

錦町  
羽衣町

# まちなえと



## 介護予防教室 くよくよしても楽しく過ごす

ちょっとしたことで落ち込んでしまう。何となく元気が出ない。そんな時でも自分らしく前向きに生活出来るヒントを伝えます。



日 時 平成31年2月15日(金)

14:00~15:30

場 所 子ども未来センター 201会議室

講 師 森の風訪問看護リハビリステーション  
看護師 金城恵太氏

対 象 おおむね65歳以上の方

定 員 30名

申込み はごろも地域包括支援センター(4面)

これって差別かな？どうしたら良いの？

## 条例と差別の学習会

立川市障害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をご存知ですか？

障害がある人の中には「こんな対応をされて嫌だなあ」と落ち込んでも、どこに相談をしたらよいか分からない人がいます。障害がない人も、職場や街中で「どう接すれば失礼にあたらないのか」「これは差別になるのだろうか」と悩む場面があります。



事故の後遺症や認知症と同様、これは誰にとっても関係のある条例です。どうすれば暮らしやすい街にしていけるのか？一緒に学びましょう。



日 時 3月14日(木) 10:00~12:00

場 所 子ども未来センター 2階201会議室

講 師 立川市障害福祉課

問合せ・申込み ※要申込み

地域福祉コーディネーター(4面)

主 催 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 第2地区地域懇談会

## みんなの錦まつり

3月は、日ごろ錦学習館を利用しているサークル・団体の皆さんが、お互いの親睦・交流を深めたり、活動の成果を公開する月です。新たな会員募集もあります！

### ◆作品展示会

日 時 3月 1日(金) 12:00~16:00

3月 2日(土) 10:00~16:00

3月 3日(日) 10:00~15:00

### ◆舞台発表会

ダンス、楽器演奏、民謡踊りなど！

日 時 3月16日(土)

プログラムは2月中旬に発表！

### ◆錦まつりコンサート

「楽しいオペラの世界！」

日 時 3月 9日(土)

14:00~16:00

昨年のコンサート→



団体の活動発表の様子



団体の作品を一気に見られます！

### ◆ほかにも…

ダンスパーティーやお茶会・公開講座などが予定されています。日程は2月中旬頃に決まります。見学大歓迎です！

問合せ 錦学習館

527-6743 (Fax共) 錦町3-12-25

※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。  
錦町・羽衣町に配置され「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。

## 先天性股関節脱臼の子ども親同士の情報交換および交流

### 『あんよの会』参加者募集



- 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、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 南雲健吾さん

(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

#### ※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。

## ひきこもり等地域家族会

12月より、毎月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社会資源に関する話題等の提供や、参加者同士の道筋を考えて行く会です。自分の気持ちを話してみませんか。※申込み不要。途中参加・退出可。直接会場へ。

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・問合せ

「たちかわ不登校・ひきこもり  
地域家族会」NPO法人楽の会リーラ  
大橋 080-6539-1304

jamboohashi0507@yahoo.co.jp

共 催 立川市社会福祉協議会

## 自分で着ものを着てみよう！

自分で着付けをしてみよう！はじめての方もぜひどうぞ♪着物を持っていない方への貸出も可能です。お申込みの時に伝えてください。



日 時 2月15日(金)

10:00～11:30 (9:45から受付開始)

場 所 子ども未来センター 2階  
202会議室

定 員 10名

参加費 無料

持ち物 着物(自分でお持ちの方)

問合せ 090-3216-9191 (若紫の会 大谷)

\*要申込のプログラムです

## みんなのわらべうたあそび ♪

わらべうたを楽しみましょう。親子はもちろん、老若男女どなたでも大歓迎！

日 時 3月10日(日)11:30～12:00

(11:00から受付開始)

場 所 子ども未来センター  
1階 102会議室

定 員 なし

参加費 無料

持ち物 12:00からのランチ会に参加できる方はお弁当をお持ちください。

問合せ 526-0731 (火・金 10:00～15:00)  
tachikomo.yojibu@gmail.com  
(NPO法人 立川子ども劇場 松尾)



# ま ち の 情 報

## 哲学カフェ

飲み物片手に、参加者同士が特定のテーマについて語り合う場です。テーマは当日、参加者で決めます。日ごろ疑問に思っていることなど、持ち寄ってみませんか？

日 時 2月16日(土) 3月16日(土)

両日とも13:30~15:30

参加費 500円

(飲み物持込み可。別料金で珈琲あり)

対 象 どなたでもどうぞ

場 所 たちかわーく (錦町2-12-9 1F)

錦中央通り 立川年金事務所隣

申込み 哲学カフェinたちかわ 世話人:佐藤  
tachitetucafe@yahoo.co.jp



## 元気な歌声ひろば

季節の歌、懐かしい曲を唄って、楽しく和やかな時間を過ごしましょう。歌謡曲など、リクエストにもお応えします。

日 時 2月23日(土) 3月30日(土) 4月20日(土) 全日 13:30~15:00

場 所 レストランモア

錦町1-17-11 ※相互歯科様の隣

参加費 500円(ワンドリンク付き)

申込み・問合せ

525-8767 渡辺

(音楽ユニット「メゾピアノ」)



## 立川カラオケ虹の会

テレビ・ラジオで歌われている「最新の歌謡曲」をその作曲家、または、指導先生のレッスンCDと譜面、DVD画面を見ながら学習をしています。少人数制、年齢不問、穏やかな会です。

(現在8名)

日 時 毎月第1・3木曜日 13:00~16:00

場 所 錦学習館 視聴覚室

会 費 入会金500円、2か月で1,000円

問合せ 527-9720 斎藤



## 男性のための料理教室

参加者募集中です。初心者の方でもできるメニューで、出汁のとり方や季節に合った食材から一緒に学びます。

準備、片付け等をお手伝いしてくださる女性ボランティアも募集しています。

日 時 2月28日 3月28日 4月25日  
全回 毎月第4木曜日 10:00~13:00

場 所 錦学習館

参加費 700円

持ち物 エプロン 三角巾

手ふきタオル

申込み はごろも地域包括支援センター(4面)



## ..... シルバー人材センターよりご案内 .....

「憩いのサロンを開設」します！茶話会と体験講習(手芸)のサロンです。

<茶話会> ※申込み不要

日 時 2月27日(水) 9:30~13:00

3月22日(金) //

<体験講習>

①「メガネケースを素敵に飾りませんか？」

日 時 2月27日(水) 10:00~12:00

費 用 500円(材料代)



②「和紙のちぎり絵」

日 時 3月22日(金) 10:00~12:00

費 用 500円(材料費)

※①②とも要申込み(定員15名)

場 所 立川市シルバー人材センター 2階  
(柴崎町1-17-7)

申込み・問合せ

527-2204 (平日9:00~17:00)

# こんな時も「ほーかつ」(立川市南部東はごろも地域包括支援センター)です!

## ご来場ありがとうございました!

去る11月24日、毎年恒例の羽衣センター祭を行いました。『ほーかつ』、デイサービス、ケアマネジャーの3つの事業所が協力して地域の皆様をお迎えしました。デイサービス利用者様の作品展示では、書道や陶芸、手工芸、俳句など、それぞれに味わいのある作品をが並びました。ミニバザーでは多くの方にバザー品を提供していただき当日も大盛況。喫茶コーナーでは入れたての薫り高いコーヒーとお菓子で寛いでいただきました。



昨年も好評だった、はごろも羽衣内科小児科の塩安佳樹先生による講演も開催。「(生活習慣)病と食事～高齢の方の場合を中心に」という生活に身近なテーマを分かりやすくお話いただきました。また(社福)恵比寿会の田中管理栄養士からは「高齢者の食事に関するミニ講座」と題し、健康維持のために一回の食事で

摂ってほしいタンパク質や野菜の量を実際の食材を使って加熱前後で比較したり、ちょっと心配な献立例をどう工夫とバランスが良くなるか等、すぐに役立つ具体的な話をしました。

ご協力、ご来場いただいた皆様、本当にありがとうございました。



## 高齢になっても住みやすい街に!

『ほーかつ』では住み慣れた地域で長く生活が続けられるためのお手伝いをしています。その1つが認知症サポーター養成講座です。認知症について、多くの方が正しい知識をもって支えることでその人らしい暮らしを守ることができます。ぜひ受講して地域の応援者になってください。また認知症の当事者やご家族、地域の方々が交流する場として「認知症カフェ」の取り組みも始まりました。

病気にとらわれずに人と人としてふれ合える、そんな場所を増やしていきたいと思っています。

**問合せ 南部東はごろも地域包括支援センターへ**

### 発行・連絡先

＜立川市南部東はごろも地域包括支援センター＞

電話 042-523-5612

FAX 042-523-5613

[nh-hagoromo@lake.ocn.ne.jp](mailto:nh-hagoromo@lake.ocn.ne.jp)

＜立川市社会福祉協議会

地域福祉コーディネーター(早川)＞

電話 042-519-3001

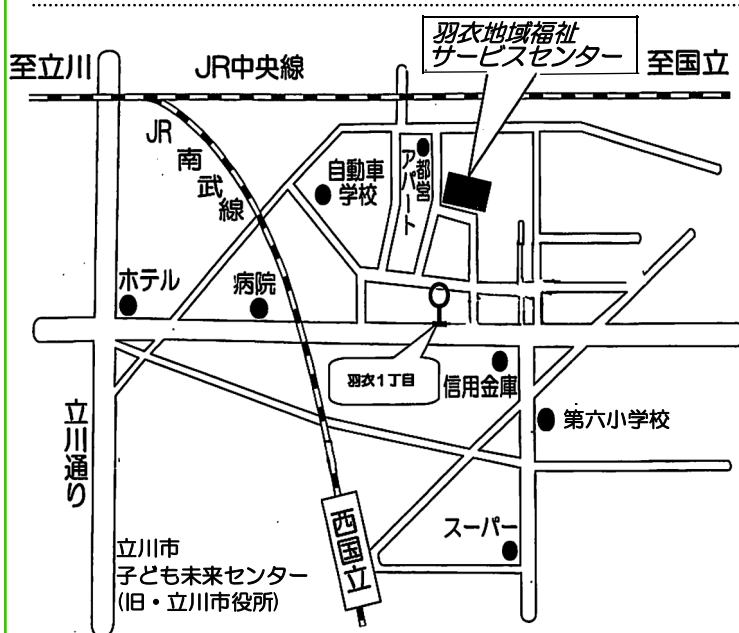
FAX 042-519-3003

[dainichiku@soleil.ocn.ne.jp](mailto:dainichiku@soleil.ocn.ne.jp)

所在地 〒190-0021

立川市羽衣町1-12-18

羽衣地域福祉サービスセンター内



※地域包括支援センター／地域の高齢者の総合相談窓口。高齢者福祉の拠点として設置された機関で、市内には6箇所あります。錦町・羽衣町の担当が「立川市南部東はごろも地域包括支援センター」です。