



## 第10巻 地域包括支援センター通信

### 『立川・ミニーデイ』

12月1日(金)立川中和・刈

谷多目的集会所には朝早くから

地区の皆さんが集まつてきま

す。坂道を登ったところに集会

所があり、集会所の前には青色

のベンチがおいてあります。外

は肌寒いのに早く来られた方同

士ベンチに腰掛け朝日を浴びな

がら談笑されています。「おは

ようございます。」とあいさつ

するとき笑顔で「来たかよ!」と

声をかけてくれます。今回は、

立川で行われているミニーデイを

覗いてみましょう。

◆立川と一言でいってもとても

広く、少し前までは各地区の

集会所で地区毎に

集まりが行われて

いました。しかし、

人が減ると同時に

集まる機会も場所

も減少しました。

そこで、社会福祉

協議会との協働で

ミニーデイサービス

を行い月1回みん

なで集まって体操

やおしゃべりをし

ています。参加

費は無料です。

◆この活動内

容を教えてくだ

さい。

◆ここでは、月

1回血圧を測つ

た後、ストレッ

チや体操、ゲー

ムや脳トレ等を

して過ごしてい

ます。時間があ

る時にはお茶を

飲みながら世間

話をあつたり、お花見をす

ることもありました。

◆この活動のウリを教えてくだ

さい。

◆「家にいても誰も尋ねてこな

い日もあるが、ここに来れば人

に会える。気心の知れた仲間

同士話ができる、顔が見られ

る。本当に大切な集まりになっ

ています。」と皆さんのが日々に

話されます。「大した事を話さ

なくともえい。こうやって顔

を見て元気であるという事が

わかれ安心するし、励みに

なる。」となるとも説得力の

ある言葉でこの集まりの大切

さを語っていました。

◆「ここに来るとみんなでに

いいますか。

◆立川と一言でいってもとても

広く、少し前までは各地区の

集会所で地区毎に

集まりが行われて

いました。しかし、

人が減ると同時に

集まる機会も場所

も減少しました。

そこで、社会福祉

協議会との協働で

ミニーデイサービス

を行い月1回みん

なで集まって体操

やおしゃべりをし

ます。

◆立川と一言でいってもとても

広く、少し前までは各地区的

集会所で地区毎に

集まりが行われて

いました。しかし、

人が減ると同時に

集まる機会も場所

も減少しました。

そこで、社会福祉

協議会との協働で

ミニーデイサービス

を行い月1回みん

なで集まって体操

やおしゃべりをし

ます。

◆立川と一言でいってもとても

広く、少し前までは各地区的

集会所で地区毎に

集まりが行われて

いました。しかし、

人が減ると同時に

集まる機会も場所

も減少しました。

そこで、社会福祉

協議会との協働で

ミニーデイサービス

を行い月1回みん

なで集まって体操

やおしゃべりをし

ます。

◆立川と一言でいってもとても

広く、少し前までは各地区的

集会所で地区毎に

集まりが行われて

いました。しかし、

人が減ると同時に

集まる機会も場所

も減少しました。

そこで、社会福祉

協議会との協働で

ミニーデイサービス

を行い月1回みん

なで集まって体操

やおしゃべりをし

ます。

◆立川と一言でいってもとても

広く、少し前までは各地区的

集会所で地区毎に

集まりが行われて

いました。しかし、

人が減ると同時に

集まる機会も場所

も減少しました。

そこで、社会福祉

協議会との協働で

ミニーデイサービス

を行い月1回みん

なで集まって体操

やおしゃべりをし

ます。

◆立川と一言でいってもとても

広く、少し前までは各地区的

集会所で地区毎に

集まりが行われて

いました。しかし、

人が減ると同時に

集まる機会も場所

も減少しました。

そこで、社会福祉

協議会との協働で

ミニーデイサービス

を行い月1回みん

なで集まって体操

やおしゃべりをし

ます。

◆立川と一言でいってもとても

広く、少し前までは各地区的

集会所で地区毎に

集まりが行われて

いました。しかし、

人が減ると同時に

集まる機会も場所

も減少しました。

そこで、社会福祉

協議会との協働で

ミニーデイサービス

を行い月1回みん

なで集まって体操

やおしゃべりをし

ます。

◆立川と一言でいってもとても

広く、少し前までは各地区的

集会所で地区毎に

集まりが行われて

いました。しかし、

人が減ると同時に

集まる機会も場所

も減少しました。

そこで、社会福祉

協議会との協働で

ミニーデイサービス

を行い月1回みん

なで集まって体操

やおしゃべりをし

ます。

◆立川と一言でいってもとても

広く、少し前までは各地区的

集会所で地区毎に

集まりが行われて

いました。しかし、

人が減ると同時に