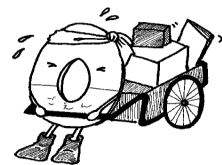




曙町 高松町
緑町

まちなっと



※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、掲載されているイベント等が延期または中止となる可能性があります。お出かけ前に、必ずお問合せください。

久しぶり!「お出かけにんじんサロン」ご報告&ご案内

コロナの影響もあり、3年ぶりにお出かけにんじんサロンを開催しました。地域の方々やちょこっとボランティアさんとファール立川の芸術作品を探索しながらグリーンスプリングスのスカイデッキまで行き、昭和記念公園の秋の景色を満喫しました。

3月は、下記のとおり「お出かけにんじんサロン 春さんぽ」を開催します。昭和記念公園内に咲く桜、ハクモクレン、スイセンなどを見て回り、感染対策を行いつつ好きな飲み物やおやつを食べ、みなさんでお話ししましょう。

日 時：3月30日(木)13:00～15:00 ※雨天中止

集合場所：多摩信用金庫本店1階入口（緑町3-4）

対 象：概ね65歳以上の方

持ち物：好きな飲み物、おやつ

入園料（65歳以上210円、一般450円）

※65歳以上の方は身分証明書をご持参ください

申込み：たかまつ包括（4面）



11/24に行われたお出かけの様子

にんじんクラブについて

にんじんクラブは、介護保険サービスはまだ利用しなくても大丈夫だけど、「いろいろ心配」、「念のためにどこかにつながっておきたい」という方にご案内しています。

- ・一人暮らし、同居だけど昼間はひとり
- ・人とつながる機会や場所が欲しい
- ・どこに相談していいかわからない悩みごとがある
- ・とりあえずたかまつ包括(地域包括支援センター)とつながっていたい など

そんな方、ぜひメンバー登録してください。



【にんじんクラブについて】

- 1.原則としてたかまつ包括圏域(曙町・高松町・緑町)にお住まいの方を対象とします
- 2.申込みいただいた方は、立川市の地域包括支援センターの台帳にお名前・住所・連絡先を登録します
※個人情報では会員の許可なく第三者に対して開示することはありません
- 3.(特典)
 - ・登録無料、メンバーには会員証をお渡しします
 - ・緊急時の問合せ等、いざというときの問合せの際にお話がスムーズです
 - ・たかまつ包括より、介護予防教室やにんじんサロンなどのイベント情報をお知らせします(不定期)。

★入会を希望する方は、たかまつ包括(4面)までお問合せください★

※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。

曙町・高松町・緑町を対象に「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。



イベント・講座のご案内



第3回平和の心コンサート

音楽の美しさ、楽しさを通して、平和の心を発信したい願いから、平和の心コンサートを開催します。立川市民オペラ制作プロデューサーとして活躍する声楽家宮崎京子さんの歌の世界に浸り、平和の響きに耳を傾けてみませんか。

日時:2月11日(土・祝) 14:30~16:30
(受付13:45~ 開場14:00~)

場所:立川市柴崎学習館
(柴崎町2丁目15-8)

※駐車場はありません

出演者:宮崎京子さん、佐藤奈美さん
大園麻衣子さん

参加費:500円

定員:150名

申込み:不要、直接会場へどうぞ

問合せ:☎090-2410-4360



児童館誕生50周年~みんなで祝い!~
あつまれ立川っ子!

児童館フェスティバル2023

立川児童館50周年を記念したお祭りを開催します!!

日時:2月23日(木・祝)
午前の部:10:00~12:00
午後の部:14:00~16:00

場所:立川市子ども未来センター
(錦町3-2-26)

参加費:無料

定員:各回50名

申込み:1月21日(土)10:00から
2月10日(金)18:00まで

※電話申し込みはできません。

各児童館・児童会館へ
直接お申込みください。



こちらでも情報を発信しております!

You Tube
(立川社協公式)

Facebook

たちかわ
まちねっとWEB
(イベント・ボランティア情報)



たちかわ地域サポーター講座 動画配信「ひきこもり」ってなんだろう?

家族形態や生活様式が多様になる中で、これまでの公的な支援だけでは、人々の困りごとが解決されなくなっています。人と人とのつながりや地域での見守り、支えあいにより地域社会との接点を持つことの重要性が増しています。

今後、私たちに何ができるかを考えるきっかけになるよう、今回は「ひきこもり」に関する講演会を動画配信します。ぜひご覧ください。

※本動画は「たちかわ地域サポーター講座」の導入講座として位置づけています。

講師:鳥取県立精神保健福祉センター
所長 原田豊さん

期間:2月13日(月)~6月30日(金)

内容:ひきこもりの理解と支援

視聴:立川社協動画チャンネルにて配信
(右の二次元コードよりご覧になれます)

問合せ:地域福祉コーディネーター(4面)



子ども地域懇談会を開催します 「子育て支援と地域の居場所」 ~地域の子ども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・若者に関する活動を行っている地域の方や団体の方々と一緒に、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「子育て支援と地域の居場所」です。未就学児の子育て支援等を行っている至誠子どもセンターでの実践を聞き、私たちができることを考えていきます。

日時:3月2日(木) 18:30~20:00

講師:社会福祉法人至誠学園立川

至誠こどもセンター 所長 島田美喜さん

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:オンライン(Zoom)と会場でのハイブリット開催

場所:立川市総合福祉センター
(富士見町2-36-47)

参加費:無料

定員:オンライン100名/会場30名

申込:Googleフォーム受付

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)



たちかわ若者サポートステーション

就職先がきまっていない、
中退を考えている進路未決定のみなさんへ



「中退や卒業が決まっているけど、就職先が決まっていない…」

「就活はやってみたけど、なかなかうまくいかない…」

など進路のことでお悩み相談もできます。最適な“これから”を一緒に考えましょう。まずは説明会にご参加ください。(保護者の方も可)

日 時:毎月4回 10:00～12:00

(日程はQRコードからご確認ください)

場 所:たちかわサポステ

(高松町2-9-22生活館ビル3階)

申込み:お電話 (529-3378)、

またはホームページをご確認ください。



ホームページはこちら

育て上げオンライン

心のスキルアップ講座



「はたらく」を一緒に考える育て上げネットオンラインプログラムでは体験セミナーを開催しています。ふいに落ち込んだり、将来のことを考えて不安になることはありませんか?毎日を心安らかに過ごす心の持ち方を知りましょう。

日 時:2月11日(土)、3月11日(土)

13:00～15:00 ※どちらか一方のみ可

場 所:オンライン (Microsoft Teams)

参加費:無料

対 象:15～51歳の働くことにお悩みをお持ちの方。

申込み:ホームページからご予約ください。



ホームページはこちら

心とからだ、環境にやさしい

手作りせっけん

日常的に使用できるせっけんづくりについて学びます。石けんは、お持ち帰りしていただきご使用いただけます。第1回は浴用せっけんづくりのデモンストレーション、第2回は廃油せっけんづくり体験を行います。

日 時:2月18日(土)、2月25日(土)

13:30～15:30(全2回)

場 所:高松学習館(高松町3-22-5)

講 師:中川清美さん(アロマセラピスト)

費 用:1,000円(2回分)

持ち物:ゴム手袋、エプロン、ゴーグルなど
目を保護するメガネ等

定 員:18人(申込順)

申込み:1月25日(水)より高松学習館へ

☎527-0014

(初級編)

アンガーマネジメントを学ぼう

アンガーマネジメントとは「怒りと上手に向き合う」方法です。自分や他人の怒りに振り回されずうまくコントロールすることで、快適な生活やよりよい人生を目指します。

第1回【アンガーマネジメントを学ぼう】

第2回【暮らしの中のアンガーマネジメント】

日 時:2月26日(日)、3月12日(日)

13:30～15:30(全2回)

場 所:高松学習館(高松町3-22-5)

講 師:仁平幸子さん(一般社団法人日本アンガーマネジメント協会認定アンガーマネジメントファシリテーター)

対 象:全2回参加可能な方

定 員:20人(申込順)

申込み:1月25日(水)より高松学習館へ

☎527-0014

アーバン吹き矢

毎月2回、吹き矢の活動を行っています。健康の増進や仲間づくりのために参加してみませんか。初めての方でも安心して活動できるよう、講師の指導や機材の貸し出しもあります。



場 所:アーバンライフ立川 集会室

(曙町2-42-23 2階)

講 師:原和博さん(日本スポーツウェルネス
吹き矢協会 上級公認指導員)

費 用:初回110円(体験料)、2回目以降200円

問合せ:地域福祉コーディネーター(4面)

立川パソコンクラブ

「ワード、メール、Google、LINEを使いこなしたい」、「地域活動で写真活用・名刺作成・広報活動をしたい」、「パソコンやスマホの主な機能を学びたい」など、お悩みやお困りごとはありませんか?これらの解決のため、一緒に活動しましょう。入会条件は、日本語入力が可能の方です。

日 時:毎月金曜日 9:30～11:30

場 所:高松学習館(高松町3-22-5)

会 費:月額2,600円(資料代)

問合せ:pclife042@gmail.com

(お名前・連絡先・ご要望をお伝えください)



こんにちは「ほーかつ」(中部たかまつ地域包括支援センター)です



交流スペースの取り組み報告

「にんじん立川 地域交流スペースは、たかまつ包括の施設内にある活動スペースです。11月29日(火)には、大学生等の協力を得て「スマホのお悩み交流会」、12月15日(木)には「ゲームを使った脳トレ」と題し、楽しい時間を過ごしました。

地域交流スペースは、地域の方に自由にお使いいただける場として活用していきたいと思えます。「体操をやりたい」「おしゃべり会をしたい」など、やってみたい活動がありましたらお問合わせください。地域福祉コーディネーターと連携し、運営のお手伝いをさせていただきます。



スマホお悩み交流会



ゲーム(太鼓の達人)

ほーかつ新入職員あいさつ

12月に配属になりました、吉村 光(よしむら ひかる)です。

私の趣味は登山です。今年は、阿蘇山や九重連山、西穂高岳・独標にも挑戦しました。体力づくりで始めた趣味ですが、山に登るときれいな景色だけではなく、多くの植物や小動物などに会えて、とてもワクワクした気分になります。

これからは、立川の地域で、どんな人と出会い、どんな体験ができるのか楽しみながら地域の皆さまと共に歩んでいきたいと思えますので、どうぞよろしくお願いいたします。



西穂高岳 山頂



九重連山

《発行・連絡先》

●立川市中部たかまつ地域包括支援センター

電話 042-540-2031

FAX 042-522-1636

申込み用Eメール hokatsu.nitachi@gmail.com

相談用Eメール c.t-hokatsu@ninjin.or.jp

●立川市社会福祉協議会(小林・吉田)

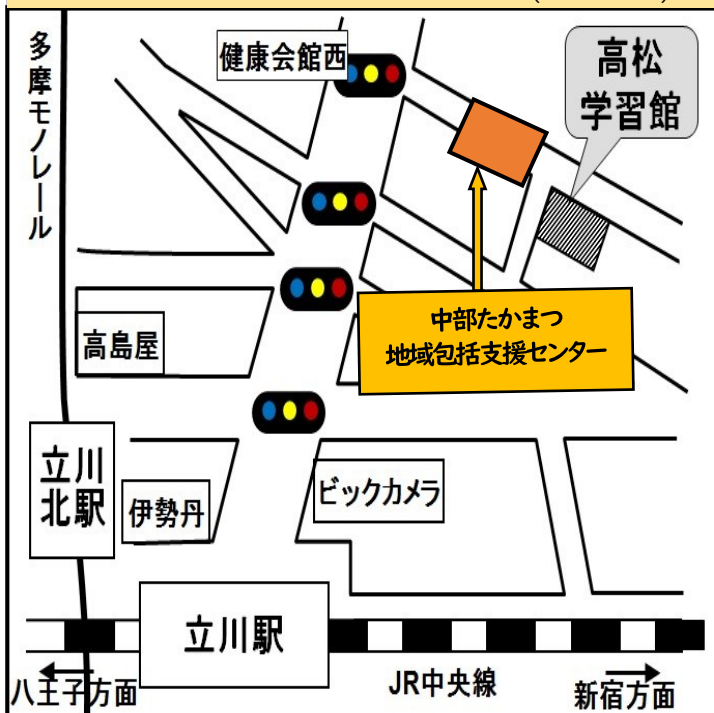
電話 042-540-0210

FAX 042-529-8714

Eメール dai3chiku@tachikawa-shakyo.jp

所在地 〒190-0011

立川市高松町2-27-27 TBK高松第1ビル101号室



※地域包括支援センター／地域の高齢者やそのご家族の総合相窓口。高齢者福祉の拠点として設置された機関で、市内に6箇所あります。曙町・高松町・緑町の担当が「立川市中部たかまつ地域包括支援センター」です。