

ぬくもりこすがや

【活動内容】
 開催日時 毎月第2土曜日 13:30～
 開催場所 大船ルーテル保育園
 対象者 地域住民
 参加費 大人100円、子ども50円
 対象地域 小菅ヶ谷町内会・五月会町内会
 設立年 平成18年

交流
サロン



平成14年に「世代交流サロンひだまり」が設立され、地域の方々に参加を呼びかけましたが、遠いとの意見があり、お互いに支え合える場「ぬくもりこすがや」を設立。平成23年、近隣地区に参加を呼びかけ、五月会の参加を得て現在に至っています。ボランティアは小菅ヶ谷9名、五月会2名。気軽にお茶を飲みながら一時を過ごして頂くと共に、母の日のフラワーアレンジメントなど、季節に応じた催し物を取り入れています。7月の夏祭りは、子どもも大人も射的や魚釣り、ヨーヨー釣りや真刺そのもの。一番の好評は歌声喫茶(写真)、手話やクイズも取り入れた約90分があつという間に過ぎていきます。

参加者が興味を抱くよう、趣向を凝らした内容を心がけています。催しの周知はポスターの掲示、シニアクラブへの回覧、参加者には次回開催を記したチラシを渡しています。小菅ヶ谷集会所閉鎖により、ルーテル保育園を借用して開催していますが、ちょっと遠くなったのでこの足を踏む人への対応がこれからの課題です。

いちご会

【活動内容】
 開催日時 毎月15日、1月、8月は休み
 6月、11月は敬老昼食懇談会
 開催場所 小菅ヶ谷地域ケアプラザ
 対象者 ほぼ70歳以上の高齢者
 費用 1食150円
 対象地域 小菅ヶ谷連合町内会自治会
 設立年 昭和58年

配食



設立当時の地区社協会長のもと、地域の高齢者の見守りを兼ねた配食サービスとして産声を上げました。サービスは毎月15日に行っていたので「いちご会」と称するように。初期には、小菅ヶ谷スポーツ広場内の球技棟で調理を行っていましたが、その後ケアプラザの調理室を使うようになりました。

調理ボランティアによって作られたお弁当を、小菅ヶ谷連合、各町内会自治会の担当民生委員の協力でお昼に間に合うように配布、温かいお弁当の手渡しは喜ばれています。献立は、旬のもの、栄養のバランス、彩り、食べやすさ等を考え、アイデアを出し合っています。6月と11月には連合の町内会自治会を半分に分け、各地域の高齢者の方々をお招きして昼食懇談会を開催しています。

小菅ヶ谷つながるプラン ニュース

第6号

発行日：平成31年3月31日 発行元：第3期小菅ヶ谷つながるプラン推進会議
 発行責任者：田中 健次 事務局：小菅ヶ谷地域ケアプラザ

小菅ヶ谷つながるプラン研修会

子育て講座

「すべてのこどもが自分らしく生きていく社会を目指して」

2月16日(土)、栄区役所こども家庭支援課課長の佐藤一氏をお招きして研修会を行いました。冬晴れの寒い中、30名の方がお集りくださいました。

連日、幼い命が失われたという辛い出来事が新聞紙面にあふれています。少子高齢化が進み、人との関わりが少なくなっている現代社会において、私たち大人はどんなことができるのでしょうか？

佐藤氏のお話によると、栄区でも年々出生数が減少し、1世帯当たりの人員数も減っているそうです。そのような社会的状況の中で深刻な問題となっている、こどもの虐待と貧困について学びました。どちらも複雑な要因が絡みついており、解決策はすぐには見つからないかもしれませんが、でも、地域の力は大きいと信じています。小菅ヶ谷つながるプランのテーマの1つに「地域で子育てを応援しよう」とあります。問題を抱えた世帯を孤立させず、誰もが気軽に集える場をつくり、大人もこどもも自分らしく生きていける『ふるさと小菅ヶ谷』の実現を目指しましょう！

地域の皆様をお願いしたいこと

- ・子育て世代への理解を深め、温かく見守ってください。
- ・自然にあいさつを交わし、顔見知りの関係を広げましょう。
- ・気になることを見つけたら、関係機関に知らせてください。

栄区こども家庭支援課 電話 894-8049
 南部児童相談所 電話 831-4735



いたちカフェ

【活動内容】
 開催日時 毎月第3日曜日 13:00～
 開催場所 小菅ヶ谷地域ケアプラザ
 対象者 どなたでも
 費用 100円(コーヒー等、お菓子付き)
 対象地域 栄区内
 設立年 平成27年

認知症
カフェ



平成26年度、生活介護支援サポーター養成事業研修会に参加した受講生有志により、「住民同士の交流や認知症への理解を深めること」を目標に「いたちカフェ」を立ち上げました。認知症の方とその家族、地域の方々どなたでも自由に参加できる交流の場として、毎月第3日曜日の午後オープンしています。

カフェでは、淹れたてのコーヒーを飲みながらレコードを聴いたり、おしゃべりを楽しんだりしています。コンサートやゲームなどのお楽しみ企画も好評です。

また、介護事業所のケアマネジャー、介護士さんたちによる、健康に関するミニトークや介護相談もあります。

皆様にとって認知症予防や地域の居場所となるよう、ボランティア一同心を込めて活動しています。気軽にお越しください。お待ちしております。活動の様子はフェイスブックをご覧ください。

フェイスブック [いたちカフェ](#) で検索

小菅ヶ谷つながるプランとは

私たちの住んでいる栄区は、誰もが身近な地域で安心して暮らせるまちをつくるため、地域福祉保健計画(さかえ・つながるプラン)を推進しています。小菅ヶ谷地区でも少子高齢化社会を迎えた現在、地域の中での福祉や健康のニーズが高まっており、これまで以上に一人一人の生活に合った対応が求められています。そこで、これらのさまざまな課題に主体的に取り組んでいくため「第3期小菅ヶ谷つながるプラン」をつくり、現在活動を進めています。

このプランを推進していくのは小菅ヶ谷地区に住む一人一人です。身近な町内会や自治会と地域のみんなが協力し、安心して暮らせる「ふるさと小菅ヶ谷」をつくっていきましょう。

第3期活動のテーマ

- ・地域の中でつながろう
- ・地域で子育てを応援しよう
- ・健やかな心と体を育てよう
- ・災害時に備えた平常時からの要援護者支援に取り組もう

編集後記

第6号は平成最後の発行ですが、第3期「小菅ヶ谷つながるプラン」の中間地点です。本号は「防災研修、防災訓練ゲームJ-DAG」「ボランティア団体との交流会」「子育て研修」の概要を掲載しました。

小菅ヶ谷つながるプランは推進会議の企画委員会を中心となって進めていますが、主役は小菅ヶ谷地区に住む一人ひとりの皆様です。町内会自治会の枠を超えて「誰もが安心して暮らせるまちづくり」を目指して積極的な参加をお願い致します。



防災減災講座

大地震発災直後の実践的訓練ゲーム「J-DAG」を体験！

昨年11月11日、小菅ヶ谷地域ケアプラザにて、小菅ヶ谷つながるプラン推進会議と小菅ヶ谷地区社会福祉協議会共催で「防災減災講座」を開催しました。講師には「防災塾・だるま」の片山晋氏を招き、「災害発生直後の対応が自分や家族の命と財産を守る！」というテーマで講演を頂いた後、参加者全員で訓練ゲーム「J-DAG」を体験しました。発災直後から分刻みで被災状況を確認し、要援護者支援を念頭に置きながら、被害が最小限になるよう考え、実行する訓練ゲームです。各町内会・自治会から約40名が参加し、会場は熱気に包まれました。

各町内会・自治会に「防災塾・だるま」のオリジナルテキスト「考える防災」をお渡ししてありますので、ご参照下さい。



小菅ヶ谷地区 ボランティア 団体の紹介

地域のつながりをさらに深めるため、小菅ヶ谷地区「ボランティア団体との交流会」を開催しました！

小菅ヶ谷つながるプランでは、町内会自治会訪問に続き、小菅ヶ谷地区で活動している10のボランティア団体を訪問しました。

また、昨年12月16日（日）には各ボランティア団体の活動を小菅ヶ谷地区の皆様にご紹介いただくため「ボランティア団体との交流会」を開催しました。

当日発表された各団体の活動内容の概要を掲載しましたので、是非ご覧ください。これを契機に町内会・自治会や地域の皆様とボランティア団体とのつながりを一層深めていければと思います。ボランティア団体・活動への参加希望やお問合せは下記へ。

つながるプラン事務局・小菅ヶ谷地域ケアプラザ
電話 045-896-0471

特定非営利活動法人 積み木

【活動内容】	
開催日時	配食活動 火・水・木・金 交流活動 月・火・水・木・金
開催場所	友遊ひろば 積み木 (本郷台2-7-6)
対象者	配食：高齢者・障がい者 サロン：どなたでも
費用	配食：1食500円 カフェ：300円
対象地域	配食 小菅ヶ谷地区・豊田地区・笠間地区
設立年	平成6年



配食
サロン
ちよこつとサポート

平成6年10月、誰もが安心していきいきと自分らしく暮らし続けられる地域づくりを旨として、週1回の配食活動を始め、その後、週4回の活動になりました。平成16年、独自拠点を借り、多世代交流の場「友遊ひろば積み木」を、また、平成23年、高齢者の生活支援「ちよこつとサポート」を始めました。活動内容は、次の3つです。
①食事作りに不自由してる高齢者、障がい者の方々への「食の支援活動」としての配食サービス
②地域住民の交流を図る場として「友遊ひろば積み木」での会食や趣味の集い、月曜カフェなどの諸活動
③主に一人暮らしの高齢者対象に、生活上のちょっとした困りごとの解決をお手伝いする「ちよこつとサポート」活動
会員みんなが少しずつ力を出し合い、いろいろな局面で知恵を出し合い、24年間活動できています。

ルピナス

【活動内容】	
開催日時	毎月第1月曜日（1月・5月除く）
開催場所	小菅ヶ谷地域ケアプラザ
対象者	第1子が1歳未満の母親
参加費	100円
対象地域	小菅ヶ谷地区
設立年	平成23年

ママの
リラックス
タイム



区内で最も赤ちゃんが多い地区となった当時、身近な場所に若い母親たちの集いの場が必要と感じ、設立しました。更生保護女性会のミニ集会開催が発端となり、不定期開催を経て本格実施へ至りました。
・クラフトタイム（月ごとの手芸や工作）
・ティータイム（手作りのお菓子と抹茶・紅茶）
赤ちゃんは同室内でボランティアが保育し、その間、母親たちは会話しながら制作やティータイムを楽しみます。話しやすいよう、内容や配置を工夫しています。短い時間ですが、子どもと離れ、自分の時間を過ごすことで育児の息抜きをしてもらいます。かわいいうクラフトや手作りのお菓子も毎回好評です。

花みすきの会

【活動内容】	
開催日時	毎月第2・第4水曜日
開催場所	小山台町内会館・本郷中央自治会館・東武本郷台自治会館
対象者	65歳以上の方
昼食代	500～800円 ※会によって異なります
対象地域	小山台小学校区
設立年	平成11年

高齢者
サロン



家にこもりがちな高齢者の交流の場として、小山台町内会で昼食会をスタートしました。その交流の場が東武本郷台自治会、本郷中央自治会と小山台小学校区全体に広がり、現在に至っています。各町内会館・自治会館に集まり、一緒にお弁当を食べながらおしゃべりをしたり、認知症予防のゲームや体操をしています。いつまでも地域の中で健康に過ごせるよう、情報提供を心掛けています。ご自宅に近い会場ですので、お気軽にお越しください。お弁当を囲んでご近所の輪を広げましょう！

実管会

【活動内容】	
開催日時	原則毎月第3金曜日
開催場所	小菅ヶ谷地域ケアプラザ
対象者	障害者、高齢者で体がご自由にな方、一人暮らしの方
費用	年会費1,500円
対象地域	小菅ヶ谷地区
設立年	平成9年

障害者
高齢者
サロン



小菅ヶ谷地区社協が設立。地区内にお住いの中途障害者の方や高齢による障害のある方、一人暮らしの方などが心豊かに暮らせることを目的として、ボランティアが運営しています。

今年度は1月の「まゆ玉づくり」で新年をスタートし、「お好み焼きづくり」「フラワーアレンジメント」「ストレッチ体操」「日本の伝統芸能を楽しもう」「ディスカスポードを楽しもう」などを実施。12月の「クリスマス会」では、ハーブの素晴らしい演奏と歌を楽しみました。また、年2回は外に出て季節を感じようとバスハイクを行っています。6月には「横浜港クルージング」と「港の見える丘公園散策」、10月には「鎌倉大仏」と「江戸島セーリング会場」を見学しました。

参加された会員の皆様からは「今回も参加してよかった！」「元気が湧いてきた！」「また来月も参加しよう！」という声が寄せられています。活動をご覧になりたい方は、地区社協役員がボランティア、民生委員にお申し出ください。大歓迎です！皆様のご入会をお待ちしております。

たまり場こそがや

【活動内容】	
開催日時	毎月第3火曜日 10時～
開催場所	小菅ヶ谷地域ケアプラザ
対象者	高齢者
参加費	600円
対象地域	小菅ヶ谷第一町内会
設立年	平成9年

高齢者
サロン



年間計画に沿い、ボランティアの指導で手芸作品作り・ゲーム・体操・歌、講演や映画鑑賞などを行っています。誕生月の会員には心ばかりのプレゼントでお祝いをしています。

昼食は献立・買い出し・調理・配膳まで調理ボランティアが行い、できたての温かい旬のものを提供しています。季節に合ったデザートや果物やお菓子も喜ばれています。手洗いや消毒等の衛生には特に注意しています。

ボランティア登録者は30名と多く、活動の細かい点まで気がまわり、手が行き届いています。会員の高齢化が進み、来場が困難となる方が散見されます。多くの人が参加できる方法を考えていきたいと思っています。

世代交流サロン「ひだまり」

【活動内容】	
開催日時	毎月第4土曜日 10:00～
開催場所	小菅ヶ谷地域ケアプラザ・栄区生活支援センター
対象者	多世代
費用	昼食：普通盛250円、小盛150円、おやつ50円 イベントにより参加費50円
対象地域	小菅ヶ谷地区
設立年	平成14年

世代交流
サロン



小菅ヶ谷地区も年々高齢化率が高まりつつあったことや、小学校・中学校の土曜日休校をきっかけに、誰でも気軽に立ち寄れる三世代交流サロンとして設立されました。

小菅ヶ谷地域ケアプラザ、栄区生活支援センターの室内外で、季節に合わせたイベントや季節感あふれる昼食（デザート付き）を用意して、世代を越えて楽しめる場です。イベントや調理には、地域から集まったボランティアが関わり、小物作り等には地域内の施設のスタッフや利用者、そして小学校の生徒たちが担当する月もあります。地域住民が交流を深め、相互理解を進める機会ともなっています。

0歳の赤ちゃんから90歳代の高齢者まで、まさに世代交流サロンです。季節に合わせた手芸、歌の会、ミニオリンピック等、楽しい催しがいっぱいです。

親子カフェ にじいろ

【活動内容】	
開催日時	毎月第3月曜日 10:00～（8月除く）
開催場所	小菅ヶ谷地域ケアプラザ
対象者	未就学児と保護者
参加費	100円
対象地域	小菅ヶ谷地区
設立年	平成26年

子育て
サロン



気軽に立ち寄って、季節のイベントや親子遊びを楽しんだり、情報交換したりと自由に過ごせる「親子カフェにじいろ」は、地区内や周辺の親子の交流の場として設立されました。予約不要で時間内は出入り自由です。

9月はボランティア体験の女子学生3名、見学者2名も参加。親子は自由におもちゃや絵本で遊び、お楽しみイベント「親子ヨガ」では先生指導の下、親子一体となって身体をほぐし、子どもたちはキャッキョッと嬉しそうにしています。この日のランチはスタッフ手作りのカレー（大人200円、子供50円）。ここでカレーデビューする子もいるとか。カフェタイムのあとは自由にくつろぎ、最後は絵本の読み聞かせのプレゼント。中学生は子どもを膝に、子どもの瞳は絵本にくぎ付け。すっかり仲良しになった子どもと中学生、素敵な光景でした。

フェイスブック [親子カフェにじいろ](#) で検索