



2017年5月号

# たかつ社協トピックス

このトピックスは朗読ボランティアグループ「ひいらぎ」さんの協力のもと、朗読テープもご用意してあります。

## 「気づいてよかった」 ～依存のしくみを考えよう～

過度の飲酒、薬物の乱用、ギャンブル、買い物・インターネット・スマホへののめり込み、やめられなくて困っていることはありませんか？

第一部では、アルコール・薬物依存症体験者の方の体験談。第二部では、後藤恵先生に、依存症の正しい理解、現代の傾向等をお話しいただき、悩んでいる方への応援メッセージをいただきます。また、セミナーの1時間前（12:30～13:30）より、同会場にて「相談コーナー」を実施します。事前申込み不要。参加費無料。

【日時】7月15日（土）13:30～16:15

【場所】高津市民館 12 階 大会議室

【内容】体験談 アルコール、薬物依存症体験者  
講演 成増厚生病院 診療部長  
精神科医 後藤 恵 先生

【問合】高津区社会福祉協議会 地域課  
電話 044-812-5500

## かわさき暮らしサポーター養成研修 ～地域で「調理・掃除・洗濯・ゴミ出し等」の 家事支援をしてみませんか？～

ご近所でお手伝いが必要な高齢者の方に、家事支援をするために必要な知識を得る研修です。本研修を終了して同行訪問をすることにより、かわさき暮らしサポーターとして活動ができるようになります。参加費無料。

※「川崎市介護予防・日常生活支援総合事業」の訪問型サービスの担い手を養成する研修です。

【日時】6月28日（水）9:30～16:45

【場所】高津市民館 第4会議室

【申込・問合】

川崎市社会福祉協議会たかつ訪問介護支援事業所  
電話 044-814-1138

## みんなの元気を願い... テントラちゃんに行く！ vol.2

4月23日、「うたのわコンサート」に出演しました（フラワーコーラス主催：桜井純恵氏指導）。テントラ体操の動画撮影もしてきました（協力：ヘルスパートナー高津）。撮影したものは、地域の方の活動にお役立ていただく予定です。詳しくはまた後日お知らせしますね。



## 家庭での介護教室

日本赤十字社指導員による正規の講習会で、ご家庭や地域での活動など、さまざまな場面で役立つ技術と情報が盛り沢山です。

【日時】6月1日（木）、6日（火）、7日（水）  
10:00～16:00

【場所】たかつパル研修室

【対象】下作延・久本・坂戸・上作延・梶ヶ谷・向ヶ丘在住の方 20 名（定員を超えた場合は抽選）

【参加費】900 円（テキスト代、6/1 に徴収）

【申込方法】電話・FAX・ハガキ。FAX・ハガキの場合は①「家庭での介護教室申込み」、②氏名（ふりがな）、③住所、④電話番号を明記。

【申込・問合】高津区社会福祉協議会 地域課  
電話 044-812-5500 FAX 044-812-3549

## 平成29年度 いこい元気広場

川崎市内のいこいの家の大広間で、専門の指導員による体操とミニ講座を行っています。楽しい健康づくりをしませんか。予約不要。参加費無料。

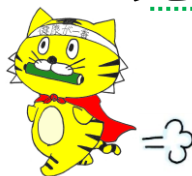
【日時】毎週 1 回（1 回あたり約 90 分）

| いこいの家 | 曜日 | 時間         |
|-------|----|------------|
| 子母口   | 水  | 13 時半～15 時 |
| 末長    | 金  | 13 時半～15 時 |
| 梶ヶ谷   | 金  | 10 時～11 時半 |
| 高津    | 火  | 13 時半～15 時 |
| 上作延   | 金  | 10 時～11 時半 |
| 東高津   | 火  | 10 時～11 時半 |
| くじ    | 月  | 10 時～11 時半 |

【対象者】市内在住の 65 歳以上の方で、医師から運動を禁止されていない、かつ、要介護 1～5 の認定を受けていない方。【定員】約 20 名

【持ち物】タオル、飲み物（動きやすい服装）

【問合】川崎市介護予防・日常生活支援総合事業  
ナビダイヤル 電話 0570-040-114



高津区社協の健康運動のマスコットキャラクター・テントラちゃんの動向をお知らせするコーナーです



# たかつボランティア情報

発行：高津区ボランティアセンター  
電話 044-812-5500

「たかつボランティア情報」に、ボランティア募集の記事を載せませんか？掲載希望の方は、高津区ボランティアセンターまでお気軽にご連絡ください。

ご興味のある  
活動先へ  
お気軽に  
連絡ください



ボランティア  
募集情報

## ① 作業の見守り

障がい

地域活動支援センターつばさは、障がいをお持ちの方が社会参加への機会を得るために通所し、作業等を行っています。

【内 容】利用者が行う、徒歩でのメール便配達の同行や、軽作業の見守り。

【日 時】平日 9 時 30 分～16 時の間で、2 時間程度から

【場 所】地域活動支援センターつばさ  
(高津区久末 1694)

【交通費】自己負担

【その他】体力に自信のある方

【連絡先】担当：山戸（やまと）

電話 044-755-6522

## ② 病院内の案内

その他

帝京大学医学部附属溝口病院では、5 月 8 日に新病院を開院します。それに伴い、ボランティアさんを募集します。

【内 容】院内・受付・会計の手続きの案内等。  
他にも様々な活動があります。

【日 時】応相談

【場 所】帝京大学医学部附属溝口病院  
(高津区二子 5-1-1)

【交通費】自己負担

【連絡先】担当：医療相談室 海野（うんの）  
電話 044-844-3527

## 平成29年度緑のボランティア育成事業 かわさきの森づくり～実践編～

初心者からベテランまで、いつでも、どこでも、参加できます。地域の緑地を知り、実際に緑地の整備に貢献しませんか。時間はすべて 9：30～12：00 です。

| 日にち           | 会場           | 内容                        |
|---------------|--------------|---------------------------|
| 5 月 27 日 (土)  | 多摩 菅馬場特別緑地   | 下草刈り                      |
| 6 月 2 日 (金)   | 麻生 栗木山王山特別緑地 | 春の真竹林整備                   |
| 7 月 2 日 (日)   | 多摩 菅小谷緑の保全地域 | 真竹林整備、丸太階段づくり             |
| 7 月 22 日 (土)  | 多摩 南野川特別緑地   | 里山整備、生き物探し ※作業のできる小中学生同伴可 |
| 8 月 6 日 (日)   | 麻生 葉積緑地      | シノダケ刈り、クラフト               |
| 9 月 24 日 (日)  | 中原 井田長瀬緑地    | アオキ・シュロの除伐                |
| 10 月 15 日 (日) | 麻生 高石特別緑地    | クズ蔓の除去                    |
| 11 月 19 日 (日) | 麻生 黒川丸山特別緑地  | シノダケ刈り                    |
| 12 月 3 日 (日)  | 多摩 菅北浦緑地     | 緑道整備、下草刈り                 |
| 1 月 27 日 (土)  | 麻生 岡上梨子ノ木緑地  | コナラの伐採                    |

【参加費】無料 【対象】15 歳以上の関心のある市民、各回 40 名程度

【申込方法】ハガキに、郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレス・希望の日程を明記し、「かわさきの森づくり」係宛てに送付。実施日の前月 1 日から、実施 3 日前まで先着順で受付。

【申込・問合せ】(公財) 川崎市公園緑地協会

〒211-0052 中原区等々力 3 番 12 号 電話 044-711-6631 FAX 044-722-8410

### 社会福祉法人川崎市高津区社会福祉協議会(地域課)

〒213-0001 高津区溝口 1-6-10 てくのかわさき 3 階福祉パル たかつ内  
電話 044-812-5500 FAX 044-812-3549

### 高津区あんしんセンター

〒213-0001 高津区溝口 1-6-10 てくのかわさき 3 階福祉パル たかつ内  
電話 044-812-5833 FAX 044-812-3549

### 川崎市高津老人福祉・地域交流センター

〒213-0013 高津区末長 3-24-4  
電話 044-853-1722 FAX 044-853-1729

(E-mail) info@takatsukushakyo.com

(ホームページ) http://www.kawasaki-shakyo.jp/takatsu/