

富士見町
柴崎町

まちねっと



※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、延期や中止の可能性もあります。
お出かけ前に、必ずお問い合わせください。

虹の会～共有の思いを語らう場～



大切な方を亡くされたご家族が共有の思いを語らう場です。
予約なしでご自由に参加のできる場となっております。お気軽にお越しください。
当日はマスクの着用、事前の検温をよろしくお願い致します。
新型コロナウイルス感染状況により、中止になる場合もございます。
※見学は行っておりません。何かご不明な点等ございましたらご連絡ください。

日 時：12月22日(火)、1月15日(金)、2月22日(月)、3月23日(火)
いずれも13:30～14:30

場 所：立川市総合福祉センター（立川市富士見町2-36-47）

参加費：200円

問合せ：ボランティアさくら 岡田さん
080-1163-5281

1地区地域福祉コーディネーター（池谷）
dai1chiku@tachikawa-shakyo.jp

情報提供

きちんと予防し、冬の季節を楽しもう



新型コロナウイルス感染症も収束の兆しが見えない中、かぜやインフルエンザ、胃腸炎等様々な感染症が流行する季節がやってきました。

すべての感染症対策に共通するもの…それは手洗い、マスクの着用とこまめな換気です！皆さん基本的なことだと思い疎かになってはいませんか？この機にもう一度見直してみましょう！また、ふだんから十分な睡眠とバランスの良い食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう！

「私たちができること」を
して感染予防に努めま
しょう！！



マスクの着用



手洗い



うがい



換気



大迷宮！ミステリーツアー

進みたくななくてもかってに進んでしまうなぞの道……。行く手にはたくさんのゴーストがさまよい、みんなが来るのを待っている。はたして無事にゴールにたどりつくことができるかな…。

☆申込みはいりません☆



※これはお化け屋敷だよ

日 時：12月19日(土)
13:00～16:00

(※15:45受付終了です。)

場 所：西立川児童会館
(富士見町1-23-6)

費 用：無料

問合せ：社会福祉法人西立川児童会館

電 話：042-525-0571

※日にち、時間に変更になる場合があるので、ホームページでご確認ください。

■ホームページ

<https://nt-fujiduka.jimdo.com>

ペットカフェたちかわ



ペットカフェたちかわは、ペットを飼っている人、これから飼いたいと思っている人への学習の機会・参加者同士のネットワークづくりを目的に活動を行っています。ドックカウンセラーより飼い主さんがやっておくべきことを学びます。ペットについて困っている事、悩んでいる事を一緒に話し合ひましょう。参加は飼い主さんのみです。

※新型コロナウイルス感染拡大防止の為、カフェ活動を休止しております。(ご持参の飲料水は除く)

日 時：12月19日(土)、1月16日(土)
2月20日(土)、3月13日(土)
いずれも10:00～12:00

会 場：立川市総合福祉センター
(富士見町2-36-47)

参加費：100円

講 師：ドックカウンセラー五十嵐いずみさん

申込み・問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)



まりきいた

～ママのワークライフバランスaround



まりきいたとは子育て中のママさんを対象に、地元での生活が楽しくなるような取り組みを行っている団体です！子育てをしながら社会で活躍している女性を毎月講師としてお招きし、お話を聞く企画を行っています。毎回ミニヨガレッスン付き！

日 程：12月10日(木) 講 師：ピアノ講師 熊澤さん

1月14日(木) 講 師：たちかわ創造舎シェアオフィスメンバー・鮭スペアレ
主宰 中込さん

2月11日(木) 講 師：英語講師 リトルジラフ松村さん

3月11日(木) 講 師：ママエールプロジェクト 飯野さん

時 間：いずれも10:00～11:30

場 所：たまがわ・みらいパーク (富士見町6-46-1)

対象者：女性(子連れOK)

参加費：500円(講師料)

申込み：たまがわ・みらいパーク 042-848-4657

申込み締切は各日程の前日までになります。



ママさん同士の
つながりを作りましょう！



ゆんたく・立川 ～ひきこもり地域家族会～



ひきこもり、発達障害等、同じ生きづらさを抱えた当事者の家族同士が集まって自由に想いを分かち合う家族懇談会です。「ゆんたく」は沖縄の言葉で「おしゃべり」の意味。気軽に集まりお茶を飲みながらゆんたくしませんか。

日 時：毎月第4土曜日 13:30～16:00

場 所：立川市総合福祉センター
(富士見町2-36-47)

内 容：家族懇談会

対象者：ひきこもり、発達障害等いきづらさへの関心がある家族等

参加費：500円(運営協力費)

※懇談会は、事前申し込み不要。直接会場にお越しください。なお途中参加、退席も可能です。

問合せ：ゆんたく・立川世話人 岡部さん

090-8035-2882

otoasobi.koton@gmail.com

妊娠・出産前のパパ教室

～産前からできることを知ろう・学ぼう～

「パパに知ってほしい出産とママのカラダ」のお話や「お互いの距離がギュッと近くなるワークショップ」を通して夫婦の想いや気持ちを確認・共有し、「子育て」についてワクワクしながら考えましょう！

日 時：12月5日(土) 14:00～16:00

1月16日(土) 14:00～16:00

会 場：立川市総合福祉センター
(富士見町2-36-47)

内 容：「パパだからこそ妊娠・出産に向けてできることを一緒に考える」

「お互いの距離がギュッと近くなるワークショップ」

講 師：■野崎聡司さん(ファザーリング・ジャパン多摩支部代表)

■中西信介・味愛ご夫妻

(子育て応援部・Hiタッチ!!)

参加費：500円

対 象：妊娠中のママとそのパパ

定 員：15組(先着順)

申込み：地域福祉コーディネーター(4面)



＼QRコードより申込み可能／

ボランティア
募集中!!

こぶし誰でも食堂 ～パントリー活動～

コロナ禍で食堂を中止している中、こぶし誰でも食堂は子ども、子育て中の親、高齢者など様々な人々に対してレシピと食材の提供を始めました。ボランティア募集も行っています。ぜひお問い合わせください。

日 時：12月19日(土) 10:30～11:30

場 所：立川市総合福祉センター
(富士見町2-36-47)

参加費：無料

問合せ：こぶし誰でも食堂 土屋さん

電 話：042-535-5184

留守番電話の時は、お名前と連絡先をお願いいたします。



富士見町住宅フードドライブ



4月より開始した富士見町住宅フードドライブ活動も5回目を迎えます。毎偶数月に開催させていただいた結果、第1回目の18kgから9kg増加し、27kgもの食品のご寄付をいただきました。住民の皆様のご支援心より感謝申し上げます。

フードドライブとは、家庭や職場等で「まだ食べられるのに余っている食品」など、食べられるのに破棄されてしまう食品を、様々な理由で食事に不自由されている方への支援に活用する社会福祉活動です。

●今後のフードドライブの予定

日 時：12月15日(火)、2月15日(月)

※2021年4月からも継続予定です。

9:30～11:30

場 所：富士見町住宅六郵便局隣空きスペース
(富士見町6-15-2)

※生鮮食品や冷凍食品は受け取ることができません。賞味期限が2ヶ月以上あり、未開封の食品のご寄付をお願い致します。



参加者募集

こんにちは！ **ふじみほーかつ** です！



◎「あなたの足は大丈夫！？ ～足と爪を見てみよう！～」

最近、つまずきやすくなっていますか？足・爪の専門家を通じてフットケアを学んでみませんか。椅子に座って行います。

日 時：12月23日(水) 14:00～15:00

会 場：柴崎学習館 ホール

(柴崎町2-15-8)

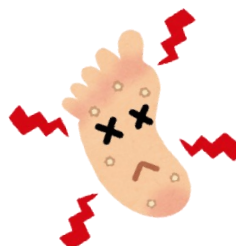
対象者：65歳以上の立川市民

参加費：無料

定 員：20名(申込先着順)

講 師：Dr.ネイル-爪革命- 井出さん

申込み・問合せ：立川市南部西ふじみ地域包括支援センター(4面)



気付かぬうちに足への負担がかかっているかも…。

「早めの対策」
みんなで学ぼう！



ほーかつってこんなところですよ！

正式名称は『地域包括支援センター』といい、高齢者やそのご家族が住みなれた地域でその人らしい生活を継続できるように支援することを目的に、全国の市区町村に設置された“高齢者等のよろず相談所”です。富士見町・柴崎町は立川市南部西ふじみ地域包括支援センター（通称：**ふじみほーかつ**）の担当圏域となっています。窓口だけでなく、電話や訪問も可能ですので、お気軽にご相談ください！



立川市南部西ふじみ地域包括支援センター

住所：立川市富士見町2-36-47

立川市総合福祉センター1階

電話：042-540-0311

Fax：042-548-1747

開所時間：平日9：00～19：00

土曜9：00～17：00

地域福祉コーディネーター（池谷）

電話：042-540-0205

Fax：042-529-8714

メール：dai1chiku@tachikawashakyo.jp



Twitter



Facebook



YouTube