



vol.161

2024.10月1日発行

通信



発行

社会福祉法人

立川市社会福祉協議会



注目記事

P2 ○2024年度 受験生チャレンジ支援貸付事業の申請受付中

P4〜5 ○地域活動 こんなことから始めました〜活躍する10代〜20代ヘインタビュー〜

立川市社会福祉協議会は、地域福祉の推進を目的とする福祉団体です。福祉の「まちづくり」を住民の皆さまと一緒に考え、その自主的な取組みを応援します。また、地域で福祉サービスを必要とされる方々への相談援助やサービスの提供を行います。

第20回 立川市地域福祉市民フォーラム

知って得するACP※ ～「備えあれば憂いなし」最高の人生を過ごすために～

今回は「在宅での最期の迎え方」について、医師や在宅生活を支える介護サービス事業者、最期を看取られたご家族の方からお話を伺います。立川市高齢者福祉介護計画(2024年度～2026年度)の基本目標でもある「自らの人生設計を全うできるまちづくり(0次予防の推進)」の実現に向け、自らの人生の在り方、ありたい自分の実現に向けた取組を考える機会としましょう。

※ACPとは…将来自分自身が病気になったり介護が必要になったりしたときに備え、これまでに大切にしてきたことや、これから誰とどのように過ごしたいか、希望する医療や介護のことなどについて、家族や大切な人、医療・介護関係者とともにあらかじめ考え、話し合うプロセスのことを言います。

日時：2024年10月26日(土) 13:30～16:00(開場13:00)

場所：立川市女性総合センター・アイム 1階 ホール(立川市曙町2-36-2)

内容：①基調講演 知って得するACP ～縁起でもない話をしましょうよ～

立川市在宅医療・介護連携推進協議会 会長／立川在宅ケアクリニック 院長 荘司 輝昭 氏

②たちかわ健康体操でリフレッシュ！

たちかわ健康体操応援リーダーのみなさん

③「最期の迎え方」について取り組みの報告

登壇者：訪問介護事業者 ヒューマンライフケア立川の宿 管理者 齋藤 真理子 氏

デイサービス事業者 ライブリーデイサービスセンター 所長 吉崎 グレイス 氏

家族当事者 福田 禮子 氏

④シンポジウムおよび会場からの質疑応答

コーディネーター：立川市社会福祉協議会 総合相談支援課長 山本 繁樹 氏

コメンテーター：立川市在宅医療・介護連携推進協議会 会長／立川在宅ケアクリニック 院長 荘司 輝昭 氏

登壇者：訪問介護事業者 ヒューマンライフケア立川の宿 管理者 齋藤 真理子 氏

デイサービス事業者 ライブリーデイサービスセンター 所長 吉崎 グレイス 氏

家族当事者 福田 禮子 氏

参加費：無料 定員：180名 ※手話通訳、車椅子席あり 申込み：予約不要(当日先着順)

問合せ：立川市南部西ふじみ地域包括支援センター ☎042-540-0311 FAX 042-548-1747

共催：立川市、立川市社会福祉協議会、立川市地域包括支援センター・福祉相談センター



※昨年の様子

2024年10月21日(月)より、「ふくしのお仕事紹介」として立川市内介護保険事業所の事業内容を紹介するパネル展示を立川市女性総合センター・アイム1階 ギャラリーにて実施します。また、地域福祉市民フォーラムに先駆け、以下のセミナー等を実施します。

① 認知症セミナー

2024年10月23日(水) 13:30～16:00

会場：立川市女性総合センター・アイム 1階 ホール

認知症は特別な病気ではありません。私たちより「ひと足」お先に認知症になられた方や一番近くで支えてきたご家族からのお話を聞いてみませんか？きっと、認知症になっても、心豊かに暮らせるヒントが見つかるはずです。

② 補聴器セミナー

2024年10月23日(水) 14:00～15:30

会場：立川市女性総合センター・アイム 1階 健康サロン

初めて補聴器を使う方はもちろん、日常で使っている中で不安に感じること等、補聴器の上手な活用方法を補聴器専門店の方にお話いただきます。個別相談も実施します。

③ 生活支援サポーターフォローアップセミナー

2024年10月24日(木) 14:00～16:00

会場：立川市女性総合センター・アイム 1階 健康サロン

ヘルパーや介護の仕事の魅力をお伝えするとともに、実際に生活支援サポーターとして活躍している方にお話いただきます。福祉のお仕事に興味がある方には、東京都福祉人材センター多摩支所による個別相談も実施します。

10周年フェスタ 入場無料

来場者抽選会や、葬儀にまつわる相談会など楽しくて役立つイベント目白押し！
どなたでもご参加いただけます！

10/20日 10:00～14:00

くらしの友 立川総合斎場

住所：東京都立川市柴崎町3-13-23
交通：JR線「立川駅」南口より徒歩約5分
TEL：042-548-6411 (9:00～17:45 日・祝日定休)

復職支援研修(看護師)病院体験コース

※この事業は東京都看護協会が東京都から委託を受けて実施しています

コース	研修日程	申込締切
3日コース	10/28(月)～10/30(水)	10/14
5日コース	10/28(月)～11/1(金)	
1日コース	(随時受付)	

事業：東京都ナースプラザ 確保係

研修申込みに関する問合せ ☎03-6276-1718

社会福祉法人恵比寿会
森の子ナーサリー
企業主導型保育事業

令和7年度新入園児募集中！

定員19名(うち地域枠9名) 対象0,1,2歳児

連携企業様も募集中！
ぜひお問い合わせください。

立川市富士見町2-36-43
フェローホームズ森の案内

TEL:042-523-7601

海に散骨希望の方は
外国籍の方が
万が一の際は
介護施設や孤独死防止の
為の出張・訪問販売を
希望の方は

☎0120-43-1064

株式会社 燈台舎 立川市上砂町1-3-6-28

あなたの街の植木屋さん お見積0円(出張料50円)

「あいあい通信を見た！」で
お任せください。

立川市の植木屋
ハローガーデン
お任せください。

庭木のお手入れ
ハローガーデン
お任せください。

まずはご相談ください ☎0120-86-1128

家族葬なら
家族葬専用式場 無門庭園

ご相談ください。

※365日24時間
事前相談・ご葬儀も承ります。
※式場見学随時(予約制)
※24時間面会可の安置室あり

駅前ながら、
静かで趣のある緑豊かな葬儀式場

無門庭園 TEL.042-512-8116

立川市羽衣町3-2-5 JR南武線「西国立駅」徒歩1分 駐車場30台完備

2024年度 受験生チャレンジ支援貸付事業の申請受付中

都内の中学3年生・高校3年生またはこれに準じる方を対象に、学習塾・各種受験対策講座・通信講座等の受講料や高校・大学等の受験料の捻出が困難な一定所得以下の世帯へ、必要な資金の貸付を無利子で行う東京都の事業です。

まずはお電話で
お問合せください。



高校・大学等に入学した場合、手続きをすることで返済が免除されます

対 象	中学3年生・高校3年生等の受験生がいる世帯 (2024年4月1日時点で20歳未満の方)	
	塾 代	受験料
貸 付 限度額	中3：200,000円	中3：27,400円
	高3：200,000円	高3：80,000円
借受人	世帯の生計中心者(18歳以上) 収入の要件あり。最新の課税証明書で確認をします。	
申請期限	2025年1月31日(金)	

平日の来所が難しい方向けに臨時窓口を開設します(予約制)

臨時開所日	開所時間	場所
2024年11月30日(土)	9:00～12:00	立川市 総合福祉センター
2024年12月7日(土)・21日(土)		
2025年1月11日(土)・25日(土)		

「定時制・通信制高校等合同学校相談会」でもご相談できます(予約不要)

開催日	開催時間	場所
2024年11月10日(日)	10:00～16:00	立川市役所

問 合 せ：立川市暮らし・しごとサポートセンター ☎042-503-4308 FAX 042-526-6081

開所時間：平日 8:30～17:15 ※来所される場合は、事前にご連絡ください。

ヒューマンライブラリー @立川市総合福祉センター

ヒューマンライブラリーとは、障害のある方や依存症当事者といった“偏見や差別を受けやすい”語り手が「本」役となり、「読者」に貸し出す対話型のイベントです。

本の種類は障害のある方やその家族、路上生活経験者、難病、不登校経験者、化学物質過敏症と多岐に渡ります。

社会的マイノリティと呼ばれる方の語りを通し、心のバリアが溶ける読書体験を味わってみませんか。

今回は、障害(身体・知的・精神)のある方々についての読書が可能です。

希望者は、ヒューマンライブラリー実施後に、障害のある方を支援している施設でのボランティア活動にご参加いただけます。

日 時：2024年12月6日(金) 17:30～20:00

場 所：立川市総合福祉センター 2階 視聴覚室(立川市富士見町2-36-47)

本：障害(身体・知的・精神)のある方を支援している施設職員

※本は変更になる可能性があります。

対 象：どなたでも

参加費：無料

申込み：二次元コードから、特設サイトにアクセスしてください。

問合せ：ボランティア・市民活動センターたちかわ

☎042-529-8323 FAX 042-529-8714

E-mail:shimin@tachikawa-shakyo.jp

※日曜日・祝日はお休みです。



生活にお困りの方のための 「無料法律相談会」

「借金が返せない」「養育費をもらいたい」…お金や仕事、住まい等、生活に関するお困り事について、法律が力になるかもしれません。

弁護士が無料でご相談をお受けします。お気軽にお申込みください。

日 時：2024年10月28日(月)

13:00～16:00(1名30分程度)

場 所：立川市総合福祉センター 1階 相談室
(立川市富士見町2-36-47)

定 員：6名(申込順)

共 催：東京三弁護士会多摩支部、法テラス多摩

申込み・問合せ：立川市暮らし・しごとサポートセンター

☎042-503-4308 FAX 042-526-6081

開所時間：平日 8:30～17:15



はじめてのボランティア体験 ～たちかわ楽市2024～

「学校・家庭・仕事では体験できないことをしてみたい」。そのような思いを持っている方は、ぜひ私たちと一緒にたちかわ楽市*でボランティアをしてみませんか。

ボランティア・市民活動センターたちかわでは、ボランティアをはじめめるきっかけの場として、「たちかわ楽市2024」のボランティアを募集します。

たちかわ楽市で、新しい経験・出会い・自分を発見してみませんか。

※たちかわ楽市とは、「立川しみん祭」「たちかわ商人祭」「立川農業祭」「昭和記念公園イベント」を同時に開催するイベントです。立川しみん祭エリアは、ボランティア・市民活動センターたちかわの登録団体のみなさんが出店されます。たちかわ楽市に遊びに行かれた際は、ぜひ足をお運びください。

日 時：2024年11月9日(土) 9:00～12:00

場 所：国営昭和記念公園 みどりの文化ゾーン(立川市緑町3173)

対 象：ボランティアに興味がある方

内 容：出店団体のサポート等

定 員：15名(申込順)

持ち物：帽子、飲み物、筆記用具

締 切：2024年11月1日(金)

申込み：右記の二次元コードよりお申込み、または、ボランティア・市民活動センターたちかわまでご連絡ください。

問合せ：ボランティア・市民活動センターたちかわ

☎042-529-8323 FAX 042-529-8714

E-mail:shimin@tachikawa-shakyo.jp

※日曜日・祝日はお休みです。



『ボランティアスタート説明会 (通称：ボラスト)』を開催します

「これからボランティア活動を始めてみたい」「どんなボランティア活動があるの?」などボランティアに興味のある方を対象とした「ボランティアスタート説明会(ボラスト)」を開催します。

ボランティア活動のポイントや、具体的な活動内容をわかりやすくご説明します。ぜひお気軽にご参加ください。

日 時：①2024年11月6日(水) 10:30～12:00

②2024年11月22日(金) 14:00～15:30

③2024年12月5日(木) 10:30～12:00

④2024年12月17日(火) 14:00～15:30

⑤2025年1月18日(土) 10:30～12:00

⑥2025年1月30日(木) 18:00～19:30

⑦2025年2月14日(金) 14:00～15:30

⑧2025年2月26日(水) 10:30～12:00

⑨2025年3月8日(土) 10:30～12:00

⑩2025年3月18日(火) 14:00～15:30

※いずれも同じ内容です

場 所：立川市総合福祉センター 2階

ボランティアルームまたは団体交流室(立川市富士見町2-36-47)

定 員：各日5名(申込順)

参加費：無料

申込み：右記の二次元コードよりお申込み、または、ボランティア・市民活動センターたちかわまでご連絡ください。

問合せ：ボランティア・市民活動センターたちかわ

☎042-529-8323 FAX 042-529-8714

E-mail:shimin@tachikawa-shakyo.jp

※日曜日・祝日はお休みです。



ご協力ありがとうございました！

2024年9月1日以降の寄付、会費、募金については、
次回2025年2月号に掲載いたします。

2024年度 立川市社会福祉協議会 会員・会費
団体・個人会員

2024年6月1日～8月31日(敬称略)

団体・企業名		
VACCAS合同会社		
国際ソロプチミスト立川		
栄町グッドネイバーをすすめる会		
立川市朗読サークル「こえ」		
税理士法人 藤花		
Jけあサービス		
日本電技株式会社		
立川市ひとり親家庭福祉会 立川みらい		
立川麦の会		
立川市赤十字奉仕団		
NPO法人 やどかり いろりん		
個人		
朝田 誠治	上田 雅夫	匿名

自治会

2024年6月1日～8月31日(敬称略)

地区	自治会名	準会員	個人	団体	加入者数	合計金額
富士見	東親会				138	5,000
	東親和会				151	5,000
	喜多町会				92	10,000
	親生会				513	20,000
	レガリア会				550	5,000
	富士見町住宅自治会		18		18	18,000
	富士見会		80		80	42,500
	五月会				501	10,000
柴崎	しばさき会				269	25,000
	柴一協和会				192	5,000
	柴二共生会				113	5,000
	柴西会	20	121		141	69,330
	南親会		79		79	39,500
羽衣	羽衣本町会		211		211	106,000
	羽衣町二丁目北町会	3	109		112	56,900
	羽衣町三丁目自治会		15		15	8,000
	羽衣第3アパート自治会				185	5,000
曙	曙一南自治会				400	30,000
高松	高松町松友会				310	5,000
	高松町一丁目協力会	3	126		129	68,300
	高昇会自治会				157	5,000
栄	栄町南部自治会				271	10,000
	新栄自治会				37	3,000
	第二団地自治会				140	10,000
若葉	旭自治会				9	5,000
	緑ヶ岡ハイツ自治会				134	10,000
幸	西けやき台団地自治会				240	30,000
	幸町六丁目自治会				332	5,000
柏	青柳自治会				36	5,000
	上水自治会				185	5,000
	七番組自治会		167		167	83,500
	柏町六番組自治会				184	5,000
砂川	四番組自治会				251	30,000
	ハイホーム立川一番町自治会				169	5,000
西砂	レクセルガーデン武蔵砂川自治会		2		2	1,000
	中里自治会				342	20,000
自治会 総合計		26	928	0	6,855	771,030

寄付者 総額:694,995円

2024年6月1日～8月31日(敬称略)

受付日	氏名・団体名	寄付金額
6月15日	匿名	10,000
6月20日	東京立川ロータリークラブ	100,000
6月25日	第3地区民生委員・児童委員協議会	2,199
6月25日	第2地区民生委員・児童委員協議会	1,966
6月26日	第6地区民生委員・児童委員協議会	1,019
6月27日	第5地区民生委員・児童委員協議会	1,605
6月27日	第4地区民生委員・児童委員協議会	232
6月28日	第1地区民生委員・児童委員協議会	1,400
7月 1日	匿名	200,000
7月19日	かわせみ祭 幸学習館	5,200
7月22日	多摩信用金庫	120,000
7月22日	フコクしんらい生命保険株式会社	120,000
7月23日	第3地区民生委員・児童委員協議会	1,676
7月23日	第2地区民生委員・児童委員協議会	1,976
7月23日	東京立川ロータリークラブ	100,000
7月24日	第6地区民生委員・児童委員協議会	1,024
7月25日	第5地区民生委員・児童委員協議会	1,666
7月25日	第4地区民生委員・児童委員協議会	1,465
7月26日	第1地区民生委員・児童委員協議会	2,600
7月29日	匿名	5,000
8月 9日	太陽会	5,000
8月14日	匿名	10,000
8月21日	匿名	967

子ども・多世代エール寄附金 寄付者 総額:18,278円

2024年6月1日～8月31日(敬称略)

受付日	氏名・団体名	寄付金額
6月11日	匿名	10,000
6月25日	第3地区民生委員・児童委員協議会	3,520
7月23日	第3地区民生委員・児童委員協議会	4,758

子ども・多世代エール寄附金 活動助成団体とその内容

2024年4月22日～8月31日(敬称略)

活動助成団体	内容
チャイルドラインたちかわ	子どもや若者の居場所づくりの必要性を広める講演会における謝礼金等
立川市アマチュア無線クラブ	「親子で作ろうFMラジオ」開催における材料費等
こぶし誰でも食堂	だれでも参加できる地域食堂における食材費等
至誠サイエンスクラブ	科学館での体験型イベントに係る交通費等
にしキッズ ハートホーム	夏祭り開催における食材費や消耗品費等
西砂だれでもしゅくどう	だれでも食堂実施における食材費や消耗品費等
子ども菜食レストラン実行委員会	菜食による子ども食堂実施における備品費等
いちばん子ども食堂実行委員会	子ども食堂、フードパントリーの実施における食材費等
WestWave立川	夏休みの学習支援や食事支援の開催における食材費等
砂川平和ひろばふらっと実行委員会	ふらっと食堂、ふらっと夏祭り実施における食材費や消耗品費等
学びの輪	中学生向け無料塾実施における教材費や食材費等
ふれあいCaféアンダンテ	食品配布や相談等における食料品費や消耗品費等
柏ふれんど	子ども・若者の居場所づくり(デイライト)実施における食材費や備品費等
西砂幸せ食堂	幸せ食堂実施における食材費や消耗品費等

2023年度 決算報告

2023年度の事業報告・決算報告が、5月30日の理事会、6月28日の評議員会にて承認されました。
ここでは、2023年度決算の報告をさせていただきます。

収入 1,017,493,164円

(単位:円)

① 会費収入	1,948,660
② 寄附金収入	13,273,276
③ 経常経費補助金収入	141,045,578
④ 受託金収入	489,991,105
⑤ 事業収入	9,986,182
⑥ 介護保険事業収入	106,920,288
⑦ 就労支援事業収入	10,358,331
⑧ 障害福祉サービス等事業収入	210,699,339
⑨ 受取利息配当金収入	22,654
⑩ その他の収入	33,247,751
収入合計	1,017,493,164

支出 995,024,974円

(単位:円)

① 人件費支出	691,107,389
② 事業費支出	187,901,479
③ 事務費支出	76,129,648
④ 就労支援事業支出	11,867,407
⑤ 助成金支出	3,787,255
⑥ その他の支出	24,231,796
支出合計	995,024,974

地域活動 こんなことから始めました

～活躍する10代～20代へインタビュー～

地域食堂や、祭り、居場所など地域では多くの若い世代の方が活躍しています。今回は、地域で活躍している10代～20代の方へインタビューを行い、活動を始めたきっかけや思いをお聞きしました。これからも、多くの若い力が地域で発揮されるよう一緒に取り組んでいきます。

優しく接してもらえるのは年齢差!? ～富士見町住宅スマホ教室～

★富士見・柴崎町地区 / インタビュー先：Aさん

活動内容 団地内のスマホ教室で、シニア世代の方にスマホの使い方を教えている

①活動を始めたきっかけを教えてください。

学校でボランティア部を立ち上げ、スマホ教室の企画を立てているときに団地の「スマホ教室ボランティア募集」情報を知りました。学校で始める前に、まずはやってみようと思い参加しました。

②感想

最初は「できるかな?」と不安でしたが、いざやってみると、参加者が知りたいことについて次々と質問をしてくれるので、おしゃべり感覚で対応することができました。また、答えられないことは携帯専門店への相談を促しますので、安心して参加できています。スマホの話だけでなく、雑談など色々と話が弾み、参加者からは「学生と関わる機会が少ないから来てくれて嬉しい」と言ってくれ、ありがとうございます。年齢差があるからこそ優しく接してもらえるのかなと感じています。

③今後やりたいことや、同世代へ伝えたいことをお願いします。

高校に入ってからボランティア活動や生徒会の企画する地域活動など、色々なことに挑戦しています。ボランティアや地域活動に参加することは難しく大変に感じると思いますが、いざやってみると楽しく、達成感もあるので、機会があれば挑戦してみたいです。



子どもが安心して過ごせる居場所をつくりたい ～にしキッズ ハートホーム～

★錦・羽衣町地区 / インタビュー先：Mさん

活動内容 長期休み中にイベント開催。春は「お花見ゲーム大会」
夏は「夏祭り」など、季節に合わせた内容で実施

①活動を始めたきっかけを教えてください。

高校3年生の時に先生から声をかけられたことがきっかけです。「錦町に子どもたちが安心して過ごせる居場所があるといいな」という団体の目的に共感し、立ち上げから参加しています。私は中学校に行けていなかったのも、居場所の大切さを実感しています。また、今の子どもたちは「オンライン」が身近にあり、人とのつながりが薄いと感じています。このイベントに参加して、子どもたち自身が新しい自分を発見できる機会になると良いと思っています。

②感想

イベントの準備はとても大変ですが、私が用意した企画に参加した子どもたちが予想以上に盛り上がり、とても嬉しいです。活動も徐々に浸透し、「にしキッズの人ですね」「次、いつやるのですか?」などと、子どもたちに声をかけられることもあり、この活動を続けていく必要性を感じます。

③今後やりたいことや、同世代へ伝えたいことをお願いします。

この活動を継続していくことです。人と関わることはとても楽しいということを、子どもたちに伝えたいです。人と関わることで、自分でも気が付かなかった新しい自分を発見でき、自分の幅が広がるということを伝えたいです。



地域からの「美味しい」の声が嬉しい ～クッキングを通して地域交流～

★曙・高松・緑町地区 / インタビュー先：立川女子高校クッキング部

活動内容 高松学習館文化祭でお菓子の販売、「エコクッキング」※の実践

※「エコクッキング」…身近な食生活から始めるエコ活動。環境を考えながら、買い物・調理・食事・片付けをすること。

①活動を始めたきっかけを教えてください。

立川女子高校クッキング部の歴史は長く、先輩たちが活動を続けていく中で地域の方から声をかけていただき、校外活動が始まりました。私も部活に参加していくうちに、自然と地域で活動するようになりました。

②感想

立川市内の祭りでお菓子の販売や、立川市のごみ対策課の方々と連携し「エコクッキング」等を考案してきました。地域の方々に食べていただき「美味しい!」と言ってくれ、これからも皆さまに食べていただけるよう頑張ります。

③今後やりたいことや、同世代へ伝えたいことをお願いします。

「食」を通じてこれからも地域の方々と交流を深めていきたいと考えています。これまでの活動で、日常生活では関わりがなかった幅広い世代の方々と接し、さらに私たちの料理で喜んでくださる姿を見て、人との関わり方や楽しさを学びました。特にお菓子の販売時には「もっとたくさん販売して欲しい」との声を多くいただいたので、販売数や販売する商品をもっと充実できるようにしていきたいです。



新しい仲間と出会える ～まぁ～ずスペース みんなの居場所～

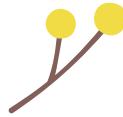
★栄・若葉町地区 ／ インタビュー先：Tさん

活動内容 大画面でゲームをしたり、ボードゲームをしたり、子どもたちが自由に好きなことをして過ごせる居場所づくり
活動日・場所 毎月第3水曜日16:00～18:00 ／ BASE☆298 (立川市若葉町4-25-1-37-103)若葉町団地バスロータリー前

①活動を始めたきっかけを教えてください。

小学5年生の時、ジュニアリーダー*が企画する子ども会の夏休み企画でハヶ岳に行ったことがきっかけとなり、私もジュニアリーダーとなりました。子どもと関わることが好きで、子どもの分野に興味があり、まぁ～ずスペースを企画している母に誘われ、この活動にも参加しました。

*ジュニアリーダー…子ども会を中心に、地域活動を行う青少年のこと。



②感想

自由度が高く楽しいので、あっという間に時間が過ぎます。さまざまな学校に在籍している学生がボランティアをしているので、今まで出会えなかった新しい友だちと出会うことができます。それがボランティアの醍醐味のようにも感じています。

③今後やりたいことや、同世代へ伝えたいことをお願いします。

ボランティアはアルバイトと異なり報酬がないため躊躇している方もいるかもしれませんが、報酬以上の経験が得られるものだと感じています。私はジュニアリーダーやボランティアの活動をする前は、人と話すことがあまり得意ではありませんでした。ボランティアにはアルバイトにはないコミュニケーションがあり、コミュニケーションの勉強としてはすごく良いと思います。ぜひ挑戦してほしいです。

子ども食堂を子どもたちの居場所にしたい ～ひろば食堂ふらっと～

★砂川・柏・幸・泉町地区 ／ インタビュー先：Uさん

活動内容 子ども食堂と学習支援を実践
活動日・場所 毎月第1日曜日10:00～14:00 ／ 砂川平和ひろば及び隣接地(立川市砂川町1-38-1)



①活動を始めたきっかけを教えてください。

大学の近くで子ども食堂のお手伝いがしたいと思っていました。1年以上前になりますが、「ひろば食堂ふらっと」のホームページをインターネットで見つけ、子どもたちとの交流が活発であることに魅力を感じて連絡をしたことがきっかけです。

②感想

子どもたちからたくさんの元気をもらい、私も学ぶことが多くありました。子ども食堂は食事がメインだと思っていたのですが、それだけでなく皆が気軽に集まれる居場所になっていると感じています。

③今後やりたいことや、同世代へ伝えたいことをお願いします。

「ひろば食堂ふらっと」をはじめとしたこのような活動が、より多くの方々に広まると嬉しいです。今後は私たちが企画の提案などもしていきたいです。また、私が所属している大学のサークル「中央大学ローターアクトクラブ」では国内外でさまざまな活動をしています。親子だけでなく、私たち学生も子ども食堂に参加することで多世代交流の橋渡しになっています。少しでも興味があったら活動に携わってみてほしいです。

生まれ育った立川に、私ができること ～たこやきぱらだいす(子どもの居場所)/地域福祉計画策定検討委員及び地域福祉市民活動計画策定委員～

★上砂・一番・西砂町地区 ／ インタビュー先：Oさん

活動内容 毎週1回、大学生が主体の子どもの居場所づくり(現在は活動終了)/地域福祉計画策定検討委員会及び地域福祉市民活動計画策定委員会(以下委員会)への参画

①活動を始めたきっかけを教えてください。

生まれてからずっと立川市に住み続けていて、地域活動に参加してみたいという気持ちがありました。大学進学後、先輩から市内で子どもの居場所づくりをやっているという話を聞き、今こそ始めるタイミングだと思い、たこやきぱらだいすの活動に参加しました。

活動する中で自分の住む地域についてより関心が深まり、社会福祉を学ぶ中で「誰もが暮らしやすい地域をつくるにはどうしたらいいのか、自分には何ができるのか?」と考えているところに委員会へのお誘いがありました。立川市の役に立てる、自分の成長につながると思ったことから委員を引き受けました。

②感想

たこやきぱらだいすの活動は、子どもたちが楽しんでくれる姿を想像しながら代表として運営について考えたり、他のメンバーと話し合ったりする過程がとても楽しく、やりがいを感じました。地域の方々や関係機関と連携して、運営を行う責任感を感じられたことも大きな学びとなりました。

また、委員会では、大人と子どもの狭間にある大学生という立場で、一市民として日頃感じていることを私なりに伝えていきます。委員会には市役所職員をはじめ、さまざまな方が参加しているので、色々な視点から意見を聞くことができとても勉強になります。

③今後やりたいことや、同世代へ伝えたいことをお願いします。

現在大学4年生なので、卒業論文執筆や実習、就職活動、国家試験の勉強など、これまでより地域活動に充てられる時間は少ないですが、最後までさまざまなことを経験したいと思っています。

自由に使える時間が多い学生期間にこそ、失敗を恐れずに一步を踏み出してみることが大切だと感じています。私にとってボランティア活動や委員会に参加した経験は財産です。学生の皆さんには、やりたいことを惜しまず、全力でやり切してほしいです。



記事に関する問合せ：立川市社会福祉協議会 地域づくり係 電話042-540-0200

各町の地域福祉(兼生活支援)
コーディネーター 連絡先

町	電話
富士見・柴崎	042-540-0205
錦・羽衣	042-519-3001
曙・高松・緑	042-540-0210

町	電話
栄・若葉	042-537-7147
砂川・柏・幸・泉	042-534-9616
上砂・一番・西砂	042-534-9501



主に立川市内のイベントや
ボランティア情報等を掲載しています

ボランティア・
市民活動センターたちかわ

情報掲示板

わがまち
たちかわ

たちかわまちネット Web
でも地域情報を発信しています



地域イベント



講演・講座



交流会



ボランティア募集



メンバー募集



パソコン

イベント・講演・講座



視覚障害者と音訳ボランティアの交流会

立川市広報、市議会だより、あいあい通信等の音声版で、私たちの声を聞いてくださっている利用者の皆さんや市内にお住まいの視覚障害の方々と親睦を深めるために、歌や朗読、おしゃべり、情報交換などを行います。初めての方も歓迎します。ぜひご参加ください。

日時：2024年10月25日(金) 10:00～12:00

場所：立川市女性総合センター・アイム 5階 第3学習室
(立川市曙町2-36-2)

参加費：無料

定員：なし

主催：立川市朗読サークル「こえ」

申込み：三浦(みうら)さん ☎042-527-2606



立川市内の剪定枝の作品展

立川市内で出た剪定枝を使用して作製した花瓶、コマ、小物入れ等を展示し、剪定枝の有効利用を市民の皆さまと一緒に考えるきっかけにしたいと思います。作品の感想もお寄せください。

また、展示してあるコマで遊ぶことができます。

日時：2024年10月26日(土) 14:00～16:00

場所：柴崎会館(立川市柴崎町1-16-3)

見学費：無料

主催：立川市内の剪定枝アートの会

問合せ：箱石(はこいし)さん

☎090-4960-3027



介護の基本が知りたい方のための講座

家族の介護で悩んでいる方、ヘルパーの資格はあるけれど自信がない方、資格はないけれど介護を学んでみたい方、まずは基本を学んでみませんか?そして介護に対するさまざまな不安を少しでも和らげてみませんか?しばらく実務から遠ざかっていて、仕事として再度チャレンジしてみたい方も大歓迎です!

日時：2024年10月26日(土) 9:00～12:00

場所：至誠キートスホーム(立川市幸町4-14-1)

内容：①講義「認知症サポーター養成講座」
②実習「介護技術の基本」

対象者：家族の介護をされている方、ホームヘルパー資格取得者、ホームヘルパーや立川市総合事業生活支援サポーターに興味のある方等

参加費：無料

定員：10名程度

締切日：2024年10月23日(水)

申込み：至誠キートスホーム 川田(かわた)さん

☎042-538-2321

FAX 042-538-1302

E-mail:kiitos-HH@shisei.or.jp



見えない世界を楽しもう

街中で視覚障害者に会ったとき、「どのように声をかけたらいいのだろう」と考えたことはありませんか?視覚障害者への具体的なお声がけ方法等についてお伝えします。身近にあるバリアフリーやユニバーサルデザインもご紹介します。

皆さまのご来場を心よりお待ちしております。

日時：2024年11月10日(日) 14:00～15:30

場所：立川市子ども未来センター 第3アトリエ
(立川市錦町3-2-26)

講師：おくざわ ゆうや氏

参加費：300円 定員：9名

主催：あそぼう会

申込み：奥澤(おくざわ)さん

☎080-5007-7877 E-mail:i.okuyu07@gmail.com



わたらしい お葬式とお墓の選び方

昨今、「終活」をテーマにさまざまなセミナーや勉強会が開催されていますが、いざ終活にとりかかろうとすると考えなければならないことはたくさんあります。

そこで今回は、終活の中の「お葬式」と「お墓」について取り上げます。お葬式のプランにはどのようなものがあるのか、自分の希望するお葬式はどのくらいの費用でできるのか。霊園とお寺が管理する墓地の違い、樹木葬や永代供養といった埋葬方法、四十九日はどうしたら良いのかなど、より具体的にイメージができるようなセミナーを開催します。エンディングノートの作成や、葬儀会社との生前契約、お墓選びの参考になりますのでぜひご参加ください!

日時：2024年11月30日(土) 13:45～16:20

場所：立川市総合福祉センター 2階 第1活動室・第2活動室
(立川市富士見町2-36-47)

講師：NPO法人三多摩市民後見を考える会
宮下 彬(みやした あきら)氏

参加費：100円(資料代)

定員：30名程度

主催：NPO法人三多摩市民後見を考える会

申込み：川杉(かわすぎ)さん

☎&FAX 042-531-0624

携帯 090-7832-6506



ひと・モノ・募集

パソコン入門講座
「パソコンを楽しもう」受講生募集

パソコンを始めて間もない方やパソコン初心者のための入門講座です。

時 間：10:00～15:30

場 所：高松学習館(立川市高松町3-22-5)

定 員：各コース16名(パソコンを持参してください)

費 用：500円/1日

申込み：パソコン相談員研究会 若月(わかつき)さん ☎090-6514-0764



月 日	午 前	午 後
10月 3 日(木)	エクセルで簡単家計簿作成	家計簿の年間集計表作成・補習コーナー
10月 9 日(水)	ワードで同窓会のご案内作成	
10月17日(木)	エクセルで簡単家計簿作成	家計簿の年間集計表作成・補習コーナー
10月23日(水)	ワードで同窓会のご案内作成	

世界とつながるボランティア
世界ふれあい祭の運営ボランティア募集

NPO法人たちかわ多文化共生センターでは国営昭和記念公園で開かれる「たちかわ楽市」会場内に「世界ふれあい祭」を出展します。

当日は大使館による各国紹介の他、関連団体による特産品やエスニック料理の販売を行います。ボランティアの方には各国大使館など参加団体との連絡や、会場の設営、来場者案内等を担当していただきます。外国語が話せなくても大丈夫です。

半日でも1日の参加でも歓迎します。

日 時：2024年11月9日(土)及び10日(日) 9:00～17:00

場 所：国営昭和記念公園 みどりの文化ゾーン(立川市緑町3173)

主 催：NPO法人たちかわ多文化共生センター、立川市

申込み：NPO法人たちかわ多文化共生センター

☎&FAX 042-571-0310 E-mail:tmc@poppy.ocn.ne.jp

参加申込者は氏名、電話番号、メールアドレス、参加可能日と時間帯を10月23日(水)までにお知らせください。

一緒にマジックを楽しみましょう
会員募集

マジックは見る人に夢や楽しみを伝えます。当人は緊張感や達成感により元気を保つ効果があります。マジックを覚えたい、やってみたい、関心のある方、一緒に楽しみませんか?日頃の活動に加えて発表会や講習会、ボランティア活動も行っています。

日 時：毎月第1、第3、第4火曜日 19:00～21:00

場 所：高松会館(立川市高松町2-25-26)

参加費：500円/月

主 催：立川市奇術愛好会

申込み：植松(うえまつ)さん ☎080-3255-6395

ボランティア募集 外国ルーツの
小、中学生向け日本語教室「つばさ」

市内の小・中学校には日本語や生活の支援を必要としている外国ルーツの子どもたちがたくさんいます。NPO法人たちかわ多文化共生センター(TMC)では、日本語教室「つばさ」を開いて、子どもたちが日本の生活、学校に慣れるようサポートしています。子どもたちの人数が増えてきたため日本語を教えてくださいのボランティアを募集しています。資格、経験は問いません。専門家による研修(無料)への参加可能です。活動の頻度、時間帯は無理のない範囲で構いません。

※TMCのホームページで活動の様子がご覧になれます。

HP:<https://www.tmc.or.jp>

日 時：毎週水曜日

15:00～17:00(小学生の部) 17:00～19:00(中学生の部)
1人45分～90分

場 所：立川市子ども未来センター(立川市錦町3-2-26)

主 催：NPO法人たちかわ多文化共生センター、立川市

協 力：立川国際友好協会(TIFA)

申込み：右記の二次元コードよりお申込みください。

問合せ：NPO法人たちかわ多文化共生センター

E-mail:tmc@poppy.ocn.ne.jp



ボランティア募集説明会

ご自宅や介護施設で過ごされる方のお話相手のための訪問や、定期的開催している「がんカフェたま」「虹の会(遺族会)」で、それぞれの想いに寄り添いながら同じ目線でお話を聴く活動を行っています。ボランティアに関心のある方のご参加をお待ちしています。

日 時：2024年10月24日(木) 13:30～15:00

場 所：立川市総合福祉センター 2階 第2活動室
(立川市富士見町2-36-47)

申込み：在宅ホスピスケア・ボランティアさくら 岡田(おかだ)さん
☎080-1163-5281(平日10:00～16:00)

第25回 東京TAMA音楽祭ダンスフェスティバル2025
「いのちのメッセージ」参加団体募集

「いのち」をテーマに手話ダンスからヒップホップ、フラダンス、新体操などジャンルもさまざま、子どもから大人まで誰でも参加できるイベントです。ぜひ大きな舞台上で踊ってみませんか?詳細については下記までお問合せください。

イベントをサポートするボランティアスタッフ、MC(司会者)も随時募集中!未経験でも大丈夫です。お問合せお待ちしております!

日 時：2025年4月20日(日) 12:00開演予定

場 所：たましんRISURUホール 大ホール(立川市錦町3-3-20)

協賛金：1人800円(出演希望者)

主 催：東京TAMA音楽祭ダンスフェスティバル実行委員会

締切日：2024年11月15日(金)(ボランティアスタッフ、司会者の締切も同日)

申込み：東京TAMA音楽祭ダンスフェスティバル実行委員会
E-mail:tamaondance@gmail.com

膝、足腰を無理なく鍛える 健康気功体操
一転倒防止、健康寿命向上にー 会員募集

健康気功体操のゆっくりとしなやかな動きを毎日続けていると、膝、足腰が無理なく鍛えられ、転倒防止、健康寿命向上に役立ちます。50代から90代の老若男女30名前後が毎朝参加しています。まずは見学をどうぞ。メンバーに気軽に声をかけてください。

日 時：月～土曜日 9:00～9:30

雨天中止、参加自由です。

場 所：若葉公園(立川市若葉町1-27 府中道に面した区画)

参加費：入会金 1,000円 年会費 2,000円

主 催：NPO中国健康法普及協会(若葉公園支部)

申込み：多賀(たが)さん ☎080-3384-4025

～健康生活への第一歩～
足の健康サークル メンバー募集

今の自分の足がどうなっているの?どんな靴を選んだらいいの?転ぶのが心配...などお悩みのある方や、なるべく長く自分の足で立ちたい、歩きたいとお考えの方、ぜひご参加ください。

医療フットケアスペシャリストによる足のお話と転倒予防体操を楽しく行います。

素足になることがあります。

日 時：毎週金曜日 10:30～11:30(年末年始休み)

場 所：至誠ホーム アウリンコ 1階 地域交流スペース(立川市錦町6-28-15)

講 師：ハーマントリー 美奈(みな)氏 桂(かつら) みさ氏

参加費：300円/1回

対 象：65歳以上で介護認定なしまたは要支援1・2までの方、ご自身で通える方

定 員：6名程度

主 催：至誠ホーム 足の健康サークル

申込み：右記の二次元コードよりお申込みください。

問合せ：ハーマントリー 美奈(みな)さん

☎070-6573-2036(平日9:00～16:00)

至誠ホーム生活リハビリ 桂(かつら)さん

☎042-527-0436



専門相談 立川市総合福祉センターにて各種専門相談を実施しています。

相談の種類	相談員	実施日	実施時間	予約	問合せ・予約先
法律相談	弁護士	第3土曜日 (祝日の場合は第4土曜日)	13:00～16:00	要予約	立川市社会福祉協議会 経営総務係 ☎042-529-8300
成年後見相談	司法書士	第2土曜日			立川市社会福祉協議会 地域あんしんセンターたちかわ ☎042-529-8319
精神障害者の 家族相談	立川麦の会 (立川精神障害者家族会)	第2月曜日 (祝日の場合は第3月曜日)	13:30～16:30		立川麦の会 ☎042-537-3905 (眞壁)
アルコール相談	立川断酒新生会	第2・4水曜日	13:00～16:00	予約不要	実施日には、電話相談も受付けています。 ☎042-529-8300 (実施時間中のみ)

無料・完全予約制 知って安心 学んで納得
今から学ぶ「終活個別相談会」のお知らせ

相談日：2024年10月17日(木) 11月14日(木) 12月13日(金)
相談時間：①13:30～14:20 ②14:30～15:20 ③15:30～16:20
予約先：地域あんしんセンター たちかわ
☎042-529-8319 FAX 042-526-6081
E-mail:anshin@tachikawa-shakyo.jp

例えば、このようなお悩みについて専門家(弁護士など)から
アドバイスをいただくことができます。

- 何から始めたらいいのかわからない
- 頼れる親族がいいため今後のことが心配
- 認知症になった時のお金の管理が心配
- 亡くなった後の身の回りの整理
- 遺言書 ●お寺・霊園との契約

10月1日より、赤い羽根
共同募金運動がはじまります

共同募金は、地域で集めた募金を地域のために使う「じぶんの町を良くするしくみ」です。戦後まもなく市民主体の民間運動として始まりました。毎年全国一斉に行われ、昨年度は、立川地区で総額1,743,658円の募金にご協力いただきました。改めて感謝を申し上げます。

お寄せいただいた募金は、市内の福祉施設・団体で、備品整備やプログラム活動費などに活用されています。募金の一部は災害支援などにも活用されています。

本年度も地域での募金協力をお呼びかけしますので、よろしくお願いいたします。

共同募金運動に関する寄付金には、税制上の優遇措置があります。

☐ 個人の場合
所得税に係る所得控除または税額控除および住民税に係る寄付金税額控除が受けられます。

☐ 法人の場合
株式会社などの法人の寄付は、法人税の算出にあたり寄付金額を「全額損金」算入することができます。

問合せ：立川市社会福祉協議会 経営総務係
☎042-529-8300 FAX 042-529-8714
E-mail:info@tachikawa-shakyo.jp
※共同募金運動について、詳しくは中央共同募金会ホームページをご覧ください。

中央共同募金会
ホームページ



立川市社会福祉協議会(立川市総合福祉センター)までの
無料シャトルバス
時刻表

- 運行は月曜から金曜までです。
- 表にある時刻に立川駅北口交番前よりご乗車ください。
- 車いす用リフト付き車両です。

総合福祉センター ↓立川駅北口行	9:40	立川駅北口 ↓総合福祉センター行	9:50
	10:20		10:30
	11:00		11:10
	11:40		11:50
	13:00		13:10
	13:40		13:50
	14:20		14:30

f X YouTube 公式アカウントで情報を発信しています 立川市社会福祉協議会 検索



社会福祉法人
立川市社会福祉協議会

開所時間 月～金 8:30～17:15
土 8:30～17:00
日曜日・祝日・年末年始はお休みです。

〒190-0013 立川市富士見町2-36-47 立川市総合福祉センター内
☎042-529-8300 (代表) FAX 042-529-8714
URL: https://www.tachikawa-shakyo.or.jp/
E-mail: info@tachikawa-shakyo.jp 次回の発行は2025年2月1日です。
※2024年度は5・7・10・2月に発行します。その他問合せ及びご意見、ご感想はこちらまで

84.4fmエフエムたちかわの立川多摩地域情報局プレッセにて、当会の情報を発信しています。【出演時間】毎月第2火曜日13:30～13:40



2024年12月2日(月)～8日(日)は立川市障害者週間です

今年のテーマは「バリアフリーとスポーツ」です。パラリンピックの開催や2025年にデフリンピックが初めて日本で開催されることから、障害者スポーツを知ってもらうことを目的とした催しを行います。

【障害者週間】今年のテーマをもとに、市内の小学生が描いた絵画や市内福祉施設の活動紹介、作品の展示、販売をします。
期 間：2024年12月2日(月)～8日(日)の7日間
場 所：立川市役所 多目的プラザ(立川市泉町1156-9)

【無料相談会】障害者の年金・労働法に関して社労士が相談をお受けします。
日 時：2024年12月3日(火) 13:00～16:00
場 所：立川市役所 210会議室

【イベント】聴覚障害者のスポーツの祭典であるデフリンピックが2025年に日本で開催されます。今年は100周年の記念大会です。デフリンピックを知ってみんなで盛り上げましょう。
開催日：2024年12月8日(日)
場 所：立川市役所 101会議室
内 容：「みんなのデフリンピック」上映など

※詳しくは立川市障害福祉課(☎042-523-2111)までご連絡ください。

住宅設備のサポーター

エアコン キッチン バス・トイレ 洗面所 電気

「修理」「取り替え」「困った!」ときは、
LINE または 電話一本
お客様センター ☎0120-54-6666

〒186-0011 東京都国立市谷保619
ニッポ設備株式会社 営業時間・平日 8:30～18:00

ドリーミー
だからできる 安心の家族葬



野菜をつくってみませんか!
＜初心者大歓迎!!＞

- 年間11回の講座があり、丁寧に野菜のつくり方を教えます
- 45種類の野菜をつくり、野菜の旬が味わえます
- 農園でコミュニケーションでき楽しく農作業ができます

入園料金 48,300円(税込) 苗、種、資材費込

問合せ 農業体験農園 スマイル農園
立川市幸町5-64
☎042-534-7350 (豊泉)

国家資格治療院(指圧・マッサージ・はり・灸) アミュー治療院

アミュー在宅マッサージ(往診治療)
健康保険でご自宅に往診治療します(多摩地区)

- ◆介護保険とも併用可 ◆生活保護法指定医 (要医師同意)
- ◆1回 約300～480円(自己負担1割) ◆無料体験可

昭島市美堀町4-25-8 ☎042-513-7800(共通)
https://amulife-jp.com/P有

JR立川駅徒歩8分 選べる貸切ホール
ドリーミーホール立川

東京都立川市曙町1-22-20 事前相談随時受付中 霊安室完備
ホール見学無料
お気軽にお電話ください。 ☎0120-29-7511 24時間 365日 対応

経済産業大臣許可(五)3087号
お葬式はドリーミー 詳しくは「ホームページ」をご覧ください

断熱 玄関ドア 交換 断熱 内窓 取付 断熱 真空ガラス 交換

補助金制度あります (国+東京都より)
窓・ドアのリフォームお任せください! 申請手続代行手数料 ご相談・お見積り 無料

増改築相談員のいるお店 創業 70年 株式会社 芹沢ガラス
窓とガラスの専門店 ☎0120-953-577 国立市中2-5-17 営業時間/9:00～17:30 定休日/日曜・祝日・隔週土曜