

高松町
曙町
緑町

まちねっと



たがまつーあけぼのーみどりーたがまつーあけぼのーみどりーたがまつーあけぼのー

子ども・若者の自立を支える
子ども・地域懇談会

子どもや若者が健全に自立できるように各地で様々な「居場所」づくりが行われています。子ども向けの無料塾や、大人だけではなく、子どもでも気軽に来られるコミュニティ食堂など、その形は様々です。

どの「居場所」においても、家族以外の大人と笑いながら過ごし、「ここにいたい」と思える場所であることが大切です。

実際に「居場所」で成長した若者のエピソードを交えてグループで体験的に学びます。

♪みんなで作った、おむすびと豚汁。大好評でした♪



日 時：平成30年7月13日(金)

19:00~21:00

場 所：女性総合センター・アイム5階
第3学習室(曙町2-36-2)

講 師：井村良英氏

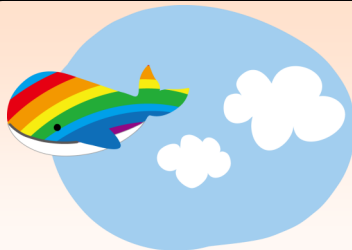
(認定NPO法人 育て上げネット)

内 容：心地よい「居場所」づくりとは？
グループで懇談、情報交換

定 員：40名(要申込み、先着順)

対 象：現在子ども若者支援の活動をしている方、これから活動をしたいと考えている方(市内在住・在勤、活動されている方を優先します)

主 催：立川市社会福祉協議会

申込み：お名前とご連絡先を7月6日(金)迄に
地域福祉コーディネーター(4面)へあなたも応援者に！
「おしゃれなレストランで学ぶ
認知症サポーター養成講座」

「認知症にならないようにするには？」
「身近な方が認知症になったら？」接し方に戸惑うという方におすすめです。

ゆったりとした雰囲気の中で、お話を聞いてみませんか。

シネマ通りにある“レストランいなつき”(おしゃれな洋食屋さん)にご協力をいただいての開催です。

日 時：平成30年7月14日(土)

15:00~16:30

場 所：レストランいなつき(曙町2-30-9)

※駐車場はありません

定 員：10名(要申込み、先着順)

その他：飲み物注文の場合は実費負担

申込み：地域包括支援センター(4面)



夏まつり にんじんサロン

子どもから大人まで楽しめる、夏休み特別イベントを行います！ご家族連れのご参加も大歓迎です。

日 時：平成30年8月1日(水)
13:30~16:00

内 容：お楽しみちょこっとごはん
お楽しみレクリエーション

場 所：にんじん立川 地域交流スペース
(高松町2-27-27
TBK高松第1ビル101号室)

参加費：無料

※食事をする場合には、実費負担
協 力：あたみ、にんじん食堂
問合せ：地域包括支援センター（4面）



～8月5日は高松町でイベントが盛りだくさん～

夏休み！ 高松Day

◆高松町納涼祭

夜はやぐらを囲んで、音楽に合わせて踊りましょう。出店もありますよ。

日 時：平成30年8月5日(日)
18:30~20:00(模擬店販売)
19:00~20:45(盆踊り大会)

場 所：立川競輪場(曙町3-32-5)
その他：入場無料・小雨決行



◆三世代ふれあい

ラジオ体操

早起きをして、家族みんなでラジオ体操をしましょう。

日 時：平成30年8月5日(日)
7:00~8:00

場 所：立川競輪場
(曙町3-32-5)

その他：入場無料・小雨決行
問合せ：高松町子ども会連合会・
高松町文化会 市川さん
電話 042-525-1849



◆あけぼのたかまつみどり塾

毎月第1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ませんか？

日 時：毎月第1日曜日 8:00~11:00

場 所：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：あたみ

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)へ



あたみとは、

「あたみ」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。





まちの情報 ～お気軽にご参加ください～

◆体操教室 新規メンバー募集！

キャロット健康体操

定期的に体操を続けたい方、楽しくサークル活動をしたい方、参加してみませんか。

リズムに乗って楽しく行う、笑いがいっぱいの体操です。アンチエイジングに、認知症や転倒予防に、身体の中を活性化させましょう。年齢、性別を問いません。



どなたでもどうぞ。

日 時：毎月第2・4水曜日 13:30～14:45

場 所：にんじん立川 地域交流スペース
(高松町2-27-27)

TBK高松第1ビル101号室

講 師：木村明美氏(介護予防指導士)

会 費：1,000円/月

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)

ワークアウト マーマレード

月に3回1時間ほど、体を動かしてリラックスしませんか。新しい仲間を募集しています。一度のぞいてみてください。



日 時：毎月第1・2・3木曜日

※会場の都合により、変更の場合もあります

10:00～11:00

場 所：高松学習館(高松町3-22-5)

会 費：1,000円/月

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)

◆地域デビュー、応援します！！

定年後の地域活動やボランティア活動にご興味のある方は、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)



◆高松児童館

「ヤン～シルフェスタ 2018」

～子どももヤングもシルバーも！

みんなでつくる地域の輪！～

今年やります。児童館の夏祭り！

子どもから大人まで、みんなが一緒に楽しめるお祭りです。前夜祭では発表会、本祭では、色々な模擬店があります。ぜひ遊びにきてくださいね～！



前夜祭：8月15日(水) 14:00～16:30

本 祭：8月16日(木) 14:00～16:30

参加費：本祭のみ有料チケットがあります。

場 所：高松児童館(高松町2-25-26)

※高松会館2階

問合せ：立川市高松児童館

(運営 NPO法人ワーカーズコープ)

電 話：042-528-2925

ホームページ：<http://www.tachiji.net/>

◆楽々会(らくらくかい)

月に1回、お茶を飲みながらおしゃべりを楽しんでいます。

日 時：毎月第2木曜日

13:30～15:30

場 所：高松町東友会自治会館
(高松町2-20-21)

参加費：100円

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)



■地域包括支援センター 職員紹介■

5/1付で、中部たかまつ地域包括支援センターの主任ケアマネジャーとして配属になりました。小野裕子(おの ゆうこ)と申します。たかまつ地域の一員として一人でも多くの皆様と顔なじみになれるよう、いろいろな所に出かけて行きたいと思っています。どうぞよろしく！



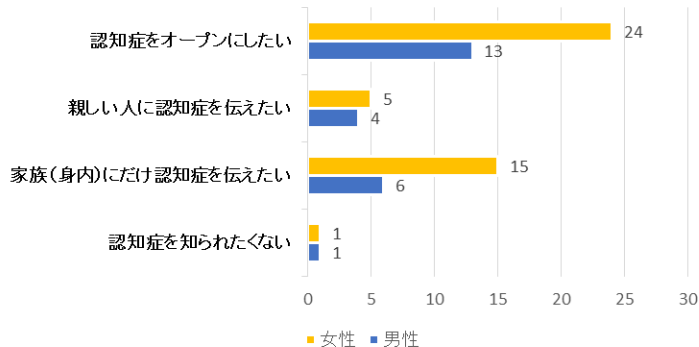
こんにちは「ほーかつ」(立川市中部たかまつ地域包括支援センター) です！

～ほーかつでは、認知症に対してのご相談や予防の取り組みにも力を入れています～

昨年秋の健康フェアに参加させていただいた時に“あなたが認知症になったら、どうしたい？”と題して簡単なアンケートを実施しました。結果は右のグラフの通りとなっています。「認知症をオープンにしたい」というご意見が多く、認知症に対しての垣根が以前より低くなっていることを実感しました。

認知症の方でもご自宅で暮らしていくことは可能ですが、近所の方に認知症であることを伝えることで、見守りや協力を得られる場

あなたは認知症になったら、どうしたい？



合もあります。周囲のバックアップがあることで、安心できるご自宅での生活がしやすくなります。最近のご自身の病気をテレビ等で公表し、認知症のPR活動をされている方も見受けられるようになりました。

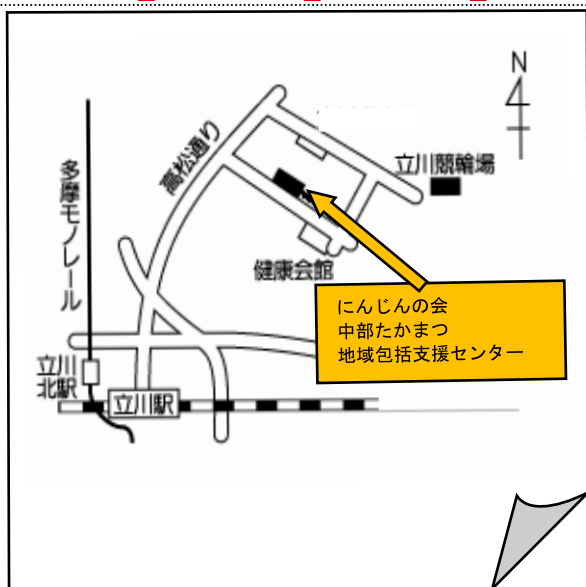
その甲斐もあって認知症予防の大切さも浸透してきています。食生活や運動習慣はメディアでもよく取り上げられていますが、趣味や社会活動も有効と言われています。ポイントは外出をして人と関わり、楽しい時間を持つことです。ボランティア活動は、様々な人と関わって社会の中で役割を持つことができるため、満足度や達成感等プラスの感情を得ることができます。

ボランティアや地域の活動等に興味がありましたら、ぜひ地域包括支援センターにお声かけ下さい。



ちょこボラのつぶやき (Nさん)

週1回のゴミ出し担当時に、朝“おはようございます”の声かけと共に玄関ドアを開けると必ず近くまで車いすで来てくださり、天気・お出掛け・現役時代の仕事・気になっていること等々のお話を伺っていました。玄関先に出ている袋を持っていくだけはつまらないなあと思っていたので、このような会話は楽しいひと時でした。引き続き地域の目と耳の一助となるような活動が出来ればと思っています。



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1ビル101号室

＜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。