

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 「最期まで目一杯生きる」

一昨年の講演会が大好評でした萬田先生が再び立川に来てくださいます。自らを「生き抜き屋」と自称される萬田先生の生き抜かれる方への寄り添い等を映像として体感でき「生きること」「死ぬこと」を考える貴重な時間になると思います。ぜひ参加ください。

日 時：10月15日(土)14時～15時30分

場 所：幸学習館(幸町2-1-3)

定 員：65名(申込順)

講 師：萬田診療所 院長
 萬田緑平氏

申込み・問合せ：

わかば地域包括支援センター(4面)

※公共交通機関を利用し来場ください。



学習会 「終活を学ぼう①」 ～「終活」の始め時はいつ？～

「終活」を始めたいけどいつから始めて良いかわからない」「何を準備して良いかわからない」専門家の話を聞いて、疑問を解消しましょう。

日 時：11月16日(水)

時間・場所：①10時～11時30分

さかえ会館(栄町4-6-2)

②14時～15時30分

若葉会館(若葉町3-14-1)

定 員：各15名(申込順)

講 師：行政書士法人リーガルエージェント
 工藤正明氏

申込み・問合せ：

わかば地域包括支援センター(4面)



説明会 「協働型地域福祉 アンテナショップ」



地域福祉アンテナショップとは「多様性を認め、誰もが活躍できる地域づくりを進めるため、気軽に立ち寄ることのできる地域の拠点」のことをです。地域の居場所づくりなどに興味がある方は、ぜひ一度、説明会にご参加ください！

日 時：10月13日(木)

10時～11時

場 所：若葉会館(若葉町3-14-1)

定 員：20名(申込順)

申込み：地域福祉コーディネーター(4面)



話してみませんか？認知症にまつわるモヤモヤ 「ちょっと立ち寄り処」



認知症にまつわる、ちょっとしたモヤモヤお聞きします。どんな立場の方でも、ひとまず話を聞いてほしいだけでも大丈夫です。話しているうちに迷路から抜け出せたり、こんがらがった糸がほどけていくかもしれません。お気軽にお申込みください。

日 時：平日10時～16時(完全予約制)

場 所：①立ち寄り処@しざかい相談室

(若葉町1-6-32 ウイング若葉101)

②ライブラリーデイサービス2階

(栄町3-15-29)

費 用：お茶代100円

申込み・問合せ：ライブラリーデイサービス

吉崎さん 電話540-2927



※地域福祉コーディネーター／みなさんと一緒に地域福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

男性のための料理教室

日 時：①10月21日(金)、②11月18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
植松智子氏
(管理栄養士)

持ち物：エプロン、マスク、
三角巾、タオル

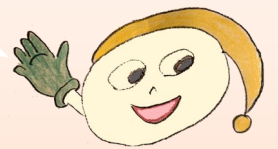


申込み・問合せ：

①幸学習館 電話534-3076

②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。



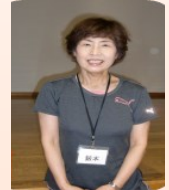
グッドの健康体操

日 時：11月13日(月)10時～11時30分

場 所：さかえ会館(栄町4-6-2)

参加費 1回200円

講 師：藪本隆子氏
(健康運動実践指導者)



持ち物：上履き、飲みもの、タオル、マスク

申込み・問合せ：

竹内さん 電話536-0451

若葉児童館

「仮装☆スポーツ大会」

楽しく元気に体を動かそう！
スポーツの後には・・・お楽しみもあるよ。
仮装して参加してね！

日 時：10月29日(土)

①11時30分～12時(乳幼児親子)

②15時30分～16時30分(小学生)

対象/定員(申込順)：①乳幼児親子/10組
②小学生/20名

参加費：50円

申込み：10月8日(土)～22日(土)

☆詳細は申込書(児童館にて配付)をご覧ください。
電話での申込みはできません。

問合せ：若葉児童館(若葉町4-25-114)
電話536-1400



幸児童館

「ハロウィンタッチ祭り」

～ お楽しみのゲームやランタン作りを行います。皆様のご参加をお待ちしております♪

日 時：10月29日(土)

①10時～11時半

②13時～14時半

③15時～16時半

対 象：乳幼児親子～高校生年代

定 員：各回40名(3部制)

申込み：10月15日(土)～28日(土)

☆詳しくは児童館にある申込み用紙をご覧ください。
電話での申込みはできません。

問合せ：幸児童館(幸町2-19-1)
電話535-0997



SNSにも力を入れています！(Facebook・たちかわまちなえとWeb)



Facebook

「Facebook」再スタートしました！
立川市内全域の地域福祉コーディネーター
のアカウントが1つになりました。
毎日、各地区の情報を投稿します。
私たちのリアルな姿をぜひご覧ください！

「たちかわまちなえとWeb」
はじめました！

ボランティア・市民活動センターたち
かわから、立川市内で生活・活動さ
れる皆様のきっかけや充実、実現に
つなげるような情報を発信します！



まちネット
Web



親子で暗闇体験!!



もし今、大きな災害が起こったら？
親子でワクワクドキドキ、暗やみ体験やシミュレーションワークを通して、楽しみながら災害時の備えを考えます。

日 時：11月11日(金)19時～20時30分

場 所：西砂会館(西砂町5-11-13)

講 師：NPO法人立川市災害ボランティアネット

定 員：親子5組(申込順)

持ち物：懐中電灯、スマートフォン(親子で1台)

申込み：地域福祉コーディネーター(4面)

仲間を作って健康寿命をのばそう！



「地域体操クラブ事業」



“たちかわ健康体操”と“ラジオ体操”を講師と一緒に学んだ後、自主グループ化を目指します。

日 時：11月1日～1月31日の毎週火曜日

(12月27日、1月3日を除く)

10時～11時30分

場 所：江の島道東住宅集会所(栄町5-21-1)

申込み・問合せ：高齢福祉課 介護予防推進係
電話523-2111

※電話または官製はがきで高齢福祉課へ。詳しくは、広報たちかわ9/25号をご覧ください。

お気軽に体験からどうぞ

支えあいサロン会員 募集中!



◆歌とおしゃべりの会

好きな歌をみんなで楽しく歌います。

日 時：毎月第1・2・3火曜日

13時半～15時

場 所：けやき台団地集会所(若葉町1-13)

会 費：月2,000円

問合せ：地域福祉コーディネーター (4面)



◆麻雀サークル「歩み会」

おおよそ65歳～、女性・男性歓迎!!

日時・場所：

①毎週日曜日 9時～15時30分

グリーンセンター※階段あり

(若葉町4-11-19立川市清掃工場隣)

②毎月第3水曜日 9時～15時30分

若葉町団地東集会所(若葉町郵便局隣)

会 費：月300円(入会金500円)

申込み：竹川さん 電話080-3583-1123



◆江の島ゆっくり体操会

CDを使って“たちかわ健康体操”と“ラジオ体操”を行っています。

日 時：毎週月曜日10時～11時

参加費：月100円

※留守電に名前・電話番号・参加希望日を吹き込み、直接おいでください。

場 所：市営江の島住宅集会所(栄町6-17-1)

申込み：遠山さん 電話534-6005



◆「さかえ健康気功」

呼吸法を用いて音楽に合わせてゆっくり動く運動です。

日 時：毎週月曜日13時30分～15時30分

場 所：さかえ会館(栄町4-6-2)

持ち物：室内履き

参加費：入会金1,000円、月3,000円

申込み：上甲さん 電話090-7701-6356

※上砂会館、砂川学習館、高松学習館、柴崎学習館でも行っています。



◆さかえ木曜会

元気な先生の指導の下「たちかわ健康体操」を中心に筋力運動を行っています。

日 時：10月6日、13日、20日

いずれも(木)9時30分～11時

場 所：さかえ会館(栄町4-6-2)

参加費：月1,500円

持ち物：室内履き、飲み物、汗ふきタオル、

ヨガマットまたはバスタオル

申込み：井上さん 電話529-5634

西川さん 電話524-0356



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！

こんにちは。若葉町団地バス停のロータリーにあるBASE☆298にいらっしゃったことはありますか？1階は交流スペースになっていますが、2階はわかば包括のサテライト事務所になっています。気になることなど何かあれば、買い物帰り等ついでに声をかけていただけるように開きました。

包括の開所時間は9時～17時です。1階が開いている時間は正面入口からスタッフに声をかけていただくか、裏口のインターフォンを鳴らしてください。当番職員が対応いたします。時に外出していることもありますので、お急ぎの場合は042-538-1221までご連絡をお願いします。ぜひお気軽にいらしてください。

栄町では、毎週水曜日10時～15時に西武バス立川営業所向かいの「栄福社会(栄町3-2)」で出張包括を行っています。こちらもお気軽にいらしてください。皆さんにとって身近な存在になれるように今後もがんばっていきたいと思います。



BASE☆298
Instagram



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：10月19日、11月16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)

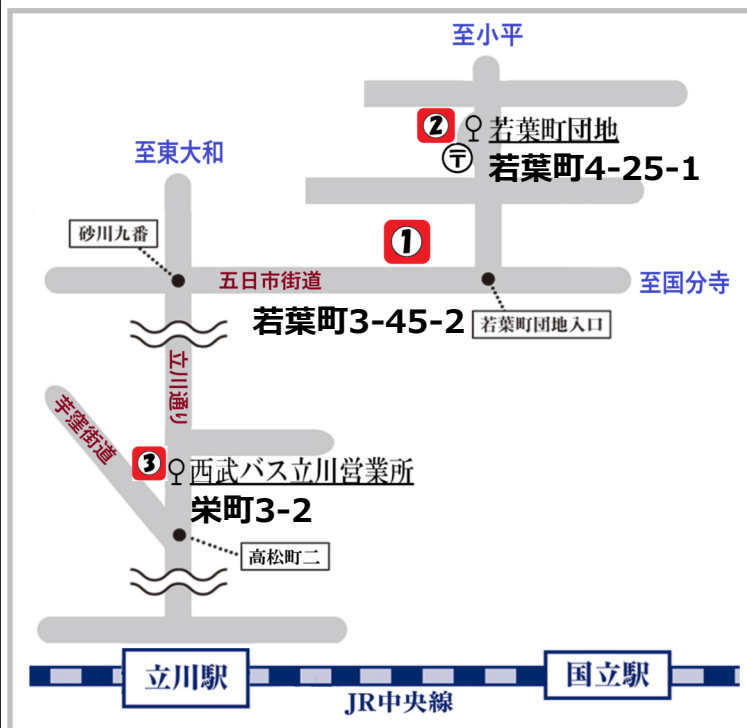
定 員：10名(申込順)

申込み・問合せ：

わかば地域包括支援センター(4面)



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。