



おなかいっぱい 心もいっぱい おいでよ！キッチン



「おいでよ！キッチン」は子どもたちが気軽に立ち寄れる、地域の温かい交流を深める居場所にしたいと思っています。おいしいごはんを囲みながら楽しい時間を共有しませんか？本の読み聞かせもあります。ぜひお越しください。

日 時: 7月20日(日) 11:30~13:00 申込み: 二次元コード、またはメール

8月 9日(土) 11:30~13:00

✉oideyokichen.tachikawa@gmail.com

場 所: 高松学習館 (高松町3-22-5)

(今関さん)

定 員: 20名(先着順)

費 用: 子ども(高校生以下)100円

大人300円

ホームページ

申込みフォーム



子どもから大人まで
どなたでも大歓迎



◇ボランティア募集◇

調理の手伝いや昔遊び、本の読み聞かせなど子どもたちと一緒に遊んでくれるボランティアスタッフを募集しています。上記のメールにご連絡をください。

みんなで話そう！みんなで作ろう！みんなで食べよう！みんなで笑おう！



ごちゃカフェ～夕涼み～



「ごちゃカフェ」は、子どもから大人まで誰でも気軽に集まれる場所です。今回は夏カレーと一緒に作って一緒に食べよう。

日 時: 8月22日(金) 16:00~18:00

費 用: 子ども(高校生以下)100円

場 所: 社会福祉法人にんじんの会

大人300円

「にんじん立川・地域交流スペース」
(高松町2-27-27)

申込み: 二次元コード、または電話

☎042-522-1537

定 員: 20名(先着順)

社会福祉法人にんじんの会・にんじん立川



※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・お仲間募集のご案内～



～支えあいサロン～

立川健康吹き矢サークル

(チーム高松)

吹き矢の基本は腹式呼吸です。背筋を伸ばした正しい姿勢と呼吸で矢を吹けば、心も身体もスッキリ・みんなで楽しく、運動不足の解消を試みませんか？

初心者大歓迎！公認指導員が丁寧にお教えします（見学もお待ちしております）

☆年齢・性別不問

日 時: **毎月第1、第3、第4火曜日(変更有)**

午前の部 9:00～12:00

午後の部 13:00～16:00

場 所: 高松会館(高松町2-25-26)

費 用: 1,500円/月

問合せ: ☎090-2318-4021(星野さん)

お待ちしております



～昔の立川を語ろう～

立川ヒストリー

「昭和の立川」を知っている人、昔の立川の様子を知りたい人で集まって一緒にお話ししませんか。

日 時: **9月29日(月)10:00～11:30**

場 所: SOMPOケア株式会社

そんぽの家S立川

(高松町3-10-1)

定 員: 10名(先着順)

その他: 昔の立川の写真がある方はご持参ください。

申込み: 地域福祉コーディネーター(4面)



SOMPO流 子ども食堂

みんなで一緒に、温かくて美味しいごはんを食べましょう！楽しいゲームもあります。

多世代で交流する機会として、また介護のお仕事を知る機会として、子どもから大人までお待ちしております。

日 時: **7月26日(土)、8月23日(土)**

いずれも12:00～13:00

場 所: SOMPOケア株式会社

そんぽの家S立川(高松町3-10-1)

費 用: 子ども(18歳以下)無料

大人300円

申込み: 下記二次元コード、または

☎ 042-548-3451



そんぽの家S立川

子ども菜食レストラン

栄養満点の野菜を中心とした食事を用意しています。子どもだけでも、大人と一緒にでも参加OKです。バレーアートコーナーもあります。お待ちしております。

日 時: **9月21日(日) 12:00～13:30**

場 所: セブンスデー・アドベンチスト

立川キリスト教会(高松町3-21-8)

定 員: 30名(事前予約制、先着順)

参加費: 子ども(高校生以下)無料

大人300円

※大人は付き添いの方に限ります。

申込み: 下記二次元コード、または

☎ 042-526-6826(花田さん)



認知症サポーター講座

認知症は誰でもかかる可能性のある病気です。自分事と考えて、認知症になっても自分らしく暮らせるよう正しい理解を深めましょう。どなたでもご参加できます。

日 時:7月26日(土)13:30~15:00

場 所:高松学習館 第1教室(高松町3-22-5)

定 員:20名(先着順)

申込み:中部たかまつ地域包括支援センターまで(4面)



将来に備えて講座に参加しました。

親のことが心配で参加してみましたが、認知症についての知識をもつことができとても勉強になりました。



にしゅプチファーム

昨年の2月から第二小学校の畑をお借りして、地域の方と野菜作りに励んでいます。その一環で今年の1月に種まきをしたほうれん草の収穫を行いました。

大きく立派に育ったほうれん草は、参加してくださった地域の方に持ち帰っていただいたのはもちろん、若者の居場所「夜のユースセンター」でも活用していただきました。種まきから収穫までに携わっていただいた皆さん、ご協力ありがとうございました。

こんなに立派に育ちました！！



「夜のユースセンター」参加者でおいしいクリームスープにして食べてくださいました♪

こちらでも情報を発信しています

たちかわ
まちなっと
WEB

地域活動のヒント
を発信



Instagram

地域活動を
リアルタイムで
発信



Facebook

イベント告知
活動報告



Youtube

動画で気軽に
地域活動を見学



まちなっと

他の地区の
まちなっとも
掲載





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！

ひと涼みスポットのご案内

ここ数年は、早い時期から蒸し暑い夏となり熱中症にかかる方も増えています。今年度も「**立川市ひと涼み声かけプロジェクト**」を展開し熱中症予防を呼び掛けています。

たかまつ包括は、日よけの下にベンチを設置し「立川ひと涼みスポット」としてご利用いただいています。屋外だけでなく、屋内でも熱中症になるリスクはあります。水分摂取だけでなくエアコンを使用し、お部屋の温度管理をこまめにしましょう。また、熱い時間帯の外出をできるだけ避けましょう。

お水のご用意もありますので
お声かけ下さい(^^)/



暑い夏にぴったりねえ～♪



■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

Eメール:c.t-houkatsu@ninjin.or.jp

立川市社会福祉協議会

地域福祉コーディネーター 丸山・松原

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

●案内図



※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。