



市民活動センター ★たちかわ通信



◆編集・発行◆

社会福祉法人 立川市社会福祉協議会 市民活動センターたちかわ

〒190-0013 立川市富士見町 2-36-47

☎ 042-529-8323 / Fax:042-548-1724

✉ aiaivc@whi.m-net.ne.jp / URL : <http://www.tachikawa-shakyo.jp/skct/>

◆開所日・時間◆

月～金曜日 8:30～19:00 / 土曜日 8:30～17:00 ※日曜日・祝祭日はお休みです。

2012-11 Vol.79

市民活動センターたちかわは、ボランティアやNPO・地域活動などあらゆる市民活動をサポートするセンターです。

ふれあいミュージックフェスティバル2012プレコンサート

ふれあいミュージックフェスティバルは、障害のある方や小さなお子さま連れの方でも、誰もが一緒に楽しむことのできるコンサートで、国立音楽大学大ホールにて開催します。

プレコンサートは、国立音楽大学にお越しただくのが難しい、市内施設を利用されている高齢者や障害のある方のために、施設などへお伺いして開催するコンサートです。国立音楽大学の学生さんにご協力をいただき、市内6ヶ所の施設などで開催しています。

一番始めに開催された介護老人保健施設わかばでは、ヴァイオリン5台とピアノによる、ヴァイオリンアンサンブルユニット「fraly*」の演奏。ヴァイオリン5人でのパフォーマンスに、施設利用者さんたちも、とても喜んで見ていらっしやいました。



9月22日(土)
特別養護老人ホーム敬愛ホームでの
声楽コンサート。

今後は、本公演が開催されるまでの間に、市内の特別養護老人ホームや障害者デイサービスなどでクラリネット四重奏、フルート四重奏、ユーフォニアム四重奏、ピアノとフルート二重奏の演奏が予定されています。



9月15日(土)
老人保健施設わかばでのヴァイオリン演奏。

特別養護老人ホーム敬愛ホームでは、ピアノと声楽によるコンサートを開催。学生さんの歌声に聞き入ったり、童謡などを皆さんと一緒に歌ったり、楽しいひと時を過ごされたようです。

<< 今月号のもくじ >>

- ふれあいミュージックフェスティバル2012 プレコンサート P. 1
- 小学生のゴミ出しボランティア P. 2
- これから始める地域の支え合い (さいわい町地域懇談会) P. 3
- 出前講座実施しました!! P. 3
- ぎふ清流国体を視察
- 情報コーナー P. 4-6
- 地域福祉コーディネーターだより P. 7
- 栄町・若葉町/上砂町・一番町・西砂町
- 立川市社会福祉協議会 ふれあい相談 P. 8

出前講座実施しました！！

■車椅子体験講座を行いました！

去る9月12日（水）に、コープくらしの助け合いの会（通称プチトマトの会）からの依頼で、車椅子体験講座を実施しました。有償のボランティアとして助け合い活動を行う会員向けの研修ということで、暑い中総勢41名の会員が参加されました。講座の内容としては次の3つの構成で実施しました。

《①車椅子取り扱い説明》

車椅子の基本的な取り扱いの説明を講義形式で行いました。主に車椅子各部の名称や段差・坂道での介助のポイントを重点的にお話しさせていただきました。実際に会員の皆さんは、車椅子利用者に接する機会が多いようで、質疑応答では積極的に質問が挙がりました。

《②車椅子操作の実践》

車椅子操作の実践では、参加者は操作側と乗車側に別れ、交代しながらコースを回りました。段差での操作の仕方、坂道での操作の仕方、交差点での操作の仕方を順を追って体験していただきました。これまで坂道で操作する機会がなかったようで、参加者の皆さんからは「怖かった。」との声が多く聞かれていました。実際に体験することで、車椅子利用者の気持ちがより理解できたようです。

《③視覚障害者の方の外出支援方法》

白杖を持った方のお手伝いをする際のポイントをお話させていただきました。こちらは座学のみの実施でしたが、参加者の方々は一生懸命に耳を傾けておられました。

《講座を終えて》

今回の講座を通して、参加者の皆さんからは「車椅子利用者の気持ちが理解できた。」「声かけが重要であることを感じた。」などの感想をいただきました。今回の車椅子体験講座で学んだことを、実際の助け合い活動の中で発揮していただくと幸いです。

市民活動センターでは、車椅子講座以外にも様々な出前講座を行っています。皆さんも勉強会などを行う際には是非お声掛け下さい。



車椅子で交差点を渡る場面です。信号では、道路からある程度離れて待機しましょう。

ぎふ清流国体を視察

来年、東京都で第68回国民体育大会（国体）が開催されます。ここ立川市では、バレーボール・バスケットボール・自転車競技（トラックレース）・軟式野球の4競技を開催します。立川市社会福祉協議会も、スポーツ祭東京2013立川市実行委員会に参画、総務企画専門委員として準備をしています。

10月、実行委員会の一員として、ぎふ清流国体を視察してきました。



駅に降り立つと、国体の横断幕や、地元の小中学校で育てられた、きれいな花々が目に入り、歓迎ムードで全国から訪れる人々を迎えていました。

2日目に訪れた岐阜市の会場では、広場に物販のテントが多数張られていて、まるで立川の楽市のようなにぎわいを演出していました。

国体の運営には、多くのボランティアがかか

わっています。その役割は、受付ブースや会場の整理・案内、ゴミの分別など多岐に渡ります。

そのボランティアの方にお話を伺いました。

「普段から、環境保護活動をしている団体として、会場の環境美化に協力した。」「市で募集していたので、初めてボランティアに参加してみた。」

動機は様々ですが、皆さんに共通していたのは、どなたも明るく、活動を楽しんでいる様子であったことです。

国体が地元で開催されるのは、50年に一度のこと。立川市実行委員会では、来年立川を訪れる方々に、一期一会の心を込めておもてなしをしたいと準備を進めています。

国体のボランティアに関心を持たれた方は、市民活動センターたちかわまでお問い合わせください。



情報コーナー

～イベント・講習・講座・ボランティア情報など～

ここに掲載されている情報の詳細に関しては、直接主催団体にお問い合わせください。

● ● ● イベント・講習・講座 ● ● ●

■第80回立川親と子のよい映画をみる会 『おまえうまそうだな』(アニメーション)

愛されて150万部！心あたたかな感動の名作。宮西達也さんの絵本《ティラノザウルスシリーズ》が、映画になりました。肉食恐竜と草食恐竜が大自然の中で、やさしい出会いをします。お父さん、お母さんも思わずポロリと涙します。

日 時：平成24年11月23日(金・祝) ①10:10～12:00 ②12:50～14:25 ③15:00～16:35

場 所：女性総合センター・アイム ホール(立川市曙町2-36-2)

参加費：4歳以上、大人・子どもともに前売り券800円(当日券1,000円)

障害者500円(前売り券・当日券ともに。介助者は無料)

申込み・問合せ：立川親と子のよい映画をみる会 ☎042-535-1456(鈴木さん)

■キネマたちかわ無料!上映会

西村晃・山田吾一・伴淳三郎出演、後藤俊夫監督作品「マタギ」(1982年製作)の無料上映会を行います。

日 時：平成24年11月6日(火) 10:00～(9:30開場)

場 所：西砂学習館 視聴覚室(立川市西砂町6-12-10)

参加費：無料

申込み：直接会場へお越しください。

問合せ：キネマたちかわ ☎&Fax042-563-1015(古橋さん)

■みんなでゴスペルIN立川 with B・B・モフラン

劇団四季「ライオンキング」初代パーカッション奏者のB・B・モフラン、音楽療法士のたたら康恵と一緒に、アフリカンドラムやダンスを楽しみます。今回は、新たにゴスペルプログラム♪楽譜は一切使いません。あなたもゴスペルのルーツを体験してみませんか！赤ちゃんも参加OKです。

日 時：平成24年11月25日(日) 14:00～15:00

場 所：幸学習館講堂(立川市幸町2-1-3)

参加費：大人1,000円 子ども(3歳～)500円

申込み・問合せ：社会教育団体MOI(たたらさん) ☎090-2898-3919

✉tatara-happy@softbank.ne.jp



■第9回児童虐待防止月間セミナー「子どもたちの未来を考える」

市民として、児童相談所や子ども家庭支援センターはどう現場で動いているのか、地域ではどんなことができるのかなど、子どもの成長を見守っていく環境について、広く考えていく機会をつくります。

日 時：平成24年11月9日(金) 18:30～20:45(開場18:00)

場 所：立川市市民会館(アミューたちかわ) 小ホール(立川市錦町3-3-20)

定 員：200名 入場無料

申込み：社会福祉法人至誠学舎立川至誠学園児童事業本部(土居さん)

☎042-524-2601/Fax042-524-2367

✉info@shiseigakuen.org.

●情報をお寄せください！★みなさまからのご意見・掲載情報をお待ちしています。詳しくは電話またはメールにてご連絡ください●

■シビルからのお知らせ

○北杜市に小水力発電を見に行こう

再生可能エネルギーが注目されています。市営の水力発電所と太陽光発電所を持つ、山梨県北杜市を見学し、温泉に寄ってから帰ります。

日 時：平成24年11月16日(金)

6:45シビル(立川市柴崎町3-10-4)前集合～18:00頃シビル前解散予定

参加費：3,000円(昼食、温泉入浴料別)

○歴史散歩「淀橋を歩く」

青梅街道が神田川をわたる橋が淀橋です。江戸期には、玉川上水から淀橋にむけて助水路があり、すぐ西の十二社(じゅうにそう)の池は行楽地でありました。新宿西口から今はなき淀橋浄水場、十二社の池、神田川への助水路を、地形や痕跡からさがすミステリーツアーです。

日 時：平成24年11月17日(土)

10:00新宿駅西口交番前集合～15:00頃中野解散

参加費：1,000円 高校生500円

その他：昼食は中野坂上周辺の飲食店に入店予定

申込み：一般社団法人市民の学習・活動・交流センターシビル

☎042-524-9014(河野さん)

■あなたのまわりにお酒の問題はありませんか

アラノンは、お酒の問題をもつ人の家族と友人の自助グループです。お酒の問題は、不登校・引きこもり・うつ・暴力などを引き起こすことがあります。この苦しみは経験のない人には、なかなか理解されません。一人で抱えこまないで、あなたと同じ苦しみを経験した仲間と話し合いましょう。私たちは仲間と経験をわかちあうことから、健康的な人間関係に立ち戻るために助け合います。

日 時：毎週木曜日 14:00～15:00

場 所：カトリック立川教会(立川市錦町2-8-10)

問合せ：アラノンジャパンGSO ☎03-5483-3313

■平成24年度障害者週間イベント

○講演会「障害者虐待防止法と私たちの暮らし」

日 時：平成24年11月18日(日) 13:30～15:00

場 所：女性総合センター・アイム ホール(立川市曙町2-36-2)

講 師：大石剛一郎氏(NPO法人Panda-J副代表・弁護士)

参加費：無料(直接会場へ)

その他：11月20日(火)～25日(日)立川市役所多目的プラザ、柴崎学習館にて障害福祉に関する展示・体験・相談会を開催します。ぜひご来場ください。

問合せ：立川市福祉保健部障害福祉課(原島さん、石川さん) ☎042-523-2111

● ● ● ひと・モノ・募集 ● ● ●

■「森の家」(ユニット型特養)趣味サークルの講師ボランティア

趣味のサークル(俳句・囲碁・園芸・音楽等を月1・2回程度)運営のお手伝いをしてくださる方を募集しております。

日 時：月1・2回程度 10:30～11:30 または14:00～15:00

場 所：フェローホームズ 森の家(立川市富士見町2-36-43)

問合せ：フェローホームズ経営企画室ボランティア担当(藤谷さん)

☎042-523-7601 / ✉info@fellow-homes.or.jp

●情報をお寄せください！★みなさまからのご意見・掲載情報をお待ちしています。詳しくは電話またはメールにてご連絡ください●

■ゴミ減量学習会参加者募集

立川市では、来年の秋にゴミ収集の有料化、戸別収集の予定をしています。そこで立川市ごみ減量推進課職員を招いて、ゴミ減量の学習会を開催します。無料収集品目を増やす具体的な提案をしましょう。

日 時：平成24年11月20日(火)10:00～12:00

場 所：羽衣中央会館(立川市羽衣町2-26-7)

参加費：無料

申込み・問合せ：生ゴミ肥料化の会

公的施設に市民交流喫茶をつくる会

☎090-4960-3027(箱石さん)

■みんなの展示場 中村洋久絵画館からのお知らせ

○荻上 正子の「淡彩画展」

高齢の中、多くの病気を克服して生きガイを絵筆に掛け、「にじみ」や画用紙の「白」を生かした見ごたえのある淡彩画の逸品展です。

日 時：平成24年11月3日(土)～25日(日) 10:00～16:00 土・日祝日開催(一報いただければ平日観覧可)

○第8回仲間の輪を広げる「絵手紙展」

同好会仲間の木曜日チームと金曜日チームの合同です。この1年間描いた作品を展示します。そこに、最近入会した3カ月程度の生徒も展示に参加して、本展示を盛り上げます。

日 時：平成24年12月1日(土)～23日(日) 10:00～16:00 土・日祝日開催(一報いただければ平日観覧可)

※個人・団体で描いた作品の展示もできます。詳細はお問合せください。

○第7回「音楽会」ハーモニカ楽団来る！申込み受付中！

出 演：小平カトリアハーモニー

(主な演奏曲：オクラホマミキサー、川の流れのように、あざみの歌、故郷等 約12曲)

日 時：平成24年12月9日(日) 13:30～

締 切：平成24年11月18日(日)まで

会 費：1,000円(ワンドリンクサービス ☆素敵な賞品が当たる抽選会有り)

申込み・問合せ：みんなの展示場 中村洋久絵画館(立川市柴崎町2-21-17)

☎&Fax042-524-4702/✉h-naka77@zat.att.ne.jp(中村さん)

■初心者向けの氣功教室②

あたりまえに使っている氣というものをあえて意識してみることで、ご自身の変化を感じることが出来ます。円氣功は体だけでなく、心も元気にする氣功です。まずは、ちょっとした意識や呼吸を用いて「氣」の世界を学んでみませんか。

日 時：平成24年11月6日(火) 11月13日(火)いずれも 10:30～11:30

場 所：NPO法人円十字協力(円氣功)(立川市錦町1-15-19 2階)

参加費：2,000円

その他：参加費の一部は、円十字協力ボランティア支援事業の一環である、アジアの学生の支援や国内外の施設等への支援金とさせていただきます。

申込み：NPO法人円十字協力☎042-528-0036(千葉さん、野原さん) ✉info@enjuji.org

■ほっとステーション「コミュニティ広場」からのお知らせ

○わらべうた教室＝赤ちゃんから就学前児対象

親子でのふれ合いを楽しみながら、優しいわらべうたを覚えませんか？

日 時：平成24年11月10日(土) 10:30～11:30 ※毎月第2土曜日に開催

参加費：500円(子どものみ、保護者は無料)

○ベビーマッサージ教室＝0歳児対象

マッサージをしながら、赤ちゃんの体調管理をし、気持ちを落ち着かせるワンポイントアドバイスを専門の講師がいたします。

日 時：平成24年11月18日(日)10:30～11:30 ※毎月第3日曜日に開催

参加費：無料。バスタオル持参。

場 所：いずれも会場は、さくらんぼ保育園(立川市砂川町2-36-13)

問合せ：さくらんぼ保育園 ☎042-537-9440(鈴木さん)

URL <http://blog.livedoor.jp/sakuranbo9440/>

●情報をお寄せください！★みなさまからのご意見・掲載情報をお待ちしています。詳しくは電話またはメールにてご連絡ください●

地域福祉コーディネーターだより

栄町・若葉町

地域福祉コーディネーターは住民のみなさんと一緒に「孤立のないまち」を目指して地域福祉活動をすすめます。

■子育てグループが立ち上がりました

幸学習館で6～8月に開催した「ママビクス&ベビーマッサージ」の受講生の皆さんが、子育てグループを立ち上げました。現在7組の参加で、これから月に1度の割合で活動をしましょう、ということになりました。



現在、子育てグループが利用すると便利な登録制度として3つのサービスを紹介しています。

- ①本会(立川市社会福祉協議会)の「支えあいサロン」助成制度・・傷害保険に入れるので、加入をお勧めしています。公益性(加入希望者への情報提供など)も求められます。
- ②子育てサークル登録制度・・子ども家庭支援センターのサービス。市内6ヶ所の学習館の保育室を、活動場所として借りることができます。
- ③社会教育関係団体の登録・・教育委員会生涯学習推進センターが管轄。一定の要件を満たした団体が対象で、学習館を無料で利用できます。

それぞれのサービス内容を説明しながら、手続きのお手伝いもしています。

上砂町・一番町・西砂町

■ある自治会での初の試み

9月のある日曜日の午前9時。自宅のドアから次々とご近所の小さな公園に向かっていく方たちの姿が…。約140世帯の住民が暮らす一番町の自治会で、震度6強の地震発生を想定した避難誘導訓練がありました。

「ご近所で声を掛け合い、連れだって公園へ向かう」「公園に集合したら班ごとに安否確認をする」という試みです。

子どもから足腰が弱くなってきた方まで、自治会員の約半数にあたる117名の方が集まりました。時間にして30分程度。しかし、顔を見せ合い、言葉を交わし合いながらのこの30分の経験は、この地域の防災・減災力を大きく変えるものだと感じました。訓練にも参加できない人がいることを、住民同士が自然と知ることにもなり、日頃からゆるやかに、お互いを気にかけて合うことにもつながります。



訓練後は自治会館に集まった防災学習会も開催(協力:立川市災害ボランティアネット)。こちらも40名以上の参加があり大盛況でした。
←班長さんが点呼中です

グループの個性に合わせてサービスを活用しながら、子育ての仲間を広げていただきたいと思います。

■顔が見えるくらいのご近所で「助け合いの会」

これからの高齢社会に必要なサービスとして、民生委員さん、地域包括支援センターと協働で「助け合いの会」(仮称)が出来ないかと考えています。すでに軽度の家事や庭木剪定など、互助的なサービスを自治会単位でつくって活動しているグループがあります。「頼みやすく、頼まれて嬉しいサービス」にするにはどうしたらよいかをグループに伺います。小さなエリアで活動することが活動活性化の要件ではないかと考え、若葉町2丁目の住民で、関心のある方に参画を呼びかけます。

日時 12月19日(水) 10時～11時半

場所 若葉会館

対象 若葉町2丁目に在住の方

栄町・若葉町

地域福祉コーディネーター連絡先 担当:早川

☎042-537-7147 Fax:042-537-7157

✉sakaewakaba@room.ocn.ne.jp

立川市若葉町3-45-2

北部東わかば地域包括支援センター内



■上砂町2-3丁目界隈で防災まち歩きを実施しました

10/6(土)に、障がいのある人もない人も暮らしやすい立川を考える会の主催で開催しました。

「この地域の中で、災害時に役立つものは何か」「危険回避のために改善することは何か」をチェックしながら歩きました。

障害のある人や子ども、引っ越して来て間もない人にとってはどうかなど、視点をあれこれ変えながら歩くと、いつも見慣れた風景が少し違って見えてきます。



←平日と週末でもまちの様子に違いが…

このような取り組みを自身のご近所でも始めたいという方はご連絡ください。実施のお手伝いをさせていただきます。

上砂町・一番町・西砂町

地域福祉コーディネーター連絡先 担当:枝村

☎042-534-9501 Fax:042-534-9502

✉edatamae@blu.m-net.ne.jp

立川市上砂町5-7-4

北部西かみすな地域包括支援センター内



●情報をお寄せください! ★みなさまからのご意見・掲載情報をお待ちしています。詳しくは電話またはメールにてご連絡ください●

立川市社会福祉協議会 ふれあい相談

地域の身近な場所で気軽に相談できる無料の初期相談窓口です。市民の生活に即した専門的なご相談ができます。相談を希望の方は、お電話または窓口にてご予約ください。

相談の種類		実施日	時間	相談員	場所
法律相談	法律全般	第1・3・4・5(土)	13:00 ~16:00	司法書士	社協 あいあい ステーション (伊勢丹立川店 6階ハートフル ステーション)
		第2(日)		弁護士	
	税金	偶数月 第3(日)		税理士	
	年金・労働相談	偶数月 第4(日)		社会保険労務士	
	相続	第2・4(火)		相続アドバイザー	
	行政手続	第3(火)		行政書士	
高齢者福祉		偶数月 第1(水)		介護支援専門員	
福祉のしごと		第1(火)		キャリア支援専門員	

※ふれあい相談については予約不要です。

法律相談等に関するご予約・お問合せは・・・立川市社会福祉協議会あいあいステーションへご連絡ください。

相談の種類	実施日	時間	相談員	場所
成年後見	第2(土)	13:00 ~16:00	司法書士 社会福祉士	社協 あいあい ステーション

成年後見相談に関するご予約・お問合せは・・・立川市社会福祉協議会地域あんしんセンターたちかわへご連絡ください。

相談の種類	実施日	時間	相談員	場所
アルコール	第2・4(水)	13:00 ~16:00	立川断酒新生会	立川市総合福祉 センター
ふれあい(心配事など)	毎週(木)	13:00 ~16:00	民生委員	立川市総合福祉 センター

※アルコール相談については、予約は不要です。

※ふれあい相談については、電話による相談もお受けします。☎042-529-8426

●立川市社会福祉協議会

立川市富士見町2-36-47立川市総合福祉センター

☎042-529-8300 / Fax:042-529-8714 / ✉aiaics@whi.m-net.ne.jp

開所時間 平日8:30~19:00 土曜日8:30~17:00 休館日 日祝日

●社協あいあいステーション

立川市曙町2-5-1伊勢丹立川店6階ハートフルステーション内

☎042-540-7484 / ✉aiaistn@sirius.ocn.ne.jp

開所日・時間：伊勢丹立川店営業日 10:00~18:00



■「市民活動センター★たちかわ通信」を常設しているところ(下記の場所で受け取ることができます)■

立川市社会福祉協議会・市内各学習館(旧公民館)・図書館・福祉会館・学習等供用施設
フレンド書房・グルメシティ立川若葉店・モスバーガー立川高松町店・
トヨタ西東京カローラ立川富士見町店・レストランサラ・東京ボランティア市民活動センター
洋菓子のお店プルミエール・窯焼きパン工房ゼルコバ・コミュニティカフェ ステッチ・梅の湯

◆一部地域に新聞折込をさせていただいています◆

Y C読売新聞立川北部サービスセンターの皆様のご好意により、
読売新聞をご購読の方は折り込みにて配布されます。(栄町・高松町・曙町の一部)

※市民活動センター通信は立川市の委託により、発行しています。