

錦町
羽衣町

まちなつと



※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。

介護予防教室①

筆ペン年賀状デビューしてみませんか？

来年はいつもとひと味違う年賀状に挑戦！

日 時 12月17日(金) 14:00～15:30
場 所 子ども未来センター 201会議室
(錦町3-2-26)
対 象 概ね65歳以上の市民
定 員 15名(先着順)
講 師 小林悦子氏(書道講師)
持ち物 筆ペン、年賀はがき
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②

正しいケアで『ストップ！肌トラブル』

カサカサ乾燥肌、お肌のかゆみ…その
お悩み、もしかしたら間違ったケアが原因かも

日 時 1月20日(金) 14:00～15:30
場 所 子ども未来センター 201会議室
(錦町3-2-26)
対 象 概ね65歳以上の市民
定 員 15名(先着順)
講 師 中野恭子氏(皮膚・排泄ケア認定看護師)
申込み 12月27日(月)から
問合せ はごろも地域包括支援センター(4面)



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)



ヨーガ60 参加者募集

ヨーガを通して自分自身の健康維持、向上に努めています。50代～70代の女性中心のグループです。肩こり、腰痛予防のアドバイスも受けられます。初回は体験無料、まずは一度お越しください。

日 時 毎月第1、第3水曜日
10:00～12:00
場 所 錦学習館(錦町3-12-25)
費 用 入会金1,000円
月謝2ヶ月で5,500円
問合せ ヨーガ60 永井
523-5098(18:00～21:00)



※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。

子ども地域懇談会を開催します

「子どもの貧困」 ～地域の子どものために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をお聞きし、地域の子どものために私たちができることについて考えます。

日 時 12月15日(水) 18:30～20:30
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・若者の支援や活動をしてい方
関心のある方
定 員 100名(先着順)
開催方法 ZOOMでのオンライン講座
申込み Googleフォーム受付
(QRコードからアクセスしてください)
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」を通して夫婦の思いや考え、気持ちを確認・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

※連続講座ではありません。いずれの回も内容は同じです。都合の良い回にご参加ください。

会 場 女性総合センター・アイム
(曙町2-36-2)
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
定 員 30名(先着順)
主 催 立川市男女平等参画課
運 営 パパ・ママ子育て応援Hiタッチ！！
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



錦児童館&羽衣児童館イベント



■「クリスマスコンサート」

打楽器を楽しもう！プロの打楽器演奏グループがクリスマスの曲を中心にパーカッションの演奏をします。打楽器の体験もできます。親子で音楽を楽しみましょう

日 時 12月20日(月) 11:00～12:00

場 所 錦児童館 遊戯室(錦町3-12-1)

対 象 0歳～未就学児の親子

定 員 10組程度(先着順)

申込み 直接にしき子育てひろばで申込みください

※にしき子育てひろば(月～金の9:30～12:30)

錦児童館2階遊戯室で実施しています

■「まんぼうクリスマス」

ツリーかざりつけ対決やクリスマス工作もあります。最後はプレゼントのお楽しみあり！

日 時 12月25日(土) 13:00～17:00

場 所 錦児童館(錦町3-12-1)

対 象 小学生

定 員 120名(先着順)

申込み 12/17(金)～12/24(金) 錦児童館へ

※この行事は時間予約制です。

■「はごろもウインターパーティー2021」

羽衣児童館のクリスマスパーティー♪みんな
でクリスマスを楽しもう♪

日 時 12月25日(土) 15:00～17:00

場 所 羽衣児童館(羽衣町2-44-16)

対 象 乳幼児～高校生

定 員 30名(先着順)

申込み 12/1(水)～12/25(土) 羽衣児童館へ

※詳しくは館内のチラシをご覧ください

囲碁将棋サロンぽればれ参加者募集

まだ始まったばかりの会です。囲碁・将棋の好きな方、ぜひ一度見学にお越しください。参加の際には、マスク着用、事前に体温計測をお願いいたします。

日 時 第1、2、3(火) 13:30~16:00
場 所 羽衣ワークセンター(羽衣町1-12-18)
定 員 12名(先着順)
持ち物 飲み物
その他 マスク着用、自宅で体温計測
問合せ はごろも地域包括支援センター(4面)



元気な歌声ひろば 参加者募集

季節の歌、懐かしい曲を歌って、楽しく和やかな時間を過ごしましょう。リクエストにもお応えします。一人でも気軽にご参加ください。

※状況により、開催を中止いたします。
参加の際は、マスク着用、事前に体温計測をお願いいたします。

日 時 12月18日、1月29日
いずれも土曜日 13:30~14:45
場 所 レストランモア(錦町1-17-11)
※相互歯科様の隣
定 員 7名(先着順)
参加費 500円
申込み 音楽ユニットメゾピアノ
渡辺 ☎525-8767



ロコトレ体操きらめき 参加者募集

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(先着順)
参加費 1回300円
その他 飲料水、動しやすい服装
申込み 地域福祉コーディネーター(4面)
※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



サービスをご存知ですか?

さんきゅうハウス家事代行

地域のみなさんの家事代行サービス、元盆裁業のプロだった人もいます。料金は、現場確認後に見積書をお渡しして、相談の上決めます。

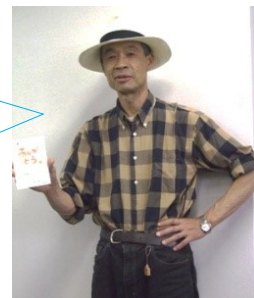
◆受付できるお仕事◆

- 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 NPO法人さんきゅうハウス
(羽衣町3-14-13)

イッセー ☎080-4851-3185
a064kys@ac.auone-net.jp

私がイッセーです。
ご相談を
お待ちしております



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！

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、支援の必要な高齢者等が、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
- ・ウィルス対策



今後も市民のみなさま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。

メール相談はじまります！

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、メール相談がはじまります。

センターの開所時間は、今までの9時～19時から、**9時～17時**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。

※メールの返信はセンター開所時間内となります。

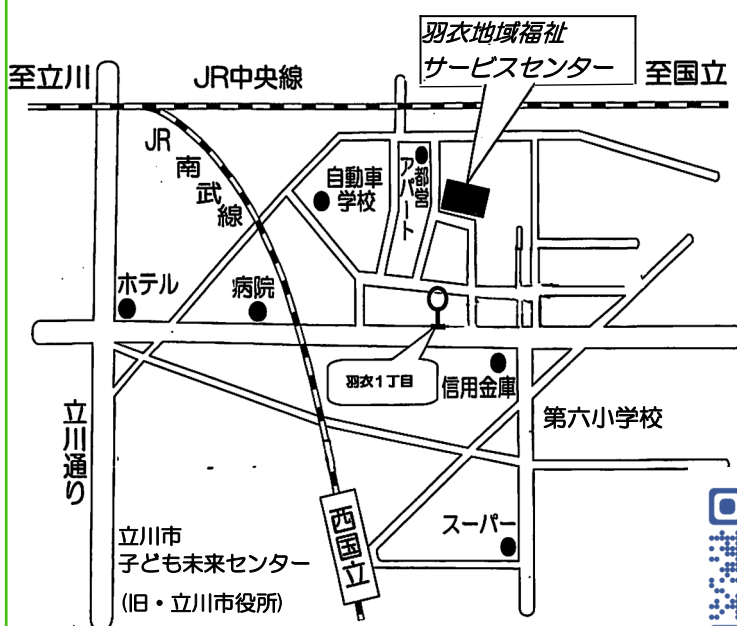
はごろも包括への相談専用のメールアドレスが新しくできました。



tachikawa.hagoromo@gmail.com

まで、ご相談お待ちしております。

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

←コーディネーターFacebook



※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。