

栄町
若葉町

まちなっと



※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、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。

男性料理教室

「キッチン寿限無」参加者募集



お話しませんか

「介護者の集い」参加者募

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。料理教室でもあり、ほっとできる居場所を目指しています。

まずは、体験からどうぞ。

日にち：2月25日(土)

時 間：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
電話537-7147

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、介護に係る仕事をされている方もご参加ください。

日 時：2月15日、3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(申込順)

申込み・問合せ：わかば地域包括支援センター
電話538-1221



栄町 出張ほうかつ

わかば包括は、若葉町・栄町の担当をしています。来所していただいたり訪問で相談を受けています。

栄町にお住まいの方が少しでも来所しやすいように毎週水曜日に栄福社会の一角をお借りして「出張ほうかつ」を行っています。

お気軽にお越しください。

日 時：毎週水曜日10時～15時

場 所：栄福社会(立川市栄町3-2
/西武バス立川営業所バス停前)

問合せ：わかば地域包括支援センター
電話538-1221



ベース☆ニーキュウハチ

BASE☆298ニュース!

みんな、若葉町団地のバス停の前にある「BASE☆298」で「駄菓子(だがし)」を売ってるって、知ってた!?

コンセントも使えて充電(じゅうでん)もできるし、Wi-Fiもつかえるよ!

さらに! ボードゲームや本もあるよ!

あそびにきてね~♪

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)
電話537-7147



※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

※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。



「私ノート(ミニエンディングノート)」記入会

初めての方も、2度目の方も歓迎です！

日 時：3月10日(金)

時 間：13時30分～15時

場 所：幸学習館(幸町2-1-3)

参加費 100円(「私ノート」代)

申込み：竹内さん 電話536-0451



男性のための料理教室

日 時：A班…2月17日(金)

B班…3月17日(金)

時 間：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

問合せ：竹内さん 電話536-0451



グッドの健康体操 心も体も元気に！

日 時：3月12日(日)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：竹内さん 電話536-0451



～ミニコラム～

鉢植えのトマトの
1つの実が、厳しい
寒さに負けず、赤く
色づいてきた。
いつごろ収穫して、
食べようか。(竹)



若葉児童館

「おばけやしき」

季節はずれのおばけやしき…

遊びにきてね！

日 時：2月19日(日)

10時～16時20分

※詳しくは申込書をご覧ください

対 象：乳幼児親子～高校生世代

定 員：各回15名(申込順)

申込み：2月4日(土)～19日(日)

☆緊急連絡カードの提出が必要です。

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

「まめまめ祭り」

いつもの幸児童館にはない！？

こまごましたボードゲームが大集合！

みんなで遊ぼー！！

日 時：2月28日(火)

15時～16時

対 象：小学生～高校生世代

定 員：20名(申込順)

申込み：2月18日(土)～2月28日(火)

☆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



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年に一度、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「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」。未就学児の子育て支援等の実践を聞き、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時30分～20時

講 師：社会福祉法人至誠学舎立川

至誠こどもセンター所長 島田美喜氏

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：オンライン(Zoom)または会場

場 所：立川市総合福祉センター
(富士見町2-36-47)

定 員：オンライン100名

会場30名

申 込：申込みフォームより受付

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)



↑申込みフォーム
はこちら



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、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り、人と人とのつながりや地域の居場所での見守り、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、来年度に予定している「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 原田豊氏

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

視聴方法：立川社協動画チャンネルにて配信

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)



視聴はこちら→



お気軽に体験からどうぞ

支えあいサロン



◆ゆるゆる体操

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。お気軽にご連絡ください。

開催日：第1・2・3木曜日

時 間：13時30分～14時30分

場 所：けやき台団地集会所(若葉町1-13-2)

参加費：月700円(体験は無料です)

持ち物：上履き、飲み物、タオル

申込み・問合せ：上野さん 電話842-0630



◆健康体操「伸和会グループ」

眠ってる筋肉を起こし、転倒予防と健康寿命を延ばすことを目的に体を動かしています。みんな人生100年を目指しましょう！

日 時：月3回月曜日10時～11時

場 所：防衛省立川宿舎集会室

(栄町1-6-1)

参加費：月1,000円(体験は無料です)

講 師：井村和美さん(フィットネスインストラクター)

持ち物：上履き、飲み物

申込み・問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)



◆わかば健康体操会

週に1回、CDやDVDを使って「たちかわ健康体操」と「ラジオ体操」をしています。男女問わず、楽しく体操しましょう！

日 時：毎週火曜日13時30分～14時30分

場 所：グリーンセンター2階(立川市清掃工場内)

持ち物：上履き、飲み物

申込み・問合せ：地域福祉コーディネーター(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」では栄町と若葉町にお住いの皆さまのよろず相談窓口として、さまざまな個別のご相談をお受けするとともに、地域の中で学習会や映画会などを開催して、身近なところでも学び合える地域を住民の皆さまと一緒に作る活動も行っています。

これからも、皆さまが顔なじみになり、お互いをさりげなく気遣えるような地域づくりに少しでもお役に立てるよう、職員一同頑張っています。



2023年もどうぞ宜しくお願いいたします！



■南砂小学校の4年生から「認知症を伝えるリーフレット」をいただきました。

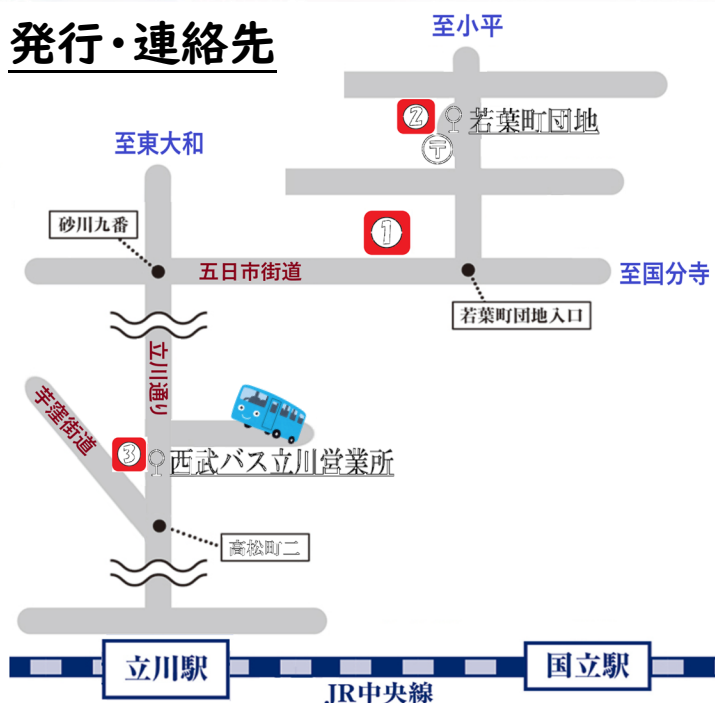
地域包括支援センターが「認知症サポーター養成講座」を行った南砂小学校の児童から、「認知症を伝えるリーフレット」をいただきました。認知症への理解者が増えることで、「徘徊」が「散歩・外出」に変わるような、認知症の方が特別でない、ともに暮らしやすいまちに近づきます。

リーフレットは、今後、啓発活動に活用させていただきます。



※接し方のポイントなどが、図やイラストで分かりやすく説明されています。

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

※いずれも職員が不在の場合がございます。
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 古川・高橋

電話 042-537-7147

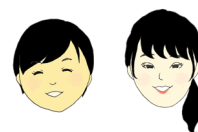
FAX 042-537-7157

sakaewakaba@room.ocn.ne.jp

※地域包括支援センター内に席を置いて活動しています



Facebook



立川社協動画チャンネル

- ① 若葉町3-45-2 立川介護老人保健施設わかば内
- ② 若葉町4-25-1 37-3 BASE☆298内
- ③ 栄町3-2栄福社会内 (水曜日10時～15時)

※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。