

みつける！つながる！ひろがる！

身近な福祉の相談窓口  
ちいき♡いきいきセンターミニコミ誌

# ちいき

No.15

編集・発行

柏市社会福祉協議会  
光ヶ丘ちいき♡いきいきセンター  
〒277-0062 柏市光ヶ丘団地200-5  
光ヶ丘近隣センター内  
TEL 04-7128-9381  
FAX 04-7128-9382

発行 2018.3.23

第3段！

公開講座

今からできる認知症予防！

## 体と脳のエクササイズ



日時：6月15日（金）

13：30～15：30

会場：光ヶ丘近隣センター2階 会議室A・B

費用：無料

定員：40名

持ち物：飲み物・動きやすい服装

申込み：6/8（金）までに電話か直接窓口にて  
光ヶ丘ちいき♡いきいきセンター  
(TEL)04-7128-9381

★ 申し込み多数の場合は抽選となります。  
締切後に連絡がない場合は、そのままご参加ください。

こんな方におススメ！



- ★ 認知症 になりたくない!!
- ★ 楽しくエクササイズがしたい!!
- ★ 地域活動でできる体操を教えてください!!

いきいきセンターでは、年々「認知症」に関するご相談をお受けすることが増えています。

今回の講座では、地域包括支援センターと連携し、**認知症関連の情報**や**知って得する情報**をお伝えいたします！

報告

公開講座

「知って得する介護保険」



2月20日（火）に公開講座の第2段となる「知って得する介護保険」講座を開催し、23名の方に参加して頂きました。

今回は、光ヶ丘地域包括支援センターと光ヶ丘地域の在宅福祉事業所から、**介護保険のサービスの種類**や**申請時のポイント**、**各事業所の利用者の様子や負担額**について、事例を交えながら様々な得するお話をして頂きました。

参加者からは「とても勉強になった」等のご意見を多数いただきました。

★知っ得!Point★

介護保険の申請には「主治医の意見書」が必要！  
あらかじめ「**かかりつけ医**」を決めておくことがオススメ！



報告

光ヶ丘地区 & 南光ヶ丘地区社協部主催

## 地区懇談会

【テーマ】

障がいの理解を深める～視覚障がい～

今年は、柏市視覚障害者協会の6名の方から日常生活の困りごとや怖かったこと、嬉しかったこと等日々感じていることについてお話を伺いました。

ささいなことでも**声かけ**をする大切さと、「障がいがある方もない方もお互いに認め合い共同して暮らせる地域づくり」について、改めて考えるよい機会となりました。



◆ 目の不自由な方、**白杖**を持っている方には、やさしい**声かけ**と**誘導**を！  
～急に手を引っ張る・触られると恐怖を感じてしまう～

子育て中の方  
必見!

# 子育てにやさしい光ヶ丘

春の陽気と共にお出かけしてみませんか

【詳細・問い合わせ先】

光ヶ丘ちいき・いきいきセンター  
連絡先：04-7128-9381

行ってみよう!

## 子育てサロン光ヶ丘

気軽に行ける地域のサロン! 地域の知恵袋お母さんが子育て中の皆さんをサポートします。また、月に1回、子育て支援センターの先生もいらっやいます。時間内ならいつでも入退室OKです。ママの一息に、ぜひお越しください!



①開催日 ②場所 ③時間 ④連絡先

- ① 毎月第1・3木曜日
- ② 光ヶ丘近隣センター和室1・2
- ③ 10:00~11:30
- ④ 7175-8718(宮下)

## 虹のひろば

虹のひろばは地域の多世代型のサロンです。子どもから大人まで、一緒に楽しく遊んでいます。ハロウィンやクリスマスなどのイベントもたくさん企画しています。勉強相手もOKです!

- ① 毎週土曜日
- ② 光ヶ丘小学校 外国語ルーム
- ③ 13:00~16:00
- ④ 7176-1438(宮)



## おしゃべりしませんか

子育てに不安がある方、悩みを聞いてもらいたい方、誰に相談して良いのかわからない方など…一息つきませんか。主任児童員と一緒におしゃべりしましょう。事前予約は不要。子ども連れでもOKです。守秘義務は厳守します。



- ① 年9回
- ② 光ヶ丘・酒井根・南部 近隣センター
- ③ 9:30~11:30
- ※3箇所の近隣センターを順番に回っていきます。日程の詳細はいきいきセンターまで!

地域子育て支援拠点

## おやこの広場 あ・そ・ぼ

気軽に立ち寄れて…遊んで、笑って、みんなで楽しく! 笑顔の職員が待っています。「親子の遊びの広場」「わくわく親子クラブ」「子育て相談」など内容も様々! どんなことでも、まずはお話にきて下さい。

- ① 月~金曜日
  - ・親子の遊びの広場:月~木曜日
  - ・園庭開放:第2土曜日
  - ・わくわく親子クラブ:金曜日
  - ・子育て相談:月~金曜日
- ② 柏みどり保育園 東中新宿3-23-1
- ③ お問い合わせ下さい
- ④ 7192-6548



児童センター

## 光ヶ丘遊戯室

0~18歳の子どもや保護者が自由に遊んだり、交流したりすることができる場所です。0才のじかんやおはなし会など様々な催しもあります。育児の相談もできます。



- ① 火~日曜日 (月曜・祝日・年末年始はお休み)
- ② 光ヶ丘近隣センター2階
- ③ 9:00~12:00  
13:00~17:00
- ④ 7170-7600

こども急病電話相談

#8000

(043-242-9939)

夜間に急に子どもの具合が悪くなったとき、すぐに受診させた方が良いか迷ったときにご利用ください。看護師が相談に応じ、必要時に小児科医に電話を転送します。

~利用者の声~

子どもが急に吐き出して焦ったけど…

電話したら看護師さんが丁寧に対応してくれて有難かったです!

