

栄町  
若葉町

# まちねっと



## キッチン寿限無★夏イベント



男性料理教室のメンバーと一緒に、お菓子を  
作ってお抹茶を飲もう！8月10日(木)までに申し  
込んでください。

日 時：8月26日(土)13時30分～15時30分

場 所：若葉会館(若葉町3-34-1)

定 員：10名(申込み順)

参加費：子ども 300円

申込み・問合せ：

第4地区地域福祉コーディネーター  
電話537-7147



## 夏休みはお昼に開催！地域食堂 「わかば円居の家(まどいのいえ)」

夏休み中は、お昼に開催します。みんなで美味  
しいカレーを食べましょう！



日 時：8月17日(木)12時～13時

場 所：若葉町団地東集会所(立川若葉町郵便局裏)

定 員：30名(申込順)

参加費：子ども(18才以下)100円、大人200円

申込み：8月14日(月)19時までに若葉児童館  
へ代金を持ってお申し込みください。

問合せ：若葉児童館 吉田さん 電話536-1400

## BASE☆298ニュース



七夕の日に、音楽  
とリラクゼーション  
を体験するイベント  
を開催します。ゆっ  
たり過ごしません  
か？

日にち：7月7日(金)

時 間：14時～17時

場 所：BASE☆298

(若葉町団地バス停前)

参加費：無料

問合せ：第4地区地域  
福祉コーディネーター  
電話537-7147

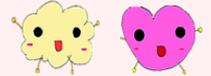
夏祭りも開催！出店や駄菓子、楽しい夏の遊  
びがみんなを待っているよ♪どんな遊びをする  
かって？それは当日のお楽しみ～！

日にち：8月20日(日) 時間：11時～14時

## 幸児童館 さいわいた涼み

暑い夏の涼しい時間帯に、工作やゲームをし  
て遊びましょう！

ご参加をお待ちしています♪



日 時：8月7日(月)16時～17時15分

対 象：乳幼児(保護者同伴)～高校生世代

問合せ：幸児童館(幸町2-19-1)電話537-0358

## 若葉児童館 中高生の皆さんにお勧め スポットのご紹介！

「児童館」は小学生以下の子どもが遊ぶ場  
所、と思っていませんか？！中高生も利用でき  
るんです。使い方はあなた次第！

特に、毎日18時以降は中高生の時間。中学生  
は19時まで、高校生は20時まで利用できます。

★対象を中学生、高校生に限定した行事も実施  
しています。

7月16日：中学生対象

8月12日：高校生対象

問合せ：若葉児童館(若葉町4-25-114)

電話536-1400



※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度目の方も大歓迎です。記入のポイントをお伝えしますので、少しずつノートを埋めていきましょう。

日 時：7月7日(金)、8月4日(金)

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)



## 男性のための料理教室

「ひとりになっても」「身近な食材で作れるもの」このコンセプトを大切に、みんなでメニューを決め、助け合いながら楽しくつくっています。ぜひ一緒に。

日 時：A班…8月18日(金)

B班…7月21日(金),9月15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



## グッドの健康体操 心も体も元気に！

日 時：9月10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：籾本隆子氏(健康運動実践指導者)

持ち物：上履き、飲み物、タオル、マスク

申込み：竹内さん 電話536-0451



## 幸町の新しい地域福祉アンテナショップ 「スマイルキッチン」



「スマイルキッチン」は鳥のさえずりが聞こえる緑豊かな場所です。2023年4月より地域福祉アンテナショップとして月、水、金の週3回、地域住民の交流スペースとして開かれています。木の温かみを感じる建物では地域住民が交流したり、趣味の活動など自由に過ごすことができます。

第3日曜日には「食べて元気いっぱい だれでも食堂」が開催されています。

場 所：幸町5-64

(平成新道沿い 幸町学校南側)

問合せ：第5地区地域福祉コーディネーター

電話534-9616



## 山の思い出、楽しさや魅力を語ろう 「若葉山の会」会員募集



皆さんで山の思い出ばなしをしましょう。  
お気軽にお申し込みください。

日 時：8月6日(日)14時～16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



## 楽しく身体を動かしませんか？ 体操の「支え合いサロン」

支え合いサロンとは、“孤立防止”を目的として、ご近所で集まって交流をする場です。暑い夏、楽しく運動して体力づくりをしませんか？体操の支え合いサロンに参加したい方は、ぜひご連絡ください。

また、支え合いサロンは体操のほかに、子育て中の方を対象にしたものや、料理や歌など多種多様なものがあります。

「知りたい」「参加したい」「立ち上げてみたい」等々、まずはご一報ください！  
問合せ：第4地区地域福祉コーディネーター 電話537-7147

①サロン名②内容③活動日  
④開催場所(地図上の場所)  
※詳しい開催時間、参加費  
はお問い合わせください。

①生き生きすみれグループ  
②イキイキ体操(少し激しめ)  
③第1・2・4木曜日  
④若葉町団地集会所(①)

①よつ葉グループ  
②健康体操  
③毎週水曜日  
④若葉町団地集会所(①)

①輪  
②体操  
③毎週火曜日  
④けやき台団地集会場(②)

①けやき台生き生き体操教室  
②健康体操  
③第1・2・4木曜日  
④けやき台集会所(②)

①けやき台生き生き体操教室  
金曜グループ  
②健康体操  
③毎月金曜日  
④けやき台集会所(②)

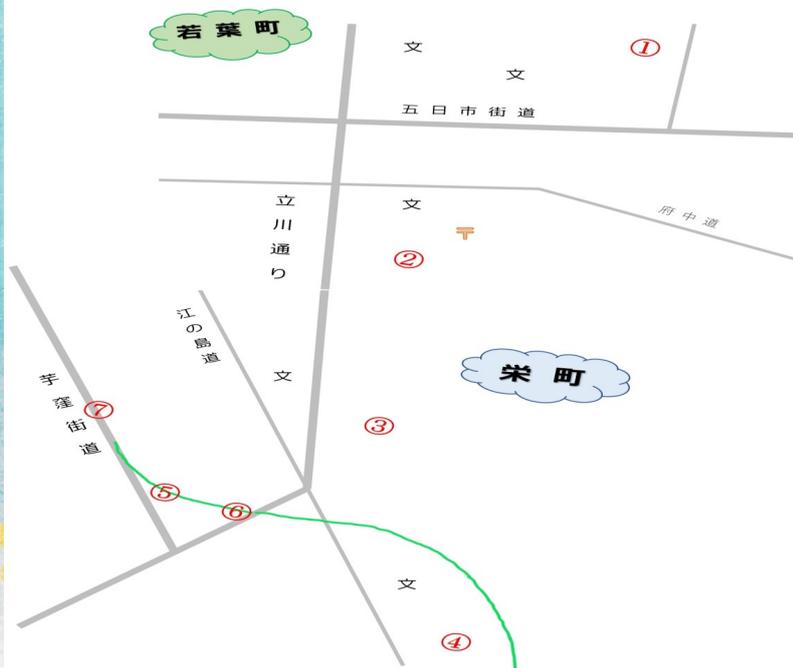
①いきいきサロン  
②健康体操  
③毎週木曜日  
④栄町5丁目アパート自治  
会集会所(③)

①伸和会グループ  
②健康体操・お話  
③毎週月曜日  
④防衛省立川地区国設宿舍  
自治会共有棟(④)

①南部健康サロン  
②健康体操・防災  
③第2・3・4水曜日  
④南部自治会(⑤)

①さかえ木曜会  
②健康体操  
③第1・2・3木曜日  
④さかえ会館(⑥)

①江の島ゆっく体操会  
②健康体操  
③毎週月曜日  
④江ノ島住宅集会所(⑦)



# 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

こんにちはほーかつです。ほーかつでは月に1回、介護者の会を開催しています。介護している方同士が情報交換したり、日頃感じていることを話したり、介護のヒントを得たりとホッと一息し気分転換できる場になったらいいなと考えています。

毎週水曜日は、栄福社会での「出張ほーかつ」ですが、その中の月1回は、おいしいコーヒーを飲みながらお話しできる場を作っています。仕事をしながら介護をされている方や空いた時間にご自分の用事を済ませたりと、なかなかお時間がないかもしれませんが、出入り自由ですのでお時間がある時にぜひお立ち寄りください。

7月19日は、立川市の「高齢者おむつ給付助成事業」で給付されているサンプル見本会を行います。給付を利用する際、購入する際にどんなものがよいか迷われると思います。

一緒に実物を見てみましょう。



- ① 若葉町4-25-1 37-3 BASE☆298内  
開設日：月～金曜日 9時～17時
- ② 若葉町3-45-2  
立川介護老人保健施設わかば内  
開設日：月～土曜日  
9時～16時(電話相談は17時まで)
- ③ 栄町3-2栄福社会内  
開設日：毎週水曜日 10時～15時
- ④ 栄町1-6-1公務員宿舎共用棟  
開設日：偶数月第3火曜日10時～12時  
「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しています。お気軽にご相談ください。

## 発行・連絡先

※地域福祉コーディネーターは、地域包括支援センター内に席を置いて活動しています

### ●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

### ●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

※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。



高橋美季・樋口睦子



Facebook



立川社協  
動画チャンネル

※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。