





## 身近な地域の学び・参加・情報 ～お気軽にご参加ください～

### ◆栄町男性のための料理教室（他地域の方も可）

日 時：5月20日（金） 10時～13時

幸学習館（幸町2-1-3）

6月17日（金） 10時～13時

さかえ会館（栄町4-6-2）

参加費300円

申込み：高木さんへ 電話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って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：6月4日（土） 13時半～15時

若葉会館（若葉町3-34-1）

8月6日（土） 13時半～15時

さかえ会館（栄町4-6-2）

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：5月9日（月） 13時半～15時半

6月13日（月） 13時半～15時半

会 場：若葉会館（若葉町3-34-1）

問合せ：地域福祉コーディネーター（4面）へ



### 【認知症のこと、一緒に考えてみませんか？】

認知症の方とそのご家族や地域の方・専門職が集まり、地域での認知症の方のつながりをゆるやかに考えていくカフェを実施しています。

### ◆な無しのカフェ（認知症カフェ）

日 時：5月19日（木）

13時半～15時半

6月2日（木） 16日（木）

13時半～15時半

会 場：ひろばサラ（若葉町1-10-1）



参加費：200円

共 催：チャンプルーの会、わかば地域包括支援センター、立川市社会福祉協議会

問合せ：地域包括支援センター（4面）へ

### ◆にんカフェ（認知症カフェ）

日 時：5月11日（水） 13時半～15時

6月9日（木） 13時半～15時

会 場：立川新緑クリニック3階（若葉町3-54-5）



共 催：わかば地域包括支援センター、立川市社会福祉協議会  
問合せ：地域包括支援センター（4面）へ

### ◆高次脳機能障害者・家族・支援者の会 定例会 （スマイル立川）

事故や病気で脳に損傷を負い「高次脳機能障害」が残った。そんな当事者や家族、支援者の会です。毎月1回開催し、情報交換や交流をしています。

日 時：7月19日（火） 13時半～15時

会 場：立川市総合福祉センター 2F

（富士見町2-36-47）

問合せ：志村さんへ 電話537-9968

Eメール：takako1@plum.plala.or.jp

### ～新しく始めました！～

### ◆えんがわの会（お食事サロン）

今年1月から始まった、ご高齢の方を中心としたお食事会です。

おしゃべりしながら楽しく、おいしいランチをみんなで食べませんか？誰でも大歓迎です。



日 時：5月17日（火） 11時～13時

会 場：若葉町団地 東集会室

（若葉町4-25-1 43号棟 1階）

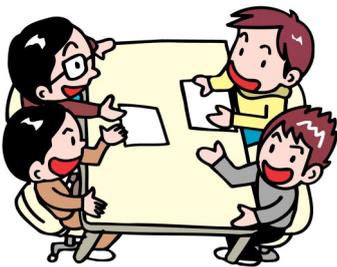
参加費：500円（ランチ代）※要申込み

申込み：地域福祉コーディネーター（4面）へ

# 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！

Aさんは、子育てをしながら、介護施設で働いています。職場や地域の人に助けをもらいながら、忙しい毎日を送っています。

今年、自治会の役員が回ってきたAさん。ある時の役員会のことでした。隣の班の班長さんより、Aさんの斜め向かいに住む一人暮らしのYさんについてこんな話が聞かれました。「Yさんたら、自治会費を5日までに



もってきて、と言ってももってきてくれないのよ。集金終わらなくて困っちゃう」。すると別の役員さんからも「そうそう。最近忘れっ

ぽくなっちゃって、老人会のゲートボールの予定表渡してるのに、練習にちっとも出てこないし」「ゴミも、出し間違えてるみたい」など、いろんな苦情が出てきて会長さんも困り顔になってしまいました。

Aさんは会長さんに、自分の勤める施設に『ほーかつ』があるので、そこに相談して、

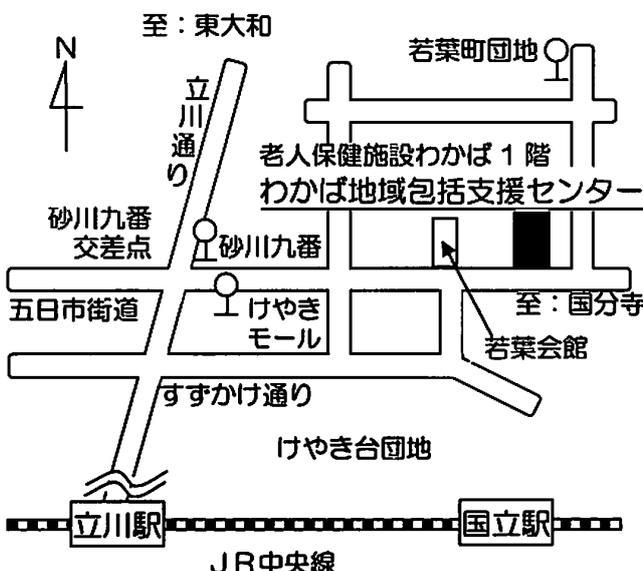
皆さんに認知症について理解する機会を持ってもらうことを提案してみました。

次の役員会で、ほーかつの人が『認知症サポーター養成講座』を開いてくれ、認知症は誰でもなる可能性があるもの、周囲の適切な関わりがあれば住み慣れた地域で住み続けられることなどを、わかりやすくお話ししてくれました。

すると、役員の中からも「自分もいつなるかわからないんだな」「実は、自分の親も認知症で。。。」という話が聞かれ、自治会全体が和んだ空気になりました。

Yさんについても「私のほうから集金に声掛けに行くわ」「ゲートボールの練習日の朝に誘っていこう」など対応の仕方についての声が聞かれました。Aさんは、周囲の人の理解と協力があれば、認知症になっても住み慣れた地域で住み続けられることをみんながわかってくれて安心しました。

ほーかつでは、自治会、老人会、お友達同士の小さな集まりなど、どんなところでも出張で認知症サポーター養成講座を開催いたします。ぜひお気軽にご相談ください。



## 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します。

FAX 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

FAX 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。