

栗木台地域包括支援センターだより

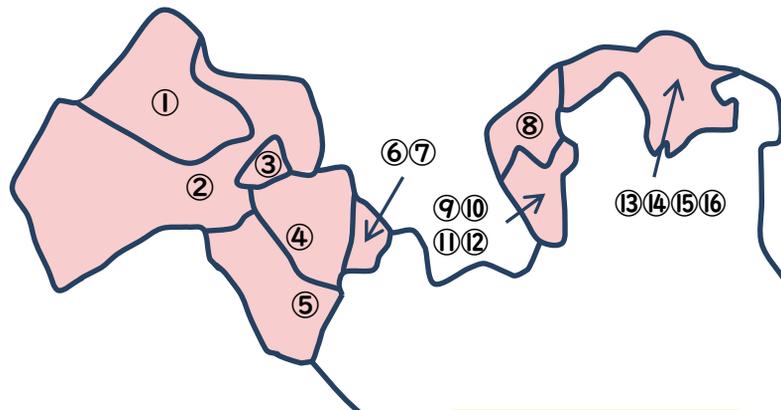
2025年1月1日第16号 発行 栗木台地域包括支援センター 発行責任者 社会福祉法人 一廣会 理事長 山口 和子
〒215-0031 麻生区栗平2-1-6 小田急マルシェ1F 電話 044-987-6505 FAX 044-380-7970



川崎市が責任主体となり委託された公的な機関です。

地域の集まりに 参加してみませんか？

栗木台包括の担当地域では、毎月たくさんの地域の集いが開催されています。2025年は、友だちや健康をつくり、地域の集まりに出かけてみませんか？



①はるひ野 スマホカフェ

毎月 第1月曜日
AM・PM 要事前申込
そんぼの家はるひ野

②くろかわ シニアサークル

毎月 第2木曜日
10:00～11:00
黒川公会堂

③南黒川 第一公園体操

毎週 水曜日
9:30～10:30
南黒川第一公園
※祝日・第5週は休み

④マロンカフェ

毎月 第3木曜日
13:30～15:00
栗木台自治会館

⑥栗木台メンズ会

毎月 第2・4木曜日
10:30～12:00
Café & SPACE
L.D.K.

⑦栗平東公園 健康ウォーク

毎週 金曜日
9:30～10:30
栗平東公園
※第5週は休み

⑧向原お茶飲み会

毎月 第4水曜日
13:30～15:30
向原会館

⑨金程ながら会

毎月 第2木曜日
11:30～13:30
金程富士見会館

⑩コミュカフェ ふじみ

毎月 第4土曜日
13:30～15:30
金程富士見会館

⑪リラの会

毎月 第3土曜日
13:00～15:00
麻生老人福祉センター

⑫カフェあじさい

毎月 第2木曜日
13:30～15:30
五味邸 要問い合わせ

⑬三井細山 いづみ会

毎月 第1月曜日
10:00～11:30
三井細山自治会館

毎月好評開催中！

⑮常念寺 おしゃべり広場

毎月 第1金曜日
10:00～11:30
常念寺



9月から始まった常念寺おしゃべり広場。「数年ぶりに友達と再会できた」「こういう会ができて嬉しい」参加された方からはそんな声も聞かれ、会場は毎回楽しい声で賑わっています。血压や体重・血管年齢などの測定会も開催中。「まだ行ったことがない」方、ぜひ一度遊びに来てくださいね。

⑭まるカフェ

毎月 第2土曜
13:30～15:00
三井細山自治会館

⑮細山美寿会

毎月 10日前後
13:30～15:30
細山会館

⑯わくわく スポーツクラブ

毎月 第1日曜日
9:00～
西生田小学校

秋のほうかつカフェ のご報告



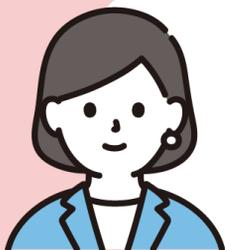
栗木台包括では、地域包括支援センターをもっと身近に感じてもらう機会として、年に2回、春と秋に『ほうかつカフェ』を開催しています。

秋のほうかつカフェは、11/30に栗平駅北口広場で開催された『小田急のくらしマーケットin くりひら』で行いました。当日は気持ちのいい秋晴れで、ステージやワークショップ・企業の出店など楽しい企画が盛り沢山の一日。栗平駅前には多くの人で賑わっていました。

栗木台包括では、明治安田生命さんにご協力いただき、「骨密度測定」「老化物(AGEs)測定」「体内時計測定(10秒ぴったり選手権)」を実施。測定をきっかけに、日々の生活習慣を改めて考える機会になったのではと思います。

当日は子どもから高齢者まで、幅広い年代の87名の方にお越しいただきました。たくさんのご来所、ありがとうございました。

新しい職員が入職しました！



岡本麻衣子です。
11月21日に社会福祉士職として着任しました。趣味は家庭菜園と美味しいものの食べ歩きです！センターにお立ち寄りの際はお気軽にお声掛けください。

入浴中の 事故に注意！



Q.なぜ、冬に高齢者の入浴事故が多くなるの？

A.入浴時の事故が多くなる原因の一つは、急な温度差による血圧の急激な変化です。暖かい部屋から冷え込んだ脱衣所・浴室に移動すると、血管が縮まり血圧が一気に上昇します。その後、浴槽に入ると血管が広がり、急上昇した血圧が下がります。この急激な血圧の変化で一時的に一過性の意識障害を起こすことがあります。浴槽内での意識障害が溺れて死亡する事故の原因の一つとして考えられています。

事故を防ぐために、以下のような対策が有効です

- ・入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく
- ・浴槽から急に立ち上がらない
- ・食後すぐの入浴や、飲酒后、医薬品服用後の入浴は避ける
- ・お風呂に入る前に、同居する家族にひと声かける
- ・家族も入浴中の高齢者に気を配っておく

ご相談は、お住まいの地域を担当する地域包括支援センターへ

王禅寺西1~4丁目、王禅寺東1・2丁目、上麻生1~4丁目	新百合地域包括支援センター(つくしの里)	☎969-3388
高石4~6丁目、東百合丘、百合丘	百合丘地域包括支援センター(るーむら麻生)	☎959-6522
王禅寺、王禅寺東3~6丁目、虹ヶ丘早野、下麻生、下麻生2~3丁目	地域包括支援センター虹の里	☎986-4088
王禅寺西5~8丁目、上麻生上麻生5~7丁目、白山、下麻生1丁目	柿生アルナ園地域包括支援センター	☎989-5403
高石1~3丁目、多摩美、千代ヶ丘、万福寺	高石地域包括支援センター	☎959-6020
片平、白鳥、五力田、古沢、岡上、栗平一丁目	片平地域包括支援センター	☎986-4986



栗木台地域包括支援センター
☎987-6505

担当地域

はるひ野、南黒川、黒川、栗木台、栗木栗平2丁目、金程、向原、細山

佐藤(さとう)・内田(うちだ)・喜元(きもと)・本阿彌(ほんあみ)・岩壁(いわかべ)・岡本(おかもと)

センター全般についてのお問合せは、麻生区地域みまもり支援センター高齢者支援係 ☎965-5148 まで