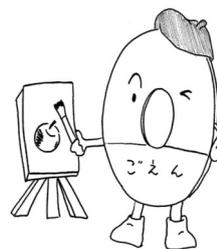


曙町  
高松町  
緑町

# まちなえっと



たがまつーありほのーみどりーたがまつーありほのーみどりーたがまつーありほの

## にんじんサロン 秋のお出かけ 「高幡不動尊 菊まつり鑑賞とそば三昧」



一人でお過ごしの高齢の方とボランティアや地域の方々との交流会「にんじんサロン」を今年も開催いたします。今回は、昨年行い好評だった高幡不動へのお出かけです。菊まつりの鑑賞後、高幡そばでランチを楽しみましょう。

日 時：11月6日(水) 10:30～13:30

場 所：高幡不動尊（日野市高幡733）

集合場所：高島屋立川店2階 JR・モノレール側入口に  
10:30集合

その他：モノレール代、食事代は実費となります。

申込み：地域包括支援センター（4面）



## 介護予防教室 ～「第二の人生」を安心して暮らすためのお金の話～

地域でお馴染みの多摩信用金庫の方に、「今あるお金や年金をどう使ったらよいか」というテーマについて、やりくりのコツや相続の準備についてお話しいただきます。

出て行くお金と残すお金について学び、安心したセカンドライフについて一緒に考えてみませんか。

日 時：11月18日(月) 13:30～14:30

場 所：高松学習館(高松町3-22-5)

講 師：多摩信用金庫 すまいるプラザ立川

定 員：40人(申込順)

申込み：地域包括支援センター（4面）



※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。  
曙・高松・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。

## この機会に健康チェック！ 「健康フェア」

立川市自治会連合会では、各支部を中心として、例年健康フェアを開催しています。身体測定や体力測定、骨密度測定、健康相談・栄養相談などを行います。どなたでもご参加いただけます。



### ●高松町ふれあい健康フェア

日 時：10月13日(日) 9:00～14:00ごろ

場 所：高松会館(高松町2-25-26)

### ●曙町健康フェア

日 時：11月23日(土・祝)10:00～13:00ごろ

場 所：第二小学校(曙町3-23-1)

★自治会への加入をご希望の方は、立川市協働推進課にご連絡ください。また、自治会に関するご質問等がありましたら、お気軽にご相談ください。

問合せ：528-4315 立川市協働推進課

## マンション防災学習会



マンションに特化した防災学習会を開催します。マンションならではの備えや対策、注意点などを学びながら、災害への備えについて考える機会とします。お住まいのマンション

での防災力向上につながるよう、多くの方のご参加をお待ちしています。

日 時：10月26日(土) 10:00～12:00

場 所：アーバンライフ立川集会室  
(曙町2-42-23)

対 象：曙・高松・緑町のマンション住民

内 容：マンション防災の基礎・事例  
参加者による情報交換(予定)

講 師：矢野和孝さん

(立川市災害ボランティアネット代表)

定 員：30名(先着順・要申込み)

申込み：地域福祉コーディネーター(4面)

～ きっと見つかる！あなたに合った学校！！～  
「定時制・通信制等合同学校相談会」

立川市では、進路選択に困っている中学生や進路変更を検討している高校生等のニーズに合った進路先が見つかるよ



う、市内を中心とした多摩地区所在の私立通信制高校や都立高校など、特色ある学校十数校が一堂に会した「合同学校相談会」を開催します。昨年は子ども81名、大人225名の来場がありました。進路先に悩んでいるお子さん、保護者の方のみならず、不登校や引きこもり、課題を抱える子どもの支援に関心のある方など、ぜひご来場ください。

日 時：11月23日(土・祝)10:30～16:30

場 所：たましんRISURU

ホール地下展示室及びサブ

ホール(錦町3-3-20)



その他：入場無料、入退場自由、予約不要  
問合せ：523-2111(内線1305)

立川市子ども育成課青少年係

## ペット防災講座

地震が発生したときに、あなたは最初にどんな行動をしますか。そして、ペットたちのためにどんな行動ができるかイメージしてみましょう。

日 時：11月16日(土) 14:00～16:00

場 所：柴崎学習館 第2教室(柴崎町2-15-8)

講 師：福島正人氏

内 容：東日本大震災における

福島県動物愛護センターの実態

定 員：35名(先着順)

締 切：11月13日(水)

申込み：地域福祉コーディネーター(4面)



ボクたち  
大丈夫なの？



高松町がオバケだらけに!?

# HALLOWEEN



## 高松町のハロウィンパーティー!!



### ●高松児童館

地域をまわって、「トリック オア トリート♪」みんなで仮装をして楽しもう!ハロウィンを楽しみたい子は、高松児童館に集まれ!待ってるよ~!

日 時: 10月26日(土) 14:00~16:30  
場 所: 高松児童館(高松町2-25-26)  
定 員: 小学生以上100人、乳幼児親子15組  
※要申込み、先着順  
参加費: 200円  
申込み: 10月5日(土)~10月16日(水)の間  
問合せ: 528-2925 高松児童館

### ●高松町子ども会連合会

高松町子ども会連合会の企画によるハロウィンイベントです。みんなで仮装をして、高松町大通りをパレードします。子どもと一緒に、お父さんもお母さんも!

日 時: 10月27日(日) 10:00~13:00  
集合場所: 高松会館(高松町2-25-26)  
対 象: 子どもとその家族  
※要申込み、小学3年以下は親同伴  
参加費: 200円(保険代、お菓子代)  
問合せ: 090-7425-4455  
高松町子ども会連合会 副会長市川さん



## 「気功」を体験してみませんか?

深呼吸でリラックスする呼吸法を用いて、音楽に合わせてゆっくり動く運動です。元気になりたい方、集まりませんか?

下記の会場・時間帯で体験することができます。



- 「さかえ健康気功」 さかえ会館  
毎週月曜日 13:30~15:30
- 「導引養生功砂川」 砂川学習館  
毎週火曜日 10:00~12:00
- 「にしすな気功を楽しむ会」 西砂学習館  
第1・第3金曜日 10:00~12:00
- 「砂川気功の会」 砂川学習館  
毎週火曜日 19:00~21:00
- 「高松健康気功の会」 高松学習館  
毎週金曜日 13:30~15:30
- 「曙気功サークル」 曙福祉会館  
毎週木曜日 13:30~15:30

主 催: 導引養生功 立川協会  
問合せ: 地域福祉コーディネーター(4面)

## トールペイント入門講座

トールペイントとは、家庭内の家具・装飾品・小物などにイラストや模様を描いて楽しむものです。比較的描きやすいので、子どもから高齢者まで誰でも取り組むことができます。



この入門講座への参加をきっかけに習いごととして続け、スキルアップしながら楽しむのはいかがでしょうか。

日 時: 10月10日・24日、11月7日  
いずれも木曜日、14:00~16:00  
場 所: 女性総合センター・アイム 実習室  
(曙町2-36-2)

対 象: 小学生から高齢者まで  
定 員: 15名(先着順・要申込み)  
参加費: 受講料1,500円、材料費1,300円  
保 育: 1歳~学齢前まで(要申込み)  
主 催: たちかわ市民交流大学市民推進委員  
申込み: 528-6872 生涯学習推進センター

## 立川市看取り支援事業“今日から始める私の人生会議” 「みんなで学ぶ幸せな死に方」を開催しました!

第1回：からだ編「自分らしい最期を迎えるために」を、6月15日に立川相互病院の講堂で開催しました。当日は雨の中、関係者も含めて100名を超える参加者を迎え、講師の石井先生(石井医院院長)より主治医の必要性について熱く語っていただくとともに、第2部の意見交換では市民の方々からの疑問に丁寧にお答えいただきました。



第2回：こころ編「お世話され上手のスヌーむつみ庵の場合-」は、7月22日にアイムホールで開催しました。講師の釈徹宗先生は如来寺住職であるとともに、グループホームを運営していらっしゃる、講義は「各国での看取りの事例」「グループホーム設立のご苦労」「生前個人墓の話」など多岐にわたり、ご参加のみなさんに大変好評でした。

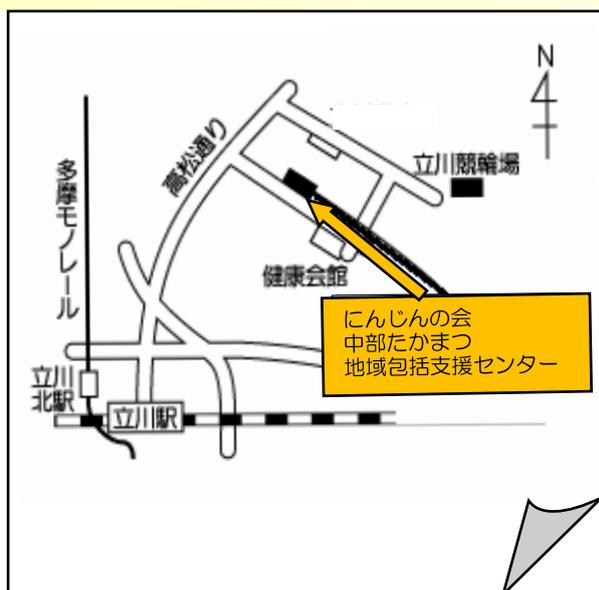
第3回は、地域のケアマネジャー(介護支援専門員)等の専門職員を対象に、看取りやACP(アドバンス・ケア・プランニング/人生会議)に関する内容で、2020年3月24日に開催予定です。専門職以外も参加できますので、関心のある方はぜひご参加ください。

## ～夏祭り! にんじんサロンを開催しました!～

去る7月27日(土)、にんじん立川の地域交流スペースとカラオケルームにて『夏祭り にんじんサロン』を開催! デイサービスの利用者様や地域の子もたち、運営ボランティアなど総勢99名の参加があり、大盛況のうちに実施されました。

カラオケルームにて高松図書館による昔懐かしい紙芝居や絵本を楽しんだ後、交流スペースに出展されたてヨーヨー・綿あめ・射的・ポップコーン・かき氷の屋台、にんじん食堂の手作り焼きコロッケ・ナスの漬物・きゅうりの浅漬けもあり、小中学生から高齢者まで思い思いの夏を楽しんでいただきました。

今後も地域の方に参加いただける楽しい催しを計画していますので、みなさんどうぞご参加ください。



### 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 tachi-houkatsu@ninjin.or.jp

〈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



所在地 〒190-0011

立川市高松町2-27-27 T B K 高松第1ビル101号

※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。