



# みにこみ7

発行：「みにこみ7」  
編集委員会  
事務局：代沢まちづくり  
センター内  
電話：03(3413)0513

## 代沢地区の新しい活動の紹介

# 『地域カフェ』始まる

世田谷区では、平成28年から区内全27地区に「地域包括ケアシステム」という全ての世代を対象に、「生活支援・介護予防」を地域で助けあい、支えあう仕組みを推進しています。昨年からは代沢地区の各町会では、まちづくりセンター(まちセン)・あんすこやかセンター(あんすこ)・社会福祉協議会(社協)の三者が連携し、支えあいを目的とした活動が始まっています。

### みどりのつどい

代沢2丁目北町会  
池之上青少年会館

29年度に代沢地区社協で行ったアンケートには、「健康体操・食事・講演会・おしゃべりといった催し物があれば参加したい」というご意見が多数ありました。代沢2丁目北町会独自におもに一人暮らしの方を対象に、気軽に茶を飲みながらおしゃべりし交流を深める目的で、おしゃべりカフェを開催しました。現在では多くのリピーターの方が喜んでいただいたこともあり、まちセン・あんすこ・社協と、町会スタッフで何度も話し合いを重ね3月5日(火)に名称も新たに「みどりのつどい」として開催されました。



第1回目 3月5日(火)の様子

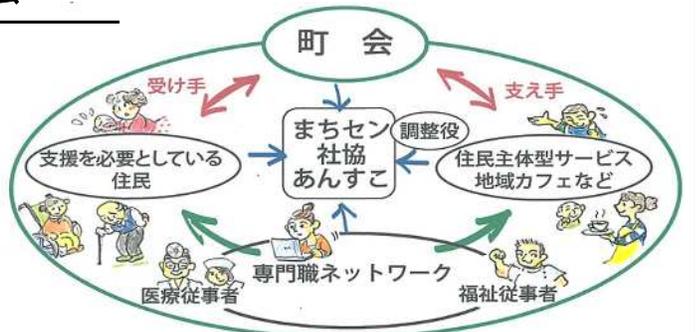
当日は26名の参加者があり、お茶にお菓子、脳トレクイズ・折り紙・トランプなどを行い、どのテーブルもおしゃべりと歓声と笑いで大盛況でした。今後三者と連携をとりながら、子育て世代を含め多世代の交流の場として、お互いを支え合う仕組みの一助となっていくことを願っています。

次回日時 4月2日(火)  
13時30分～15時  
参加費 200円

### 代沢ガーデンカフェ

代沢中町会  
東京聖三一教会

代沢中町会では、町会内にある東京聖三一教会の協力で、代沢ガーデンカフェを開いています。奇数月の第3水曜日に教会ではランチタイムコンサートが行われています。その後の時間に、教会の1階ホールで参加費200円を払いお茶やコーヒー、お菓子をいただきながら、午後のひと時、おしゃべりを楽しんでいます。また、社協やあんすこの方と、気軽に相談することが出来ます。教会の子ども文庫も活用でき、お母さん方の利用も期待できます。これまで、1月16日と3月20日に開催されそれぞれ40名ほどが参加さ



地域包括ケアシステム



第1回目 1月16日(水)の様子

れています。町会の小川智弘さんが世話人で、今後はコンサートの無い日もカフェを開くことも考えているそうです。町会の人材をフル活用して、これからも代沢ガーデンカフェが良い空間になっていくことを願っています。

### 居場所カフェ@しもきた

代沢4丁目西町会  
下北沢聖書教会

地域で気軽に人々が集まり交流したり、自分の自由な時間を過ごせる居場所になつて欲しいとのコンセプトで「居場所カフェ@しもきた」が昨年11月10日(土)にオープンしました。会場は下北沢聖書教会(代沢4・27・7)で毎週土曜日13時～16時にオープンしており無料の飲み物(コーヒー・紅茶・ジュースなど)を用意してスタッフが待っています。

近所の子どものから、お年寄りまでどんな年代の方でもまた、隣近所の方のおしゃべりや、買い物帰りのちよつとした休憩でも、一度覗いてみて下さい。ここからお待ちしているのとこの



会場入口には「居場所カフェ@しもきた」ののぼりが立ち、気軽に入りやすい雰囲気を作り出しています。

とです。

これから多くの方に利用して頂き、地域のくつろぎと、優しくあたたかな交流をつくり、ホッとする場所になることを期待しています。

この活動は、地域の居場所づくりを目的として、まちセン、あんすこ、社協の三者に加えて、代沢4丁目西町会も応援しています。



2月23日(土)の様子

### 地域カフェの今後

今回紹介した三ヶ所のカフェが、それぞれの地域の特色を生かして多くの年代の方の交流の場として定着し、住民の認知度がさらに上がることを期待しています。また、今後は新しい場所で地域カフェが立ち上がり地域で助けあい、支えあう仕組みを推進していきたいと思えます。

認知症の予防と早期発見  
〜講演会〜

2月8日(金)代沢まち  
づくりセンター2階にて、  
講演会「認知症の予防と早  
期発見〜私は大丈夫?認知  
症の理解を深めよう!」を  
開催しました。講師に代沢  
あんしんすこやかセンター  
の北澤良博さんを迎え、丁  
寧な話ぶりに、43名の参加  
者は熱心に聴いていました。



認知症にはアルツハイマ  
ー型、脳血管性、前頭側頭  
型などがあり、医師は脳の  
画像検査で診断するとのこ  
と。類似の病気や「もの忘  
れ」との違いも知りました。  
軽度認知障害は早期発見で  
回復できること、そして、  
それは予防できることを学  
びました。最後に、北澤さ

んは「一度きりしかない人  
生、楽しまないと損します  
よ!」とエールを送ってく  
れました。

世田谷の情報紙が  
たくさん!

百万都市とも言われる世  
田谷区では、英語をはじめ  
中国語や韓国語のガイドブ  
ックや地図が、多数発行さ  
れています。

せたがや文化マップ  
14ものおすすめ観光コース  
が紹介されています。



ライフインセタガヤ

「せたがや便利帳」の外国  
語版。外国の方へお勧め下  
さい。

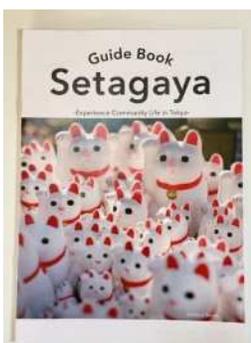


東京くらし防災



女性目線で作られた、東京都発行の  
命を守る防災ガイドブック。

ガイドブックセタガヤ  
全ページが英語で書かれて  
いる世田谷ガイドブック。



その他にも「せたがや風  
景マップ」「世田谷名木百  
選」「世田谷みやげ」「も  
のづくりせたがや」など、  
たくさん種類があります  
ので、ぜひ代沢まちづくり  
センターで手に取ってご覧  
になり、お気に入りをお持ち  
ください。



**下北沢駅の工事ステップ⑦**  
・東口に続き、3月16日(土)に中央口改札が  
使用開始となり、下北沢駅が完成しました。  
中央口の完成にともない小田急線と井の  
頭線の改札口が別になります。  
小田急線改札：東口、南西口、中央口  
京王井の頭線改札：中央口、西口  
・4月以降も引き続き、改札の外になる駅  
2階の商業施設の整備を進めていきます。

**まちピアノプロジェクト**  
3/16~28の期間、世田谷  
代田駅に自由に弾くこと  
ができるピアノを置まし  
ました。順次、東北沢駅、  
下北沢駅へも!  
共催：世田谷区北沢総合  
支所街づくり課

**代沢芸術祭 2019**  
4.27~5.4  
開場 13:30 開演 14:00  
入場無料 雨天決行

- 富士中体育館※スリッパ持参のこと!  
4/27(土) オペラ：椿姫 (ハイライト)
- 北澤八幡神社  
4/28(日) 和の彩り：日本舞踊 / 和太鼓ほか
- 4/29(月・祝) 能楽へのいざない
- 4/30(火) ヴァイオリンコンサート
- 5/1(水) デキシードジャズ
- 東京聖三一教会・先着 150名  
5/2(木) フォスターのお話と歌
- 5/3(金・祝) パラグアイの民族楽器  
アルパとパイプオルガン
- 森蔵寺・先着 100名  
5/4(土・祝) 尺八と箏の演奏



さぎ草栽培講習会が  
行われました

2月といえば恒例のさぎ  
草の植え込みが、4丁目住  
住の中村さんのご指導のも  
と25名の参加で行われまし  
た。まず、水苔の扱い方と  
準備を細かく説明され、次  
に鉢への入れ方にも分量の  
手順があります。球根10個  
の並べ方や、その上に乗せ  
る水苔の乗せ方など、初心  
者にも分かりやすいご指導  
でした。そして大切なこと  
は、育てる際に鉢を置く場  
所を動かさず一定させるこ  
とと、水苔が乾かないよう  
に水やりをすることだそう  
です。回を重ねた参加者も  
多く、経験や失敗談に耳を  
傾けながら、8月の展示会  
までには、美しい花が咲く  
ことを夢みての楽しいひと  
ときでした。



2月6日(水)講習会当日の様子

4月 ~ 6月 行事予定

行事	内容	日時	対象	場所	問い合わせ先
乳幼児活動	イルカタイム(自由参加) 火曜	4月16日(火) 10:30~11:30	1~2歳と保護者	代田南児童館 (代田1-21-11)	代田南児童館 3419-7192  4月18日(木)は説 明会のため、活動時 間が通常とは異なり ます。登録希望の方 は参加して下さい。
	コアラタイム(自由参加) 水曜	4月17日(水) 10:30~11:30	0~1歳と保護者 妊娠中の方含む		
	ラッコサークル 木曜 (登録制サークル)	4月18日(木) 10:30~11:30 通常は10:30~12:00	4月1日現在 2歳以上の親子		
	パンダタイム(自由参加) 金曜	4月19日(金) 10:30~11:30	乳幼児親子		
おはなし倶楽部	地域の方が素敵なお話を 届けてください	4月18日(木) 10:30~10:45 通常は10:15~10:30	2・3歳児向け	代田南児童館 3419-7192	
新1年生おめでとう会	新1年生の皆さんを中心に、楽し くあそびながら児童館を紹介	4月24日(水)~26日(金) 15:00~16:00	小学校1年生 以上		
歩こう会	新緑の井の頭公園・ 神代植物公園を歩こう!	5月17日(金) 雨天中止	一般 申込み開始4/25	井の頭公園 ~ 神代植物公園(約6km)	代沢まちづくりセンター 3413-0513
古着の回収	不要になった衣類の 回収・リサイクル	5月25日(土) 10:00~11:30	一般	せせらぎ公園 代沢まちづくりセンター	

編集委員

- 代沢まちづくりセンター  
4月1日付人事異動
- 係長 古谷 知久  
山脇 真弓  
渡邊 博敏  
赤川 美佐江  
高羽 禎雄  
中條 郁代  
土屋 光男  
萩原 一俊  
日吉 美代子  
渡邊 靖夫
- 松沢まちづくりセンター  
塚本 順一