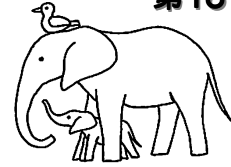


栄町
若葉町

まちねっと



立川市自治連栄町支部主催 防災訓練が実施されました

去る11月9日(土)、第八小学校において、立川市自治会連合会栄町支部主催による、防災訓練が行われました。

当日は小学校の公開授業と併せて開催され、第八小学校に通う生徒・保護者の方々、自治会・市民の方々等、多数の参加がありました。



● 訓練は震度6強を想定とした内容で、校内では安全行動を身につけるための「シェークアウト

(素早く机の下に身を隠す)訓練」の実施や、校庭では煙体験・起震車による地震体験・AED訓練・消火訓練等、さまざま



な体験が取り入れられ、今回の訓練の目的でもある「助け合いの大切さがわかる」内容となりました。

● 来年度は南砂小学校で実施予定です。地域の繋がりが広がる活動に、これからも積極的に参加いたします。



社協も車いす体験コーナーの実施、災害ボランティアセンターのパネル展示等、参加させていただきました。

立川断酒新生会による講演会 『アルコール依存症について』

日本では現在、アルコール依存症の方が疑いのある方も含めるとおよそ300万人いると言われています。その症状が進むと、本人の体調不良のみならず、知らず知らずに家族や近所の方たちをも「アルコール問題」に巻き込み、結果離婚や地域からの孤立といった要因を招く恐れがあります。



お酒のもたらす危険な側面と、お酒と上手

に付き合う術を、立川断酒新生会のメンバーさんから、自身の体験談を交えて詳しくお話しいただきます。

● 日時 12月12日(木) 午後1時半～3時
会場 立川新緑クリニック 地域活動室
(立川市若葉町3-54-5)

日時 1月31日(金) 午後1時半～3時
会場 幸学習館 第一教室
※2会場とも講演内容は同じです。

※受講料は無料です

定員 40名(各回) 要予約

申込先 地域包括支援センター(4面)へ

目次 P2 ●若葉町団地防災イベント報告
●連続講座「終末期を考える」
●第9回地域福祉市民フォーラム

P3 ●「老人ホームの利用料金について」報告
●身近な地域の学び・参加・情報
P4 ●こんな時も「ほーかつ」です!

※地域福祉コーディネーター／みなさんと一緒に地域福祉活動をすすめる社会福祉協議会の職員です。栄町・若葉町に配置され「誰もが安心して楽しく幸せに暮らせるまち」を目指して活動しています。

若葉町団地にて 防災イベントが行われました

去る11月10日(日)、若葉町団地自治会防災部会主催による、防災イベントが実施されました。

当日は午前9時から、災害時要援護者リストに登録されている方々の安否確認訓練が行われ、無事の合図である「黄色いリボン」が所々に結ばれていました。

10時からは多摩市防災会議委員である田村藤子さんより、団地における防災対策や日頃の



備え・地域での支え合いづくりについてご講演いただきました。またJS(日本総合住生活株式会社)さんより、非常食・保存水について「自助」に関わる不断の備えの紹介と、ベランダの隔壁破壊訓練も併せて実施、参加者からは一様に『とても勉強になった』『災害時に備えて、できることはなるべくしておきたい』との感想が聞かれました。今後も防災を地域で考えていく機会が増えることを期待します。



栄町グッドネイバーをすすめる会主催

連続講座『終末期を考える』

誰もがいずれは迎える『終末期』。3回連続講座の第1回目を10月25日に行いました。当日は33名のご参加をいただき、老後の生き方の実例の紹介に始まり、エンディングノートの紹介や医療費や介護保険料のこと、延命治療についてまで幅広いお話や、質疑応答も活発に行



われ、とても有意義な時間を持つことができました。2回目・3回目からの途中参加も可能ですので、是非お誘

いあわせの上、お越しください。※会場定員の都合上、必ずお申込ください(受講料無料)。

●
日時 第2回 12月6日(金)

『遺言書・成年後見制度について』

第3回 2月7日(金)

『葬儀について』

※2回とも午後1時30分～3時

場所 幸学習館 第1教室

定員 40名(要予約)

申込先 栄町グッドネイバーをすすめる会

代表 竹内さんへ

電話 536-0451

第9回地域福祉市民フォーラム

『安心して暮らしていける地域をめざして』

立川市における地域包括ケアの推進にむけて、岡島さおり氏(厚労省老健局)の基調講演を始め、「安心して暮らしていける地域づくり」をテーマとしたシンポジウムを行います。(フォーラム、上映会とも入場無料・先着順)

●
日時 12月7日(土) 午後1時半～4時半
場所 立川市女性総合センター アイム1F
(立川市曙町2-36-2)

主催 立川市・立川市社会福祉協議会・立川市地域包括支援センター・福祉相談センター

問合せ 立川市南部西ふじみ地域包括支援センター(須崎・安藤・山城)

電話 540-0311

FAX 548-1747

●
※同日午前10時より同ホールにてドキュメンタリー映画『大丈夫。』の上映会も行います。



勉強会『老人ホームの利用料金

について』を開催しました！

今年も栄町、若葉町にて10月23日（水）10：30～幸学習館、13：30～立川新緑クリニック地域活動室にて勉強会「老人ホームの利用料金について」を開催致しました。

毎年恒例の人気企画で今年も多く地域住民の皆様にご参加いただき、改めて超高齢化社会、大介護時代と言われる現在を感じ取れる企画となりました。

●
今は元気だけど将来は持病もあるし不安、子供に迷惑をかけたくないから施設に入ろう



と考えているけどいくらかかるかわからない。皆様そんな不安を持っての参加でしたが、「特別養護老人ホーム」や「老人保健施設」、「グループホーム」を始め、「楽々シニア」の相談員の方を講師に迎えた「有料老人ホーム」といった各種施設の毎月の利用料や入所する為に必要な金額を具体的に学ぶことで、より良い料金プランの選び方やお金のトラブルを未然に防ぐコツも知る事ができ、これからの生活が具体的になることで今の生活を安心して送っていけると大勢の方が感じていらっしゃいました。

●
参加者からのアンケートでは次回開催の希望を含め様々な声を頂きましたので、今後もみなさんが参加したいと思う魅力ある企画を提案していきたいと思います。

身近な地域の学び・参加・情報

◆若葉町男の料理教室（キッチン寿限無）※他地域可

日時 12月15日（日）午前10時～1時
1月25日（土）午前10時～1時

場所 若葉会館 参加費500円

申込み 地域福祉コーディネーター（4面）へ

◆栄町男性のための料理教室（他地域の方も可）

日時 12月20日（金）午前10時～1時
1月17日（金）午前10時～1時

場所 幸学習館 参加費300円

申込み 高木さんへ 536-0834

◆男性介護者の集い（定例会：偶数月開催）

男性が介護をするには調理や献立作り等何かと苦勞があると思います。そんな悩みを持ち寄り男同士で腹を割って話をしています。たまには息抜きにいらっしゃいませんか？

日時 2月1日（土）午後1時半～3時半

場所 幸学習館

申込み 地域包括支援センター（4面）へ

◆認知症の高齢者を支える家族の会（わかばの会）

ご家族の介護に携わっている方が、介護の疲れや不安を持ち寄り、サービスや解決法を共に

考え、共有する会です。

日時 12月 9日（月）

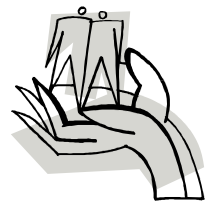
午後1時半～3時半

1月20日（月）

午後1時半～3時半

場所 若葉会館

問合せ 地域福祉コーディネーター（4面）へ



◆ボランティアさん、随時募集中！

若葉町・栄町近隣で、ちょっとしたボランティア活動をしてみませんか？経験の有無は問いません。子育てがひと段落した方、定年退職された方など、みなさまの活躍を地域は待っています。

◆見守り保育をしてくださる方、探しています

講座やイベントの際、1～2時間ほど保育のボランティアをしてくださる方を探しています。是非お声かけください！

●
上記以外でも、何かございましたらお気軽に地域福祉コーディネーター（電話537-7147）までご連絡ください。

こんな時も「ほーかつ」(立川市北部東わかば地域包括支援センター) です!

団地に住み始めて間もないSさん。お隣は旦那さまを亡くされたばかりのおばあちゃんと息子さんの二人暮らしです。

越してきた当時、お隣のおばあちゃんにはゴミ出しや清掃のことなど親切に教えていただきとても助かったそうです。



新しい生活にも慣れてきたSさんでしたが、最近お隣のおばあちゃんの姿を見かけていないことに気づきました。ゴミ出しの時には必ず挨拶していたのに…。

心配になり息子さんに尋ねてみようとしたのですが、息子さんは夜勤が多い仕事らしく、Sさん自身も昼間働いているので、なかなか会えません。

越してきたばかりで知り合いもいないし、どうしたらいいか悩んでいた矢先「まちなっと」を見たSさん。少し不安でしたが、“立川市とあるから安心ね”と思い、相談してみることにしました。



Sさんに相談され「ほーかつ」の職員はお宅を訪問して、息子さんから話を聞くことができました。

おばあちゃんは旦那さまを亡くされてから元気がなくなり、外にも出かけなくなってしまったとのこと。息子さんも、年老いた母親を一人にするのが心配だったが、やはりどこに相談していいかわからず困っていたそうです。

おばあちゃんも、久しぶりに息子さん以外の人とおしゃべりをしたことで少し笑顔も見られました。地域で活動しているサークルや運動教室の案内にも興味を示してくれたようです。



「ほーかつ」では家族のことでなくてもお話を聞かせていただきます。ご近所で心配な方がいましたら「ほーかつ」にご相談ください。

発行・連絡先

<立川市北部東わかば地域包括支援センター>

電話 042-538-1221

※お間違いないようお願いいたします。

F A X 042-538-1222

w-houkatsu@tachikawawakaba.jp

住所 〒190-0001 立川市若葉町3-45-2

立川介護老人保健施設わかば内

<立川市社会福祉協議会

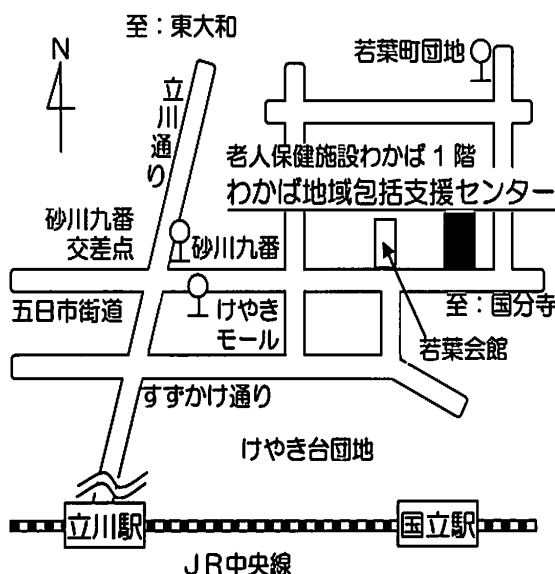
地域福祉コーディネーター(柳澤)>

電話 042-537-7147

F A X 042-537-7157

sakaewakaba@room.ocn.ne.jp

※地域包括支援センター内に席を置いて活動しています。



※地域包括支援センター/地域の高齢者の総合相談窓口。高齢者福祉の拠点として設置された機関で、市内には6箇所あります。栄町・若葉町の担当が「立川市北部東わかば地域包括支援センター」です。