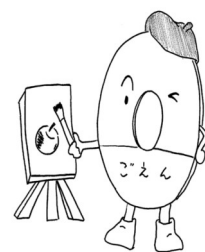


高松町
曙町
緑町

まちねっと



たがまつーありぼーみどりーたがまつーありぼーみどりーたがまつーありぼー

秋のにんじんサロン

「立川けやき座 観劇ツアー」



地域の方々、ボランティアの皆様、高齢者の方々との交流の場になっている“にんじんサロン”では、「大衆劇場 立川けやき座」への観劇ツアーを開催します。

気にはなっていたけれど、まだ行ったことがないという方、ぜひ一緒しませんか？

日時：10月4日(火) 11時半開場

会場：大衆劇場 立川けやき座
(曙町1-36-1)

申込み：地域包括支援センター(4面)へ



ママcolor



「ベビーマッサージ&おしゃべりCafe」

ベビーマッサージは赤ちゃんの身体をゆるめてくれるだけではなく、ママさんの心もゆるめてくれます。時にはゆっくり、赤ちゃんの身体や心の声を聴いてみませんか？

ベビーマッサージの後はお茶を飲みながら、参加者同士で情報交換をしたり、先輩ママさんとおしゃべりもできます。

日時：10月21日(金) 10時半～12時

会場：大原学園立川校 保育室
(緑町4-8)

対象：ハイハイをするくらいまでの赤ちゃんとお母さん

定員：10組

参加費：500円

持ち物：バスタオル

共催：ママcolor(高松町で活動している子育て支援団体です)、立川市社会福祉協議会

申込み：地域福祉コーディネーター(4面)へ

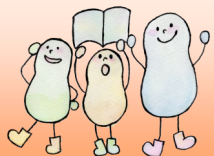


目次

- P2 ●まなぼう！あそぼう！たのしもう！ あたみ
●8/26に親子で学ぶ認知症&満腹クッキングを行いました
P3 ●連続講座『地域で育もう 子どもたちの未来&将来』の開催

- サロン訪問「プラザシティ体操クラブ」
●地域情報～お気軽にご参加ください～
P4 ●こんにちは「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。
高松・曙・緑町に配置され「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。



まなぼう！あそぼう！たのしもう！

あけぼのたかまつみどい

◆あたま塾

あたま塾は、毎月第一日曜日の午前中に開催しているフリースペースです。大学生のお兄さん、お姉さんが待っています。友達を誘って遊びに来てみませんか？



日 時：①10月2日(日) ②11月6日(日)

※①②共に8時～11時

会 場：育て上げネット(高松町2-9-22)

※生活館ビル1階

定 員：20名(出入り自由・どなたでもどうぞ)

内 容：宿題おてつだい、あそび

主 催：あたま

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)へ

◆あたま「ヴァイオリンにさわって音を出してみよう」

ヴァイオリンを弾いたことのない方に、ヴァイオリン経験者の大学生がマンツーマンで丁寧に弾き方を教えてくれます。子どもだけでなく、大人の方もこの機会にヴァイオリンをさわってみませんか？



日 時：毎月第一日曜日 9時～11時

会 場：育て上げネット(高松町2-9-22)

※生活館ビル1階

参加費：無料

※先着順、ひとり30分

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)へ

あたまとは、

「あたま」は、曙町・高松町・緑町のお役に立ちたい！と考える有志による地域活動です。所属する人たちがそれぞれが楽しみとして活動しています。活動中の怪我や事故などは各個人の対応でお願いしています。予めご了承の上ご参加ください。



◆「笑いヨガ」 | nあたま

「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせた楽しいエクササイズです。笑いの空間の中で、一緒に心と身体をリラックスさせませんか？



日 時：毎月第一日曜日 11時～11時45分

※10時45分受付開始

会 場：育て上げネット(高松町2-9-22)

※生活館ビル2階(エレベーターあり)

定 員：20名

参加費：お菓子持ち寄りか500円

申込み：地域福祉コーディネーター(4面)へ

◆「パソコン・スマートフォン相談室」 | nあたま

「撮った写真のアルバムを作りたい」「操作で困っていることがある」などの困りごとを解決するお手伝いをします。

日 時：毎月第一日曜日 11時～12時

会 場：育て上げネット(高松町2-9-22)

※生活館ビル2階(エレベーターあり)

定 員：4名

参加費：お菓子持ち寄りか500円

持ち物：使い方に困っているパソコン、スマートフォン、iPad、タブレット

申込み：地域福祉コーディネーター(4面)へ

8/26に親子で学ぶ認知症&満腹クッキングを行いました

小中学生の親子が、包括支援センターによる認知症講座を学んだ後、地域の方々のご協力をいただきながら、児童館でおにぎりや豚汁作りを行いました。食事作りやゲームをする中で、子どもたちは、初めて会った地域の方ともすぐ打ち解け、なごやかに交流が行われました。「楽しかった」「また参加したい」という声がありました。



食材の提供や当日のお手伝い等ご協力いただいたみなさま、ありがとうございました。

連続講座『地域で育もう 子どもたちの未来&将来』の開催

現在、社会的な課題となっている「子どもの貧困」問題。「金銭的な貧困」以外にも、「子どもの居場所がない」「子どもに関する情報が届かない」といったさまざまな地域課題も「貧困」といえるのかもしれませんが。

今回の学習会では、豊島区で実際に子ども食堂や学習支援を精力的に行っている団体や、立川市内で最近行われた活動の様子を伺い、「身近なことから、自分でも何かできることをみつける」をテーマに連続講座として行います。

日 時：①10月19日(水) 19時～20時半

講 師：NPO法人豊島子ども

WAKUWAKUネットワーク

栗林知絵子氏

日 時：②10月26日(水) 19時～20時半

講 師：あたまを応援する会 他、調整中

会 場：若葉会館(若葉町3-34-1)

定 員：各回50名 ※要予約、先着順

共 催：若葉町の福祉を考える会

立川市社会福祉協議会

わかば地域包括支援センター

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)へ

サロン訪問

「プラザシティ体操クラブ」

プラザシティ体操クラブは曙町のマンションの集会室を利用して、月3回行われているサロンです。「体操と終わった後のおしゃべりで、心も身体もすっきり」

「知り合いが増えて楽しい」という声が参加者の方から聞かれました。一度のぞいてみませんか？



「自分の身近でも集まる場所をつくることのできないか？」という方、会場探しやきっかけづくりのお試し会などのお手伝いを行います。ぜひお声かけください。

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)へ

地域情報

～お気軽にご参加ください～

◆健康吹矢レクリエーション無料体験会

吹矢は、呼吸法トレーニングなので、健康増進につながります。むずかしい動きはありません。初めての方でも的に当てやすく、仲間と喜びや爽快感を感じることができます。ぜひ体験にいらしてください。



日 時：①10月3日(月) ②10月17日(月)

※①②共に14時～16時

会 場：高松学習館(高松町3-22-5)

定 員：各回30名 ※申込み順受付

対 象：60歳以上の方

参加費：無料

申込み：一般社団法人 日本吹矢レクリエーション協会 河西さん

電 話：519-5526

◆今年も健康フェアにおじゃまします

10月、11月に行われる恒例の健康フェアに今年も参加させていただきます。毎回行っている“脳年齢テスト”が好評です。しりとりゲームや文章から文字を探すゲーム等、シニアの方から小学生のお子様まで、みなさん熱心に取り組まれています。



介護の相談も承っています。「わざわざ包括に相談に行くのも気後れする」「ちょっと気になる事があるけど…」といった事があれば気軽にお声かけ下さい。地域の皆様とお会いして、色々な表情を拝見できる健康フェアを私たちスタッフも楽しみにしています。当日、会場でお会いしましょう。

●高松町ふれあい健康フェア

日時：10月16日(日) 9時～15時半

会場：第五小学校

●曙町健康フェア

日時：11月23日(水) 10時～14時

会場：第二小学校

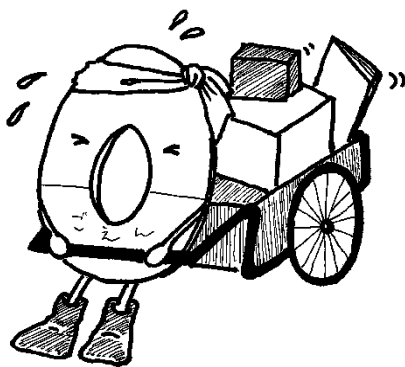
問合せ：地域包括支援センター(4面)へ

こんにちは「ほーかつ」(立川市中部たかまつ地域包括支援センター) です！

～今度の引越しは、いつもと違うぞ！！～

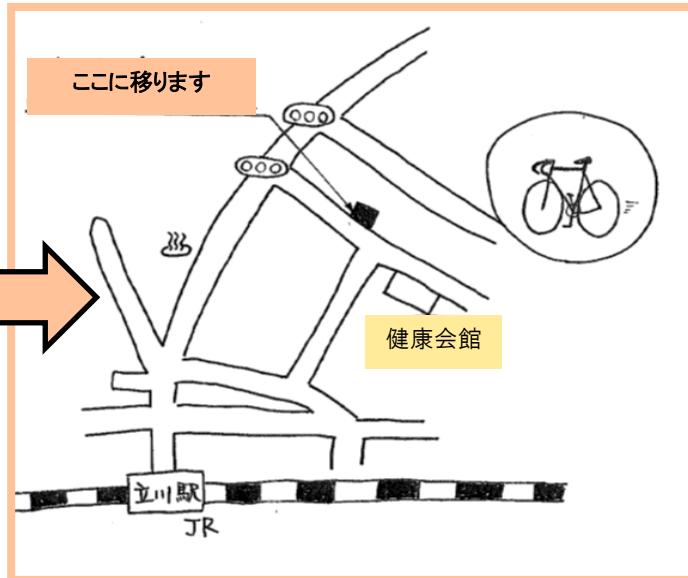
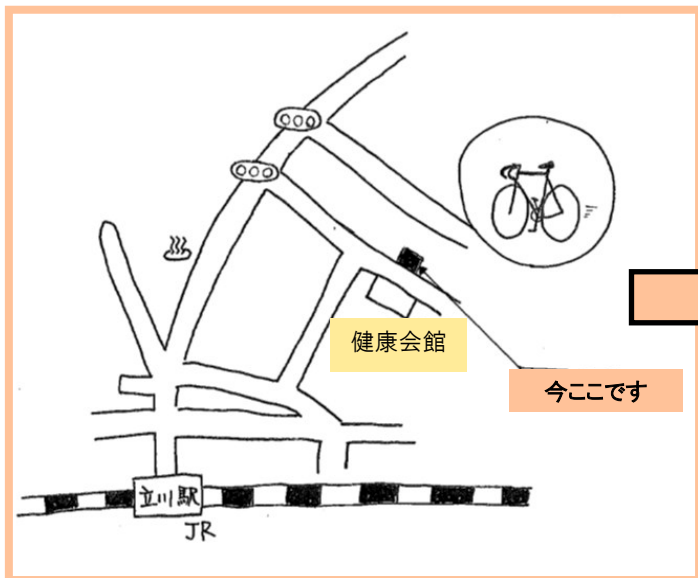
昨年からビルのリフォーム工事のため、何度か引越しを繰り返してきた「ほーかつ」ですが、ついに！！最後の引越しで、永住の住処(?)に落ち着くことになりました。

平成28年11月にはTBK高松第1ビルが完成。その1階全体に「にんじん



の会」が入ることになります。今まではテナントの一部屋で、相談スペースもかなり狭く、来所いただいた皆様にも不自由な思いをさせておりましたが、今後はゆったりと相談が受けられると思います。

TBK高松第1ビル1階では、「地域包括支援センター」「居宅介護支援事業所」「ヘルパーステーション」「デイサービス(わくわくデイモ)」「在宅食事支援サービス」など複合的に、在宅福祉サービスを展開します。地域交流スペースも出来る予定ですので、お楽しみに！！



～包括の職員紹介～

たかまつ包括に異動で参りました小作実里(おざくみさと)です。社会人2年目です。不慣れた未熟者ですが、地域の皆様と関わらせて頂き、大きく成長していきたいと思っています。よろしくお願い致します。



～嬉しいお知らせ～



産休中の職員の仲井に赤ちゃんが産まれました！！男の子です。おめでとうございます。

発行・連絡先

＜立川市中部たかまつ地域包括支援センター＞

電話 042-540-2031

※お間違いないようお願いします。

FAX 042-522-1636

Eメール tachi-houkatsu@ninjin.or.jp

住所 〒190-0011 立川市高松町2-27-27

TBK高松第2ビル104号

＜立川市社会福祉協議会

地域福祉コーディネーター(岡部)＞

電話 042-540-0210

FAX 042-529-8714

Eメール dai3chiku@tachikawa-shakyo.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。高松・曙・緑町の担当が「立川市中部たかまつ地域包括支援センター」です。