



vol. 2

発行年月 2022.2

川崎市多摩区地域包括ケアシステム広報誌 地ケア^{たま}TAMA

🔗 地ケアって？

🔗 地域で活動している団体の紹介

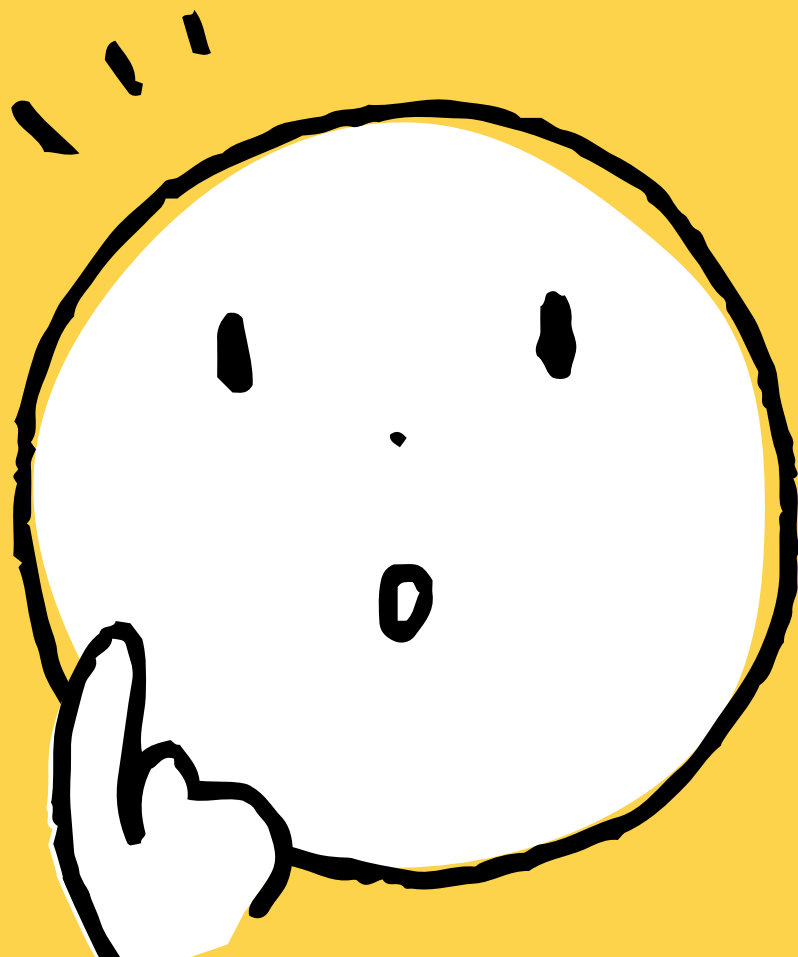
地域の緑化活動 五反田自治会 フラワーガーデン 「五反田の花壇が全国奨励賞をいただきました」
飯室谷町会 花プロジェクト 「メイン通りの花壇がみんなのオアシスになりました」

多摩区認知症キャラバン・メイト たまのわ 「認知症になっても安心して暮らせるまちへ」

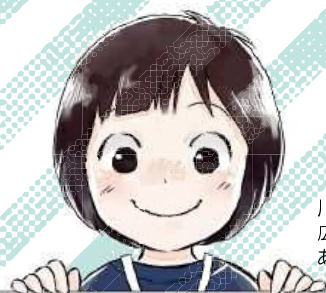
シニア読み聞かせボランティア りぷりんと・かわさき 「読み聞かせを通じた社会参加で、健やかに生きる」

🔗 一緒に活動しませんか 民生委員児童委員

🔗 身近な奉仕をひろげ、すべての人びとと手をつなぐ 多摩区赤十字奉仕団



地ケアって



川崎市地域包括ケアシステム
広報キャラクター
あいちゃん

地域包括ケアシステムを略して
『地ケア』

川崎市では、子どもから高齢者まで、
誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けていけるように、
地域でのつながりや支え合いの仕組みづくり

(「地域包括ケアシステム」略して「地ケア」)を進めています。

生きがいづくりや健康づくり、介護予防などの「自分自身のケア(自助)」と
周りの人同士の助け合い、町内会・自治会活動、ボランティア活動などの
「みんなの支え合い(互助)」を一人ひとりが進めていくことが第一歩です。

地域でどんな活動が行われているかを知り
あなたもできることから始めてみませんか？

地ケアが
わかる!
マンガについて
はこちら



多摩区の
地ケアの取組に
ついてはこちら



地ケアTAMA
Vol.1
はこちら



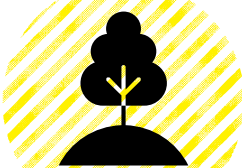
発行・連絡先：多摩区役所地域みまもり支援センター 地域ケア推進課

〒214-8570 川崎市多摩区登戸1775番地1

電話 044-935-3241 FAX 044-935-3276



地域の緑化活動



Greening movement



ごたんだ

五反田自治会 フラワーガーデン



「きれいですね」の
声を励みにコツコツと

生田大橋付近の五反田川に沿った70mにわたる花壇を管理しています。もとは草木が生い茂っていたこの場所を15年ほど前に自治会の環境整備・衛生部が花壇として整備したのが始まりで、私は9年前に定年退職してから初めてお手伝いするようになりました。現在は年間を通して約60種、1000輪以上の花が咲くようになりました。苗を購入することもあります。自分で種から植えて育てた花が大きく咲くと嬉しいものです。自然相手で大変なこともあります。「きれいですね」と声をかけてもらおうと励みになります。近隣の保育園や小学校との交流もあり、花植えを手伝ってもらったり、学校へ花のお話をしに行くこともあります。またダンボールコンポストによる生ごみのたい肥化にも取り組んでいます。



堀口貞二さん



仲間に加わってくださる方
をお待ちしています

今年は市の「わがまち花と緑のコンクール」で大賞をいただき、全国大会で1031件の応募の中から奨励賞をいただきました。当初は知識もなく、勉強しながら試行錯誤で取り組んできたので、受賞は素直に嬉しいです。花壇への注目度もアップしたようで最近は声をかけてくださる方も増えました。「今度手伝いを」と言ってくださる方もいるので、後継者育成も含めて、できるだけ多くの方が仲間に加わってくださることを期待しています。

いいむるやと

飯室谷町会 花プロジェクト



雑草が生えていた場所を
美しい花壇に

向ヶ丘遊園駅から生田緑地へ向かうメイン通り沿いの、雑草が生い茂っていたスペースをなんとかしたいという思いで、3年前から花プロジェクトの活動を始めました。「花を植えよう」というかけ声で、町会の美化活動の一環として取り組み、今では年間500輪の花が咲くようになりました。春と秋の植え替え時に10人ほどが参加し、後はできる時にできる人が草むしりなどの手入れを行っています。3年経ってようやく維持管理体制が整ってきました。多少の苦労もありますが、花が咲き誇る姿を思うと頑張ることが出来ます。



通りをもっと花で
いっぱいになりたい

メインの第1花壇のほか、通りの向かい側には第2花壇、第3花壇もあり、更に通り沿いのゴミ集積所にもハンギングバスケットで花を飾っています。町会の活動がしっかりなされているアピールになり、ポイ捨て防止や防犯にもつながると考えています。美化と同時に、花壇を真ん中に人が集まる場所になればいいとの思いで活動していますが、手入れをしていると町内の方を始め、生田緑地に観光に訪れた方も声をかけて、自然と会話が生まれています。もっともっと通りを花でいっぱいになりたい、そんな夢をもっています。



竹内紀子さん

佐伯久美さん

メイン通りの花壇がみんなのオアシスになりました

「緑化活動に参加してみませんか？」

「園芸に興味はあるけどやり方が分からない」、「身近な地域活動から参加してみたい」など、緑化活動に関心をお持ちの方は、ぜひ川崎市公園緑地協会にご相談を！花や緑に関する講座の開催やお住いの地域の緑化活動団体の紹介など、様々なサポートをしてくれます。連絡先：(公財)川崎市公園緑地協会 044-711-6631

(公財)川崎市公園緑地協会HP ▼





多摩区認知症キャラバン・メイト たまのわ



一人でも多くの人に
認知症に対する理解を
深めてもらうことで、
社会は変わっていきます。



ボランティアで 「認知症サポーター」を養成

厚生労働省では、認知症の人やその家族を見守り支援する「認知症サポーター」を全国で養成し、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指しています。川崎市でもこれまで約71,000人が「認知症サポーター養成講座」を受講しています。この講座を企画し、講師を務める人を「キャラバン・メイト」といい、区役所やキャラバン・メイトのメンバーからの推薦で養成研修を受けた方が、その役割を担っています。私たち「たまのわ」は、市内で唯一のキャラバン・メイトの市民団体として平成26年に発足しました。地域包括支援センターと連携しながら、現在40名で活動しています。小・中学校を始め、企業、区役所、町内会・自治会などからの依頼に応じて、「認知症サポーター養成講座」を実施しています。



絵本や会話劇を 取り入れ、分かりやすく工夫

養成講座では教材をもとに、認知症がどのような病気なのか、具体的な症状や心情を知り、接し方や心構えなどを学んでもらいます。「たまのわ」には、介護や医療などの現場での経験豊かなメンバーが多く、絵本や会話劇、体験談などを取り入れて、分かりやすいように工夫しています。受講者には認知症サポーターの証であるカードを発行しています。受講後は近所の気になる方を見守ったり、認知症の家族の話し相手になるなど、日常生活の中でできることをしていただいています。仕事上での接客や応対などに活かしているケースもあります。



認知症になっても安心して暮らせるまちへ



染矢由起子さん



望月キヨ子さん



佐藤豊彦さん



渡部純子さん



若い世代に認知症への理解が 広まっていくことが嬉しい

活動を通して、小学校での講座後「自分の祖父母が認知症になったらやさしく声をかけてあげたい」、「認知症は怖い病気ではない」、「同じことを何度聞かれても丁寧に答えてあげたい」といった感想を聞くと、とてもやりがいを感じます。すぐに役に立たなくても、認知症サポーターになり、病気を正しく理解しておくことで、今後に生かされると思います。団体でなくても、5名以上が集まって申し込んでいただければ養成講座を実施しますので、お気軽にお問い合わせください。また今後は、「たまのわ」の活動を長く継続していくために、若手のキャラバン・メイト育成にも力を入れていきたいと考えています。



認知症サポーター養成講座を 受講してみませんか？

「認知症」という言葉はよく耳にするけど、予防の仕方や具体的な症状、接し方は詳しく分からない...そんな方はまず講座を受講してみたいかがでしょうか？本人や家族、地域の方々を様々な場面でそっとサポートし、地域全体で見守る、そんな地域づくりを一緒に進めていきましょう。

連絡先：多摩区役所地域支援課
地域サポート係

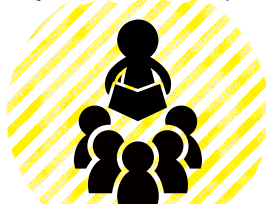
044-935-3431

認知症サポーターってなに？▲





シニア読み聞かせボランティア りぷりんと・かわさき



Read aloud



健やかに豊かに 年齢を重ねるために

地域のコミュニティや社会貢献活動に積極的に参加する「アクティブシニア」層を増やそうと、平成16年に厚生労働省のモデル研究事業として、多摩区役所と東京都健康長寿医療センター研究所の共催で、同研究所の藤原佳典先生と、読み聞かせインストラクター熊谷裕紀子先生を迎え、シニアによる子どもたちへの絵本の読み聞かせを主な活動としたボランティア養成講座を数回開催しました。平成18年に任意ボランティア団体としての活動を始め、平成26年に首都圏で活動する友好団体とNPO法人を設立しました。現在はその中核団体として世代間交流を通じた地域づくり活動を展開しています。

世代間交流や読み聞かせには、地域の担い手としてのやりがい以外にも、認知機能や体力の維持への多面的効果も期待され注目が集まっております。

発足以来、「サクセスフル・エイジング～健やかに・豊かに老いる～」を目指し、シニアボランティアが社会と関わりながら、生涯学習などを通して健やかに豊かに年齢を重ねていくことを目指して活動しています。



50名以上の会員が 依頼に応じて活動

絵本の読み聞かせは当初、小学校と学童保育施設の2か所からスタートしましたが、活動が口コミで広がり、現在は区内の小・中学校、保育園を始め学童保育施設、高齢者施設など約36機関から依頼を受けて実施しています。例えば、小学校では授業の一コマに組み入れていただいていたたり、朝読みや中休みを利用したり、スタイルは様々です。 (右上に続く)



読み聞かせを通じた社会参加で、健やかに生きる

会員も当初の20名ほどから現在は52名になりました。最高齢は89歳です。現在はコロナ禍で活動が縮小されていますが、元通りの活動に戻る日を待ち遠しく思っています。



ふれあいから生まれる 大きな感動

入会のきっかけや目的は「地域での友人づくり」、「子どもとのふれあいが楽しみ」、「新しいことへのチャレンジ」など様々です。

会員からは「中学生から感想文をもらうことが嬉しくて、モチベーションになる」、「子どもたちの元気な声、笑顔に包まれ、こちらがエネルギーをもらえる」といった話がよく聞かれます。また町なかで子どもたちから「りぷりんとさんだ!」と声をかけられ、保護者の方と挨拶を交わすことも少なくありません。さらに保育園児だった子どもが小・中学生と立派に成長していく様子も見ることができ、それが励みにもなります。



青木和子副代表

社会とつながり、
仲間をつくり、
切磋琢磨して自分たちも
成長していけることが
喜びです。



塩崎昇代表



加藤武幸副代表

りぷりんと・かわさきは、更に活動を広げ、皆さんに活動を知っていただきたいと考えています。「ぜひ読み聞かせに来て欲しい!」という団体の方は下記までご連絡ください。
読み聞かせで、絵本の楽しさと温もりを感じてみてください。
連絡先：多摩区役所地域支援課地区支援係
044-935-3294

地域のつなぎ役 民生委員児童委員

区内8地区民生委員児童委員協議会会長



一緒に活動しませんか



民生委員児童委員はボランティアとして、生活に悩みを抱える人の相談に応じ、適切な支援やサービスへのつなぎ役を担っています。児童福祉を専門に担当する主任児童委員もいます。

地域によっては民生委員に欠員が生じているところもあり、令和4年度には一斉改選があるので、活動に興味のある方はご連絡ください。

民生委員の活動が自分の生きがいにもなります。

分からないことがあったときは、地区民生委員児童委員協議会がサポートします。地域のためにできることを一緒に考えていきましょう。

民生委員になるには？

町内会・自治会など地域から選出を受けて、区に推薦されます。

新任の方は、委嘱日に原則72歳未満（地域の実情によっては75歳未満）が要件となります。

詳細はHPをご覧ください。



川崎市 民生委員児童委員

検索

こんな活動もしています！

（一部休止している活動もあります）



地域の安心につながる登校時のあいさつ運動(菅第2地区)



クリスマス会の開催など地区社会福祉協議会の一員として活動(稲田東地区)



子育ての相談等も行う親子サロン(左：稲田中野島地区、右：登戸地区)



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

多摩区赤十字奉仕団

身近な奉仕をひろげ、すべての人びとと手をつなぐ

私たちと一緒に活動しませんか？



老人ホームでの奉仕活動。入所者の衣類を整え、仕分け作業中



事故の予防や応急手当を学ぶ講習会

赤十字のボランティア活動を通じて地域社会に貢献したい、という思いをもった方々で組織されたボランティアグループです。

多摩区では献血広報活動、特別養護老人ホームでの奉仕活動、募金活動、地域自主防災活動への協力など地域に根ざした活動をしています。

救急法技術の講習会等、団員向けの研修も充実しており、年齢に関係なくやりがいを感じながら楽しく活動しています。

ボランティアに興味のある方はぜひご連絡ください。



みぞのくち献血ルームでの広報活動



神奈川県支部HP