



※広告に関するお問い合わせは総合広告代理店フレックス株式会社 ☎042-528-1611 (代) へ

元気人 たち



平岡 敏子さん 平岡 明彦さん
『すべてが当たり前
受け入れられる社会に』

今回は、「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」の会員でもあり、オストメイト相互支援団体「けやきの会」の代表の平岡敏子さんと、富士見町で自治会長をされている平岡明彦さんのご夫妻にお話を伺いました。

※オストメイトとは…ストーマ（人工肛門・人工膀胱）を保有している人のことです。ストーマとは事故や病気が原因で、手術によりお腹に人工的に造られた排泄口のことです。

妻、敏子さんが「けやきの会」を立ち上げたきっかけ

「6年前に、ステージ3の膀胱がんが原因でオストメイトになりました。災害時におけるオストメイトへの支援に関して学ぶ機会がありました。しかし、想像以上に情報がなく、周りの理解もあまりないことを知りました。オストメイトは避難先のトイレで困ると訴えたら、『災害時にトイレで困るのは皆一緒だ』と言われたことがあります。このときに『まずはオストメイトについて知ってもらいたい!』と思ったのがきっかけで、地域に根付いた活動をしたいと思い、社協の市民活動センターたちかわを通して『けやきの会』を立ち上げました。」

周りの支え

「退院後、皮膚トラブルにより装具を上手に装着できないとき

がありました。いちばん辛い時期は、何もかもが嫌で泣いてばかりいました。そんなとき、懇意にしている人からの『できなくなったことを探するのはやめて、できることを探していこう』という言葉で立ち直ることができました。また、同時期に、通院先で出会った皮膚・排泄ケア認定看護師さんにも助けられました。」

「徐々にできることが増え、『けやきの会』の活動も当事者の方や看護師さん、ストーマ装具の販売会社の方など、多様な会員の支えのおかげで、冊子の作成や講習会ができるようになりました。活動のアイデアを具体的な形にしていけることができるのは、『けやきの会』の仲間や夫のおかげです。」

一人でも多くの人に知ってもらいたい

「排泄機能障害であることを周囲に言いたくない人が多いです。家族、親戚、親友以外に知ってもらいたいと思う人は少ないでしょう。同じオストメイトでも悩みはそれぞれ違いますが、例えば、混雑している場所で人と当たったときに、ストーマが傷つく恐怖や漏れてしまうかもしれないという不安があり、通院以外は外出しないという方もいます。多目的トイレがあっても、他人の視線を感じて入りにくいこともあります。」

「実際には、装具の管理ができていれば臭いなどが漏れること

はなく、他の人と同じように過ごすことができます。オストメイトでマラソンランナーやモデル、ボディビルダーなどで活躍している人もいます。」

「外見ではわからないけど、内部障害のある人がどういう思いをして生活しているかを、一人でも多くの人たちに知ってもらいたいです。誰でもなる可能性があるので、無関心でいて欲しくないです。すべてが当たり前を受け入れてもらえるような社会になればいいと思います。」

夫、明彦さんの自治会長としての活動

「自治会の約160世帯のうち6割以上が高齢の方です。私自身に難病がありますが、何か役に立ちたいと思い、去年の7月から会長を引き受けました。自治会ではカラオケクラブや麻雀クラブなどをつくり、子ども会や他の自治会との繋がりが強くなるように努めています。心配のある住民がいたら社協と綿密に連絡をとり、支援に繋がるようにも意識しています。小さなコミュニティで見守りをするのは大切です。初めは上手いかなかったけれど、最近は周りの方たちの関係が見えてきて、軌道に乗ってきました。人との繋がりを増やしていくと、何かあったときに助けあえると思います。他の自治会との交流を大切にしているのは、成功例を参考にさせていただきたいことに加え、

災害時、近い地域同士で関わる際に避難所で疎外感を感じないようにするためでもあります。富士見町がどういった地域か、皆さんに知ってもらいたいと考えています。」

「今は地固めの時期だと思っています。積極的に参加する方が増えていて嬉しいですが、地域との繋がりをあまり望まない方もいるでしょう。そうした方たちの距離感を大切にしながらも、気軽に立ち寄れるようなイベントを考え、新たな参加者も交流できる場を目指したいです。」

最後に

夫の明彦さんが「多様な障害に対応できる組織づくりが必要だと思う。差別や偏見を減らしたいです。」と話す、妻の敏子さんが「直接的な関わりで得た知識ではなく、周りから得た知識で判断すると差別や違和感が生まれてしまうかもしれないね。関心をもっていろいろなことを学んで欲しい。どんな障害でも完全に理解するのは難しいけれど、知ることから始めて欲しいです。」とおっしゃっていました。

私も日頃から、見慣れること、関わりに慣れることで、いろいろな多様性を知ることができると思っていますので共感しました。地域で活躍されているご夫妻がお互いを支えあい、尊敬しあっている姿が素敵でした。(松)

心のバリアフリー「拡げよう!こころの輪」 「ヘルプカード」「ヘルプマーク」

地域活動支援センターたあふく(立川市社会福祉協議会)で配布しています
(立川市の依頼を受けて配布しています)

ヘルプカードとは?

⇒障害や疾病などのある方が、災害時や日常生活の中で困ったときに、周囲の方に提示して支援をお願いするためのカードです。

■対象となる方は…

立川市にお住まいの方または立川市の障害福祉サービスを受給している方で、身体・知的・精神に障害のある方、難病の方、その他、高次脳機能障害や発達障害などで日常生活に支障のある方

【問合せ】 ○立川市福祉保健部障害福祉課
○地域活動支援センターたあふく



ヘルプマークとは?

⇒外見からわからなくても援助や配慮を必要としている方が、そのことを周囲に知らせるためのマークです。

■対象となる方は…

立川市にお住まいの方または立川市の障害福祉サービスを受給している方で、義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としている方

☎ 042-523-2111 FAX 042-529-8676
☎ 042-503-9109 FAX 042-548-1724



配布場所

立川市障害福祉課
(市役所1階1番窓口)
窓口サービスセンター
(立川タクロス1階)
健康会館
地域活動支援センターたあふく
(総合福祉センター2階)

アール・ブリュット立川

第6回「花とみどり・いのちと心展」 に参加します

アール・ブリュット立川は、国営昭和記念公園で開催される第6回「花とみどり・いのちと心展」にて、伊勢丹、多摩モノレールに続きアール・ブリュット作品を展示します。

また、開催期間中に、子どもから大人まで楽しむことができるワークショップを行います。自然豊かな国営昭和記念公園の中で、アートに親しんでみませんか。



阿山隆之「赤鼻のトナカイ雪の中」

日時：2019年12月7日（土）～2020年1月5日（日）

9:30～16:30 ※12月31日・1月1日は休館

場所：国営昭和記念公園 花みどり文化センター

入場料：無料

※国営昭和記念公園の入園料・駐車料金は別途かかります

主催：国営昭和記念公園、国営昭和記念公園管理センター、現代造形表現作家フォーラム

後援：立川市、昭島市、立川市教育委員会、昭島市教育委員会、東京新聞

協力：アール・ブリュット立川実行委員会

ワークショップ 「キャンドルグラスをつくろう」

ガラスのコップに絵の具で描く、ちょっとロマンティックなキャンドルスタンドを作ってみませんか。子どもから大人まで、ハンディのある方も誰もが一緒に楽しめるアートです。材料はすべてご用意します。手ぶらでOK。お気軽にご参加ください。



キャンドルグラス作品例

午前の部

午後の部

日時：12月7日（土）10:00～12:00、13:00～15:00

12月8日（日）10:00～12:00、13:00～15:00

場所：国営昭和記念公園 花みどり文化センター

定員：各20名（当日受付、先着順）

参加費：500円（ガラスのコップ、LEDライト等の材料費込み）

持ち物：不要

講師：たまfunアート

問合せ：アール・ブリュット立川実行委員会

abt.tachikawa@gmail.com

NPO法人・非営利団体のための運営実務講座

「団体をNPO法人にするか迷っている」「NPO法人化の手続きや実務について知りたい」など、NPO活動に関心がある方やNPO法人化を検討している方は、ぜひご参加ください。

第1回は法人化の意義やNPO法の内容、申請上の注意点、必要な実務など、NPO法人の基本をお伝えします。第2回は実際にNPO法人を運営していくうえで重要な「定款」についてお伝えします。立ち上げを検討されている方だけでなく、すでにNPO法人として活動し、より使いやすい定款を作りたいと考えている方の参加もお待ちしています。

日時：第1回 2020年1月30日（木）19:00～21:00

「NPO法人設立ガイダンス」

講師：市民活動センターたちかわ職員

第2回 2020年2月4日（火）19:00～21:00

「NPO法人の定款について」

講師：東京ボランティア・市民活動センター

森 玲子 氏

※必要な回のみのご参加も可能です。

会場：総合福祉センター 2階 視聴覚室

（立川市富士見町2-36-47）

対象：NPO法人格の取得を検討されている団体の方、NPO法人・非営利団体で実務を担当されている方、NPO活動に関心のある方

定員：各回30名（申込順） 参加費：各回 500円

申込み：市民活動センターたちかわ

☎ 042-529-8323 FAX 042-529-8714

E-mail: shimin@tachikawa-shakyo.jp

ボランティア大募集！ はじめてのボランティア体験 ～まちパ編～

イベントで楽しくボランティアしませんか？

普段出会うことのない方々との交流や、いろいろな市民活動との出会いなど、楽しみながらボランティアを体験しませんか。昨年ボランティア体験した方からは、「どの人もフレンドリーでたくさん話しかけてくれました」「周りの人が親切だった」「とても楽しく、普段出会うことのない方とお話しできて良かった」などと、とても好評でした。

また、市内で活動するさまざまな分野のボランティア団体が多く集まるので、未知の情報にも触れられます。「迷ったら近づいてみる！」ご応募お待ちしております。

※まちパとは…『待っています！あなたの地域デビューtheパーティー』の略称で、定年退職前後の方と、ボランティア・市民活動団体がつながるパーティーです。

日時：2020年2月15日（土）13:00～17:00

場所：総合福祉センター（立川市富士見町2-36-47）

対象：ボランティアに興味がある方

年齢：小学生以上（※小学生は保護者の付き添いが必要です）

内容：喫茶コーナーの運営、会場設営など

定員：10名（先着順） 持ち物：エプロン

申込み・問合せ：市民活動センターたちかわ

☎ 042-529-8323 FAX 042-529-8714

E-mail: shimin@tachikawa-shakyo.jp

こちらのQRコードからもお申込みいただけます。



市民活動団体支援講座 ムダな会議にサヨナラ！ 活動が楽しくなる会議のコツ



「どうせ集まるなら良い会議にしたい」「形式化している会議を見直したい」と考えている方は多いのではないのでしょうか。この講座では各方面で実績のある「場づくりのプロ」をお招きし、皆さまの活動が楽しくなる会議のコツを学びます。

日時：2020年1月22日（水）19:00～21:00
場所：女性総合センター・アイム 5階
第3学習室（立川市曙町2-36-2）
対象：立川市内で活動するボランティアグループや市民活動団体等
講師：合同会社Active Learners
定員：40名
参加費：無料
申込み：市民活動センターたちかわ
☎ 042-529-8323 FAX 042-529-8714
E-mail: shimin@tachikawa-shakyo.jp
こちらのQRコードからもお申込みいただけます。



2020年度 市民活動団体助成のご案内

市民活動センターたちかわでは、立川市社会福祉協議会の理念である「誰もがふつうにくらせるしあわせなまち立川」をより効果的に推進していくために、市民の皆さまからお預かりした会費や寄付金を財源として、ボランティア・市民活動団体への助成事業を行っています。

この助成事業は、市民参画による運営委員会で助成の決定をしています。市民の公益的な活動が継続的に地域に還元されることを願っています。ご不明な点などは、お問合せください。

■申請方法などのご案内

1. 助成事業内容
(1) ファーストステップ助成
※設立から3年以内の団体、1団体3回まで申請可
団体の結成及び1年間の運営にかかる経費等
(2) 事業継続支援
※設立から3年以降の団体、1団体3回まで申請可
市民交流事業や普及啓発活動、調査研究活動にかかる事業
2. 助成額
(1)(2) とともに1団体につき、最大5万円
3. 助成対象期間
2020年4月1日～2021年3月31日
4. 助成対象
5人以上の会員等で構成されている公益性のある開かれた活動を行う非営利団体で、以下のいずれかに該当する団体
(1) 市内に活動拠点が設置されている団体
(2) 立川市民を主たる対象に活動をする団体
(3) 立川のまちづくりの推進に寄与する団体
※市民活動センターたちかわへの団体登録が必要（助成申請と同時に団体登録の申請も可能）
5. 自己負担率（事業継続支援のみ）
1回目10%、2回目15%、3回目20%
6. 申請書の受付期間
2020年2月10日（月）～2月21日（金）
平日9:00～18:00
土曜日9:00～16:00
（日曜祝日は除く）
※申請書はホームページからもダウンロードが可能です。
※事前にご連絡ください。受付日時の調整をさせていただきます。
7. 問合せ 市民活動センターたちかわ
☎ 042-529-8323
FAX 042-529-8714
E-mail: shimin@tachikawa-shakyo.jp

地域福祉コーディネーターだより

地域福祉コーディネーターは住民の皆さまと一緒に「孤立のないまち」を目指して地域福祉活動をすすめます。全地区に専任職員を配置しています。

「さあ、笑っているパパになろう！」



パパの子育て講座 （報告）

地域福祉コーディネーター 小林
NPO法人ファザーリングジャパンの安藤哲也氏を講師に迎え、乳幼児のパパを対象に講座を開催したところ、13名のパパたちが参加しました。

パパの地域活動の楽しみ方について、講師自身の経験を踏まえたお話がありました。仕事以外のネットワークが仕事にも活かされること、災害時に自分が遠くにいても地元のネットワークが助けてくれたこと、仕事と地域活動の両立には妻との関係を意識する「ワーク（仕事）・ライフ（妻）バランスが大事だ!」という言葉に笑いも起きましたが、納得する言葉でした。

昨年講座に参加した3名のパパも登壇し、ここ一年で起きた変化についてお話されました。保育園の夏祭りの実行委員長を務めたり、公園デビューしてパパに声をかけたりしたエピソードが聞けました。もちろん妻との関係も良い!と口を揃えていました。

講師の軽妙なトークにパパたちの本音が引き出され、参加者も具体的な地域活動のイメージができたようです。今後はパパならではの視点で集まれる機会をつくり、楽しく活動していきたいとみなさん意気込んでいます。

「立川市で楽しく子育て！」

～転勤・転入ママのおはなし会（報告）～



地域福祉コーディネーター 田口

立川市に転入・転勤してきたママ・妊婦さんのつながりや仲間づくりの場として、「転入・転勤ママのおはなし会」が開催されています。立川市に初めて住む方からの「友達をつくりたい」「子育ての情報を知りたい」という声からスタートしました。

「知らない土地での子育てに不安を感じるママ・妊婦さんが集える場所をつくりたい!」という思いから呼びかけが始まり、現在は10組を超える親子が参加しています。

毎回メンバーがやりたいことを出し合いながら楽しく活動しています。6ヵ月未満の赤ちゃんをママを対象とした「はじめてのおでかけ」や、テーマ別のおしゃべり会である「子育てcafé ♪」も始まり、活動の輪が広がっています。

子育て中のママ・妊婦さんが多くの人や地域とつながり、立川市で楽しく子育てができるようなきっかけの場となってほしいと思います。

○各町の地域福祉コーディネーター 連絡先

町	担当者	電話
富士見・柴崎	丸山	042-540-0205
錦・羽衣	安藤	042-519-3001
曙・高松・緑	小林	042-540-0210
栄・若葉	古川	042-537-7147
砂川・柏・幸・泉	田口	042-534-9616
上砂・一番・西砂	進藤	042-534-9501

ご協力ありがとうございました！

寄付者名簿

2019年9月1日～10月31日（敬称略）
総額：76,108円

受付日	氏名・団体名	寄付金額
9月 4日	磯野 俊雄	5,252
9月24日	第2地区民生委員・児童委員協議会	2,051
9月25日	第6地区民生委員・児童委員協議会	1,024
9月26日	第3地区民生委員・児童委員協議会	2,639
9月26日	第5地区民生委員・児童委員協議会	1,279
9月27日	第1地区民生委員・児童委員協議会	2,409
9月27日	第4地区民生委員・児童委員協議会	1,988
9月30日	王 秀艶	2,700
10月 8日	山田 久夫	6,000
10月21日	柴崎町体育会	16,800
10月23日	第6地区民生委員・児童委員協議会	1,143
10月24日	第4地区民生委員・児童委員協議会	3,108
10月24日	第5地区民生委員・児童委員協議会	1,472
10月25日	第1地区民生委員・児童委員協議会	5,161
10月30日	第2地区民生委員・児童委員協議会	1,461
10月31日	第3地区民生委員・児童委員協議会	1,621
10月31日	川口 加代子	20,000

2019年度 立川市社会福祉協議会 会員・会費
団体・個人会員

2019年9月1日～10月31日（敬称略）

団体・企業名	個人
立川親と子のよい映画をみる会	王 秀艶 匿名
文化・芸術いきいきネットワーク	波多野 進
社会福祉法人 東京リハビリ協会	
NPO法人 たちかわ多文化共生センター	

2019年度 立川市社会福祉協議会 会員・会費
自治会別集計一覧

2019年9月1日～10月31日

地区	自治会名	準 会員	個人	団体	加入 者数	合計金額
富士見	富士見町住宅自治会(追加分)		1		1	500
	親生会		65		65	34,500
	富士見町二丁目自治会	1	169		170	85,700
	上富士町会				169	30,000
柴崎	柴一八幡会		65		65	33,000
	柴三北町会		21		21	10,500
	柴二東部会		33		33	21,000
	柴中会				186	30,000
錦	柴二中和会		78		78	39,000
	錦和会		40		40	24,500
	錦東和会		69		69	37,500
羽衣	錦西協力会				480	20,000
	羽衣町住宅管理組合自治会	1	16		17	8,510
曙	曙一東自治会				140	5,000
	緑ヶ岡ハイツ自治会（追加分）		2		2	1,000
若葉	十番組自治会		43		43	22,500
	文化村自治会		9		9	4,500
幸	北砂川自治会		4		4	2,000
柏	大山自治会		23		23	13,500
	三番組自治会	1	172		173	86,700
	一番組自治会				433	5,000
	昭和の森町会				44	5,000
	四番組自治会				312	30,000
西砂	殿ヶ谷組自治会		54		54	29,500
	AYUMO CITY立川自治会		2		2	1,000
	西砂自治会		11		11	5,500
自治会 総合計		3	877	0	2,644	585,910

歳末たすけあい募金

2019年9月1日～10月31日

地区	自治会名	募金額
若葉	はなみずき会	3,000
自治会合計		3,000

赤い羽根共同募金 自治会別集計一覧

2019年9月1日～10月31日

地区	自治会名	募金額
富士見	親生会	20,000
	富士見町二丁目自治会	10,000
	喜多町会	10,000
	富士見町4丁目西町会	32,500
	上富士町会	10,000
柴崎	柴二中和会	5,000
	柴中会	30,000
	柴二南明会	42,900
	柴五会	20,200
	都営柴六自治会	5,000
	柴四東親和会	82,250
錦	錦東和会	5,000
	錦西協力会	20,000
羽衣	コープ西国立自治会	6,253
曙	ベルシャトゥ立川自治会	5,000
	曙町三丁目東町会	30,000
	曙一南自治会	58,700
高松	曙町三丁目アパート自治会	26,200
	高松町松友会	5,000
	高松町東友会	58,750
	高松町仲和会	25,000
栄	江の島自治会	3,000
	親栄自治会	2,600
	プライムガーデン国立自治会	2,500
	新栄自治会	3,000
	日の出自治会	20,000
	江の島道東住宅自治会	35,400
	第二団地自治会	15,000
	都営栄町5丁目アパート自治会	5,000
	睦会自治会	5,000
	東栄会自治会	5,000
	南栄会自治会	5,000
	緑ヶ岡ハイツ自治会	5,000
	はなみずき会	3,000
若葉	十番組自治会	5,000
	けやき台団地自治会	5,000
	かしの実自治会	2,500
	太陽会	5,000
幸	都営幸町第四自治会	4,000
	43番会	1,000
柏	都営柏町第二自治会	10,000
	新青柳会	3,000
	玉川上水さかえ野自治会	10,000
	みどり自治会	4,600
	上水ニュータウン自治会	4,575
	青柳自治会	5,000
	五番組自治会	15,000
	トミンハイム立川泉町自治会	20,000
	上水自治会	10,000
	双葉自治会	3,000
砂川	三番組自治会	20,000
	昭和の森町会	10,000
	四番組自治会	5,000
	二番組自治会	10,000
西砂	殿ヶ谷組自治会	10,000
自治会合計		779,928

	赤い羽根 募金者名	募金額
一般	立川市役所職員	95,369
	立川市社会福祉協議会職員	20,328
	一般合計	115,697

※11月1日以降の寄付・会費・募金については、次回2020年2月号に掲載させていただきます。

生活にお困りの方のための 無料法律相談会のご案内

「給料が安くて借金が返せない」「生活費が足りないけれど、まず携帯電話代金を支払うしかない」など生活にまつわるお困りごとはありませんか？

そのお困りごと、法律が力になるかもしれません。直接、弁護士とお話ができますので、ぜひお申込みください。



日時：2019年12月4日（水）13：00～16：00（1人30分程度）
場所：総合福祉センター 1階 相談室（立川市富士見町2-36-47）
定員：6名（先着順） 受付：事前予約制
共催：東京三弁護士会多摩支部、法テラス多摩
問合せ：立川市くらし・しごとサポートセンター
☎ 042-503-4308 FAX 042-526-6081
開所時間：月～金曜日 8：30～17：15 ※来所の際は事前にご連絡ください。



イベント・講習・講座





今日から始める私の人生会議とは？

「人生会議（アドバンス・ケア・プランニング）」とは、自分が急な病気や事故によって入院などの医療が必要となるための、前もって自分が望む医療やケアについて考え、家族・親族、もしくは医療・ケアスタッフと何度も話し合いを重ね、その内容を共有する取組みのことをいいます。

「自分らしく生きたい」「何かあったときに家族を困らせたくない」と考えている方、ぜひこの機会にご参加いただき、一緒に『人生会議』について学びましょう。

日 時：2020年2月8日（土）13:30～15:00

場 所：総合福祉センター 2階

ボランティアルーム（立川市富士見町2-36-47）

講 師：森の風訪問看護リハビリステーション

所長 金城 恵太（かなしろ けいた）氏

参加費：100円（資料代として） 定 員：15名

問合せ：NPO法人三多摩市民後見を考える会 川杉さん

☎&FAX 042-531-0624 ☎ 090-7832-6506

ひと・モノ・募集



デイサービスと一緒に創作活動をしませんか？見学歓迎！

高齢者のデイサービスで、10名くらいの方がキットを使った手工芸品などを作っています。縫い物や刺し子を教えてください方、また一緒に作品づくりをしながらお手伝いして下さる方を募集しています。

一度、見学にお越しください。説明を聞いたうえで決めていただいで結構です。

活動日：毎週火曜日13:30～15:00の間

内 容：パウダーアート、コラージュセラピー、切り絵、折り紙など

場 所：恵比寿会 フェローホームズ デイサービスセンター
（富士見町2-36-43）

問合せ：藤谷さん・小池さん

☎ 042-523-7601 FAX 042-523-7605



みんなの展示場 中村洋久絵画館 教室生徒募集

①「絵手紙教室」 手軽に描ける教室です。初心者歓迎。

日 時：毎月第2木曜日 13:30～15:00

費 用：会費月1,000円 入会金なし

②「和紙ちぎり絵教室」 指先を使い脳を活性化します。

日 時：毎月第2火曜日 13:30～15:30

費 用：会費月1,500円（材料費別） 入会金なし

③「絵・文字画教室」 初心者大歓迎。絵と文字の2科目指導します。
文字はユニークな字です。

日 時：毎月第2金曜日 13:30～15:30

費 用：会費月1,500円 入会金なし

会 場：柴崎町2-21-17

申込み：みんなの展示場中村洋久絵画館 ☎ 042-524-4702



小児病院でのボランティアを募集しています！

都立小児総合医療センターでは、子どもたちやご家族のために活動いただくボランティアを募集しています。

○キッズルーム：兄弟・姉妹を預かる託児室での活動

○病棟活動：入院患者さんの遊び相手、学習支援など

○森のライブラリー：患者さん向け図書室での活動

18歳以上（高校生不可）、継続して1年以上・月2回以上ご活動いただける方。特別な資格などは必要ありません。ご応募を心よりお待ちしております。

日 時：平日10:00～16:00（2時間単位）

場 所：東京都立小児総合医療センター

（府中市武蔵台2-8-29）

申込み：都立小児総合医療センターボランティア事務局

☎ 042-312-8116 FAX 042-312-8146

また、当院ホームページでは郵送による申込みのご案内もしております。



シャンソンの会 忘れな草

むかし口ずさんだ懐かしい歌、初めて出会う美しい歌。プロの指導と生のピアノ伴奏によるシャンソンを私たちと一緒に楽しみませんか？見学歓迎です。

日 時：毎月第1・第3金曜日 19:00～20:30

場 所：高松学習館（高松町3-22-5）

講 師：高関 詢子 氏

参加費：月額4,000円

申込み：シャンソンの会 忘れな草 高見さん

☎ 090-3104-1016



第23回東京TAMA音楽祭 ダンスフェスティバル

たましんRISURUホールにてダンスイベントを開催します！さまざまなジャンルの市民団体が集まるイベントでの、会場内の活動など当日ボランティアスタッフを募集しています！詳細はぜひ、お問合せください。

日 時：2020年4月19日（日）12:30～17:00（予定）

場 所：たましんRISURUホール 2階 大ホール

（立川市錦町3-3-20）

申込み：東京TAMA音楽祭ダンスフェスティバル実行委員会 大井さん

☎ 090-2155-7585 E-mail: h.ohi@elta.jp



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、立川のまちづくりに参加したい市民をサポートする窓口です。情報掲示板ではイベント告知、ボランティア情報を発信します。皆さまからのご意見・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。

お問合せ 〒190-0013 立川市富士見町2-36-47
☎ 042-529-8323 FAX 042-529-8714
E-mail: shimin@tachikawa-shakyo.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・祝日はお休みです。



専門相談 立川市総合福祉センターにて各種専門相談を実施しています。

相談の種類	相談員	実施日	実施時間	予約	問合せ・予約先
法律相談	弁護士	第3土曜日	13:00～16:00	要予約	立川市社会福祉協議会 経営総務係 ☎ 042-529-8300
相続相談	相続アドバイザー	第2・4火曜日			立川市社会福祉協議会 地域あんしんセンターたちかわ ☎ 042-529-8319
成年後見相談	司法書士	第2土曜日			
精神障害者の 家族相談	立川麦の会 (立川精神障害者家族会)	第2月曜日	13:30～16:30		立川麦の会 ☎ 042-563-4569 (柳澤) ☎ 042-507-6015 (岡田)
アルコール相談	立川断酒会	第2・4水曜日	13:00～16:00	予約不要	実施日には、電話相談も受付けています。 アルコール相談専用 ☎ 042-529-8426(実施時間中のみ)



あいあい通信は、市民が
編集委員となり紙面割り
や取材を行っています。

- ☆ 東京2020大会 ボランティア研修や、プレテスト国際協議大会のボランティアに参加しています。やっぱり規模がすごい。勉強になります。(み)
- ☆ 消費税、キャッシュレス、自然災害、今年もさまざまなことがあり、年々考えることが増えていると感じています。皆さま、よいお年をお迎えください。(梅)
- ☆ 自然災害の脅威を実感した1年でした。防災、減災できることから取組みたいです。(あい)

- ☆ 台風19号の被害がこんなに大きいとは！高齢者の避難体制も地域でしっかりやりましょう！（山）
- ☆ 来年はどうだろう2020年。まだまだ社会は多様性に慣れていないと感じることもあります。自分にできることをしていきたいと思います。(松)
- ☆ 今年の秋冬野菜は豊作のはずだった。台風15号、19号とその後の大雨で大打撃を受けた。その中、たくましく育った野菜に感謝して、大切にいただいでください。(8豊)

立川市社会福祉協議会 一般職員 (ホームヘルパー) 募集

業務：ホームヘルプ業務（生活援助・身体介護）
資格：介護職員初任者研修修了（ヘルパー2級）または介護福祉士をお持ちの方、健康な方
勤務地：立川市内
勤務日：月～土曜日 週2日以上（曜日応相談）
時間：8:00～18:00の間の45分以上
時給：1,260円～1,680円
雇用期間：採用日～2020年3月31日
（契約更新の可能性有）
福利厚生：年次有給休暇制度等有
加入保険等：労災保険
問合せ：立川市社会福祉協議会
在宅サービス係 小井詰
☎ 042-540-0821 FAX 042-548-1724
E-mail: homehelp@tachikawa-shakyo.jp

立川市社会福祉協議会(立川市総合福祉センター)までの 無料シャトルバス時刻表

総合福祉センター → 立川駅北口 行	立川駅北口 → 総合福祉センター 行
9:40	9:50
10:20	10:30
11:00	11:10
11:40	11:50
13:00	13:10
13:40	13:50
14:20	14:30

- 運行は月曜から金曜までです。
- バス停はありませんので、表にある時刻に立川駅北口交番前よりご乗車ください。

立川市社会福祉協議会



立川市社会福祉協議会

検索



〒190-0013 立川市富士見町2-36-47 立川市総合福祉センター内
☎ 042-529-8300 (代表) FAX 042-529-8714
URL: <http://www.tachikawa-shakyo.jp/>
E-mail: info@tachikawa-shakyo.jp



次回の発行は2月1日です。

amu-life.com

指圧・マッサージ・はり・灸・在宅訪問治療

アミュー治療院(立川店・昭島店)

アミュー在宅マッサージ

医療保険でご自宅に往診治療できる制度です

☆健康保険が適用 ☆介護保険とも併用可(要医師同意)

☆1回300円程度(自己負担1割の方) ☆体験できます

立川市錦町3-5-4 ☎042-513-7800 共通

お家や事業所
スッキリ!

整理整頓、ご不要品買取処分!
お気軽にお電話1本!

丸信リサイクルショップ

国立市西 1-18-22
☎042-575-0020 古物商許可証 30887954859

墓 すっきり
知って
じまい

「事例集」を無料送付

●大野屋テレホンセンター(9:00～20:00)
※年末年始 9:00～17:30

通話無料 **0120-02-8888**

ミニ盆栽体験と車屋の特別会席

お正月を華やかに彩る「松のミニ盆栽」に挑戦!!
盆栽を代表する松の盆栽。
中でも五葉松は、縁起物として祝いの席などに飾られるのでお正月にはぴったりです。
あなただけのミニ盆栽と一緒に作ってみませんか。

開催日 2019年12月18日(水) 講習時間 11:00～12:30(受付10:30～)

食事時間 12:45～ 定員 25名(事前予約制・先着順)

会費 10,000円(講習費、特別会席、消費税、サービス料込)

会場 昭和の森 車屋1F カフェテラス ZENZERO

予約制のためキャンセルされる場合は、必ずお電話でご連絡ください。
当日のキャンセル及び、ご連絡がない場合は、材料費をご請求させていただきます。

五葉松の苗、鉢、苔、土、化粧砂などの材料費はすべて含んでおります。
出来上がった盆栽はお持ち帰りいただけます。
道具はすべてお貸出しします。
汚れても良い服装、もしくはエプロンなどをご持参ください。

お電話にて事前予約制

日本料理 昭和の森 車屋 TEL:042-542-3333 FAX:042-542-3393
〒196-8601 東京都昭島市昭和の森 フォレスト・イン昭和館1F

◆表示価格には消費税が含まれています。 ◆お申込みは令和元年12月25日(水)迄となります。 ◆お席でのお引渡し、お席は令和元年12月31日(水)迄となります。 ◆店頭でのお引渡し時間は午前9:00～午後3:00です。 ◆配達も承っておりますので配達地域、配達料等詳しくはお問合せ下さい。 ◆写真は盛り付け前です。