

上砂町
一番町
西砂町

まちねっと

第60号
(2026年2月発行)徒歩や自転車で
気軽に出来られる
地域の情報を
お届け♪

社会福祉法人の地域貢献活動「フードドライブ」実施します

立川市社会福祉法人地域貢献活動推進ネットワーク(ふくしネットたちかわ)は市内の社会福祉法人によるネットワークです。

上砂町、一番町、西砂町内の社会福祉法人(8法人19施設)が協力して、昨年2月17日から2月21日の間、フードドライブに取り組みました。フードドライブとは、家庭で余った食品などを必要としている人や団体に届ける「寄付」活動です。施設利用者や地域の方からご寄付をいただき、100キロを超える食品が集まりました。食品は、この地域の子ども食堂や地域食堂を行っている団体に寄付しました。受け取った団体からは「本当に助かる」「また取り組んでほしい」というお声をいただきました。家の中で“もったいない”ままになってしまうものが、地域を支える力になります。寄付していただいたみなさま、本当にありがとうございました。

今年もフードドライブを行うので、ご協力をお願いします。ご寄付をお受けする施設と食品の種類などについては、右の二次元コードからご確認をお願いします。

受付期間：2月16日(月)～20日(金)

※時間は施設により異なります

地域の団体と
仕分けをして、
食品を活用
しました⇒

たちかわまちねっとweb
お知らせ情報から
詳細が確認できます
詳しくはこちら⇒



全部型地域福祉アンテナショップ「にこにこサロン」活動中！

閑静な団地の一角にある、ちょっとぴり“隠れ家”的な佇まいの居場所、「にこにこサロン」。広いフロアを活かしてテーブル卓球やボッチャ、体操など、屋内スポーツを楽しむこともできます！

他にもさまざまな機会がありますので、右記二次元コードより情報をご覧いただき、お気軽にご参加ください♪

<主なイベント>

- *わくわくフリーデイ …第1・2(水)10:00～12:00
- *クリーン大作戦&お茶会 …第3(水)10:00～14:00
- *かみすな包括出張所 …第1・3(木)10:00～15:00
- …他、実行委員会、傾聴の会、押し花アート、体操など



にこにこサロン
イベントカレンダー
詳しくはこちら⇒



※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。上砂町・一番町・西砂町に配置され「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。

参加してみませんか？

*支えあいサロン「ルピナス西砂」

健康維持を目標に会員相互の親睦も兼ねて、体操とおしゃべり会をしています。見学からでも構いません。気軽にリフレッシュしてみませんか。

日 時：第1・第3(月) 13:30～15:00

場 所：西砂学習館(西砂町6-12-10)

参加費：1,000円/月

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)

*外国人のための日本語教室

立川国際友好協会では、外国人や外国出身の方のための日本語教室を開講しています。受講者に日本語を教えるボランティア講師を募集します。希望される方は、直接会場へお越しください。

日 時：毎週土曜日 19:00～20:30

場 所：西砂学習館(西砂町6-12-10)

対 象：どなたでも(資格やスキルは問いません)

問合せ：立川市市民協働課 多文化共生係 ☎528-4315

*外国ルーツの子ども向け日本語教室「つばさ」

ボランティア説明会

たちかわ多文化共生センターは現在、市内2か所で外国ルーツの子ども向け日本語教室「つばさ」を開催しています。4月より新たに上砂町で「つばさ西教室」を開講します。この教室の講師及び運営に関わるボランティア説明会を開催します。無料の研修がありますので、外国語が話せなくても、子どもが大好きな方なら大歓迎です。活動頻度、時間帯は無理のない範囲で構いません。

日 時：2月17日(火) 13:30～14:30

場 所：上砂会館(上砂町1-13-1)

対 象：高校生以上



申込み：2月16日までに下記二次元コード、

または電話かメールでお申込みください

たちかわ多文化共生センター

☎527-0310

✉tmc@poppy.ocn.ne.jp



*一番町傾聴クラブ

「傾聴」は相手に耳を傾け、相手の気持ちに寄り添い「聴く」ことです。「誰かに話を聴いてもらいたい」。そう思うことはありますか？そんな方はお気軽にご参加ください。

日 時：毎月第2木曜日 13:30～15:00

場 所：にこにこサロン(1面)

参加費：無料

<仲間も募集中！>

「傾聴」をともに学びながら、無理なく楽しく、心を支えるボランティア活動と一緒にしませんか？

定例会：毎月第1火曜日 13:30～15:00

場 所：西砂学習館(西砂町6-12-10)

訪問先：高齢者施設など

会 費：1,000円/年

問合せ：前記2つとも、

一番町傾聴クラブ 向田さん

☎080-3085-0585



みんなで食べよう！子ども食堂、地域食堂情報

*レインボー子ども食堂

日 時：2月8日(日) 3月15日(日)
11:00～13:00

場 所：西砂学習館(西砂町6-12-10)

参加費：幼児無料 小中学生100円

高校生以上300円

申込み：右の二次元コードから、
公式LINEよりお申込ください



*子ども未来団

日 時：2月16日(月) 17:00～20:00

場 所：西砂学習館(西砂町6-12-10)

参加費：300円

申込み：右の二次元コードから、
公式LINEよりお申込ください



*西砂幸せ食堂

日 時：3月7日(土) 12:00～13:00

場 所：西砂学習館(西砂町6-12-10)

参加費：無料

問合せ：☎090-7193-1637 笹谷さん

詳細は、右の二次元コードから
たちかわまちねっとweb、イベント
情報より確認できます！⇒



かみすな相談センター・にしづな相談センターより

①協働型地域福祉アンテナショップ「大空カフェ」

身近な地域の居場所として毎月第3(水)に開催しています。そらの会やボッチャなど、テーマ型の居場所も開催しています。お気軽にご参加ください。

日 時：2月18日水） 14:00～15:30

場 所：レエンデ敬愛(上砂町2-4-12)

内 容：知つて安心、終活とお金のこと

講 師：燐リーガル事務所 鈴木 敏起氏

定 員：18名(先着申込順)

参加費：無料

※毎月、広報たちかわ25号掲載後に受付開始

②そらの会

家族を介護している方、認知症当事者の方、介護に関心のある方など、誰もが集える交流の場です。

日 時：2月25日(水) 14:00～15:30

参加費：無料

場 所：レエンデ敬愛(上砂町2-4-12)

申込み：不要、直接会場へ

①②申込み・問合せ：かみすな福祉相談センター ☎537-7799 FAX:536-7182

③協働型地域福祉アンテナショップ「にしづなカフェ」

毎月第2(土)に、介護予防教室「にしづなカフェ」を開催しています。歌の会や健康体操、エンディングノートの書き方など、身体を動かしたり頭を使ったりとさまざまな講座を開催しています。交流の場、課題解決の場としてご参加をお待ちしています。

日 時：2月14日(土) 10:30～12:00

講 師：ピアノ/Yuka Morishita

場 所：西砂第3学童保育所2階(西砂町5-47-27)

バスバリトン/Toshimasa Arai チェロ/Rie

内 容：音楽で奏でる愛のひとときクラシックコンサート 参加費：無料

③申込み・問合せ：にしづな福祉相談センター ☎531-5550 FAX:531-3451

『ある日親が倒れたら？』 ～親も自分も守る現役世代の終活講座～

“突然起くる介護”的問題にあわててしまわないよう備えませんか？介護離職のことや介護が必要になったときの公的制度・民間保険のことなど、生命保険会社の専門講師が、不安を安心に変えるヒントをお伝えします。

日 時：2月11日(水・祝) 14:00～15:30

場 所：西砂学習館 第1教室(西砂町6-12-10)

講 師：プルデンシャル生命保険(株)

馬渡 和哉氏、檜枝 賢護氏

定 員：20名(先着申込順)

参加費：無料

申込み・問合せ：かみすな地域包括支援センター
(4面)

※講師は【かみすな地域包括支援センター職員】に変更となりました。

はたらく わ

Vol.26

今回は、一番町に開院した医療機関の先生方をご紹介します。

所 属：ほしの脳神経・整形外科・

在宅クリニック立川(一番町4-17-7)

名 前：星野 達哉 院長(脳神経外科 ↓中央)

星野 真由美 副院長(訪問診療科 ↓写真右)

堀田 真喜子 医師(整形外科 ↓写真左)



ひと言：2025年11月に開院しました。地域の皆様に安心して診察を受けて頂けるよう、スタッフ一同努力してまいります。

こんにちは、かみすな地域包括支援センターです！

★ 2月のセンター便り ★

“認知症になっても、そうでない人も、 ともに暮らせるまち・たちかわ”へ アートとパネル展@かみすな



去る11月1日、地域の介護事業所ご利用者によるアート作品の展示会が開催されました。

数々の趣向を凝らした作品に来場者からは感嘆の声も！作品制作に関わったご利用者は、次の制作の励みになったと喜ばれていました。

小学4年生認知症サポーター養成講座

立川市では、認知症になっても暮らしやすい立川をめざして、市内小学校の4年生に「認知症サポーター養成講座」を開催しています。地域で暮らす認知症の方をともに見守っていきましょう！



【開所日変更のお知らせ】

令和7年4月から、地域包括支援センター・福祉相談センターは**土曜日が閉所**となりました。
営業は月曜日～金曜日の9:00～17:00となります(土・日・祝日は休み)
来所相談される際は、事前に予約いただけすると幸いです。メール相談もご利用ください。

～発行・連絡先～

立川市社会福祉協議会

うちかねざき あさみ

地域福祉コーディネーター 内金崎・浅見

TEL:042-534-9501

FAX:042-534-9502

メール:dai6chiku@sweet.ocn.ne.jp



かみすな地域包括支援センター

TEL:042-536-9910

FAX:042-536-9953

メール:h-kamisuna@ba.wakwak.com

【所在地】〒190-0032 立川市上砂町5-76-4 砂川園内

～協力～

かみすな福祉相談センター

〒190-0032 立川市上砂町1-13-1 上砂地域福祉サービスセンター内

にしづな福祉相談センター

〒190-0034 立川市西砂町5-5-5 西砂ホーム内



※地域包括支援センター／地域の高齢者の総合相談窓口。市内には6箇所あります。
上砂町、一番町、西砂町の担当が「立川市北部西かみすな地域包括支援センター」です。