

錦町

羽衣町

まちなえと



「逃げ遅れる人々～東日本大震災と障害者～」上映会

2011年3月の東日本大震災は、地震、津波、原発事故が重なるという未曾有の災害でした。この中で障害をもつ人に何が起きたのか。福島県を中心に被災した障害者や支援者、関係した人々の証言をまとめたドキュメンタリーフィルムです。

「立川は大丈夫」・・・なぜかそう思っている方も多いのではないのでしょうか。安心な材料だけ考えて無策のままでいては、次の世代に「防災教育」を繋いでいくことができません。この映画は地域の連携や日ごろの備えについて考えさせてくれるでしょう。

(※映画は字幕付き。)

日 時 3月5日(木) 午前10時～12時

場 所 たましんRISURUホール サブホール(地下) 定 員 40名

申・問 dainichiku@soleil.ocn.ne.jp(地域福祉コーディネーター) 512-7168(一般社団法人animo)

主 催 立川市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地区懇談会



第1回 ひと暮らしの女性の会

心に響く話をみんなで聞いて

新しい友達や知り合いを

作りましょう♪

今回は地域に住む、子育て中の女性をゲストに迎えます。ろう者でもある彼女から、子育てのこと、地域との交流、コミュニケーションについてお話を伺います。お話を聞いたあと、茶話会をします。

日 時 2月26日(木)午後1時半～3時半

場 所 子ども未来センター102会議室

費 用 無料 定 員 20名(申込み順)

対 象 近所に知り合いを増やしたい!という

概ね30歳以上のひとり暮らしの女性

申込み dainichiku@soleil.ocn.ne.jp

042-523-5612

(南部東はごろも地域包括支援センター)

◆第2回は3月25日(水)に開催します。アイデア出しや準備など、一緒に活動して下さる方を募集します。地域福祉コーディネーター(4面)まで。

錦学習館まつりへ行こう!

春に向けて何か始めたい、という方におすすめ! 日頃、錦学習館を利用している団体による発表会や一日体験教室、作品の展示などが行われます。

◆楽器・コーラス等の演奏、踊り、体操の発表会

日 時 3月7日(土)午後1時～3時

(プログラム詳細は錦学習館へ)

◆陶芸、書道、各種手工芸等の作品展示会

日 時 3月13日(金)12時～午後4時

3月14日(土)10時～午後4時

3月15日(日)10時～午後3時

◆サークルの一日体験教室・公開練習

日 時 3月中の活動日

問合せ 錦学習館

527-6743(fax共) 錦町3-12-25

目次

P 2 ●防災関係イベント

●定年前後の方向けイベント

P 3 ●街の情報あれこれ

P 4 ●こんな時も「ほーかつ」です

※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・羽衣町を対象に「誰もが安心して楽しく幸せに暮らせるまち」を目指して活動しています。

携行する防災グッズ「ライフポーチ」をつくろう！

自分と大切な家族を守るために、平时にできる「備え」。このワークショップでは、普段持ち歩くカバンにプラスする、非常時対応グッズを詰め込んだ、コンパクトな「ライフポーチ」づくりを体験します。毎日のお買い物や休日のお出かけ時にも使えます。



過去のワークショップの様子

災害ボランティアを経験し、被災地で出会った人たちから学んだ非常時の工夫なども紹介します。

またワークショップ終了後、「非常食」を試食しながら、食の備えについても考えてみたいと思います。

日時 2月20日(金) 午後7時～9時

場所 立川市子ども未来センター

参加費 1,000円

対象 どなたでもご参加頂けます

持ち物 使っていない小さいポーチ(あれば)

主催 NPO法人ウィメンズアイ(※)

bond place (任意団体)

申込み info@womenseye.net(クリバヤシ)

※ウィメンズアイは、東日本大震災の被災地である宮城県北で、女性のまなざしを生かし復興を支援する活動を行っている団体です。

<http://womenseye.com>

ペットがいる家庭向け防災講座(報告&お誘い)

去る11月20日、子ども未来センターで行われたこの講座には15名の方が集まりました。



日ごろ地域猫活動のボランティアさん、分譲マンションの管理組合の方もいらっしゃいました。災害発生時の対応と同時に、飼い主に何か発生した時に「ペットの後見人」がいないの

で対応に苦慮している話などもありました。この講座は、発災時に同行避難するか否かという点だけでなく、事前の準備がいかに大事か、飼い主とペットの命をどう守るか、ネットワークづくりについても学べます。

地域で、サークルで、3人以上集まれば出張しますのでお気軽にお問合せ下さい(4面・地域福祉コーディネーターまで)。

定年前後のみなさま 待っています！地域の仲間と学びのパーティー

主に定年退職前後の男性を対象としたパーティー、通称「まちパ」。

定年前後の方々には、地域活動に参加したり、地域で新しい活動を起こして、楽しいセカンドライフを立川の仲間と一緒に過ごして頂きたい。そのきっかけにしたいと企画しました。

会社生活を離れ、「これからは地域で何かしたい」という人が、立川市内で活動する各種団体と交流できるパーティーです。

「まちパ」で、より豊かなセカンドライフのヒントを見つけてみませんか？

日時 3月28日(土) 午後1時半～5時

場所 たましんRISURUホール 地下1階展示室

定員 100名(お申込み順)



商店街で防災啓発活動

対象 主に定年前後の男性

(女性・ご夫婦での参加也大歓迎！)

参加費 500円

プログラム 市民活動団体やサークルの紹介

音楽演奏(団体の活動紹介を兼ねて)

交流会(ワンコインパーティー・ビールあり)

参加団体 各種趣味、環境、自然保護、防災、福祉、地域活性 など諸分野

申込み 市民活動センターたちかわ

529-8323 fax548-1724

aiaivc@whi.m-net.ne.jp

主催 “まちパ”実行委員会

共催 立川市社会福祉協議会

／市民活動センターたちかわ

立川市産業文化部協働推進課

協力 多摩信用金庫 立川商工会議所

街の情報あれこれ

◆がんカフェたま

がんの悩みや不安など、同じ思いの人々の語らいの場です。病院で医師にはあれこれ聞けないことでも、がん患者・家族・医療従事者が話しやすい雰囲気の中で相談頂けます。4月以降も開始します。参加費無料。

①2月21日(土) 午後1時半～3時半

立川商工会議所 12階 第1会議室

②3月21日(土) 午後1時半～3時半

立川市女性総合センター・アイム5階

対象者 がんの患者さん・ご家族などなたでも

申込み ccafetama@tpc-net.com

080-1163-5281 (ボランティアさくら・岡田)

※お電話は平日午前10時～午後4時

共催 多摩ホスピスの会 NPO法人ブーゲンビリア

在宅ホスピスケア・ボランティアさくら

◆日本心臓ペースメーカー友の会 勉強茶話会

西東京支部による、ペースメーカー装着者、また関心のある方のための勉強茶話会です。

日時 3月29日(日)午後1時半～4時

場所 東京都多摩障害者スポーツセンター(国立市)

講師 小林久子氏(看護師) 参加費 500円

連絡先 042-626-1157 高橋

◆一歩進んだ認知症サポーターフォローアップ講座

地域で何か認知症の方をサポートする活動をしたい、という方へ(未受講の方もどうぞ)、その方法をお教えします! 2回連続講座です。

日時 ①2月14日(土) ②2月28日(土)

両日とも午後1時半から4時

場所 女性総合センターアイム5階第3学習室

問・申 南部西ふじみ地域包括支援センター

042-540-0311 fax548-1747

◆体操支援員養成講座

地域の身近な場所で、安価で、体力づくりと人の輪づくりを目的とした体操教室が人気です。何歳になっても参加できる教室を増やしていくにあたってはボランティアに協力してくれる“体操のリーダー”が必要です。その養成講座を開催します。

日時 3月6日(金) 午後1時～5時半

場所 立川市総合福祉センター2階

講師 立川介護老人保健施設わかば 理学療法士

内容 ①講義「高齢者の特性(身体特性や認知症状について)」 ②実技「体操プログラムの実際例(体操の意味と注意点、プログラム習得)」

③今後の活動について、ご提案

問合せ 地域福祉コーディネーター(4面)まで

上映会「GIRLRISING」 ～私が決める、私の未来～

途上国の女の子の現実と希望を描いたドキュメンタリー風オムニバス映画。早すぎる結婚や女子教育、震災、カムフラ家事使用人、性的虐待や女子教育を阻む障壁等、世界の女の子が直面している状況が描かれています。9か国の女の子の実話によって構成されています。



3月8日は国際女性デーです。彼女たちの持つ可能性、教育と平和の大切さについて考えてみませんか。

日時 3月7日(土)午後6時半～9時半

場所 子ども未来センター 201&202会議室

参加費 無料

定員 30名(申込み不要・当日先着順)

主催 NPO法人ダイバーシティコミュ(問い合わせも)

担当: 朝倉 080-3279-9152

趣味を 広げよう PC・デジカメ習わへん?

シルバー人材センターが運営する羽衣ワークセンターでは、“ハバタケ!パソコン教室”を開催中。



その中のひとつ、“デジカメ講座”を受け持つ小倉さんは「とにかくデジカメ教えてあげたいねん!」という情熱と知識の持ち主。お持ちのデジカメでの機能を使いこなしている人は少ないとのこと。折角なら操作を覚えて撮

影したり、パソコンでの加工で表現をさらに豊かにすることも。

デジカメは何歳になっても楽しめ、家族の写真も美しく、喜ばれる写真が残せます。



少しの指導で写真の腕が数段アップします! サークルへの出張もしてくれるそうです。

場所 羽衣ワークセンター2階(羽衣町1-12-18)

問合せ 522-1913 月～木 午前9時～午後4時

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！

健康づくりを通じて地域の支え合いのお手伝い

はごろも地域包括支援センター(以下“ほーかつ”)では、支え合える地域づくりをお手伝いするため、体操教室や茶話会の立ち上げをお手伝いしています。

昨年11月に近くの団地の集会所で体操教室のお試し会を開催しました。住民の方からのお声をいただいたことがきっかけです。それは、地域の会館や学習館で体操やコーラスなどの教室が多くありますが、足腰が悪く会場が遠いと参加できないというものでした。

今回はヨガによる健康体操を行いました。「近くだったから来られた」、「出かける場所ができた」と9名の方が参加してくださり、「冷えがなくなった」、「リフレッシュする場ができた」「やりたいと

思っていた体操だった」、「引っ越したばかりで地域に知り合いがいなかったが、話せる人がみつかった」、「悩み相談の場になっている」など好評で



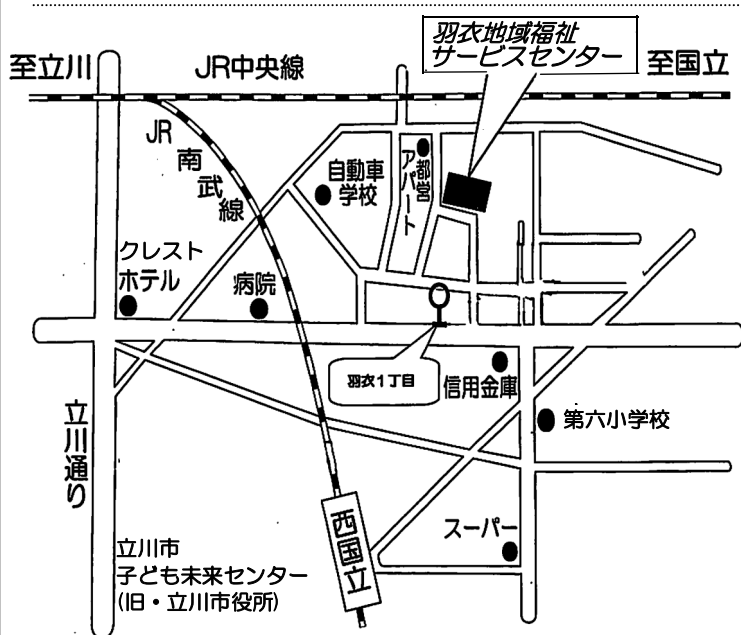
す。「今後も続けたい」との要望もあるのでサークルづくりの相談をしています。

このような集まりは、からだの健康づくりだけでなくこころの健康づくりと、地域にお住まいの方のつながりができ、支え合える地域づくりの一環ともなります。「最近集まりに来なくなった。元気がしら、何か困っていないかしら」など互いを見守りあえる仲間づくりができることもこの集まりの目的のひとつです。

回を重ねる中で、「こんなこともしたいわね」など体操だけでなく別の取り組みのお話も出ています。“ほーかつ”はきっかけづくりをお手伝いしました。あとは参加者の皆さんで作っていくことができることも地域でのグループ活動の魅力のひとつだと思います。



“ほーかつ”は今後も、皆さんと一緒に健康づくりと支え合える地域づくりを行っていきたくと思っています。「一人暮らしで話し相手が欲しい」、「何か集まる場が欲しい」、「体操したい」などご要望がありましたら、身近な相談所“ほーかつ”にご連絡ください。



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

〈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

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。