



はねきんフリーデー

地域福祉アンテナショップはねきんのいえでは、どなたでも自由に入出りできて、好きに過ごせるフリーデーを開催しています。地域の方がスタッフとして常駐し、訪れた方を出迎えます。おしゃべりをしたり、折り紙、クロスワード、読書等各々好きなことをして過ごしています。100円以上の寄付で飲めるドリンクは、スタッフが提供してくれます。コーヒーなど飲みながら、“はねきんのいえ”でゆっくり過ごしてみませんか？



日 時: **毎月第1・第3(水) 10:00~16:00**

場 所: 地域福祉アンテナショップはねきんのいえ
(羽衣町2-39-11)

対 象: どなたでも

問合せ: 地域福祉コーディネーター
(4面)



はじめての太極拳

太極拳で身体を動かして楽しみませんか？
初心者でも大丈夫。

終了後は、中国茶を楽しみながら中国文化に親しまし♪

日 時: **10月30日(木) 13:30~15:30**

場 所: 子ども未来センター スタジオ
(錦町3-2-26)

対 象: どなたでも

定 員: 10名

参加費: 500円(お茶代)

問合せ: 080-1133-8850 (宮木)

主 催: 福来太極拳クラブ



“ポールでGO”ファミリーノルディックさんぽ

2本のポールを持って気持ちよく体を伸ばしましょう。
秋の青空の下、のびのびと全身運動をしてみませんか？
はじめてさんも大歓迎。大人も子ども一緒にノルディックウォークに挑戦してみよう！

日 時: **10月18日(土) 13:30~15:00**

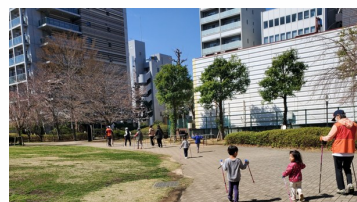
場 所: 子ども未来センター芝生ひろば・テラス
(錦町3-2-26)

定 員: 20名

参加費: 500円 ※小学生以下無料

問合せ: kotomi.o@mbr.nifty.com (大方)

主 催: エンジョイノルディックウォーク倶楽部TOKYO



こぶしのミニバザー

立川こぶし福祉作業所では、利用者さんと職員が心を込めて手作りしたクッキーやケーキをバザー販売しています。皆様のお越しをお待ちしています！

日 時:10月7日(火) } いずれも
11月18日(火) } 10:30~11:45
12月23日(火) } 及び 13:15~15:00
※小雨決行

場 所:NPO法人こぶしの会

立川こぶし福祉作業所(羽衣町2-50-9)

問合せ:チャレンジこぶし ☎042-524-2482

バザー品

- ①手作りクッキーこぶつきー (1袋:3枚150円)
プレーン・アーモンド・抹茶・檸檬・ココア
コーヒー・紅茶・レモンティー・チョコチップ
- ②ミニパウンドケーキ (1個250円)
プレーン・レモン・チーズ・ココア
- ③自主製品
コースター、ふきん、デザイン封筒他
- ④花の苗、お茶、わかめ



うたごえ広場

季節の歌、懐かしい歌をピアノ伴奏に合わせて一緒に歌いましょう！！

日 時:10月18日(土) } いずれも
11月8日(土) } 13:30~14:45
12月13日(土) }

場 所:ワークショップモア(錦町1-17-11)

参加費:500円

問合せ:音楽ユニットメゾピアノ(渡辺)

☎042-525-8767

♪飲み物をお持ちください。
♪マスクの着用にご協力ください。



地域をつなぐ体操チーム

地域体操クラブ参加者募集

自分たちの地域で体操のチームを作って、自分も地域も元気にしてみませんか？

①男性チーム

日 時:11月5日~2026年2月4日の毎週(水)
(12月17日、12月31日を除く)

いずれも10:00~11:30

場 所:柴崎会館(柴崎町1-16-3)

②男女混合チーム

日 時:11月4日~2026年1月27日の毎週(火)
(12月30日を除く)

いずれも13:30~15:00

場 所:UR都市機構アートアベニュー立川集会所
(曙町3-17-30)

対 象:①②いずれも65歳以上の市民

定 員:①12名 ②15名

申込み:10月14日(火)までに電話またはハガキに
「地域体操クラブ希望・氏名・住所・生年月日
電話番号・希望会場名」を書いて
介護予防推進係へ

※詳細は9月25日号広報をご確認ください

問合せ:立川市高齢政策課 介護予防推進係

☎042-523-2111(代表電話)・内線1471



立羽祭

年に一度のお祭りを開催します。キッチンカーやステージ、美容や販売ブース、福祉機器の体験ブースなど盛りだくさん♪ぜひお待ちしております♪

日 時:10月11日(土) 10:00~14:30

場 所:立川療護園 はごろもの音
(羽衣町2-63-3)

問合せ:立川療護園 はごろもの音
☎042-512-7401



至誠秋祭り

衣料品販売などの様々なブース、お食事、イベント、お楽しみくじ、バザー用品コーナーなど保育、児童、高齢者各施設が合同で企画して、地域の皆様に楽しんでいただきます！



日 時:10月18日(土) 10:00~13:00

場 所:至誠ホーム (錦町6-28-15)

※駐車場はございません

問合せ:至誠ホーム ☎042-527-0031



羽衣センター祭り

羽衣地域福祉サービスセンターでは、今年も健康に関する講座やデイサービス利用者の作品展示、喫茶、バザーを開催します。学生さんによる演奏会や、ご家庭で食べきれない食品を持ち寄って、必要とする個人や子ども食堂、施設などへお渡しするフードドライブも実施します。皆さまのご来場をお待ちしています。



日 時:11月22日(土) 11:00~16:00

場 所:羽衣地域福祉サービスセンター(4面)

問合せ:羽衣地域福祉サービスセンター

☎042-523-5612

※バザー品(未使用品または新品同様の雑貨・衣料品など)と、ご家庭内で余っている食品(常温保存、未開封、賞味期限が3か月以上あるもの)を募集します。

かふえしゃんてい ～そろそろ考えてみませんか？納得する逝き方～

認知症の方も、そうではない方も、誰でも気軽に参加できる集いの場として定着しています。

今回は地域のオレンジドクター(東京都が認定する認知症サポート医)としてご活躍されている医師をお呼びしています。日頃聞きにくいことでもざっくばらんに質問できる機会ですので、ぜひ足をお運びください。

日 時:10月30日(木) 13:30~15:00

場 所:地域福祉アンテナショップ はねきんのいえ
(羽衣町2-39-11)

講 師:石井医院 院長 石井良幸 医師

対 象:どなたでも参加可能

問合せ:はごろも地域包括支援センター(4面)



仕事と介護の両立講座



働きながら介護をする「ビジネスケアラー」が急増しています。

知らないと損をする仕事と介護を両立するための知識・制度・心構えをお伝えします。



日 時:10月17日(金) 14:00~15:30

場 所:子ども未来センター 201会議室
(錦町3-2-26)

講 師:ワークサポートケアマネジャー 峰岸康一氏

対 象:立川市在住・在勤の方

定 員:30名(申込順)

問合せ:はごろも地域包括支援センター(4面)



こんな時も「ほーかつ」(立川市南部東はごろも地域包括支援センター)です！

『南部東はごろも地域包括支援センター』（長いので、「はごろもほーかつ」と呼んでください）は、羽衣町・錦町に住む高齢者やその家族などが、介護と生活に関わることを広く相談できる窓口です。

～「第7回羽衣町認知症見守り声かけ模擬訓練」～

地域に認知症の正しい理解と支援を広げる活動として、平成27年に第1回目が行われた「羽衣町認知症見守り声かけ模擬訓練」。7回目の今年も6月7日(土)に行いました。

事前に開催エリア内のお宅にチラシを全戸配布したり、商業施設にチラシを貼らせていただいたりして周知しました。

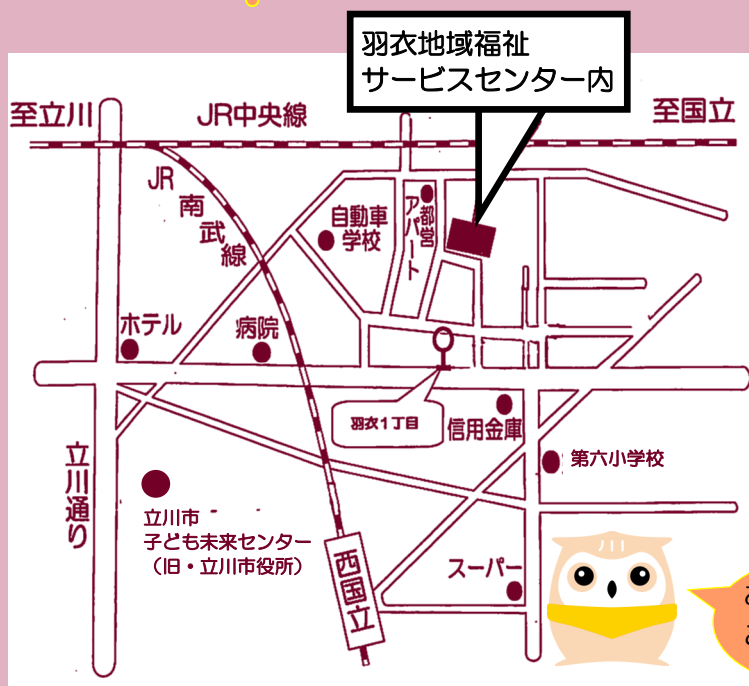
当日は、参加者がグループになり、一軒一軒個人宅を回りながら「対応の仕方を模擬体験していただく」ことの了承を得た上で、認知症役の人が「道に迷ってしまって。ここは〇〇だよな？」などの困りごとを伝えます。「ここは立川市だよ、道案内しょうか？」と声をかけてくださった方、「警察」という言葉を使うと不安になるかなと思い使わずに対応した」など、皆さまとても親切に対応してくださいました。

今年度は、住民の皆さまだけでなく商業施設や、児童館、商店街も含め、声をかけた方のうち7割以上の方が協力してくださいました。これまでも、羽衣町で道に迷っていた認知症の方に地域の方から声をかけていただき、確実に認知症になっても安心して暮らせるまちに近づいています。

羽衣会自治会では来年度より“認知症見守り声かけ模擬訓練”を、6月の第1土曜日に定例で行うこととなりました。これからもたくさんの地域でこの活動が広がっていくといいな、と考えています。



問合せ 南部東はごろも地域包括支援センターへ



発行・連絡先

＜立川市南部東はごろも地域包括支援センター＞

電話 042-523-5612

FAX 042-523-5613

nh-hagoromo@lake.ocn.ne.jp

＜立川市社会福祉協議会＞

＜地域福祉コーディネーター山城・梶田＞

電話 042-519-3001

FAX 042-519-3003

dainichiku@soleil.ocn.ne.jp

所在地 〒190-0021

立川市羽衣町1-12-18

羽衣地域福祉
サービスセンター内

お気軽に
ご相談ください

フェイスブックはこちら→



※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。錦町・羽衣町の担当が「立川市南部東はごろも地域包括支援センター」です。

イラスト／(表紙)鳥：タダツタケシ