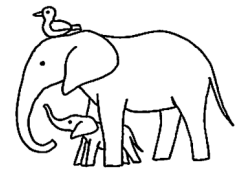


栄町
若葉町

まちなっと



～今日から始める私の人生会議～

自主上映会『ぼけますからよろしくお願いします』

参加者には無料で、マイエンディングノートを差し上げます

参加費
無料

テレビディレクター信友直子（監督）が、故郷の両親を撮影し反響を呼んだドキュメンタリーを映画化。

80代後半に認知症となり、自身の異変に戸惑う母と95歳で家事と介護を担う父の姿を、葛藤しながら離れて暮らす娘の視点で映し出します。長年連れ添ってきた両親の日常を、ドキュメンタリー製作者の視点で真っすぐに見つめる、心温まる感動の作品です。ぜひご覧ください。（本編102分）

多くの方に観ていただけるよう午前と午後の2回、場所を変えて上映いたします。

午前の部／6月3日(月)10時～

会 場：若葉会館(若葉町3-34-1)

定 員：60名(申込み順)

午後の部／6月3日(月)14時～

会 場：幸学習館(幸町2-1-3)

定 員：120名(申込み順)



※来場の際は、公共交通機関をご利用ください。また、定員になり次第、入場を締め切ります。立ち見はできませんので、ご了承ください。

共 催：わかば地域包括支援センター

立川市社会福祉協議会

問合せ：地域包括支援センター（4面）へ

捨てないで！その切手！

使用済み切手を集めています

「ニコニコ切手」グループでは、社会福祉協議会より使用済み切手を預かり、換金できるように切り整える活動をしています。電子メールの普及により切手の量が減ってきましたが、その1枚が地域活動の資金に代わります。回収にご協力いただける企業・団体等ありましたらご一報ください。今日からはじめられるボランティア活動です。ぜひ、ご協力ください。



★市内6カ所の学習館に回収箱を置いています。

問合せ：地域福祉コーディネーター（4面）

産後ママのリフレッシュをサポート！

「見守り保育ボランティア」大募集

生後6カ月くらいまでの赤ちゃんのいるお母さんたちが体操している間、赤ちゃんを抱っこしてあやしたり、寝かしつける活動です。合間に授乳するお母さんもいるため、女性のみ募集します。全日活動できなくても大丈夫。ご都合の合う日がありましたら、ご連絡ください。



日にち：5月24日、31日、6月14日、28日

7月12日、26日 いずれも金曜日

時 間：10時45分集合、11時～12時

場 所：若葉会館 大広間(若葉町3-34-1)

申込み：地域福祉コーディネーター（4面）へ

※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。
栄町・若葉町を対象に「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。

歩き方が気になる子を育てている皆さん お話しませんか？「あんよの会」

股関節が硬い、初めの一步が遅い、歩き出してもすぐに転んでしまう…さまざまな不安や悩みを抱えていませんか？日頃の悩みや不安など、お話ししたり情報交換をしましょう。お子さん連れ歓迎

日 時：5月17日(金)10時～11時30分

場 所：西砂学習館 第二実習室(西砂町6-12-10)

問合せ：中橋さんへ anyonokai@gmail.com

または地域福祉コーディネーター(4面)へ



右側のQRコードからアクセスできます

みんなで楽しく歌いませんか！

「みんなで歌おう若葉」会員募集



河野詮(あきら)さんのアコーディオン伴奏に合わせて、童謡や流行歌、ロシア民謡、参加者の要望の歌等、みんなで楽しく歌いましょう。

日 時：5月23日(木)14時～16時15分

場 所：若葉会館(若葉町3-34-1)

会 費：月300円(入会金500円)

協 力：年金者組合わかば

申込み・問合せ：

馬場和徳さんへ 電話070-3542-2860

友利美智子さんへ 電話042-535-3998



葛西臨海水族園へ

「遠足」に行こう！



年齢の異なる子どもたちがそれぞれの力を寄せあって水族館へ遠足に行きます。

大きなガラスドームの下にはドーナツ型の大水槽などの展示が広がっています。

何が出てくるのかな？

マグロの大水槽は必見です！



日 時：6月 9日(日)9時～17時15分

対 象：小学生以上 定 員：20名(申込み順)

参加費：交通費のみ

申込み：5月18日(土)～6月2日(日)幸児童館にて
申込用紙へ記入

問合せ：幸児童館 川村さんへ 電話537-0358

若葉児童館内 わかば子育てひろば

利用時間の年齢区分がなくなりました



「子育てひろば」は、0才～小学校入学前の子どもと保護者が利用できる施設です。4月より年齢による利用時間の区分けがなくなりました。利用しやすい時間帯にお越しください。

利用日：平日9時30分～12時、13時～15時30分

※12時～13時はランチルームがご利用いただけます

問合せ：わかば子育てひろば 電話536-1400

★「できること登録」をして一緒にイベントを開催しませんか？若葉児童館ではみなさまの活躍の場を広げる応援もしています。職員へお声かけください！



「ペットと飼い主のための防災講座」

参加者募集



僕たち、家族と一緒に避難できるんだよね？



ペットのために災害時の備えをしていますか？

家族同様のペットたちが、不安な日々を送らぬよう、「災害時の飼い主とペットたちの備えについて」考えましょう。

日 時：5月18日(土)14時～16時

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)

講 師：福島正人氏(ペット防災チーム)

定 員：35名(申込み順)

参加費：無料

申込み・問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)

※年4回の連続講座を予定しています。今回参加できない方も、昨年聞き逃した回がある方も、次回のお知らせをしますので、ぜひ、お問合せください。



学習会「決して他人ごとではない 警察に学ぶ詐欺対策」

さまざまな手口での詐欺が増えています。騙されないように、警察の方から防止についてのポイントを学びましょう。①②とも同じ内容です。

日にち：6月21日(金)

時間・場所：

①10時～11時 / 若葉会館(若葉町3-34-1)

②14時～15時 / さかえ会館(栄町4-6-2)

定員：各回30名(申込み順)

講師：立川警察署 生活安全課職員

申込み・問合せ：

地域包括支援センター(4面)へ



～お気軽にご参加ください～

身近な地域の学び・参加・情報

◆作っておいて安心！「私ノート」記入会

元気なうちにミニエンディングノートを作りましょう。

日時：7月5日(金)10時～11時30分

場所：幸学習館(幸町2-1-3)

費用：ノート代100円

申込み：栄町地区グッドネイバーをすすめる会

竹内さんへ 電話536-0451



◆夕食会「わかば円居(まどい)の家」

日にち：5月21日(火)、6月20日(木)

時間：集合/子ども17時30分、大人18時頃

解散/～20時

場所：若葉町団地東集会所(若葉町郵便局隣り)

参加費：子ども100円、大人300円

申込み：若葉児童館にて申込み用紙へ記入

問合せ：若葉児童館 電話536-1400



◆オリーブ食堂(誰でも食堂) 予約なし！ &フリーマーケット

ひとりより、だれかと食べるごはんはおいしい！

日時：5月18日、6月15日(土)10時～13時

参加費：食事は小学生無料、大人200円

場所：お互いさまネット・オリーブ

(若葉町1-9-5/エルロード商店会)

問合せ：きひらさんへ 電話090-9157-0140



就活に役立つ！

「7・8月パソコン講座」受講者募集

無料

若者の就職を応援する初級パソコン講座を定期的に開催中。仕事に役立つスキルが20時間で習得できます。まずは説明会へお申し込みください。

説明会：5月14日、21日、28日

6月4日、18日、25日

いずれも火曜日、10時～12時



場所：たちかわ若者サポートステーション

(高松町2-9-22生活館ビル4階)

対象：15～39歳の求職中の方(在学中不可)

申込み・問合せ：たちかわ若者サポート

ステーション 電話529-3378

◆健康体操教室 講師は藪本隆子さん

日時：5月26日、7月28日(日)10時～11時30分

場所：さかえ会館(栄町4-6-2)

参加費：1回200円

持ち物：上履き、敷物用バスタオル、飲みもの

申込み：栄町地区グッドネイバーをすすめる会

竹内さんへ 電話536-0451



◆男性のための料理教室

日時：5月17日、6月21日、7月19日

いずれも金曜日、10時～13時

場所：幸学習館(幸町2-1-3) 参加費：300円

申込み：栄町地区グッドネイバーをすすめる会

高木さんへ 電話536-0834



◆男性介護者の集い ミニ講座あり！ おすすめ

日時：6月26日(水)13時半～15時

場所：幸学習館(幸町2-1-3)

問合せ：地域包括支援センター(4面)へ

◆家族介護者の会「わかばの会」 予約なし

日時：5月13日、6月10日(月)13時30分～15時30分

場所：若葉会館(若葉町3-34-1)

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)へ

◆楽しく脳トレ！「にんカフェ」 予約なし

日時：5月21日、6月18日(火)13時30分～15時

場所：新緑クリニック3階(若葉町3-54-16)

問合せ：地域包括支援センター(4面)へ



こんなときも「ほーかつ」(立川市北部東わかば地域包括支援センター)です！

70代のAさんは数年前に妻を亡くしてからお一人暮らしです。仕事一筋だったAさんは周りに友だちもおらず、持病を抱えながら、家に閉じこもりがちになっていました。

ある日、転倒して肩を打ってしまい動くのが辛くなってしまいました。遠くに住む娘さんが心配してほーかつに電話をしてくれました。



ほーかつ職員がご自宅に伺うと、家の中は散らかっており、亡くなった奥様の荷物や、新聞、ゴミが大量に積み上げられた状態で、蛍光灯も切れてしまった暗い室内で「さみしい、助けてほしい」と途方にくれていました。

話を聞くと、もともとはきれい好きだったAさん、動くのが辛くなったのは最近ではなく、奥様が亡くなってから気持ちが落ち込み、だんだんと身の回りのことが出来なくなったことがわかりました。

ほーかつ職員はAさんと話し合い、気持ちが少しでも明るくなるようにと、掃除のスタッフを手配し、家の中がきれいになりました。



また、配食サービスを紹介し、食事の手立てができました。そして、今後のことを考え、介護保険の申請をしました。

介護認定があり、デイサービスに行きはじめました。

最初は「朝、起きられない」「慣れないところに行きたくない」と言っていたAさん、デイサービスの職員が笑顔でお迎えに行くと、ほっとし、休まず通えるようになりました。

今ではほーかつ職員が最初に会った時の不安な顔はなくなり、笑顔が増えました。

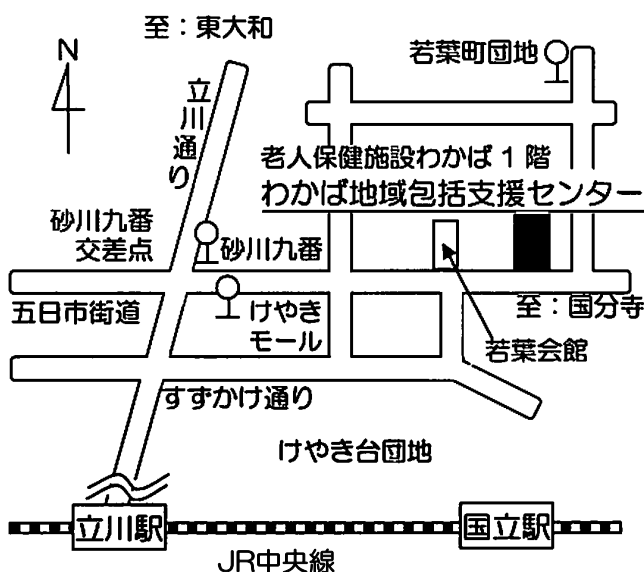
デイサービスで体を動かして肩の痛みも軽くなり、デイサービスの仲間と、健康麻雀をするのが楽しみになりました。

Aさんの次の目標は、登下校の見守りボランティアをすることです。



* * *

このように、ほーかつでは、さまざまな相談に応じ、関係機関に繋いだり、サービスの紹介なども行っています。何かありましたらお気軽にご相談ください。



発行・連絡先

＜立川市北部東わかば地域包括支援センター＞

電話 042-538-1221

※お間違いないようお願いします。

FAX 042-538-1222

Eメール w-houkatsu@tachikawawakaba.jp

住所 〒190-0001 立川市若葉町3-45-2

立川介護老人保健施設わかば内

◆
＜立川市社会福祉協議会＞

地域福祉コーディネーター(古川)

電話 042-537-7147

FAX 042-537-7157

Eメール sakaewakaba@room.ocn.ne.jp

※地域包括支援センター内に席を置いて活動しています。



※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。栄町・若葉町の担当が「立川市北部東わかば地域包括支援センター」です。