

第42号

(2021年10月発行)

上砂町
一番町
西砂町

まちねっと

徒歩や自転車で
気軽に出かけられる
地域の情報
をお届け♪

※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。

地域福祉アンテナショップ、邁進中！ ～にこにこサロンの近況報告～

地域福祉アンテナショップ「にこにこサロン」が、本格的にスタートしてから早数ヵ月。たなばたかいの開催やヨガの会、夏休み中の子どもの食の支援・宿題サポートなど、少しずつ活用いただく機会が増えました。併せて、地域有志の方々と月1回、利用のルールやにこにこサロンを知ってもらうための取組みについても懇談を重ねています。

目指すのは、だれもが歩いていける範囲に居場所があるまち。にこにこサロンを一つの例として、居心地のいい場所を増やしていきたいと考えています。

「みんなが集まれる空きスペースを提供できるよ！」
「来た人のお話相手になれるよ！」など、みなさんの「できるよ！」をぜひ、地域福祉コーディネーターにお寄せください☆

【住所】一番町4-62-3 一番町北住宅1号棟1階
お車の方は**こちら**→より(駐車場3台分あり)
徒歩・自転車の方は**こちら**→からも通れます



<フリー開放日(仮称)を実施します>

10月から毎月、第1(水)9:00～12:00の間、予約なし&出入り自由の開放日をお試し実施予定です♪気ままにふらっとでも、お誘いあわせてでもOKです。ぜひ一度、いらっしやいませんか(^ ^)/



Facebook、はじめました！

この度、6名の地域福祉コーディネーターがFacebookページを開設しました！写真やチラシと合わせてより臨場感たっぷり(?)に、こまめに地域の情報をアップしていきたいと思ひます！
ぜひチェック&フォローをよろしくお願いします♪



6地区地域福祉コーディネーター

<https://www.facebook.com/ts.rokuchikucho>

※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。
上砂町・一番町・西砂町を対象に「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。



虹の会1周年記念講演会 グリーフ・ケア 「悲しみや辛さの次にやってくるもの」

大切な方を亡くされたご家族が、思いを共有できる居場所として活動を行ってきた「虹の会」1周年記念講演会を開催します！「グリーフケアって何？」「先生の話だけでも聞いてみたい」等、ご興味のある方はぜひご参加ください！

日 時：10月23日(土)13:30～15:00

場 所：①立川市総合福祉センター 2階視聴覚室
(富士見町2-36-47)

②オンライン参加 (Zoom)

講 師：公益社団法人がん研究会 有明病院 腫瘍精神科
公認心理師・臨床心理士 厚坊 浩史先生

対 象：大切な方を亡くされた方、
グリーフケアに関心のある方

定 員：①20名(先着順) ②なし

参加費：無料

申込み：①岡田さん ☎080-1163-5281

※受付時間10:00～16:00

②右記QRコードより、または
ZoomにID・パスコードを入力しご参加ください
ミーティングID: 938 2107 8187
パスコード: 832231



2021年度 マンション防災講座

災害はある日突然やってくる。もしもに備えて、私の暮らしを守るためには今から何をしておくべきか…マンションならではの防災の視点を一緒に学びませんか？

日 時：①11月11日(木) ②11月25日(木)
いずれも18:00～20:00

講 師：立川市災害ボランティアネット

①東條氏 ②佐々木氏

内 容：①今からできる！

マンション防災の私の備え

②住民同士のつながりから

マンション全体の防災へ

定 員：各回30名、オンライン講座 (Zoom)

申込み：Googleフォーム受付

右のQRコードより
アクセスできます👉

問合せ：地域福祉コーディネーター (4面)



自作本出版サポート会

趣味の詩歌や書画、半生記など…自身の作品を本にしてみませんか？書き方や製本の工程まで、ノウハウを活かし相談に乗ります。

日 時：毎週(火) 13:00～16:00

場 所：一番町北住宅 にこにこサロン(1面)

参加費：無料 (作成にかかる材料費は有料)

問合せ：川合さん ☎537-6724

「ブルームーン」

社交ダンスにチャレンジしませんか。女性プロのレッスンで、美姿勢と充実感が得られますよ☆

日 時：第1・3・4(月) 13:00～16:00

場 所：上砂会館
(上砂町1-13-1 大山団地16号棟)

参加費：1,500円/月

問合せ：草刈さん ☎531-6703



一緒にお楽しみ、始めませんか？ ～お仲間募集～

「ママヨガの会」

初心者大歓迎！子育て中のママが中心のヨガサークルです。体幹やバランスを鍛えながら美しい身体づくりを目指しましょう♪ 見学・体験は無料です。お気軽にお問い合わせください。

日 時：毎週(木) 10:30～11:30

場 所：西砂学習館 1階 和室 (西砂町6-12-10)

対 象：女性

参加費：入会金1,000円/1回500円

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)



たちかわ社協では、身近な地域での仲間づくりを応援しています！活動は月1回から、3人以上のグループで「支えあいサロン」に登録できます。(内容：活動中の保険、会場費等の補助、など) 詳しくは、地域福祉コーディネーター(4面)へ♪

みんなの介護教室

「地域で高めよう介護力」をテーマに介護教室を行います。これから備えて学びたい方、その他ご興味ある方どなたでもご参加できます♪

日 時：10月13日(水)、11月10日(水)

いずれも13:30～15:00

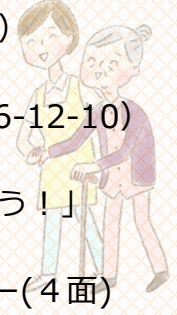
会 場：西砂学習館 第一教室 (西砂町6-12-10)

参加費：全日程無料

内 容：10月「訪問看護をもっと知ろう！」

11月「住宅改修・浴室編」

申込み：かみすな地域包括支援センター(4面)



相談センターからのお知らせ

かみすな福祉相談センター&にしすな福祉相談センター

おしゃべりで介護の悩み解消!

『大空カフェ』

どなたでもご参加いただけます。
お気軽にお問い合わせください。



日時：10月16日(土) 10:00～11:00

会場：①上砂会館 第2集会室 参加費：100円

(上砂町1-13-1 大山団地16号棟)

②オンライン (Zoom) 参加費：無料

問合せ/申込み：かみすな福祉相談センター

TEL：537-7799 FAX：536-7182

※Zoomでご参加の方は、下記メールアドレスへ
ご連絡をお願いいたします。

E-mail：kamisuna-fukushi@ce.wakwak.com

福祉相談センターとは…?

地域包括支援センターと同様に立川市から委託を受け、地域の方々の高齢者福祉・介護・介護予防等に関する相談をお受けする場所です。福祉相談センターは市内に3か所あり、うち2か所が上砂町・西砂町に設置してあります。

介護保険のご相談等、お困りなことがありましたら、お気軽にご相談ください。

●かみすな福祉相談センター

住 所：立川市上砂町1-13-1

上砂地域福祉サービスセンター内

連絡先：042-537-7799

●にしすな福祉相談センター

住 所：立川市西砂町5-5-5

西砂ホーム内

連絡先：042-531-5550



かみすな包括「出前講座」

かみすな包括では、地域のつながりを作る取り組みの一環として無料で出張講座を行っています。自治会や老人会はもちろん、サロンを含む地域の集まりなどにもぜひご利用ください。

問合せ：かみすな地域包括支援センター (4面)

「健康寿命と介護予防」
「つながりを作る、みんなで使おうスマホ」
「消費者被害、手口と対策について」
「きちんと知ろう成年後見制度」
「エンディングノートについて」
ほか、多彩なメニューを用意しています!



はたらくわ

Vol.14

まちなつとでは毎号、上砂町・一番町・西砂町の地域で働いている方々をご紹介します。

今回は医療療養型病院をお伝えします。

事業所：西砂川病院

名 前：浅沼 万里子さん

職 種：医療ソーシャル

ワーカー

ひと言：患者様、ご家族様と共に

最後まで伴走させていただきます。



<療養型病院とは>

慢性期（症状や徴候は激しくないが、治癒することが困難な状態が長期間持続し、医師による管理・治療・看護が必要とされる時期）の患者様を治療する病院のことで、時間を掛けた療養が目的となります。

新入職員の紹介

～新しい仲間が増えました!～



はじめまして! 4月よりかみすな包括に勤務しています、三宅島帰りの、社会福祉士の藤原陽一郎です。地域との関わりを大切に、良き相談相手として頑張ります。よろしくお願い致します!

はじめまして。4月より北部西かみすな地域包括支援センターに勤務しております、小作(こさく)真理と申します。地域の皆様のお役に立てるよう頑張っておりますので、よろしくお願い致します。



こんにちは、かみすな地域包括支援センターです！



消費者被害防止講座

～落語で学ぼう詐欺被害～



消費者被害防止啓発落語「コロナ詐欺に気をつけよう」

不安な消費者心理に付け込む詐欺の手口と被害に遭わない方法を落語家が伝授します。
また、市内の詐欺の実態と悪質商法の対処方法を警察と消費者生活センター相談員から
わかりやすくお伝えします。

日 時：10月6日(水) 13:30～15:00

会 場：立川市役所 101会議室

参加費：無料

講 師：落語芸術協会 立川がじら 氏

申込み：不要（直接会場までお越しください）

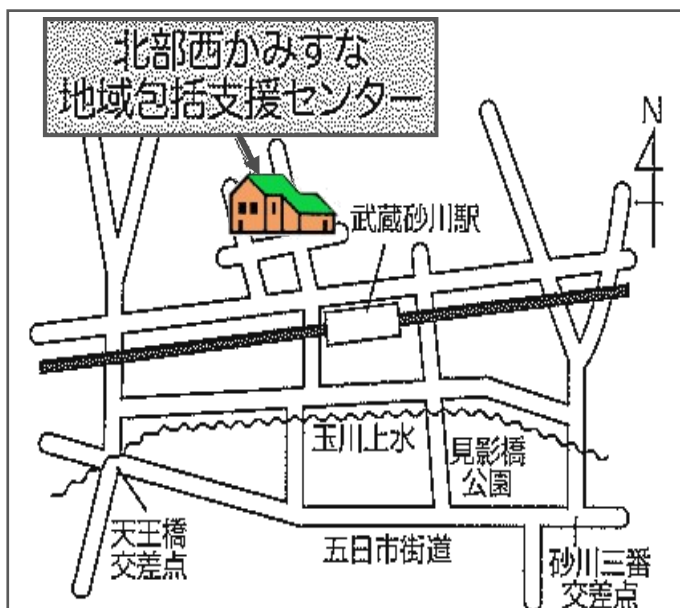
問合せ：かみすな地域包括支援センター（下記参照）



立川がじら

★新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催は中止、もしくは落語家の登壇が中止になる

場合がございます。予めご了承ください★



発行・連絡先

浅見です♪

●立川市社会福祉協議会 地域福祉コーディネーター

〒190-0032 立川市上砂町5-76-4 砂川園内

☎：042-534-9501 FAX：042-534-9502

メール：dai6chiku@sweet.ocn.ne.jp

●かみすな地域包括支援センター

〒190-0032 立川市上砂町5-76-4 砂川園内

☎：042-536-9910 FAX：042-536-9953

メール：nw-houkatu-kami@bd.wakwak.com

<協力>

●かみすな福祉相談センター

〒190-0032 立川市上砂町1-13-1

上砂地域福祉サービスセンター内

●にしすな福祉相談センター

〒190-0034 立川市西砂町5-5-5 西砂ホーム内

※地域包括支援センター（ほーかつ）/地域の高齢者の総合相談窓口で、市内に6箇所あります。
上砂町、一番町、西砂町の担当が「立川市北部西かみすな地域包括支援センター」です。