

栄町
若葉町

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。
お出かけ前にお問合せください。



学習会「高齢者の 聞こえについて」

年齢を重ねるとともに耳が聞こえづらくなることがありませんか。「どうして耳が聞こえづらくなるの?」「認知症との関係性は?」など『聞こえ』について一緒に学びましょう。



日時：5月23日(月)
10時～11時
場所：さかえ会館
(栄町4-6-2)
定員：20名(申込み順)

講師：立川訪問看護ステーションわかば
言語聴覚士 山田裕一氏

申込み・問合せ：
わかば地域包括支援センター(4面)



学習会「実践! ラジオ体操のすすめ」

みなさん、地域や学校で行ったことがあるお馴染みのラジオ体操。体の動かし方などポイントを学び、効果的に行いましょう。

当日は、実際に行いますので動きやすい服装でお越しください。また畳のため、滑りにくい靴下や素足がおすすめです。

日時：6月14日(火)14時～15時30分

場所：若葉会館(若葉町3-34-1)

定員：20名(申込み順)

講師：そんぽの家S玉川上水
介護福祉士、1級ラジオ体操指導士
相葉寛子氏

申込み・問合せ：
わかば地域包括支援センター(4面)



ボランティア募集「放課後子ども教室 キッズクラブ」

「キッズクラブ」は、若葉台小学校で月1～2回行われている放課後子ども教室です。教室や体育館、校庭で1～6年生100名ほどの子どもたちが楽しく過ごせるよう、準備や見守りをしてくれるボランティアを募集しています(謝礼あり)。

5月25日に始まります。一度見学にみえませんか?

日時：月1～2回水曜日(年15回)

授業後～16時ころまで

時間は季節により多少異なります

問合せ：星野さん 電話090-3093-4313



映画を観たり



外で遊んだり



工作をしたり



※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。
栄町・若葉町を対象に「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。

栄町グッドネイバー

おかげさまで「栄町地区グッドネイバーをすすめる会」も25歳を迎えました。長く皆の想いをのせ、たくさんの作り手で伝えてきた広報を「まちねっと」にバトンリレーし、栄町情報をいっしょに発信していきます。今後ともよろしくお願いたします。

コロナ禍ではありますが、他事業については引き続き実施していきます。参加お待ちしています。(人数制限があるため、お断りすることもあります。ご了承ください)

申込み・問合せ：竹内さん 電話536-0451

※栄町地区グッドネイバーをすすめる会は、人と人が繋がり、集い、交友の輪を広げる活動を続けています。



グッドの健康体操 〇 〇 〇 〇 〇

日にち：5月8日、7月10日、9月11日

いずれも日曜日

時間：Aグループ 9時30分～10時15分

Bグループ 10時30分～11時15分

場所：さかえ会館(栄町4-6-2)

参加費 1回200円

講師：藪本隆子さん(健康運動実践指導者)

持ち物：上履き、飲みもの、タオル

男性のための料理教室 🍏 🍎 🍓 🍌

日にち：5月20日(金)10時～12時30分

場所：幸学習館(幸町2-1-3)

参加費：1回300円(食材費)

講師：立川介護老人保健施設わかば

植松智子さん(管理栄養士)

持ち物：エプロン、マスク、三角巾、タオル

若葉児童館 あそびにおいて!

「スーパー子どもDAY」

子どもの日は特別開館日。工作やゲームなどのイベントタイムもあるよ!みなさん、遊びにきてください。

日時：5月5日(木・祝)10時～16時

(12時～13時はお昼休み)

……【中高生の皆さんへ】……

中学生は19時まで、高校生は20時まで利用できます。漫画を読んだり勉強をしたり…過ごし方はいろいろ。中高生対象の行事「中高生タイム」は、中高生の「やってみたい」を実現させるチャンス!みなさんの来館を待ちます!

問合せ：若葉児童館(若葉町4-25-114)

電話536-1400

幸児童館 こどもの日だよ!

「全員集合!!」

巨大こいのぼりが登場!大きなこいが空を泳ぐ姿をぜひ見に来てね!皆様のご参加をお待ちしております♪

日時：5月5日(木・祝)

①10時～11時30分 ②13時～14時30分

③15時～16時30分 **※行事終了後、閉館**

定員：3部制 各回30名(申込順)

対象：小学生～

申込み：4月23日(土)～5月2日(月)

※児童館の窓口にて(電話ではできません)詳しくは児童館にある申し込み用紙をご覧ください。

問合せ：幸児童館(幸町2-19-1)

電話535-0997

栄町・若葉町担当の地域福祉コーディネーターが2名になりました!

高橋美季(たかはし・みき) 🍷

はじめまして。立川社協動画チャンネル(YouTube)に、「タカハシがゆく!」という動画を掲載しているので、ご視聴いただけますと幸いです!



古川智子(ふるかわ・ともこ) 🍷

2007年に栄町・若葉町へ地域福祉コーディネーターが配置されてから15年。念願の2名体制です!引き続きどうぞよろしくお願いいたします。



会員募集

「ものづくりの会」

編み物や折り紙など、自分が好きなものを持ってきて、おしゃべりしたり、お互いに作っているものを教えあったり楽しんでいます。

日 時：5月12日、26日いずれも(木)

14時30分～16時 ※月2回開催

場 所：けやき台団地集会所(若葉町1-13-2)

申込み・問合せ：

庄司さん 電話080-6898-9418



男性料理教室

「キッチン寿限無」参加者募集

月1回、男性同士の交流を目的に料理教室を開いています。コロナ禍もレシピと材料を配布をしたり、調理だけ行ったりと工夫しながら活動を続けています。



体験からどうぞ。

日 時：5月28日(土)10時～12時

※時間短縮で活動中。土曜日が多いです

場 所：若葉会館(若葉町3-34-1)

参加費：1回500円(材料により前後します)

申込み・問合せ：

地域福祉コーディネーター(4面)

山の思い出、山の楽しさや魅力を語ろう

「若葉山の会」会員募集

会員のメンバー(70代)から「冬の北岳」「槍ヶ岳・北鎌尾根」「聖岳遭難救助」の話聞いた後、皆さんでも山の思い出ばなしをしましょう。



日 時：6月5日(日)10時～12時

場 所：若葉会館(若葉町3-34-1)

定 員：20名(申込順)

参加費：100円(資料代)

申込み・問合せ：若葉山の会

野呂さん 電話090-3141-9189

馬場さん 電話070-3542-2860



会員募集

健康体操

「ロコトレ」



転びにくい体をつくるために、椅子に座った体操を基本に体幹と筋力をきたえる運動を行っています。体験もお気軽にご連絡ください。

日 時：5月9日、16日、23日いずれも(月)

15時～16時

場 所：けやき台団地集会所(若葉町1-13-2)

参加費：700円/月

申込み・問合せ：

庄司さん 電話080-6898-9418



コロナに負けない元気な声で！

「みんなで歌おう若葉」会員募集

アコーディオン伴奏に合わせて、童謡や流行歌、ロシア民謡、参加者の要望の歌等みんなで楽しく歌いましょう。

前は中止になってしまったので今回こそ！

日 時：5月26日(木)14時～16時

場 所：若葉会館(若葉町3-34-1)

会 費：月300円(入会金500円)

協 力：年金者組合わかば

申込み・問合せ：

友利さん 電話535-3998

馬場さん 電話070-3542-2860



お話しませんか

「介護者の集い」参加者募集

介護をする中で感じることや困っていることなどお話しませんか？介護中の方、介護に関係する仕事をされている方もご参加ください。

日 時：5月18日、6月15日、いずれも(水)

14時～15時 ※第3(水)開催

場 所：キッチンさかえ

(栄町3-2/西武バス立川営業所バス停前)

参加費：200円(飲み物代)

定 員：10名(お申込み順)

申込み・問合せ：

わかば地域包括支援センター(4面)



こんなときも「ほーかつ」(立川市北部東わかば地域包括支援センター)です!

ほーかつは、「一人になって不安だな」「何か地域のためにやってみたいな」…という時にも気軽に立ち寄っていただける場所です。ところがなかなか敷居が高いようで、訪ねてくる方は少なめ。そこで、月に1回行っているのが「ほーかつカフェ ☕」です。昨年の秋からBASE☆298で始めたのですが、参加者のリクエストもあり、担当する職員が得意なことややりたいことを企画することにしました。

得意なことが特に思い浮かばなかった私は、「折り紙をしよう!」と考えました。「10年ほど前に子どもに頼まれて作ったな~」と思いながら、本棚から折り紙の本を久しぶりに開いて、ミッキーマウスとプーさんを折りました。

今、反抗期でまともに話をしてくれない我が子との楽しい思い出を胸に作成し、会場の掲示板に貼り出しました。

…
掲示板を見て「孫にあげたい」「かわいい!」と参加して下さった皆様。ご存知の通り、折り紙は脳を活性化すると言われています。注意力の向上、空間認知能力の向上、達成感の享受などです。私自身、楽しい思い出を思い出したこと(回想法)と他のほーかつ職員に「かわいい♥」と褒められたことで、折り紙のもたらす効果を実感しました。

ちょっと難易度が高かったのですが、みんなで教え合い、全員完成しました!

🌸🌸🌸「ほーかつカフェ」🌸🌸🌸

毎月第3火曜日13時30分~15時

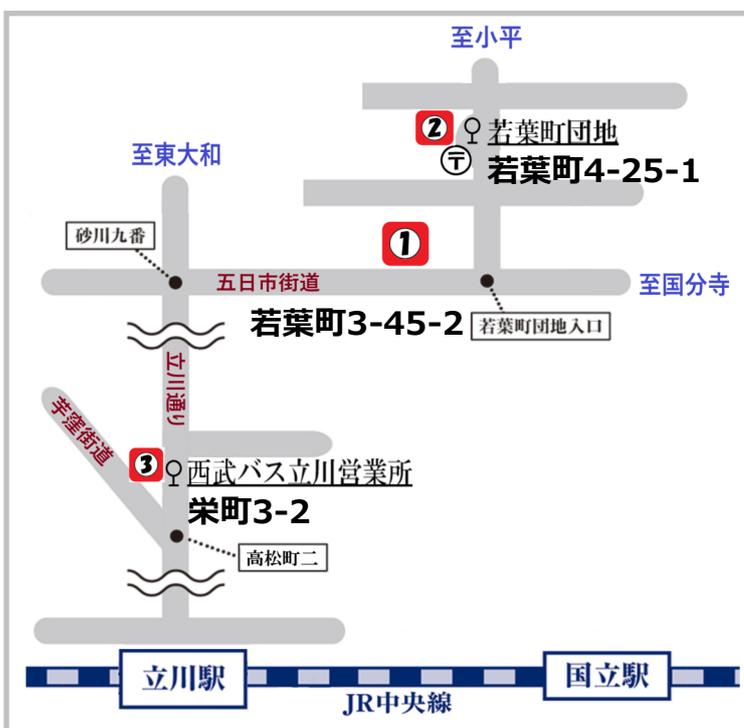
BASE☆298(ベース ニーキュウハチ)

※若葉町団地バス停前、祝日はお休みです

毎月、様々な企画を考えています。
気軽に遊びにいらしてください♪



発行・連絡先



★立川市北部東わかば地域包括支援センター

電話 042-538-1221

FAX 042-538-1222

h-wakaba@tachikawawakaba.jp

- 1 事務所：立川介護老人保健施設わかば内
ベースニーキュウハチ
- 2 サテライト：人と情報の拠点 BASE☆298内
- 3 毎週水曜日10時~15時：栄福社会内
※いずれも職員が不在の場合がございますので、ご来所の前にお問合せください。

★立川市社会福祉協議会地域福祉コーディネーター

電話 042-537-7147

FAX 042-537-7157

sakaewakaba@room.ocn.ne.jp

古川



高橋



※地域包括支援センター内に席を置いて活動しています。

※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。栄町・若葉町の担当が「立川市北部東わかば地域包括支援センター」です。