



ふらっとたより

第1号 2016年5月1日 発行

平成28年度 市民提案型協働事業スタートします。

28年度市民提案型協働事業では 多くの地域の方と出会い、一緒に集い笑い学び合い、そしてみんなが出来ることを担って、みんなで作っていくことを目指して『ふらっとサロン』を開きます。

「きょういく」「きょうよう」 この頃よく聞く言葉です。

今日、行くところがある。今日、用が有る。ことは元気の源です。

サロンに来て、サロンで自分の為に、誰かの為に何かをしましょう。話すこと、笑うこと、学ぶこと、感動すること、刺激を受けること……色々あります。是非みんなで楽しく過ごしましょう。



事業の担当が変わりました!!

安心して暮らせるまちづくりを目指して、地域みまもり支援センターができました。

4月から、高津区役所保健福祉センターに地域みまもり支援センターができました。地域みまもり支援センターは『つながり、支えあいを通し、安心して暮らし続けられる高津区』を目指します。

つながり、支えあいの自主的な地域づくり活動を応援し、支援が必要な人を地域でみまもり支えあうために、それぞれのまちの担当保健師が地域に出向きます。

平成28年度も、NPO法人コスモスと協働して高齢者の地域拠点作りをテーマに取り組みます。赤ちゃんから高齢者まで、地域のみなさんが安心して暮らせるまちづくりを一緒にすすめていきましょう。

高津区役所保健福祉センター
地域みまもり支援センター 地域支援担当

地域みまもり支援センターは高津区役所3階にあります



～28年度 ふらっとサロンのご案内～

『みんなで主体的・継続的に活動する拠点にしましょう』という思いから自分発の何か！自分たちでやりたいことをやる！自分たちで企画・運営をしていくサロンです。要望によりどんどん種類を増やしていきましょう。

楽々

第1火曜日 10時～12時

『こころ楽しく からだ優しく』
を目的に活動します

27年度サロンの
午前の部の企画でした



音読

第2火曜日 10時～12時

『声を張り、声を出して
鍛えましょう!!』
を目的に活動します。

絵本・新聞記事・詩・歌など好きな
ものを持ちより読みます。



シネマ

第4火曜日 10時～12時

DVDを鑑賞してみんなで語り
合います。

終活や社会問題等の映像を
中心にプロジェクターで壁面
に映し鑑賞します。

新企画!!

ゆるり終活

第1木曜日 13時～15時

『各々の終活を通して今後の生
活を豊かにする』を目的に活動
します。

葬儀・埋葬・相続・自分史・エン
ディングノート・自宅での最期・
介護保険と施設・尊厳死・成年
後見人制度・費用について学
びます。

学ぶ

第3木曜日 13時～15時

『知りたい事・話したい事を
気軽に出し合って…』を目
的に活動します。
学び合い語り考える車座で
す。

27年度サロンの
午後の部の企画でした



みかんサロン

第4木曜日 13時30分
～15時30分

『認知症の方、認知症の疑
いがある方やご家族が気
軽に話せ楽しめること』
地域で知り合うことから
始めましょう。

福祉・介護の専門職がおり
ますので、お気軽にご相談
下さい。

その他の申込み

カフェ ココデ

電話：877-0131

携帯：080-5507-6596

受付時間 10:00～16:00

みかんサロン申込み

溝口地域包括支援センター

電話：820-1133

Fax：822-0500

受付時間 9:00～17:00

費用は全て無料です。店内は飲食物の持込不可です。

ふらっとサロンは
火曜日と木曜日が活動日です！

～28年5月から7月までの『ふらっとサロン』予定表～

日にち		開始時間	サロン名	テーマ	担当 講師
5/10	火	10時	音読	絵本 新聞 詩 歌等を読みます	—
5/19	木	13時	学ぶ	私の人生の中の写真 あなたの写真をお持ちください)	千田幹夫
5/24	火	10時	シネマ	「社会ののけ者たち」 予定)	梅田幸一
5/26	木	13時30分	みかん	気軽に話せ、楽しめる認知症カフェ	溝口地域包括 支援センター共催
6/2	木	13時	ゆるり終活	作った人から学ぶ自分史	—
6/7	火	10時	楽々	ラテン音楽と楽器を鳴らそう	チエ アル ディオ
6/14	火	10時	音読	絵本 新聞 詩 歌等を読みます	—
6/16	木	13時	学ぶ	異国の地での体験談	吉田徳一
6/23	木	13時30分	みかん	気軽に話せ、楽しめる認知症カフェ	溝口地域包括 支援センター共催
6/28	火	10時	シネマ	未定	梅田幸一
7/5	火	10時	楽々	癒しのオイルマッサージ	齊藤由美子
7/7	木	13時	ゆるり終活	あなたは 持ち物をどうしますか？	未定
7/12	火	10時	音読	絵本 新聞 詩 歌等を読みます	—
7/21	木	13時	学ぶ	私の暇のつぶし方	小柳賢治
7/26	火	10時	シネマ	未定	梅田幸一
7/28	木	13時30分	みかん	気軽に話せ、楽しめる認知症カフェ	溝口地域包括 支援センター共催

都合により日程・内容が変更になる場合があります

こんな事があるなんて…。
私の人生の中のビックリしたこと

えゝ〜〜ツ?!

『しもばしら』

寒い日の朝に地面にできる『しもばしら
(霜柱)』だけではありません。植物にも
『しもばしら』があります。

70才近くになりました私、今まで全く知
りませんでした。

高尾山の懐深く、知る人ぞ知るその場所
が底冷えのする真冬の時期に見られる
雪寄草の冬姿。

インターネットの写真より幻想的な姿をと
らえた写真が「ココデ」にあります。ご覧
になりませんか……。

『霜柱』

別名 雪寄草／ゆきよせそう

「霜柱」という名前は、冬枯れた茎に氷の
結晶ができることに由来します。

これは茎の維管束の中の水が凍って茎
の外へと伸び出すからです。

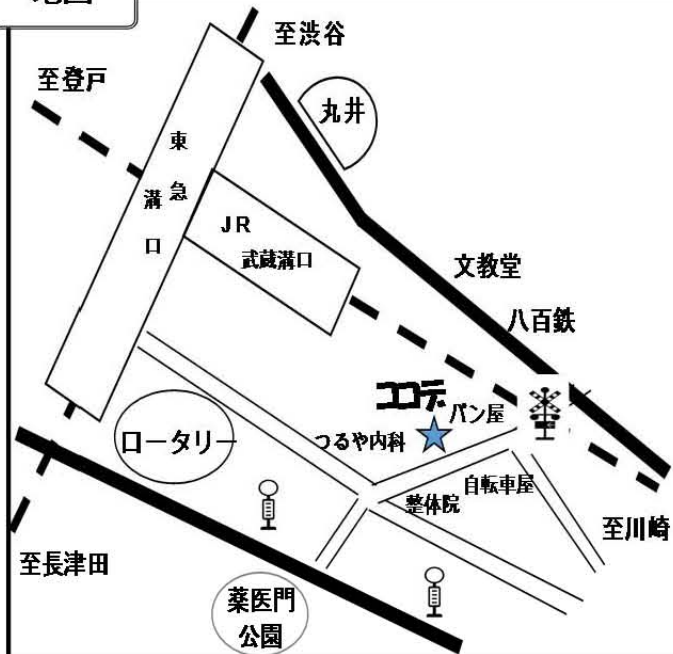


～「布染教室」のご案内～

夏に向かって
薄布の絞り染めをしてみませんか？

開催日	6月1日水曜日
	13時～
参加費	500円(材料費)
持ち物	エプロン
会場	ココデ
定員	5名
申込・問合先	ココデ

地図



NPO法人コスモスは…

安心とやさしさとあたたかさのある地域社会を実現する為に、お互いが顔見知りになり、もてる力を出し合い、ともに支え合う地域のネットワークを高津・東高津中学校圏内で作りたいと思っています。

現在

- 障がい者女性8名の方の地域生活支援(グループホーム)を溝口で運営しています。
- 交流の場として食堂・コミュニティカフェココデを運営しています。

事業についての問合せ

<カフェココデ>

高津区久本1-6-2
TEL 044-877-0131
携帯 080-5507-6596
申込受付は月～金 10時～17時

<高津区役所保健福祉センター>

地域支援担当地区支援担当>

高津区下作延2-8-1
TEL 044-861-3316 FAX 044-861-3307