

いのじん
Inogine

三鷹市西部地域包括支援センター

2015年 8月24日《創刊号》
発行者；三鷹市西部地域包括支援センター
東京都三鷹市深大寺 2-29-13
電話；0422-34-6536 FAX；0422-34-6538

「いのじん」とは；井口・野崎・深大寺の頭文字をとったものです

～『Inogine いのじん』創刊～

「なんだ？ このジョン・レノンの『Imagine』という曲に似た名前の新聞は…？」
ビートルズが解散した次の年、ジョン・レノンがソロで発表した名曲で、「平和と人間愛」を
テーマにした歌ですが（※①）、世界中で大人気のこの曲に「似た名前」の新聞がなぜ今、
ここで創刊したのか…。

「Inogine」は「いのじん」と読みます。私たち西部地域包括支援センターから、
「いぐち・のざき・じんだいじ」の皆様へ贈る「いのじん」という新聞。皆様の暮らしに
ほんのちょっとお役にたてるように、なんとなく楽しくて、なんとなく役に立つ情報をお届け
したい…。お部屋の中にも、この“いのじん地域”をお散歩したような気分になれる新聞を
作っていきたいと思います。これからもお楽しみに！（センター長 国府田）

※① 歌詞の解釈によっては、批判の対象にもなったそうですが、ここではごく一般的な解釈として触れています。

地域ケアネット

「よってらっしゃいにしみたか」の皆さん 25人に聞きました！

☆公園がたくさんある☆

小さな公園（東野公園
・千代の湯前の公園な
ど）から大きな公園まで
（野川公園・キリ大）
いろいろある

♥素敵なお店が

いろいろある♥

農家の庭先販売がたくさん
おいしいケーキ屋がある
100円ショップ・
ホームセンターが便利！

「よってらっしゃい」の皆さん、
ご協力ありがとうございました

西三鷹の
良いところって
どんなところ？

♥自然豊かで緑が多い♥

なんじゃもんじゃの森
野川のかわせみ
農家が多くてのどか
桜・銀杏並木もきれい

☆地域の人と触れあう

場がある☆

「よってらっしゃいにしみたか」
西社会教育会館・図書館・
町会の盆踊り・ボランティア活動
等々



目立った特徴はないけれど、東京でありながら自然豊かで、のんびり生活できるお土地柄という感じですね。



うだる暑さに

「冷シャンプー」

夏になると街の床屋さんでよく見かける「冷」という字。床屋さんでかき氷?と思いきや冷シャンプー。トニックで血行促進!気分爽快!!ぜひお試しあれ♡



西三鷹の気になる場所をご紹介!
お散歩・お出かけ先にいかが?

CUT STUDIO 釉 深大寺 2-12-4

三鷹で温泉気分?「讃岐うどん」&「足浴」

三鷹市野崎にある『工房時』(おおぞら会はばたけ内)。ここ障がい者がいきいきと働ける場所です。こちらの「おもむく食堂」では、本格的な讃岐うどんを味わえます。こしのあるうどんにレモンをキュッと絞ってさっぱり。

食堂の裏には知る人ぞ知る隠れ家的な足湯が→お勧めです!!



おもむく食堂 野崎 2-6-41



愛嬌たっぷり♡

元気なニワトリさん

カメラを向けると寄ってきて、カメラ目線を送ってくる、放し飼いの鶏さん。庭先販売所では生みたての卵が売っています。こんな元気なニワトリさんの卵なら、きっと栄養価も高いのでは?



吉野宅 野崎 2-20-17

～キラリ☆いの人～^{じん}

「竹細工名人」高野 港さん(94歳)

深大寺では、竹細工で有名な高野港さんにお話を伺いました。現役時代に鉄工所を営み、精密機器の部品など制作されていた高野さん。「器用さを生かした趣味を」と、85歳の時に竹細工を始めました。昆虫や古民家、五重塔など、たくさん作ってはご近所さんに差し上げてきたそうです。90歳になり、「気力が続かなくてやめた」と話されていますが、高野さんの作品は今でも地域のお店や、ご近所の玄関先に飾られています（のぼり湯、くるみ薬局、けやき苑にも！）。



お元気ご長寿の秘訣は？との質問に、「くよくよしないこと」「自分でできることは人任せにしない。」「身の回りをきれいにしておくこと。」とのお返事。10年前奥様が亡くなった時には、何もできずに困ったそうですが、「今では夕方になると、夕飯のおかずは何にしようかなと考えるよ」と高野さん。一日一日をきちんと送ろうとなさる姿が素敵でした。



このトンボさん、どこかで
見たことある方も多はず…



『めくめくカフェ鷹野』を紹介します！！

昨年度のルーテル学院大学で実施した地域ファシリテーター養成講座の卒業生の方々が立ち上げた、地域のサロンを紹介します。

野崎都営の集会所で、第一水曜日の13時～15時半で開催しています（出入り自由です）。

サロンでは、都営の住民の方々が、お菓子とコーヒーなどを片手に、談笑しています。今年の5月から開催しており、毎月20名位の方々が集まって、楽しいお話をしたり、七夕飾りを作ったり、男性陣は、将棋に熱中。

自宅に眠っていた物のバザーなども行っていて、とっても楽しい、ほのぼのした会です。

参加されている方々、皆さん、とても暖かい雰囲気でした。



地域にこうした場
がたくさん出来る
とよいですね❤️

～ 「三鷹市西部地域包括支援センター」は、

あなたのまちの福祉相談室です ～

- 介護サービスについて知りたい
- 年を取っても出かけられる場所はない？
- 認知症のことで相談をしたい
- 老人ホームなど、入所施設について知りたい
- 健康・暮らしに不安がある



→まずはお電話を！

電話：0422-34-6536 所在地：三鷹市深大寺2-29-13
けやき苑 内

《 出張します！ 》

地域包括の職員が無料で出張講座を行います。



※過去、このような講座を行いました。

- ☆認知症サポーター養成講座
- ☆見守り方講座
- ☆高齢者の栄養講座
- ☆介護予防講座
- ☆認知症予防講座 等々

内容は、可能な範囲で
要望にお応えします！

《 西部包括スタッフ紹介 》

清水 尚司 (社会福祉士・ケアマネ)

今年度から配属された職員を紹介します。

- * 愛称「なおじい」
- * 出身「生まれも育ちも三鷹」
- * 趣味「バイク・釣り」
- * モットー『明るく楽しく
気にしない』
- * 最近うれしかったこと
「バイクの塗装を
バージョンアップした事」



～編集後記～

「いのじん」、ちょっと不思議な響きだけど、
耳に残りませんか？ 井口・野崎・深大寺地
区の皆さんになじみの言葉になればうれしいな
と思っています。皆さんからの投稿も大募集。
「このサークル紹介して」や、「ボランティアさん
を探しています」とか、「うちの素敵なおばあちゃん
を紹介したい」等々・・・なんでも結構です。

できたとほやほやの「いのじん」ですが、皆さん
に意見をいただきながら、育てていきたいと思っ
ています。次回もおたのしみに!!(宮下)