

富士見町  
柴崎町

## まちねっと



いこ

## 「憩いのサロン」参加者募集!!

みなさんのつどいの場所として「サロン」を開設することとなりました。仲間作りの場として、気軽にご参加ください。お待ちしております。

&lt;茶話会&gt; ※申込み不要

日 時 2月27日(土)9:30~13:00

3月22日(金)9:30~13:00

場 所 立川市シルバー人材センター2階  
(柴崎町1-17-7)

対 象 市内在住60才以上の方

&lt;体験講習&gt;

①「メガネケースを素敵に飾りませんか?」

日 時 2月27日(土)10:00~12:00

参加費 500円(材料代)

②「和紙のちぎり絵」

日 時 3月22日(金)10:00~12:00

参加費 500円(材料費)

※①②とも要申込み(定員15名)

申込み・問い合わせ

立川市シルバー人材センター

042-527-2204 (平日9:00~17:00)

100歳まで元気アップ  
介護予防体操教室

健康運動指導士による、椅子に座ったままの簡単な運動ですので、運動習慣のない方でも参加できます。

日 時 2月12日、26日 15:00~16:00

3月12日、26日 15:00~16:00

いずれも第2、4火曜日

場 所 元田中医院  
(富士見町7-19-11)

対 象 70才以上の方

定 員 10名(要申込み・先着順)

講 師 田中 暁氏(健康運動指導士)

内 容 椅子に座っての体操

参加費 無料

持ち物 飲み物、タオル、動きやすい服装

申込み・問合せ

地域福祉コーディネーター(連絡先は4面)

第1回平和の心コンサート  
立川ユネスコ協会

新しく発足した「立川ユネスコ協会」は音楽の美しさ・楽しさを通し、平和の心を発信したいとの願いから【第1回平和の心コンサート】を開催することになりました♪♪ 一緒に平和の響きに耳を傾けてみませんか?♪♪

日 時 3月23日(土) 14:00~16:00

場 所 柴崎学習館 ホール  
(柴崎町2-15-8)

出 演 国立音楽大学学生、卒業生

入場料 500円

申込み 不要、直接会場へ

協 力 国立音楽大学

問合せ 立川ユネスコ協会(鈴木)

電 話 090-5555-0314

メール s270314r@yahoo.co.jp



地域福祉コーディネーター／みなさんと一緒に地域福祉活動をすすめる社会福祉協議会の職員です。  
富士見町・柴崎町に配置され「誰もがふつうにくらせるしあわせなまち立川」を目指して活動しています。

## NPO法人楽の会リーラ ひきこもり等地域家族会

12月より、月1回土曜日に「ひきこもり等地域家族会」を開催しています。家族会は、当事者経験者であるピアサポーターによる話題等の提供や参加者同士の対話交流をしながら、快復に向けての道筋を考えていく会です。自分の気持ちを話してみませんか。

日時 2月23日(土) 9:00~11:30  
3月30日(土) 13:30~17:00  
場所 立川福祉作業所 ランチルーム  
(柴崎町3-13-1)  
内容 ひきこもり等の話題提供  
家族による茶話会  
対象者 当事者、経験者、ご家族、支援者  
参加費 500円(当事者、経験者は無料)  
主催 NPO法人楽の会リーラ  
共催 立川市社会福祉協議会  
問合せ NPO法人楽の会リーラ 大橋  
電話 080-6539-1304  
メール jamboohashi0507@yahoo.co.jp

## 先天性股関節脱臼の子どもの 親同士の情報交換および交流

現在、治療中の親御さんや経験者も大歓迎です。日頃の悩みや不安など、お話ししましょう。今回は、リハビリ専門職の方をお招きして、ミニ学習会「日常生活で気をつけること・簡単体操」も行います。ぜひ、ご参加ください。

日時 2月22日(金) 10時~11時30分  
場所 砂川学習館(砂川町1-52-7)  
講師 南雲健吾氏  
(リハビリ企画合同会社リは職人)  
連絡先 地域福祉コーディネーター(4面)  
または中橋  
[anyonokai@gmail.com](mailto:anyonokai@gmail.com)

### 先天性股関節脱臼とは

生後すぐ又はまもない頃に股関節が脱臼している状態を指します。乳児健診など歩行開始前に発見され、早期治療により予後も良好なケースが多いですが、発見が遅れた場合は治療期間が長期化したり、生涯に渡り症状が悪化する可能性があります。

## 日曜日のランチサロン はるカフェ



管理栄養士監修のもと“体調を整える”をテーマに自宅でも作ってみたいくなる世界の健康メニューにチャレンジします。料理をしない方の参加も大歓迎です。4/21はイタリア、5/19は中国、6/16はインドの予定です。また健康・栄養・介護のご相談会も開催中です。

日時 4月21日、5月19日、6月16日  
(毎月第4日曜日) 10:30~12:30  
場所 やわらぎホーム・西立川  
(富士見町2-21-23)  
講師 本間真理子氏  
(管理栄養士、健康運動指導士、  
食コンディショニングアドバイザー)  
参加費 500円(食材料費)  
締切り 4月19日、5月17日、6月14日  
(いずれも金曜日)  
申込み 本間、橋本  
電話 042-526-2207

## マーじゃんクラブ WA(わ)

マーじゃんクラブWA(わ)は、初心者の方も大歓迎の健康麻雀のクラブです。おしゃべりして、仲間と楽しく過ごしませんか。

日時 毎月第2、第4日曜日  
13:00~17:00  
場所 富士見町1丁目第3アパート集会所  
(富士見町1-1第3アパート)  
対象者 仲間と楽しく麻雀ができる人  
持ち物 飲み物  
申込み・問合わせ 平岡  
電話 090-3228-3647



## 健幸たいそう アントレ会員募集

誰でもできる「安全安心な健幸たいそう」を目指しています。

日時 毎月第1、第3金曜日  
時間 10:00~11:30  
場所 富士見町団地26号棟集会所  
(富士見町6-25108)  
会費 1,000円(3ヶ月分)  
講師 安田純代氏(介護予防運動指導員)  
持ち物 タオル、飲み物、上履き  
申込み・問合わせ 菅野  
電話 042-525-6786



# 新しいことに出会い・・・ボランティア募集



## ■プレイパークボランティア募集

日時 ①2月15日(金)プレイパーク準備会  
18:30~20:00

②3月9日(土) プレイパーク  
13:00~16:00

場所 富士見児童館・富士見七南公園  
(富士見町7-7-12)

内容 児童館隣の公園で、工作や穴掘り、泥団子づくり、昔遊びなど遊びの体験コーナーの手伝い

参加費 無料 申し込み不要、直接会場へ

問合せ 富士見児童館 高橋 関口

電話 042-525-9020

## ■パーキンソン病立川語る会

### ボランティア募集

日時 偶数月の第4金曜日

13時分~15時30分

場所 立川市総合福祉センター2階  
視聴覚室

(富士見町2-36-47)

内容 当日の会場準備(テーブルセット  
お茶の準備)と終了後の会場片付け

申込み・問合せ 会代表 陰山

電話 090-9105-9298

南部ふじみ地域包括支援センター(4面)まで

## ■若者の居場所のボランティア募集

立川駅南口に「10代の若者の居場所」を作っています。学校や家で生きづらさを感じている若者の話を聞いたり、軽食を作ったりなど、時間を共有したいというボランティアを募集します。



日時 毎週水曜日 15:00~18:00

場所 須田学習塾内(柴崎町3-10-4)

内容 軽食の準備、話し相手

問合せ 地域福祉コーディネーター(4面)

## ■しばっこ☆クラブ

### ボランティア募集

日時 長期休業期間(春休み、夏休み等)

時間 9時~16時(可能な時間)

場所 立川市第一小学校

(柴崎町2-20-3)

内容 児童の遊びの見守り、学習支援

申込み・問合せ

子どもの居場所を考える会 横平

メール shibakko.club@gmail.com



## 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(以下「考える会」) 「商店街のまちあるき」活動報告 訪問調査の報告

「考える会」では、11月13日(火)、19日(月)に立川南口商店街連合会協力のもと「商店街のまちあるき」を実施しました。昨年に引き続き、3年目の取り組みで、計5店の訪問調査を実施するとともに、「立川市障害者のある人もない人も共に暮らしやすいまちをつくる条例」について考える会のメンバーからもお伝えし、共に障害のある方の暮らしについてを考える機会をいただきました。

### ■事前アンケート調査協力

- ・立川南口すずらん通り商店街
- ・立川南口いろは通り商店街

アンケート回収数 計25店

### ■訪問調査協力店

☆在日本大韓国民団西東京地方本部

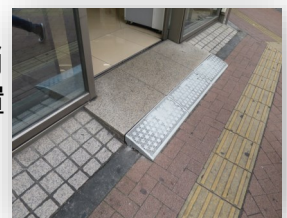
☆TTM(株)

☆J・B・L

☆セブンイレブン立川南口店

☆リオネットセンター立川南店

入り口の段差の解消  
スロープ設置



障害のある方に  
理解のあるお店

# こんにちは！ふじみほーかつです！



## 家でもできる健康体操

### 参加者募集！

「家でもできる健康体操」では、要介護、要支援認定を受けていない65歳以上の市民の方を対象に、毎月1回、椅子に座ってできる筋力維持・向上の体操を行っています。運動不足を感じている方、体力・筋力をつけたい方、仲間をつくりたい方は、ぜひ、ご参加ください。仲間と顔を合わせて、皆さんで楽しく体操してみませんか？

椅子に座ってできる体操です



平成31年4月より、全12回

日時:毎月第3月曜日 14時～15時半

※祝日と重なるため、

7月は22日、9月は9日に開催

### ★★申込み★★

参加を希望される方は、往復はがきに以下を明記し、立川南部西ふじみ地域包括支援センターへ

- ①住所、②氏名（ふりがな）、③年齢、④電話番号、⑤返信用宛先※3月29日(金)【必着】

※広報たちかわ3月10日号でも参加者を募集する予定です。応募は、お一人様1回のみでお願いいたします。複数応募は無効とさせていただきますのでご了承ください。

ほーかつ職員の  
つぶやき



ご無沙汰しております。

山腰沙織です。

産休・育休を経て4月から復帰しています。子どもから、思い通りにいかないことを学ぶ日々ですが、今後ともよろしくお願いたします。



### 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

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（丸山）

電話：042-540-0205

Fax：042-529-8714

メール：dai1chiku@tachikawa-shakyo.jp