

ふ だんの く らしを し あわせに 等々力地区通信

令和4年2月号



地域の耳よりな情報を皆さまへお届けします♪
内面にサロン、子育てサロン、ミニデイの紹介もあります！ぜひご覧ください。

第8弾

地区内の活動団体紹介 ～コロナ禍でも繋がりを大切に～

サロン ひととき をご紹介します♪

地域の皆さまの居場所として、みなさんで「ほっ」とひといきつきませんか？

日時：第2金曜（2月は祝日のため、第3金曜の2/18に変更です。）

14:00～15:30

場所：等々力ふれあいルーム（等々力2-33-14 3階）

内容：脳トレ、軽い体操、おしゃべりなど

参加費：無料。お茶をご持参ください

申込み：不要。

その他：お付き添いの必要な方はご相談ください。

問い合わせ：玉川地域社会福祉協議会事務所

上野毛担当・等々力担当まで（03-3702-7777）

椅子に座り円になっ
て、体操などを行って
います。



※サロンとは、「誰でも・気軽に・楽しく」参加できる住民同士の交流の場です。

～ヒートショックに注意～

ヒートショックとは、急激な環境温度の変化で、血圧が上下に大きく変動することをきっかけとして起こる、健康被害（失神や心筋梗塞、脳梗塞が起こったり、その結果として湯船で溺れてしまう等）の総称です。

＊入浴時の予防策＊

- 入浴前に脱衣所と浴室を暖かくしておく。
- 湯温度は41℃以下とし、長湯を避ける。
- 浴槽から急に立ち上がらないように気をつける。
- 食後すぐの入浴や、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避ける。
- 入浴前後には、コップ1杯の水分補給。
- 家庭内で「見守り体制」をつくる。

メルマガ・ホームページで 情報発信しています♪

【メルマガ】登録方法：下記QRコードを読み込み、また、t-se-shakyo@sg-m.jpに空メール送信。届いたメールのURLをクリックし、お名前を入力・情報が見たい地区・カテゴリーを選択してください♪

【ホームページ】
「せたがや福祉団体情報サイト」
地区通信もカラーでご覧いただけます♪
<https://chiku.setagayashakyo.or.jp>



【メルマガ】



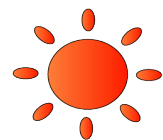
【ホームページ】

ボランティア情報

世田谷区社会福祉協議会の地域活動であるボランティアは、さまざまな種類があります。地区サポーター、ふれあいサービス協力会員、ファミリーサポート援助会員、特技ボランティア等…今回は、地区サポーターについて紹介します。

地区サポーター

登録者
募集!



募集要項

■対象

地域活動に意欲のある区民の方。

■活動場所・時間・頻度

原則としてお住まいの地域。時間帯は主に日中で、平日・週末、週/月ごと・単発など様々な活動があります。

■活動内容

地域イベントの設営・運営支援、福祉施設におけるボランティア（見守り・傾聴・イベント支援等）、学校での福祉学習支援など。

■安心して活動するために

登録時には、簡単な研修を行い、「地区サポーター認定書」を交付します。活動時はボランティア保険が適用になります。

興味がある方は、
下記連絡先にお問い合わせください

★コロナ禍で困りごとが顕在化、困りごと解決プロジェクトを始動！

それぞれの課題のグループ化を行い、体操・オンライン・防災災害・認知症・ちょこっとサービスの5つです。



*困りごと解決プロジェクト 認知症になっても住みやすい玉川地域

認知症になっても住みやすく、認知症の人と共に生きる玉川地域を作ること、超高齢社会を生きる私たち一人ひとりにとって重要なことです。認知症になっても地域や社会とつながり、“おいてきぼりにならない玉川地域”には何が大切か一緒に考えてみませんか？玉川地域内の4か所でサロンを立ち上げ、活動を行っています。

食で応援プロジェクト開催します！

新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、生活にお困りの方をサポートします。

みなさまのご家庭で余っている不要になった食べ物を1つからでもご持参いただき、ご協力いただければ幸いです。（詳細は、下記連絡先にお問い合わせください）

日時：令和4年2月28日（月）13：30～15：30

会場：デイ・ホーム等々力横（旧さつき荘前）等々力5-19-11

【連絡先】社会福祉協議会 等々力地区事務局（担当 後藤・小田部）

電話 070-3946-9798 FAX 03-6733-8463

地域活動団体一覧

※種別 サ：サロン 子：子育てサロン ミ：ミニデイ 自：自主グループ

【問い合わせ】社会福祉協議会 等々力地区事務局 ☎070-3946-9798

番号	会場	種別	グループ名	活動内容	活動日	時間	参加費 (円)
①	☆等々力 ふれあいルーム	サ	たんぽぽの会	おしゃべり・お茶(短歌)	第2木曜	14:00~16:00	200/月
			フルール(楽しく歌を唄う会)	カラオケ・お茶・おしゃべり	第2火曜	13:30~15:30	200/回
			みちの会	ウォーキング、散策、 美術・映画鑑賞	第3木曜 不定期	9:30~11:30	無料(外出時は 実費負担)
			さわやか	体操・お茶・おしゃべり	毎週月曜	10:00~11:30	300/回
			一輪の会	おしゃべり・生け花 (一輪ざし)・お茶・手芸	第1~3月曜	13:30~16:00	参加費 100/回 材料費 150~/回
			ひととき	脳トレ・軽い体操・おしゃべりほか	第2金曜	14:00~15:30	無料
			ポールウォーク・たまがわ	ポールウォーキング ※第2火曜の雨天時、 ふれあいルームでミニツグ	第2・4火曜	10:00~12:00	100/回
			等々力ハイビスカス	フラダンス・お茶・おしゃべり	第1・2・4 水曜	13:30~16:00	200/回
		子	子育てサロンびゅあ	おしゃべり・子育て悩み 相談ほか	第4火曜	10:00~12:00	無料
ミ	等々力あゆみの会	昼食・体操・お茶・おしゃべり・手工芸・歌など	第1・3火曜	11:30~15:30	800/回		
②	等々力地区会館	サ	日日草体操クラブ	軽体操・談話	第2・4金曜	13:00~14:30	500/月
			オーロラ	軽体操	第2・4水曜	13:00~14:30	500/月
③	尾山台地区会館	サ	メンズシニア・エクササイズ	軽体操 2月はお休み	第1・3水曜	10:00~11:30	300/回
			玉川ふれんど会	お茶・おしゃべり・体操	毎週水曜	13:00~14:30	1000/月
④	玉堤地区会館	サ	玉堤健康倶楽部	健康体操	毎週火曜	9:30~12:00	500/回
⑤	ふくろうクリニック 等々力	サ	くらしの情報室 “ゆう・えん・ち”	情報交換とおしゃべり等	第2・4火曜	13:30~16:00	無料
⑥	玉川総合支所 4階 集会室	サ	青春貯筋クラブ	体操・おしゃべり	第2・4水曜	10:00~12:00	300/月
⑦	テイクム等々力	サ	認知症介護者の おしゃべり会	認知症の介護をしている 方々のおしゃべり・情報 交換等	第2火曜	13:30~15:30	無料
⑧	九品仏複合施設				第4月曜		
⑨	パイ焼き茶房	サ	歌声ラブソディ (休止中)	歌声を含む音楽活動 (お茶とお菓子付)	第3水曜	14:00~16:00	1000/回
③	尾山台地区会館	子	等々力子育てサロン	助産師の育児相談・産後	※現在オンラインで開催中です。		
①	☆ふれあいルーム		トット	ヨガと親子体操			
⑩	野毛青少年交流 センター	自	青陶会	作陶を楽しむ	毎週 火~日曜	9:00~	1000円/月 他に材料費等

等々力地区管内 3つの高齢者クラブが活動中です！(玉寿会 / 等々力寿会 / 玉堤みどり会)

問い合わせ：市民活動・生涯現役推進課(高齢者クラブ) ☎ 03-6304-3176



6 玉川総合支所・集会室
等々力3-4-1 4階
青春貯筋クラブ

5 心くろクリニック等々力
等々力3-5-2 3階
くらしの情報室
” ゆう・えん・ち”

10 野毛青少年
交流センター
野毛2-15-19
青陶会

2 等々力地区会館
等々力3-25-16
高齢者クラブ 玉寿会

日日草体操クラブ
オーロラ

8 九品仏複合施設
奥沢7-35-4
認知症介護者のおしゃべり会

7 デイホーム等々力
等々力5-19-11
認知症介護者のおしゃべり会

9 パイ焼き茶房
等々力2-18-1
歌声ラブソディ

3 尾山台地区会館
等々力2-17-14
高齢者クラブ 等々力寿会

メンズシニア・エクササイズ
玉川ふれんど会
等々力子育てサロントット

4 玉堤地区会館 玉堤1-12-18
高齢者クラブ 玉堤みどり会
玉堤健康倶楽部

1 ☆等々力ふれあいルーム
等々力2-33-14 3階
たんぼぼの会
フルール（楽しく歌を唄う会）
みちの会
さわやか
一輪の会
子育てサロンぴゅあ
等々力あゆみの会
等々力子育てサロントット
ひととき
ポールウォーク・たまがわ
等々力ハイビスカス

玉川総合支所
等々力出張所
等々力まちづくりセンター
等々力あんしんすこやかセンター
社会福祉協議会等々力地区事務局
玉川区民会館
玉川地域社会事務所
区政情報コーナー
川等々力レンタサイクル
尾山台自転車駐輪場
尾山台自転車駐輪場
尾山台茶室
尾山台公園
尾山台公民館
尾山台図書館
尾山台地区会館
尾山台公民館

