

錦町
羽衣町

まちなえと



※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、延期や中止の可能性もあります。
お出かけ前に、必ずお問合せください。

まちなえとカフェ

『出張暮らしの保健室』

訪問看護師さん、薬剤師さんと気楽におしゃべりしませんか

日時 **3月11日(木) 14:00~15:00**

場所 はごろも「まちなえとカフェ」
(羽衣町2-39-11羽衣会場)

内容 ①コロナの中でもお家での健康づくり
看護師、薬剤師からのお話(15分)
②気楽な会話「みなさん聞きたいこと
言いたいこと」を一緒に話そう

定員 15名 参加自由

問合せ はごろも地域包括支援センター(4面)



介護予防教室

『認知症サポーター講座』

認知症になっても安心して生活できる地域。そんなまちを作るためみんなで支えあいの輪作りませんか？

日時 **3月19日(金)14:00~15:00**

場所 子ども未来センター201・202会議室
(錦町3-2-26)

対象 おおむね65歳以上の市民

定員 30名

講師 はごろも地域包括支援センター職員

申込み はごろも地域包括支援センター(4面)



錦学習館

認知症介護者のつどい

認知症介護の体験談、地域の支えあいについて介護者、介護スタッフより話を聞きます。介護している高齢者の方も一緒にご参加いただけます。高齢者の方には、体操等の別プログラムを用意しています。

日時 **3月19日(金)13:30~15:00**

場所 錦学習館
(錦町3-12-25)

内容 介護者や介護スタッフと認知症の介護について話し合い

定員 10名

受付 2月10日(水)~

申込み 錦学習館 ☎042-527-6743

参加者募集

『ロコトレ体操 きらめき』

ロコトレ体操とリズム体操など元気に楽しくいつでも若く過ごしませんか？その他ストレッチ、有酸素運動、ヨガなんでもあります。PPK(ピンピンキラリ)でいつまでもかがやきましょう。

日時 **毎月第2木曜日14:00~15:00**

場所 錦学習館
(錦町3-12-25)

内容 ロコトレ体操、リズム体操ほか

定員 10名

参加費 1回300円

その他 飲料水、動しやすい服装

※開催時には、換気、アルコール消毒、検温
マスク着用のコロナ対策を行います

申込み 地域福祉コーディネーター(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。
錦町・羽衣町に配置され「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。

錦児童館ロープ人形を作ろう

ロープ、フェルト、毛糸を使ってかわいいロープ人形を作ります。
※マスク着用、検温、アルコール消毒をお願いいたします。

期 間 2月15日(月)～19日(金)

いずれも15:00～17:00

場 所 錦児童館(錦町3-12-1)

内 容 「ロープ人形を作ろう！」

参加費 無料 申込み不要

問合せ 錦児童館 ☎042-525-6684



冒険遊び場 思いっきり遊んで楽しもう

冒険遊び場とは子どもたちが「遊び」を作る場です。決められた遊びでなく、地面を掘ったり、木に登ったり、何か物を作ったり、虫をさがしたり……。「自分のやってみたいと思うこと」を実現して楽しく遊びましょう！

詳細は下記までお問合せください。
開催状況等、お知らせします。

問合せ 冒険遊び場の会たちかわ

tachikawabouken@gmail.com



ピアサポートおやこ食堂つながるごはん～参加者募集!!

同じ悩みや課題を持つ親子の「おやこ食堂」を月2回開催しています。発達凸凹児・食物アレルギー児・多胎児・ひとり親家庭・未就園児、地域の多世代の6グループを構成し、地域で活動する同じ境遇の先輩「ピアサポーター」を交えてのお喋りタイム、保育園の調理師がつくるグループに合わせた無添加のお弁当をご提供。想いがつながる者同士で、有意義で安心な時間を過ごしませんか？

日 時 2月18日(木) 発達凸凹児、2月21日(日) ひとり親家庭

いずれも10:00～12:00

会 場 武蔵村山市立緑が丘ふれあいセンター

(武蔵村山市緑が丘1460-1111駐輪場、駐車場あり)

参加費 500円(お弁当2人分付き)

申込み 「つながるごはん」ホームページ

3月には、未就園児と多胎児のおやこ食堂を立川で開催予定。詳しくはWEBで。



発達凸凹児
のごそだて



食物アレルギー児
のごそだて



多胎児
のごそだて



ひとり親家庭
のごそだて



ちょっと心細い
未就園児のごそだて



地域の
多世代交流



さんきゅうハウス家事代行

サービスをご存知ですか？

料金は、相談に応じます。現場確認後、事前に見積書をお渡しいたします。

代金支払い方法は、作業後に手渡し、または振り込みです。

～受付できるお仕事～

①庭木の剪定 ②草むしり ③通院サポート

④入退院時の補助 ⑤家具の移動 ⑥カーテン

の取付⑦網戸や窓ガラスの清掃 ⑧買い物代行

⑨高齢者のお話相手など

問合せ 吉村一正 ☎080-4851-3185



『立川カラオケ虹の会』参加者募集

ラジオ、テレビで歌われている「最新の歌謡曲」を学んでいます。歌手のレッスンとCDをきき、その後、譜面とDVD画面を見ながら学習しています。

少人数制をとっており、現在7名、2～3名の会員を募集中です。お気軽にお越しください。

日 時 毎月第1、第3木曜日

13:00～16:00

場 所 錦学習館 視聴覚室
(錦町3-12-25)

費 用 入会金500円、2カ月で1,000円

問合せ 地域福祉コーディネーター(4面)



～お気軽にご相談ください 民生委員・児童委員～

錦町・羽衣町では、24名の民生委員・児童委員が活動しています。このうち2名は、児童福祉に関する問題を専門に担当する主任児童委員です。
日頃の民生委員・児童委員の活動をいくつかご紹介します。

- ・放課後子ども教室の見守り活動
- ・一人暮らしの高齢者の調査
- ・敬老の集いの案内状を訪問してお渡し

民生委員・児童委員には守秘義務が課せられています。心配事やお困り事など、安心してご相談ください。お近くの委員の連絡先など、詳しくはお問い合わせください

問合せ：立川市福祉総務課地域福祉推進係 ☎523-2111(内線1493)



都立大での食糧配布活動～コロナ禍の学生の困窮と生活支援

2020年5月の連休明けに「都立大コロナ対策学生生活支援プロジェクト」を立ち上げて、困窮する都立大生への食糧配布活動を行っています。教職員やOB・OGだけではなく、地域の社会福祉協議会やフードバンクの皆さんと連携した取り組みについて紹介いたします。

日時 2月24日(水)18時～19時30分

内容 オンライン講座 Zoom

対象者 フードバンク、
パントリー活動に
関心がある



講師 野元弘幸氏
(東京都立大学・人文社会学部・教授)

参加費 無料

申込み グーグルフォーム受付
受付用QRコード



問合せ 地域福祉コーディネーターへ(4面)
※オンラインでの講座難しい方は、お問合せ
ください。

立川0(ゼロ)円ショップ縁側! Free recycle, Give&Give Free

「0(ゼロ)円ショップって何?」

不要品放出市のことです。使わないモノを持ち寄って、ほしい人にあげる活動です。誰でも持ち込み・持ち帰りOK! いつでも出入り自由です。帰る時には、自分の持ち込み品を持ち帰って下さいね。色々な方と交流できる場です!

日時 2月14日(日)、3月21日(日)
いずれも10:00～11:50

場所 子ども未来センター 1階デッキ
(錦町3-2-26)

持ち込めるモノの例

服 食器 雑貨 おもちゃ 文房具
CD DVD アクセサリー 本など

問合せ tachi0engawa@gmail.com

立川0円ショップ縁側
梅垣(Umegaki)

Ecology ,Mutual support

And more!

This market is open to all who want to "recycle" items which is no longer used, rather than throw them away.

children's clothes books CD DVD
accessories kitchenware . .

Sunday, February14 Sunday, March21
10:00~11:50

Tachikawa-City kodomomirai center
(3-2-26, Nishikicho)

Inquiry : tachi0engawa@gmail.com

こんな時も「ほーかつ」(立川市南部東はごろも地域包括支援センター)です！

触って体験！シニアのためのスマホ入門

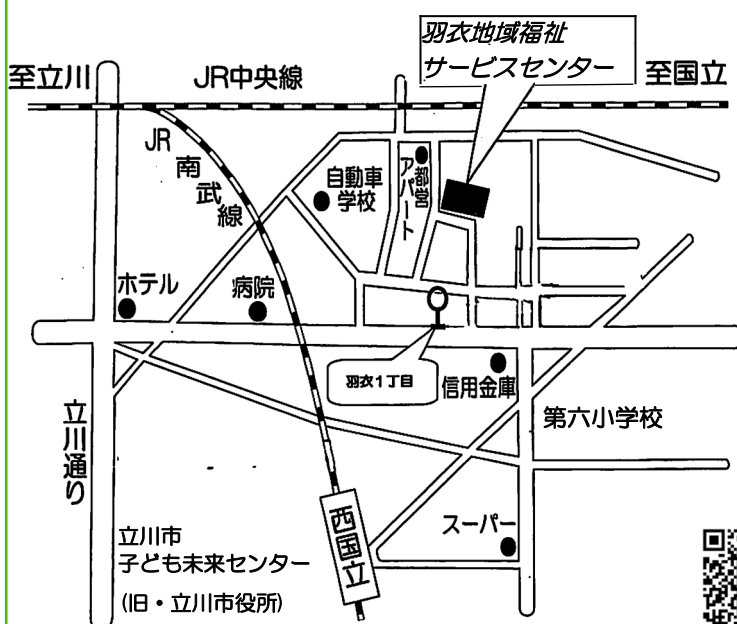
こんにちは！保健師の松田です。突然ですがみなさん！スマホ、使っていますか？

ガラケーといわれる折り畳み式の携帯電話の利用者がかなり少なくなり、今やスマホの利用者が9割を超える時代。その流れに乗って「スマホに買い替えたわ♪」という人も少なくない世の中です。そんな中よく聞かれる声が「買ってはみたんだけど使い方が分からない。」「電話がかかってきても出れないのよ。」「というもの。せっかく買ったスマホ、使いこなしたいのに基本中の基本から使い方を聞くのはどうしても気が引けてしまいますよね。

そこで！11月の介護予防教室では「触って体験！シニアのためのスマホ入門」と銘打って基本の使い方を学べる教室を開催しました。当日は講師から参加者皆様にスマホをレンタルし、説明と一緒に実際に操作をしながら学ぶという形式で講義が進められました。「持ち方から教えてもらえるとは思わなかった。」「ステップアップの講座もやってほしい。」など大変好評で包括としても嬉しい限りの1日でした。



問合せ 南部東はごろも地域包括支援センターへ



発行・連絡先

＜立川市南部東はごろも地域包括支援センター＞

電話 042-523-5612
FAX 042-523-5613
nh-hagoromo@lake.ocn.ne.jp

＜立川市社会福祉協議会

地域福祉コーディネーター(丸山)＞

電話 042-519-3001
FAX 042-519-3003
dainichiku@soleil.ocn.ne.jp
所在地 〒190-0021

立川市羽衣町1-12-18
羽衣地域福祉サービスセンター内



気軽にご相談下さい

←立川社協動画チャンネル(YouTube)



※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。錦町・羽衣町の担当が「立川市南部東はごろも地域包括支援センター」です。