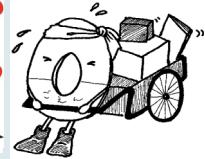




# まちねっと

第42号



## 地域福祉アンテナショップ

### 「ふらっとたかまつ」開所しました！

地域福祉アンテナショップとは、**身近な場所で、誰もが気軽に、ふらっと立ち寄れる地域の居場所**です。場所は旧健康会館（高松町3-22-9）です。11/21(金)のプレオープンには、35名の方にご来場いただきました。お話ししたり、コーヒーを飲んだり、それぞれ好きなことをして楽しまれていました。ご来場いただいた方に6つの候補の中から投票をしていただき、この度、名称が「ふらっとたかまつ」に決定しました。皆さんから愛される居場所になりますようお待ちしています。お気軽に立ち寄りください。

### 【今後のイベント情報】

#### 【ボランティアによるスマホ相談会】

スマホのお悩みについてわかる範囲でボランティアがお答えします。

日 時: 2月10日(火)15:00～16:00

3月18日(水)15:00～16:00

定 員: 10名(先着順)



#### 【折り紙～立ち雛～】

ひな祭りに向けてすぐに飾れる雛人形を作りましょう。

日 時: 2月17日(火)13:30～

定 員: 10名(先着順)

参加費: 150円(材料費)



#### 【編み物会】

お話ししながら楽しみましょう

日 時: 2月24日(火)13:30～15:30

3月24日(火)13:30～15:30

定 員: 5名(先着順)

参加費: 200円(材料費)



#### 【2月・3月の開所日について】

週に2回、開所しています。予約不要、入退場自由です♪お好きな時間にいらしてください。

2/3(火)14:00～16:00

2/6(金)10:00～16:00

2/10(火)13:00～16:00

2/13(金)13:00～16:00

2/17(火)13:00～16:00

2/20(金)13:00～16:00

2/24(火)13:00～16:00

2/25(水)10:00～16:00

3/3(火)13:00～16:00

3/5(木)10:00～16:00

3/10(火)13:00～16:00

3/13(金)10:00～16:00

3/17(火)13:00～16:00

3/18(水)10:00～16:00

3/24(火)13:00～16:00

3/25(水)10:00～16:00

【問合せ】 第3地区地域福祉コーディネーター(4面) ☎042-540-0210

※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「一人ひとりが共に生き、しあわせ広がる立川～やさしいつながりのあるまちをつくる～」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～



認知症になったためのお金の備え方&

## 寒い季節も元気に！冬の体操教室

前半は、なかなか聞けない「お金」の話をわかりやすくお伝えします。後半は、無理のない体操で体をほぐします。冬も元気に過ごしましょう。運動が久しぶりの方も安心してご参加していただけます。

## ※この講座は中止

日 時:2月10日(火)14:00～15:00  
場 所:立川地域福祉センター  
ふらっとたかまつ(高松町3-22-9)

参加費:無料

講 師:馬渡和哉氏 檜枝賢護氏  
(プルデンシャル生命保険株式会社)  
児玉幸弘氏 宗形大氏  
(立川高松整骨院)



申込み:右記二次元コード、または  
☎080-2260-1106(檜枝さん)



## 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。バリーンアートコーナーもあります。お待ちしています。



日 時:2月15日(日)12:00～13:30

(13:00までにお越しください)

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)



## ローズマリーの会

～ストレッチとゆる筋トレで元気な毎日を～

タオル・ボール等を使い、年齢を問わず無理なく楽しく体力の向上を目指しています。ぜひ見学、体験にお越しください。



日 時:毎週木曜日 10:20～11:30

場 所:総合福祉センター(富士見町2-36-47)

会 費:500円/回

講 師:岩崎幸子氏

問合せ:☎・FAX 042-527-4126  
(越沢さん)



## 春のお出かけサロン

今回は「春が来た！お花見さんぽを楽しもう」です。昭和記念公園内に咲く桜、スイセン、ハクモクレンなどを見て周り、好きなお飲み物やおやつを食べ、皆さんでお話ししましょう。

日 時:3月27日(金)13:00～15:00

※雨天中止

集 合:多摩信用金庫本店 1階入り口(緑町3-4)

定 員:10名程度(先着順)

対 象:概ね65歳以上の方

入場料:65歳以上210円(一般450円)

持ち物:お好きな飲み物、おやつ

※65歳以上の方は身分証明書をご持参ください。

※園内バスを利用した場合は別途交通費がかかります。

※長い距離を歩く予定ですので、履き慣れた靴でお越しください。

申込み:たかまつ地域包括支援センター(4面)



## 小地域ケア会議 開催しています



奇数月第4木曜日に、たかまつ地域包括支援センターエリアの地域課題について地域住民、民生委員、医療機関、福祉関係機関など多様なメンバーが参加して『小地域ケア会議』を開催しています。今年度は「防災」について話し合いを行っています。第4回目は「共助のリアルを体験しよう」をテーマに、在宅避難で想定される出来事を「身近にあるもの」を利用して体験してみました。体験された参加者から、「災害時には人とのつながりが大切であること」「身近なもので様々なことを学んだ」などと感想がありました。

まちねっと等の情報を活用して、人や地域とのつながりを強くしていきましょう。

### ■体験内容■

①「シーツ」を使った動けない人の運び方



②タオルでの止血方法や三角巾の作り方



③簡易トイレの作り方

④給水車からの水の運び方



### クリスマス0円マーケットの開催報告

12/6(土)に高松会館で開催しました。地域の皆さまのご協力により、子どもから高齢者の方まで総勢100名以上の方が来てください大盛況でした。国立音楽大学音楽療法研究会の学生さんによるクリスマス演奏会が大変好評で素敵なメロディーに感動し涙される方もいらっしゃいました。



# 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!

## 【新入職員の紹介】

### ・植木量子(うえきかずこ 看護師 右側)

今まで立川市は縁の遠い場所でしたが、最近は立川市の自然と近代化が融合した街並みに魅せられ、お気に入りの散歩コースも出来ました。包括支援センターの仕事は初めてですが、地域の方々と関わりながら、学んでいきたいと思います。どうぞよろしくお願ひいたします♪

よろしくお願ひいたします♪

### ・小松素子(こまつもとこ 社会福祉士 左側)

デイホームにんじん立川で働いていました。明るい風通しのよいにんじんが大好きです。10月より社会福祉士として、たかまつ地域包括支援センターで働いています。日々変化する地域ですが、皆様からいろいろなお声をいただきながら、この地域で安心して生活できるように努めてまいります。どうぞよろしくお願ひいたします。



## ごちゃカフェひなまつり ~みんなでちらし寿司を作ろう~

「ごちゃカフェ」は、子どもから大人までどなたでも気軽に集まれる場所です。今回はちらし寿司と一緒に作って食べましょう。



日 時:3月3日(火)16:00~18:00

場 所:にんじん立川 地域交流スペース(高松町2-27-27TBK高松第1ビル1階)

定 員:15名(先着順)

参加費:未就学児無料、高校生以下100円、大人300円

申込み:右記二次元コード、または電話 ☎042-522-1537

社会福祉法人にんじんの会 にんじん立川



### ■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@ninin.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