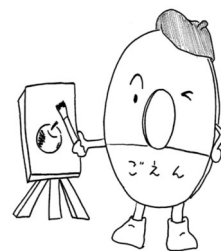


曙町
高松町
緑町

まちねっと



看取り支援事業 “今日から始める私の人生会議”

たかまつ包括では、「みんなで学ぶ幸せな死に方」というテーマで、2回講座を開催します。「自分自身の最期をどう迎えるか」「家族をどう看取るか」について、一度考えてみませんか。対象は立川市民(高齢者およびそのご家族)です。申込みは不要ですので、直接会場へお越しください。

なお、参加された方には*エンディングノートを配布します。皆さまのご来場をお待ちしております。

《第1回 からだ編》

日 時：6月15日(土) 14:00～16:00 (13:30開場)

会 場：立川相互病院 講堂 (立川市緑町4-1)

講 師：在宅での看取り経験のある医師

定 員：100名(先着順)



《第2回 こころ編》

日 時：7月22日(月) 14:00～16:00 (13:30開場)

会 場：女性総合センターアイムホール (立川市曙町2-36-2)

講 師：釈 徹宗氏(宗教学者 本願寺派如来寺住職 相愛大学教授)

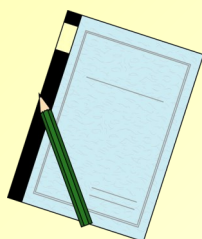
定 員：196名(先着順)



【問合せ】

たかまつ包括(4面)

エンディングノートとは…



自分の人生の最期や死後について家族に知っておいてほしいことを記すノートのことです。例えば「病気になったときの延命治療の有無」「介護が必要になったときはどうしてほしいか?」「どのような葬儀にしたいのか?」「利用している銀行や資産や負債など」について記入します。それ以外にも、残された人々に知ってほしい自分の歴史や思い出などを書くこともあります。

おしゃべりサロン 『わいわいがやがや』コミュニケーション 参加者募集

■病気の後遺症で話すことが難しくなった方
■話す機会が減ってしまった方
年齢問わずみんなで集まり、「わいわい」と楽しく話して「がやがや」過ごしましょう！お気軽にお問合せください。

開催日：毎月第1水曜日
時 間：13:30～15:30
会 費：100円(お茶代)
会 場：にんじん立川
地域交流スペース
申込み：たかまつ包括(4面)



日本のジャーナリズム・ 沖縄・原発について考えよう

我が国のジャーナリズム、普天間基地をはじめとする沖縄の諸問題、原発の再稼働など、さまざまな問題について鎌田慧先生と共に学びませんか。

日 時：5月28日、6月4日、18日
※いずれも火曜日、14:00～16:00
場 所：高松学習館(高松町3-22-5)
講 師：鎌田慧氏
(フリージャーナリスト、作家)
対 象：関心のある方なら
どなたでも
定 員：30名(申し込み順)
参加費：無料
その他：1歳～学齢前の保育があります。



事前にご相談ください。
主 催：たちかわ市民交流大学
市民推進委員会
申込み：高松学習館
電 話：042-527-0014

「ペットと飼い主のための 防災講座」

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災害時に不安な日々を送らなくても良いように、一緒に考えてみましょう。

日 時：5月18日(土) 14:00～16:00
場 所：総合福祉センター2階 視聴覚室
(富士見町2-36-47)
内 容：「災害時の飼い主と
ペットたちの備えについて」
講 師：福島正人氏(ペット防災チーム)
定 員：35名
参加費：無料
申込み：地域福祉コーディネーター(4面)

「石花カフェ」 コミュニティスペース貸し出し

高松町3丁目にオープンした体験型複合カフェです。石を立てるアート「石花」の体験や販売、コーヒーや軽食も提供しています。

打合せやおしゃべり、講座など、さまざまな用途にお使いいただけるコミュニティスペースを併設しておりますので、利用を希望する方はぜひお問合せください。

	9:00～12:00	19:00～21:00
半面	1000円	2000円
全面	1500円	2500円

※昼間・終日の利用は要相談(日・祝は定休)



場 所：石花カフェ
(高松町3-21-13サンパーク立川地下1階)
問合せ：石花カフェ(店長：石花ちとく)
電 話：042-512-5036



◆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。いつ来ても帰っても、何をしてもOK！大学生のお兄さん、お姉さんや地域の方が待っています。



また、参加された方に手芸や工作を教えてください。みなさん集まれ！

日 時：5月5日(日)、6月2日(日)
ともに8:00～12:00

場 所：認定NPO法人育て上げネット
(高松町2-9-22 生活館ビル1階)

定 員：20名(出入り自由)

主 催：あたま

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)へ

◆就活に役立つ！無料PC講座受講者募集

若者の就職を応援する初級PC講座を定期的で開催中。ワード・エクセル・パワーポイントなど仕事に役立つスキルが20時間で習得できます。受講には説明会での登録が必要です。まずは説明会へお申込みください。また、希望者にはPC講座の他に、履歴書のチェックや面接対策なども無料で行います。

日 時：5月14日、21日、28日
6月4日、18日、25日
※いずれも火曜日 10:00～12:00

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)

参加費：無料

対 象：15～39歳の求職中の方
(就労・在学中の方は対象外)

定 員：各日6名(要予約)

問合せ：たちかわ若者サポートステーション

電 話：042-529-3378

※受付は17:00まで。水・日・祝は休館日となります。

◆高松児童館子どもの日スペシャル 子どもの城だよ！ゴー！5！GO！

児童館は、基本的に祝日はお休みですが、子どもの日は特別開催！親子で楽しめるスペシャルな遊びが盛りだくさん。

詳しくは児童館のおたよりや、ホームページをチェックしてください。

日 時：5月5日(日・祝日) 14:00～17:00

場 所：高松児童館(高松町2-25-26)

問合せ：高松児童館

電 話：042-528-2925



児童館のホームページはこちら！



◆第37回高松学習館文化祭

高松学習館を普段利用するサークルの作品の展示会ならびに、音楽サークルの演奏会を開催します。演奏会は、プロの音楽家によるミニコンサートも実施予定です。

〈作品展〉

日 時：5月17日(金)～19日(日)

〈演奏会〉

日 時：6月9日(日) 13:15～16:00

場 所：ともに高松学習館(高松町3-22-5)

問合せ：高松学習館

電 話：042-527-0014

◆キャロット健康体操

リズムに乗って楽しく行う、笑いがいっぱい体操です。定期的に体操を続けたい方、体を動かすのが好きな方、年齢性別を問いません。どなたでもご参加いただけます。飛び込み参加もOK！

日 時：毎月第1、第3木曜日

13:30～14:45

会 場：SOMPOケアそんぽの家S立川2階
(高松町3-10-1)

講 師：木村明美先生(トライアングル所属)

会 費：1回につき500円

問合せ：地域福祉コーディネーター(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！

★「春を呼ぶ たこパ」 今年も開催しました！」

3月1日(金)、にんじん立川の地域交流スペースにて、3回目となる「たこ焼きパーティ」を開催しました。

一人暮らしの高齢者、地域にお住まいの方、ちょこっとボランティアさん、合わせて16名の参加がありましたが、なんとたこ焼きづくりの経験者は“ゼロ”！！

「初めてでわからな～い！」

「たこ焼きが丸くならな～い！」

と言いながらも、次第に手つきもよくなり、大きくて丸いたこ焼きをみんなでおいしく食べることができました。

食後は、甘いイチゴを食べながら、ちょこっとボランティアさんから活動内容を報告してもらったり、これからやりたい活動を発表してもらったり、あっという間にお開きの時間となりました。

みんなで“作って”“食べて”“おしゃべりして”……。食をテーマにするとみなさん楽しそう！

来年も「たこパ」を実施する予定なので、ぜひご参加ください。



最初はなかなか上手につくれませんでしたでしたが、だんだんと丸くきれいな形に！

みんなで話しながらつくるのも楽しみの一つ。自分でつくったたこ焼きはおいしいな～♪



～ちょこボラさんのあったかエピソード～

ゴミ出しボランティアとしても活動するEさんは、「何か自分にできることはないか」「恩返しをしたい」とちょこボラに登録し、積極的にボランティア活動へ取り組まれています。

毎週のゴミ出しをお願いしているご利用者さんはEさんに会うことが楽しみで、朝早くから身支度を整え玄関で待っていらっしゃいます。

ごみ出しボランティアを通じて、Eさんはご利用者様にとって大切な存在になっていたのです。

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いたします。

FAX 042-522-1636

Eメール tachihoukatsu@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＞

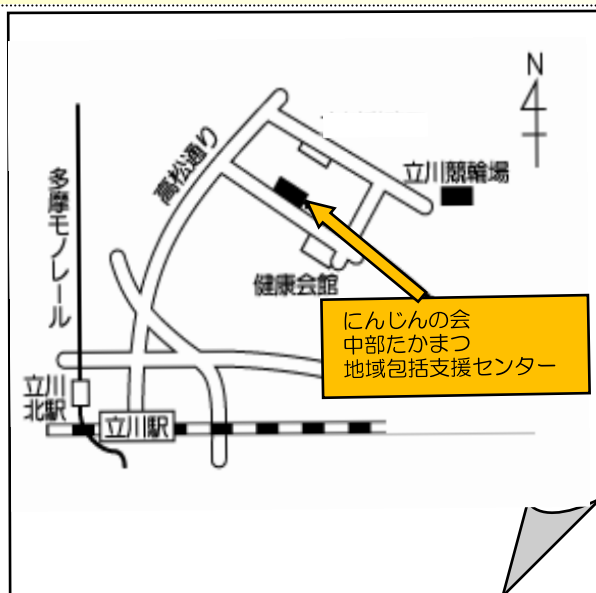
地域福祉コーディネーター(小林)

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。曙・高松・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。