、主治医の了承が得られる人です
- 地域活動支援センターの利用には登録が必要です(見学→体験→登録となります)
- 「にこば」以外のセンターは、関係機関からの紹介と見学時の付き添いが必要です。すでに相談先(相談支援センターなど)がある人は、担当者にご相談ください。特定の相談先がない人は、区役所高齢・障害課精神保健係までお問い合わせください

### フリースペース

#### たかつ生活支援センター にこば

下作延4-3-12 上中村ビル1階(月曜～土曜10時～17時、面談や電話相談も可能)

いつ来ていつ帰ってもいい、ふらりと立ち寄れるフリースペースです。他の利用者で談笑したり、コーヒーを飲みながら読書したり、家以外でのんびり過ごしたい人におすすめです。畑作業プログラムのほか、講師による絵画教室があり、作品を展覧会に出展する人もいます。



同施設HP

### 仕事

#### サボン草Ⅱ

梶ヶ谷3-1-13



周り比べず、焦らず、  
丁寧に作業をして、  
自信をつけましょう

受注作業(検品や封入)や自主製品づくり(リサイクルせっけんきなりっこ)のほか、公園の清掃、ポウリングなどの特別行事を行っています。40～50代の人が多く、作業時間と休憩時間のめりはりをつけて作業したい人におすすめ。週1～4回、平日の午前中のみ活動しています。



※原則、精神障害者保健福祉手帳を持っている人が対象



同施設HP

#### バンブーハウス

新作6-16-23 1階

食品を扱うため、  
身だしなみや衛生面に気を付けられる人、  
お待ちしております

週2回のお弁当の調理作業をメインに、献立決めや下準備、洗い物を行っています。分担して作業することで、社会的ルールやマナー、コミュニケーション能力を身に付けることができます。作業のほかに、特別行事やクラブ活動も充実。調理未経験でも大丈夫です。



同施設HP

### ゆったり働きたい人

#### 喫茶ほっと

溝口1-6-10 てくのかわさき2階



お客さんとして、  
ほっと一息つきに  
来る人も歓迎です

公共施設に入っている喫茶店です。ホールやレジ、<sup>ちゅうぼう</sup>厨房作業を行う喫茶部とお菓子づくりや袋詰めを行う製菓部があります。その人自身に仕事を合わせていく発想で、週1回、働いた経験がない人でもOK。自分のペースで早退やお休みをしても大丈夫。悩みを共有したり、仲間づくりもできます。



同施設HP

### 既に働いている人

#### ワーキングサポート新城

新作6-9-7 バロン・キャッスル101号

精神的な治療を受けながら就労をされている人の「働くことを支える」、息抜き場です。仕事のスキルも大事ですが、土台となる日常生活も大切。不調のきっかけは職場の人間関係だけでなく、実は日常生活のささいなことが原因なことも…。ちょっとした悩みの相談や家以外で落ち着いて過ごしたい人におすすめです。



同施設HP



## 第32回 高津区民音楽祭

区にゆかりのある音楽グループ23組が企画や準備に携わり、みんなで作りあげる音楽祭です。

※最新の開催情報など詳細は区HPで



区HP

日時 1月30日(日)10時55分～18時10分 入退場自由、人数制限有り

会場① 川崎市民プラザふるさと劇場

開演10時55分(開場10時半)合唱、室内楽、器楽など

会場② 川崎市民プラザ屋内広場

開演11時10分(開場10時45分)ロック、ゴスペル、器楽など  
入場時に来場者登録が必要です。区内施設やHPで入手できるチラシ裏面の「来場者登録カード」の記入・持参にご協力ください。

☎区役所地域振興課 ☎044-861-3133 FAX044-861-3103



### 大人の炭焼き体験教室

市民健康の森で育った竹で竹炭を作ります。

**日時** 2月10日(木)9時～16時  
**場所** 市民健康の森(春日台公園)  
**定員** 7人程度  
**費用** 300円



**持ち物** 昼食、飲み物、軍手、タオル、マスク  
**申込** 1月17日9時～2月4日17時に氏名、メールアドレス、電話番号を記入しメールかFAXで区役所地域振興課 ☎044-861-3133 FAX044-861-3103 ②67tisin@city.kawasaki.jp [先着順]

### 認知症の食事について学ぼう

認知症の人の食事面の特徴や配慮について、病院や高齢者施設で勤務経験のある管理栄養士から話を聞き、いつまでも安全においしく食べるための工夫を一緒に考えてみませんか。

**日時** 2月18日(金)14時～15時45分  
**場所** 区役所5階第1会議室  
**定員** 40人

**講師** 紅谷加津江氏(晃陽看護栄養専門学校教授)  
**申込** 1月25日から直接か電話で区役所地域支援課 ☎044-861-3259 FAX044-861-3307 [先着順]

### 喉(のど)をきたえよ!街に出よう!

元気におしゃべりを楽しむために、喉のトレーニングを学びます。

**日時** 2月6日(日)10時～12時  
**会場** プラザ橘2階第3・第4学習室  
**対象・定員** おおむね50歳以上の関心のある人40人  
**申込** 1月23日10時から直接、電話、FAXでプラザ橘 ☎044-788-1531 FAX044-788-5263 [先着順]

### 地域みまもり 支援センター 教室案内

**申込** 区役所地域支援課 ☎044-861-3259 FAX044-861-3307  
②区役所1階保健ホール

	日時	対象	申し込み	持ち物
離乳食教室	①2月4日(金) ②2月15日(火) 13時45分～15時 (①②同内容)	生後4～6カ月ごろの乳児と保護者(大人のみの参加可)16組	1月17日から直接か電話で [先着順]	母子手帳・筆記用具・おむつ替えの時に下に敷くもの

### つながりひろがれ高津 第42号

#### 「かなさぽ」は設立20周年をむかえました

成年後見制度とは、判断能力が低下した人を支援する制度です。

一般社団法人コスモス成年後見サポートセンター神奈川県支部(かなさぽ)は行政書士が平成12年9月に設立以来、成年後見制度を知ってもらえるよう、相談会やセミナーを行っています。また、必要に応じて後見人となり、本人を支援しています。

自分のため、家族のために成年後見制度を使おうか迷ったときは、気軽に相談してください。

**同センター** ☎045-222-8628(平日13時～16時)、区役所地域ケア推進課 ☎044-861-3313 FAX044-861-3307



同センター HP

### 花コンサート Hana-Concert

区役所ロビーで親しみやすいクラシック曲を中心にお届けしている花コンサート。2月は橘地区の人も楽しめるよう、プラザ橘で開催します。

**日時** 2月27日(日)14時開演(13時半開場)  
**会場** プラザ橘  
**定員** 50人程度  
**出演** トリコロレマリンバトリオ  
**曲目** コーヒールンバノホセ・マンソ・ペローニ、情熱大陸/葉加瀬太郎ほか



**申込** 1月4日～17日(必着)に往信文章面に申込者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号、返信宛名面に申込者の住所・氏名を記入し往復ハガキ(1通につき2人まで)か区HPで〒213-8570区役所地域振興課「花コンサート」係 ☎044-861-3133 FAX044-861-3103 [抽選]

トリコロレマリンバトリオ

### 親子の絆づくりプログラム赤ちゃんがきた!

赤ちゃんとの関わり方を知り、親子の絆を深め、子育ての仲間を作りましょう。テキストは持ち帰りできます。

**日時** 2月17日、24日、3月3日、10日の木曜、13時半～15時15分、全4回

**場所** 高津市民館和室  
**費用** 1,100円(テキスト代)

**対象・定員** 受講時におおむね2～4カ月の子どもと母親、第1子限定12組

**申込** 1月17日から直接か電話で区役所地域ケア推進課 ☎044-861-3313 FAX044-861-3307 [先着順]



### 区のお知らせ 掲示板

申し込み方法は市版6面参照

### お知らせ

#### 毛糸の寄付を募ります

地域交流の一環として、集まった毛糸を使用して保育園や高齢者・障害者施設などに寄付をする活動を行っています。手縫い用の毛糸を高津老人福祉・地域交流センターまでお願いいたします。**受付期間**:1月4日から予定数集まり次第終了、月～金曜、9時～16時。同センター ☎044-853-1722 FAX044-853-1729



### イベント・講座

#### お気軽ふらっと体操教室

①1月18日(火)14時～15時半(13時半開場) ②高津老人福祉・地域交流センター ③市内在住の当日先着20人 同センター ☎044-853-1722 FAX044-853-1729。※飲み物・タオル持参、動きやすい服装で参加してください。

#### モルック教室

フィンランドで生まれた棒(モルック)を投げて木製のピンを倒すスポーツです。とても簡単なルールで子どもから

高齢者まで楽しめます。①1月29日、2月5日、3月5日の土曜、9時～10時 ②高津スポーツセンター ③小学4年生以上各20人 ④各300円 ⑤1月15日9時から直接か電話で高津スポーツセンター ☎044-813-6531 FAX044-813-6532 [先着順]

#### ～価値観から考える～ 自分らしい生き方

自分が大事にしたい「価値観」を講座を通して知ること、自分らしい生き方を考えましょう。①2月12日、26日、3月12日の土曜、10時～12時、全3回 ②高津市民館 ③15人 ④1月18日10時から電話かFAXで同館 ☎044-814-7603 FAX044-833-8175 [先着順]

#### 今こそボッチャを始めよう! ～シニアライフの充実へ～

食事での栄養や体を動かすためのストレッチ、そしてパラスポーツ競技でもある「ボッチャ」をみんなと一緒に始めてみませんか。①2月18日(金)、25日(金)、3月4日(金)、17日(木)、25日(金)13時半～15時半、全5回 ②プラザ橘2階第3・第4学習室ほか ③おおむね50歳以上の関心のある人10人 ④1月1日10時から直接、電話、FAXでプラザ橘 ☎044-788-1531 FAX044-788-5263 [先着順]