

砂川町  
柏町  
幸町  
泉町

# まちねっと

発行  
・立川市社会福祉協議会  
地域福祉コーディネーター  
・北部中さいわい  
地域包括支援センター

## 見学・体験してみませんか？ 「健康体操の会」参加者募集

身体の仕組みを学びながら無理なく自分のペースで筋力をつけていきます。見学・体験受付中です。ぜひご参加ください！

日 時：毎月第2・4土曜日(予定)

10時～11時半

会 場：幸福社会館 和室  
(幸町5-57-14)

対象者：概ね60歳以上

参加費：毎月1,000円

持ち物：飲み物・バスタオル

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)



## 一緒に参加しませんか？ 「ひろば食堂ふらっと」& 無料塾「ふらっと教室」

子ども、子育て中の親ごさん、高齢の方など様々な人々が砂川で収穫される旬の野菜を活用した食事を共にする場所です。食後は子どもたちに無料塾を開講。農業体験や学習など子どもたちの要望を聞きながら活動をしています。

### \*活動日&メニュー

日 時：7月7日(日)カレーライス

8月4日(日)流しそうめん

(※メニュー変更の可能性あり)

いずれも12時～14時

参加費：子ども無料(18歳以下)、大人300円

定 員：20名(限定20食)

※参加登録書に記載していただきます

### \*ボランティア募集

日 時：月1回 日曜日(変更あり)

内 容：食堂の調理、子どもの農業体験や学習のお手伝い

\*ボランティア登録書に記載していただきます

### \*モノ募集

「ひろば食堂ふらっと」の調理で使用する電子オーブンを寄贈していただける方を募集しています。不用品がありましたらぜひご連絡ください。

場所：砂川平和ひろば

(砂川町1-38-1)

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)

## 幸児童館 「夕涼み会」参加者募集

夕方から始まるお祭りで、子ども同士や大人と子どもの交流をします。(模擬店はなくなり次第終了となります)楽しいゲームやお店を準備してまっています！ぜひ浴衣や甚平を着て参加してくださいね☆”

日 時：7月27日(土) 16時半～18時

申込み：当日受付 対象者：なし

参加費：チケット100円 定 員：なし

問合せ：幸児童館(NPO法人ワークスコープ)

幸町2-19-1

### 目次

P2 「認知症サポーターステップアップ講座」を開催します

P3 こんにちは「さいわい包括」です  
「高齢者ドライバーの特徴と対応について」

P4 「自分らしい最期を迎えるための終活」等

## 認知症サポーターステップアップ講座を開催します

認知症サポーターは、何か特別なことをする人ではありません。でもせっかくオレンジリングを持っているので『地域で何かお手伝いしたい!!』、けれども『認知症の方と実際に接したことがない…』、また『自分にできるボランティアを探している』という方に向けたステップアップ講座です。ご希望の方には、後日グループホームや認知症対応のデイサービス等でボランティア体験への仲介をいたします。

認知症の予防、自分の勉強のためでも構いません。多くの皆さまのご参加をお待ちしています！

日時：8月27日(火)9時～15時半

対象：過去に、認知症サポーター養成講座を受講したことがある方で市内在住・在学・在勤の方

場所：立川市役所 208・209会議室 費用：無料

持ち物：昼食、飲み物、筆記用具

※昼食は市役所内ですべて頂きます。

・会議室やフリースペースをご使用ください。

・市役所1階に、コンビニエンスストアがあります。

・市役所内喫茶コーナー「Caféはあもにい♪」や3階にレストランがありますのでご利用ください。

定員：30名(7/10(火)よりお申込み順)

申し込み・お問合せ：立川市高齢福祉課介護予防推進係 042-523-2111(内線1471)



## 立川市協働まちづくり推進事業市民のための市民によるマップ作りプロジェクト 地域の情報をお持ちの方集まれ！in砂川学習館

立川まちの案内人とマップ作りをしませんか？立川にずっと住んでいる方も、新しく引っ越してこられた方も、新たな発見がある市民目線のマップを一緒に作りませんか？今年度は立川市の北西部(西砂・一番・上砂・砂川)のモノ・ヒト・トコロの情報を集める会を開催します！

日時：7月10日(水)10時半～12時 会場：砂川学習館 第二教室(砂川町1-52-7)

対象：市内の方、立川好きの方ならどなたでも 定員：25名 持ち物：筆記用具

問合せ・申し込み：westwave00@gmail.com 又は地域福祉コーディネーター(4面)

(上記まで、氏名・お住まいの地域・電話番号をご連絡ください)

## NPO法人楽の会リーラ 立川不登校ひきこもり地域家族会

家族会は、参加者同士が自由に想いを分かち合う共感をベースにした懇談と学びの時間を軸にしています。話すこと、お話を聞いてもらうことから始めてみませんか。事前の参加申込みは、不要です。

日時：7月27日(土)、8月24日(土)

9月28日(土) いずれも13時半～16時

※原則月1回第4土曜日

場所：立川福祉作業所 食堂(柴崎町3-13-1)

内容：ひきこもり等の話題提供・家族による茶話会

対象者：当事者、経験者、ご家族、支援者

参加費：500円(当事者、経験者は無料)

共催：立川市社会福祉協議会

問合せ：「立川不登校・ひきこもり地域家族会」

NPO法人楽の会リーラ大橋さん

電話：080-6539-1304

メール jamboohashi0507@yahoo.co.jp

## 幸町「認知症声かけ模擬 訓練」が開催されました

5月18日(土)さいわい町地域懇談会の主催で模擬訓練が開催され、総勢38名の参加がありました。

立川市認知症地域支援推進員から認知症の方へ声をかける必要性とその際の接し方について話を聞き、その後、実際に声を掛ける模擬訓練を行いました。

認知症の方の徘徊行動を想定した声かけ模擬訓練ということで、3場面(①道端に座り込んで、②施設から利用者が帰宅を試みている、③外出とは程遠い姿でバス停にいる)を設定して行われました。

地域住民と様々な関係者が連携を深め、認知症になっても安心して生活できる地域づくりを実現していく取り組みとなりました。

# こんにちは「さいわい包括」です

## 高齢者ドライバーの特徴と対応について

昨今高齢者ドライバーが関係する心を痛める交通事故のニュースが後を絶ちません。警察庁の資料によると、交通事故発生件数自体は年々減少しています。しかし死亡事故発生件数に至ると、85歳以上が一番多く、次いで10代、80歳以上、75歳以上と続き、ドライバーが高齢になるに従い、死亡事故が増加する傾向があります。 ※「警察庁交通局平成29年における交通死亡事故の特徴等について」より  
なぜ高齢ドライバーの死亡事故が多いのでしょうか。それは**高齢者特有の特徴**があると考えられます。

- ① **視力、聴力など感覚機能の低下**：信号機の色や存在を見逃して信号無視、道路標識が見えないため一方通行を逆走、危険を知らせるクラクションが聞こえないなど。
- ② **筋力、柔軟性、俊敏性など運動機能の低下**：状況に応じたハンドル・ペダル操作や咄嗟な状況に対応できない、ブレーキを踏む力が弱く追突事故など。
- ③ **認知機能の低下、認知症**：運転速度が遅くなる、駐車が下手になる、行き先を間違える、事故を起こしても覚えていない、ハンドルやペダル操作を間違えるなど。
- ④ **過信**：今まで何十年と運転をして、大きな事故に遭ったことはない、自分の運転テクニックであれば十分危険を回避できると考えているなど。過信は高齢になるにつれてその傾向はさらに強くなり、交通規則よりも自分の経験則を重視する人が多いそうです。

ではどうすれば良いのでしょうか。ここでは**いくつかの方法をご提案**させていただきます。



### ①「TOKYO ドライブ・トレーニング キャンペーン」

運転をやめさせるのではなく、現在のご自分の適性を認識していただくことを目的としたトレーニングです。詳細は警視庁のホームページでご確認ください。

([https://www.keishicho.metro.tokyo.jp/kotsu/jikoboshi/koreisha/dora\\_tore.html](https://www.keishicho.metro.tokyo.jp/kotsu/jikoboshi/koreisha/dora_tore.html))

### ②「運転時認知障害早期発見チェックリスト30」の活用

認知症予備群である軽度認知障害の人が運転時に表われやすい事象をまとめたものです。5項目以上チェックが入る人は、認知機能の病的障害を念頭に専門機関で診てもらおうなどの目安として活用してみてください。

### ③サポカー、サポカーSが付いた車両への乗り換え

サポカー、サポカーSとは、自動ブレーキ、低速自動ブレーキ、ペダル踏み間違い時加速抑制装置、車線逸脱警報、先進ライトが付いた安全をサポートしてくれる車両で、各自動車メーカーより販売されています。

### ④既に運転免許証を返納した「卒業生」から話を聞く

同じような境遇で、同世代の方の免許証を返納した成功体験を聞くことは、子供や周囲から説得されるよりも聞き入れやすいでしょう。その際、年間にかかる維持費（車検代や任意保険、駐車場代、燃料代等の支払い）などの話が聞けると、なおさら身近に感じられるでしょう。

如何でしょうか、どうぞご検討ください。

## 「自分らしい最期を迎えるための終活」

高齢者とその子どもを含む家族等を対象として、高齢者本人が幸せな人生だったと思えるような最期をどのように迎えたらよいか考え、適切な看取りについて理解いただくための講演会を実施します。

参加された方には、エンディングノートをお渡しします。参加費用は無料です。資料準備の都合上、事前にご連絡ください。

### ～医療編～

**日時**：7月4日(木)  
14時～16時  
**場所**：こぶし会館 第一集会所  
(幸町5-83-1)  
**講師**：立川在宅ケアクリニック  
医師 小島 一男氏  
**定員**：100名 (お申込み順)

### ～相続 (争族対策) 編～

**日時**：10月10日(木)  
14時～16時  
**場所**：幸学習館 講堂  
(立川市幸町2-1-3)  
**講師**：(株)セレモア  
相続診断士 依田 光弘氏  
**定員**：120名 (お申込み順)



**申し込み・お問合せ**：さいわい地域包括支援センター (下記)



### 発行・連絡先

#### ◎立川市社会福祉協議会

地域福祉コーディネーター(田口)

電話 042-534-9616

FAX 042-534-9617

E-mail [dai5chiku@sweet.ocn.ne.jp](mailto:dai5chiku@sweet.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。

#### ◎立川市北部中さいわい

地域包括支援センター

立川市幸町4-14-1

(至誠キートスホーム内)

電話 042-538-2339

FAX 042-538-1302

E-mail [s-houkatu@shisei.or.jp](mailto:s-houkatu@shisei.or.jp)

※地域包括支援センター／地域の高齢者の総合相談口。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。砂川町・柏町・幸町・泉町の担当が「立川市北部中さいわい地域包括支援センター」です。