

錦町  
羽衣町

# まちねっと



## 男性のための料理教室 参加者&お手伝い募集

以前から開催のご要望が高かった男性のための料理教室が9月から始まります。

### ①参加者募集

**日時** 9月3日(木)、10月1日(木)、  
11月5日(木)、12月3日(木)  
すべて午前10時～午後1時

**場所** 錦学習館第1実習室 (錦町3-12-25)

**対象** 市内にお住いの男性ならどなたでも  
できるだけ全日程にご参加頂ける方

**講師** 垣岡小百合さん (栄養士)

**参加費** 500円 定員20名

**持ち物** エプロン タオル 頭に巻くもの

**メニュー** 一汁二菜の和食が中心

### ②お手伝いも募集

講座の準備や進行のお手伝いを一緒にして頂ける方を募集します。



### 申込み・問合せ

はごろも地域包括支援センター(4面)へ

## ネパール大地震への募金

4月に発生したネパールでの大地震。多くの団体が支援活動を継続しています。今回は2つの支援団体をご紹介します。募金はインターネットや、下記の口座から送金可能です。



### 2015ネパール地震救援金(日本赤十字社)

ゆうちょ銀行 7月31日(金)まで

口座番号：00110-2-5606

口座名義：日本赤十字社

※振替用紙の通信欄に「2015年ネパール地震」とご記入下さい。窓口からの送金は手数料無料。

### ネパール地震 緊急支援まとめて募金 (JANIC)

この募金は、現地で支援活動をする複数のNGO団体に均等分配されるという特徴があります。

ゆうちょ銀行 7月31日(金)まで

口座番号：00110-9-615150

口座名義：

国際協力NGOセンター NGOサポート募金  
※振替用紙の通信欄に「ネパール」とご記入下さい。振り込み手数料はご負担下さい。

## 一緒に！ ひとり暮らしの女性の会 茶話会

今年2月から始まったひとり暮らしの女性の会。60歳～80歳の方を中心に毎回約15名でお茶会をしています。



日常生活のちょっとした困りごとを出し合ったり、お互いの趣味や特技を話したり、賑やかです。一度のぞいてみてください。

○茶話会の今後の予定

**日時** 7月30日(木) 13時半～15時半

8月21日(金) 13時半～15時半

**場所** 立川市子ども未来センター(旧市役所)

**対象** ひとり暮らしの女性ならどなたでも

**連絡先** 地域福祉コーディネーター(4面)まで

※現在、実行委員さん4名と企画して進めています。実行委員に興味のある方も募集中です。

### 目次

P 2 ●若者の就職活動応援プログラム

●寺子屋のボランティア募集 ●団地で見守り

P 3 ●配食サービス ●サロン訪問

●家族会の情報

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。

## 立川市若年者就業支援事業「マイチャレンジたちかわ」 若者のための就職活動応援プログラム参加者募集！

「働きたいけれど、どうしていいかわからない」  
「働くイメージがわからない、やりたいことがないのに就職できるの？」

「高校を中退した、これからどうしよう・・・」

「就職につながるための一歩を踏み出したい」

そんな方が、自信をもって仕事探しができるように5か月間サポートをします。

専門家による随時相談、就活セミナー、地域インターンシップへの参加、各種就労支援機関の紹介、の4つの柱があなたを応援します。



**期間**：前期6月～10月

(定員に空きがあれば途中からも参加可能)

後期11月～翌年3月

**費用**：無料

**対象**：立川市内在住・在勤・在学の高校生、大学生、専門学生、中退者、中卒者、卒業生、就職活動を始める、おおむね15歳から25歳の方

**定員**：前期、後期各10名

**場所**：たちかわ若者サポートステーション  
(立川市柴崎町3-14-3 2階  
JR立川駅南口から徒歩5分)

**主催**：立川市、認定NPO法人育て上げネット

**申込み**：認定NPO法人育て上げネット(問合せも)  
042-527-6051

mc@sodateage.net (氏名・年齢・  
申込み動機・ご連絡先をご記入下さい)

**その他**：公式サイトからもチェック！

<http://www/sodateage-mc.net/>



## 寺子屋 ボランティア募集

羽衣児童館では、子どもたちの居場所づくりと、簡単な学習支援を目的に、昨年度から寺子屋事業を行っています。毎回10名前後の子どもたちがやってきて、自分で教材を選んでテーブルに座ります。高校生から年配のボランティアさんが数名ついていて、おしゃべりしたり勉強に集中したり、子どものペースに合わせて一緒に時間を過ごしています。

おやつを楽しみに来る子や遊び好きの子もいて、とてもにぎやかで活気にあふれています。

毎週でなくて結構です。お時間ある時にお手伝い頂けませんか？ご連絡の上、まずはご見学下さい。

**活動日** 基本的に毎週(土)15時～17時半

**内容** 小学生の簡単な学習の手伝い

**問合せ** 羽衣児童館・高橋館長まで

042-526-2336



←普段はもっと元気に飛び回ります・・・  
高校生のボランティアも大活躍！

## 団地で「見守り班」結成！

羽衣町1丁目第2アパートは、以前からの人間関係が大分残っている、148世帯の都営団地です。

自治会による交流活動もありますが、他の地域と同様に高齢化が進んでいて、日常的な安否確認やつながり作りは課題になっています。

この1年、「防災」や「助け合い」についての学習会などを通して、交流活動や防災の取り組みを一層進めていこうという気運が高まり、今年4月、自治会防犯防災部の配下に「見守り班」が結成されました。毎月、会合には15名程の班員が集まります。



↑見守りマップ作りも検討

ゴールデンウィークには全戸にアンケートを配布し、災害時に支援が必要な人が実態としてどのくらいいるのか、の調査が始まりました。その結果を踏まえて、どの活動から取り組むのかを考えていきます。



↑何だか、とても仕事が早い面々

## 食事と安心 配食サービス 配達ボランティア募集

高齢者の生活を支える配食サービス。最近様々  
な事業者がサービスを展開しています。

「すこやか亭」は、調理、配達を会員で支えている  
団体で、ご高齢者や、栄養管理が必要な方の元  
へ、安否確認をしながら手作り弁当を届けています。

現在、配達ボランティアを募集しています。

**活動日** 毎週(木)15時半～18時半くらい

**場所** 「えがおの家」(羽衣町1-7-10)を出発  
し、立川市内22軒くらい

**その他** 交通費程度の手当あり  
専用車もあります



**連絡先** 080-8869-5666 原

左/利用者Oさん  
「ひとり暮らしだと食  
事にしても気まま。  
お弁当を注文して  
体調管理するよう  
にしています。炊き込  
みご飯もあったりして  
楽しみです」



右/配達のNさん「定年退職  
後に声がかかりました。もう1年  
半続けています。お届けすると  
喜ばれるのがうれしいです。」

## 家族会・介護者の集い

◆認知症高齢者を抱える家族の集い(定例)

**日時** 7月17日(金) 午前10時～12時

**申込み** フェローホームズ羽衣相談センター

523-5612 Fax523-5613

**場所** 羽衣地域福祉サービスセンター(4面) 2階  
立川市シルバー人材センター内

◆男性介護者の集い(隔月開催)

**日時** 8月1日(土) 午後1時30分～3時

**場所** 幸学習館

**申込み** 北部東わかば地域包括支援センター

042-538-1221 Fax538-1222

◆スマイル立川(高次脳機能障害者・家族・支援者の会)

事故や病気で脳に損傷を負い「高次脳機能障害」  
が残った。そんな当事者や家族、支援者の会です。毎  
月1回開催し、情報交換や交流をしています。

**問合せ** 志村まで 042-537-9968

takako1@plum.plala.or.jp

## 自宅でお茶会 開きませんか？

社会福祉協議会では「支えあいサロン」作りを推進して  
います。最近登録された、「きづなの会」を訪問しました。

きづなの会は以前から集まって茶話会をしていました。で  
すが会場として借りていた場所で活動できなくなり、どうし  
ようかと思っていたところ、参加者のおひとりが「自宅をどう  
ぞ」と申し出てくれたことで存続ができました。

訪問したこの日の参加者は11名。医療の情報交換や  
人に言えなかった悩みを打ち明けたり、とても賑やかです。

週に一度、10時～12時と決めてのお集まり(参加費  
は100円)。そのくらいなら自宅を開放しても良い、という  
方はご一報ください。楽しくお茶会を開きませんか？



「とにかくここに来るの  
がすごく楽しみ」  
「思い切って悩みを打  
ち明けたら本当にスツ  
キリした」

## 身近な相談所 包括支援センター

はごろも地域包括支援センター(以下“ほーかつ”)

では、こんな活動をしています！

①様々な生活相談

介護保険の申請や利用に関する相談のほか、生活の  
ご心配事の相談にのります。

②暮らしやすいまちづくり

ご近所の見守り、ゴミ出しの協力など、住民同士が支  
え合うまちづくりを皆さんと一緒にとりくみます。

③権利を守ること

家から大声がする、ケガをしているなど虐待が心配され  
る方の相談、悪徳商法の被害や金銭管理が心配な  
方の相談にのります。

④介護予防に関すること

健康体操教室、認知症予防教  
室など介護予防のとりくみをしてい  
ます。

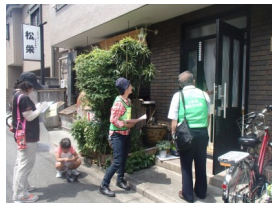


「足が悪くてゴミ出しが大変になった」「蛍光灯のランプ  
を交換したいけど転びそうできない」「一人暮らしなの  
で話し相手がほしい」「体操をしたいので教室を紹介  
してほしい」など様々な相談が寄せられます。「困ったな」  
と思ったら！まずは「ほーかつ」にご相談下さい。

# 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!

## 第1回羽衣町「認知症見守り模擬訓練」 「地域力」を実感

グループホーム・デイサービス「えがおの家」、三多摩健康友の会、はごろも地域包括支援センターの三者で構成する「認知症見守り模擬訓練実行委員会」(委員長・塩安佳樹 はごろも内科小児科院長)は、地元の自治会「羽衣会」の協力を得て、第1回羽衣町「認知症見守り模擬訓練」を開催しました(5月24日)。この訓練は福岡県大牟田市で始まったものの立川版です。3



～4人で1チームになり町内を戸別訪問。認知症役のメンバーが困り事を相談して住民の方に「模擬体験」をして頂くというもの。認知症の理解と対応の仕方を広めることが目的です。

当日は好天にも恵まれ53名が参加。10チームに分かれ、羽衣町1丁目の地域を訪問して回り、約60回の模擬訓練を行うことができました。訪問後はボランティアによる炊き出しのカレーを食べながら和やかに活動のまとめを行いました。参加者からは「地元

の羽衣会の皆さん、民生委員の方が参加してくれたので住民の方も気持ちよく応じてくれた」「羽衣町はご近所づきあいが濃い」「商店の方もお年寄りのことを気にかけている」「通行中の方にも声をかけて体験してもらった」など、改めて羽衣の「地域力」を実感したという声が多く出されました。

引き続き開催を、の声も聞かれています。

.....

## 「お弁当会」を開きました

去る5月26日に“シルバーピアはごろも”で、第1回「お弁当会」が行われました。

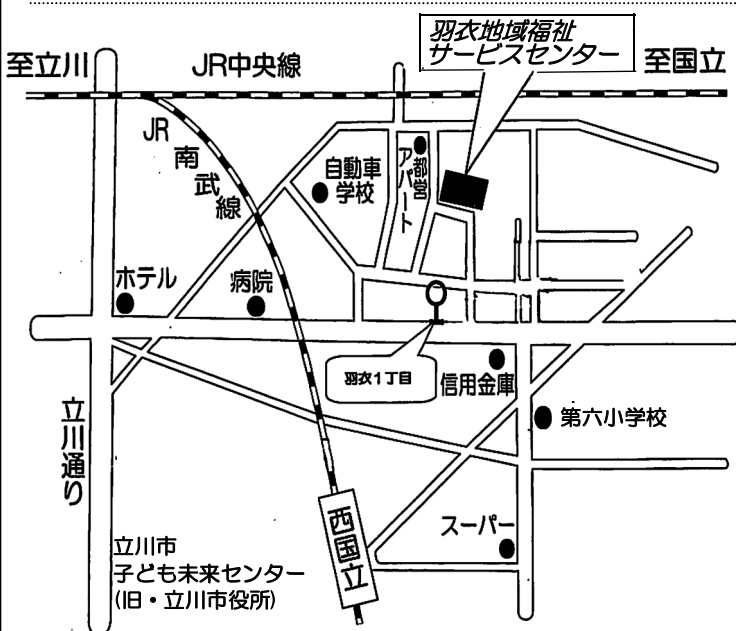


美味しいお弁当を食べながら会話も弾み、住んでいる方同士の交流の時間が持てました。今後も、毎月定期開催していきます。

.....

## 「ちょこっとボランティア」募集しています

今年度より“ちょこっとボランティア”の方に短時間のゴミだし等のお手伝いや、サロンや体操教室のお手伝いもお願いしています(例えば5月29日の「介護予防教室」での会場準備や案内のお手伝いをお願いしました)。活動に関心のある方は「ほーかつ」までお問合せ下さい。



## 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。