

第43号

(2021年12月発行)

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♪

上砂町
一番町
西砂町

まちねっと

※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。

聴く・知る・学ぶ ～地域の講座情報～

子ども地域懇談会を開催します

「子どもの貧困」

～地域の子どもの私たちができること～

立川市社会福祉協議会では、子どもに関する活動を行っている地域の方や団体、子ども・若者の支援をしているそれぞれの分野の方々と一緒に、年に一度「子ども地域懇談会」を開催しています。

今年度のテーマは「子どもの貧困」です。“子どもを真ん中に”をキーワードに、地域と子どもの結びつきを通して地域社会の活性化に取り組む京都市での実践から、私たちができることについて考えます。

日 時：12月15日(水)18:00～20:00

講 師：NPO法人山科醍醐子どものひろば
理事長 村井琢哉氏

対象者：子ども・若者を対象とした支援や
活動をしている方、関心のある方

開催方法：Zoomでのオンライン講座

参加費：無料

定 員：100名(先着順)

申込み：Googleフォーム受付
(右記QRコードより👉)

主 催：立川市社会福祉協議会

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)



妊娠・出産前のパパ教室

～産前からできることを知ろう・学ぼう～

「パパに知ってほしい出産とママのカラダ」のお話や「お互いの距離がギュッと近くなるワークショップ」を通して、夫婦の想いや考えを確認・共有し「子育て」についてワクワクしながら考えましょう！

日 時：①1月9日(日)10:00～11:30

②3月6日(日)10:00～11:30

※いずれも同じ内容です。

会 場：①②ともに女性総合センター・アイム

内 容：パパだからこそ妊娠・出産に向けて
できることを一緒に考える

参加費：無料

定 員：30名(先着順)

申込み：立川市男女平等参画課
☎528-6801

もしくは右記QRコードより👉

主 催：立川市男女平等参画課



<企画/運営>

パパ・ママ子育て応援

Hiタッチ!!

～祝!「みんなの西砂川」5周年～

自治会連合会西砂支部ネットワーク「みんなの西砂川」は、西砂川地区の各団体・組織のニュースや活動情報をわかりやすく伝えるためのサイトです。2016年にスタートし、今年で5周年を迎えました！イベント情報や報告、地域のニュース等、こまめにアップされています。今後ともぜひお役立てください♪



みんなの西砂川

検索

インターネットで検索、
もしくは左記QRコードからも
ご覧いただけます☆

※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。

一緒に楽しみ、始めませんか？ ～お仲間募集～



支えあいサロン「ブルームーン」

社交ダンスにチャレンジしませんか。女性プロの指導のもと、優雅な音楽と軽快なステップによって、楽しみながら健康と美しい姿勢を習得しましょう☆見学も大歓迎です！

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



「一番町傾聴クラブ」

心に寄り添って話を聴く“傾聴”。この度、新たに傾聴活動の会を発足しました！現在、仲間を募集中です。ともに学びながら、無理なく・楽しく、こころを支えるボランティア活動をご一緒しませんか？ぜひお待ちしております♪

日 時：毎月第1(火)13:30～15:30

場 所：西砂学習館(西砂町6-12-10)

会 費：1,000円/年

問合せ：植松さん ☎090-2418-6315



支えあいサロン「健康麻雀西砂」

健康麻雀はお金を賭けることなく楽しむゲームです。初めての方には一から教えます。認知症の予防にも効果があり、友達作り・記憶力アップに役立ち、老後の趣味として最高です。年齢に関係なく、男性も女性も大歓迎です！

日 時：毎週(木)9:30～17:00 ※変動あり

場 所：西砂学習館(西砂町6-12-10)

参加費：200円/回

定 員：20名

持ち物：午前・午後通して参加する場合は、昼食をお持ちください

問合せ：高橋さん ☎080-4623-2616



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♪



【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

わくわくフリーデイのお知らせ

にこここサロンでは毎月1回、出入り自由のフリーデイを実施しています。気ままにふらっと♪誘いあわせて一緒に♪ぜひお立ち寄りください(^ ^)/

12月1日(水)9:30～12:00は、0円マーケットやクリスマスにちなんだカードづくり&ミニコンサート、体操を予定しています！1月以降もご期待ください☆

<今後の予定>

2022年1月5日、2月2日、3月2日

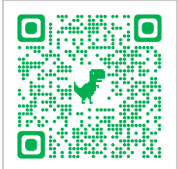
いずれも(水)、9:30～12:00です♪

☞場所は左記、にこここサロンにて



* 情報コーナー *

たちかわ社協では、日々さまざまな方法で情報を更新・発信しています。ぜひ日々の暮らしにお役立てください！



📍 ホームページ



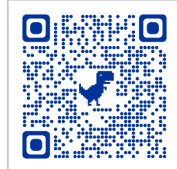
📍 Twitter



📍 Facebook



📍 YouTube



📍 地域福祉コーディネーターFacebook

真ん中にある謎の恐竜ちゃん
の正体とは...?
(浅見のつぶやき)



地域ケア会議のご紹介

立川市では、毎月 「地域ケア会議」を開催しています！

「地域ケア会議」は、支援が必要な高齢者等が地域において自立した日常生活を営むために必要な支援体制について、検討すること等を目的に開催しています。

参加者

- ・行政職員
- ・医療機関の相談員
- ・地域福祉を推進する関係者等

主なテーマ

- ・住まい
- ・ウイルス対策…等

今後も市民の皆様が、
住み慣れた地域で最後まで
暮らし続けられるために、
地域包括支援センターは
お手伝いいたします。



はたらくわ

Vol.15

まちなえとでは毎号、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。今回は居住支援法人をお伝えします。

事業所：高齢者住まい相談室こたつ

名前：松田 朗さん

職種：宅地建物取引士

ひと言：高齢者の住まい、
施設探しを見学から
入居までしっかり
サポートします。



<居住支援法人とは>

高齢者などに対しアパート等への入居を支援し、見守りなどの生活支援を実施する、都道府県知事が指定した法人のことです。



かみすな・にしすな福祉相談センター からのお知らせ

①おしゃべりで介護の悩み解消！『大空カフェ』

内容：クリスマスコンサート

日時：12月18日(土)10:00～11:00

会場：・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)
・オンライン (Zoom) 参加費：無料

問合せ：かみすな福祉相談センター

☎: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

②認知症カフェ『にしすなカフェ』

内容：「骨盤底筋体操を体験してみましょう」
～排泄トラブルを解消し症状の改善と
予防について学びます～

日時：12月11日(土)10:30～12:00

会場：西砂第三学童保育所 2階 (西砂町5-47-27)
参加費：無料

③元気ハツラツ民謡教室

内容：尺八、三味線の音色に合わせて唄い、
健康を保ちましょう

日時：12月21日(火)13:30～15:30

会場：西砂会館 2階 (西砂町5-11-13)
参加費：無料

②③の問合せ：にしすな福祉相談センター

☎:531-5550 FAX:531-3451

認知症サポーター養成講座

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で
認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助け
する「認知症サポーター」を全国で養成し、認知症
高齢者等にやさしい地域づくりに取り組むための講
座です。今年は近隣の小学校で講座を開きました。

団体様でしたら出張講座を行うこともできます。

お気軽にお問い合わせください。お問い合わせは、

北部西かみすな地域包括支援

センターまで。

認知症サポーターキャラバン
マスコット ロバ隊長



こんにちは、かみすな地域包括支援センターです！



開所時間変更！ メール相談、始まります！！



令和3年12月1日から、地域包括支援センター・福祉相談センターの開所時間に変更になり、メール相談が始まります。

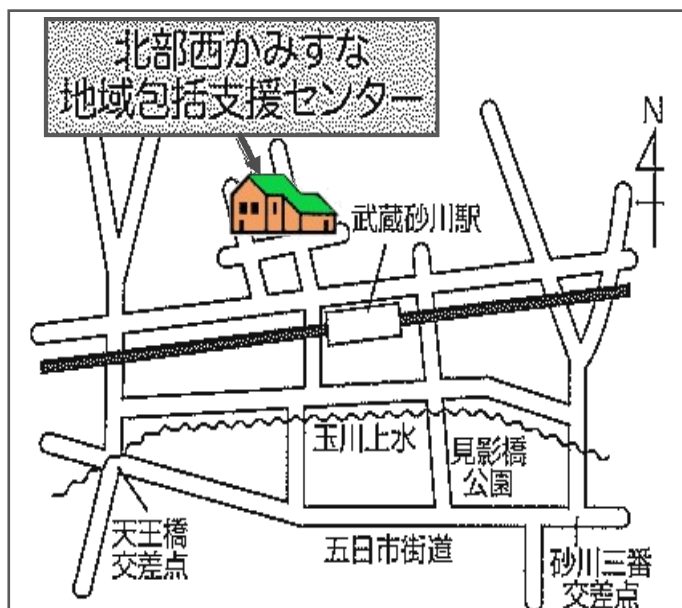
センターの開所時間は、これまで平日の月曜日～金曜日9:00～19:00、土曜日9:00～17:00だったものが、**月曜日～土曜日 9:00～17:00に短縮**されるため、センターにお越しの際はご注意ください。開所時間内の来所が難しい方は、ぜひメール相談をご利用ください。みなさまのご相談、お待ちしております。



- ・ 北部西かみすな地域包括支援センター
h-kamisuna@ba.wakwak.com
- ・ かみすな福祉相談センター
kamisuna-fukushi@ce.wakwak.com
- ・ にしすな福祉相談センター
nishisuna.soudan@gmail.com



※メールの返信は、センター開所時間内となります。ご承知おきください。



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。