

☆☆ 2026年度 たあふく主催市民講座のお知らせ ☆☆

～ 地域で安心した生活をおくるために ～ 「地域の精神科クリニックについて」

内容 ①報告「地域活動支援センターたあふくについて」
②講座「地域の精神科クリニックについて」

日時 2026年10月22日（木）14:00～16:00

講師 にしの木クリニック ソーシャルワーカー 木村 朋子氏
ディケアソーシャルワーカー 海上 美帆氏

詳細・申し込み方法等は、同封のチラシにてご確認ください ＊詳しくは 職員 まで



8月のプログラム 活動報告

8月19日（水）はぴふら

頻発している地震や台風などの自然災害の話、不安になるような話が連鎖反応のように次から次へ出続けている中、「明るい話しょ!!」とのひと声でグイッと方向転換成功。お祭り屋台の楽しい思い出を語り合いました。が、最後にたどり着いた話題はお化け屋敷・夏ですね～（汗）



8月8日（土・午前）・22日（土・午後）カラオケ

カラオケは月に2回、午前回と午後回があります。8月はどちらの回も新規の方が参加してくださいました。午後回は2名でしたが、なんとそれぞれ9曲ずつ歌い、「大満足」との声をいただきました。たあふくのカラオケでは新しい歌から懐かしい歌まで選曲も様々です。リフレッシュする機会として、皆さんぜひいらしてください。

8月 実習生について

毎年、立川社協では夏から秋にかけて実習生を受け入れており、たあふくでも計6名の大学生が実習を行いました。実習生からは「優しく話しかけてくれた」「共通の話題で話せた」等の声があがりました。また、急遽「みんプロ」が開催され、ピンポン玉を使ったこけし（右写真⇒）を作成しました。未来の福祉を担う学生たちにとって、とても勉強になる時間となりました。面談や交流スペースでご協力いただいた皆様ありがとうございました。



ねん がつごう
2026年10月号

つうしん
たあふく通信
ちいきかつどうしえん
(地域活動支援センター)

ねん がつ にちほっごう
2026年9月16日発行
だい ごう
第100号



皆さま。右上方の数字に気づかれましてか？百！100号ですう～！！。生まれたてのおが小学生になる長い年月の間、毎号を楽しみにしているというたくさんのお声に励まされながら、楽しく発行し続けてまいりました。たあふく通信の第1号は、「職員自己紹介」「パンケーキを作ろう」「体操のお誘い」が紙面を飾っています。その1号の構成を元として、たあふくからのお知らせや、職員交代制の書きたい放題（頭をギュギュっとひねりながら書いているので、どうか暖かい心で読んでください）の1面。2面3面は次月のプログラム案内。4面は、前月の活動報告という構成を 実直 に貫いてまいりました。いつも同じような構成なので、年度代わりに変更しようかなと思ったことも何度かありましたが、その都度、継続は力なり、同じ構成は安心感がある。ちょっとずつ変えている所もあるので全く同じってわけでもない！？と超ポジティブシンキングで100通を届けさせていただきました（笑）

変化しないこと、変化していないように見えることが美点なのかそうでないのかはわかりませんが、皆さまに楽しく読んでもらいたい、たあふくに来てもらいたいという気持ちを込めつつ発行してまいりますので、これからもご愛読頂ければ嬉しいです。末筆になりましたが、これまでに原稿を寄せてくださった方々、ご意見を伝えてくださった方々へ深く感謝を申し上げます。

暦上 は秋の気配を感じられる頃になりますので、季節の変わり目を心身ともに気をつけて過ごしてまいりましょう。

野口



ようこそおねがいます ☆☆ 登録のお願い ☆☆

4月から2026年度の登録を開始しております
まだ登録されていない方は、10月中の登録をよろしくお願いいたします
登録料：500円 ＊詳しくは 職員 までお問い合わせください



たちかわししゃいふくしきょうぎかい ちいきかつどうしえん
立川市社会福祉協議会 地域活動支援センター たあふく

〒190-0013 東京都立川市富士見町2-36-47（総合福祉センター内）
TEL: 042 (503) 9109 FAX: 042 (548) 1724
ホームページ：https://www.tachikawa-shakyo.or.jp/business-guide/chiikikatsudou/
メール：chikatsu@tachikawa-shakyo.jp
開所日時： 火曜日～土曜日（9:00～18:00）
※祝祭日はお休みです。

2026年10月 日程表

日	月	火	水	木	金	土
9/27 やすみ (休)	9/28 やすみ (休)	9/29	9/30	1 SST	2	3
4 やすみ (休)	5 やすみ (休)	6	7	8 お掃除 カフェ	9 カラオケ	10
11 やすみ (休)	12 やすみ (休)	13	14	15 健康体操 市民講座	16	17 卓球
18 やすみ (休)	19 やすみ (休)	20	21	22	23	24 カラオケ
25 やすみ (休)	26 やすみ (休)	27	28 はぴふら	29	30	31

注) *交流スペースにてプログラムを開催している時間帯は、参加者以外は利用できません(お掃除カフェ)
*12時~13時30分(お試し期間中)はランチ時間です。飲食している方がいらっしゃいます

*10月のプログラム申し込みについて

開始: 9月24日(木)から
締切: 原則開催日の前日まで

*水分補給用の飲料を持参してください

毎月2回カラオケを楽しんでいます

第2土曜日・9:30~11:00

第4土曜日・15:30~17:00

*予約不要ですが、事前の連絡をいただけ

るとありがたいです

プログラム案内



10月1日(木) SST

皆で協力して有意義な時間にしよう

時間 14:00~16:00

活動場所 第1活動室

定員 7名程度

10月9日(金) お掃除カフェ

お掃除後の楽しい時間もお一緒に

時間 13:15~14:15

活動場所 交流スペース

定員 無し

10月17日(土) 卓球

大いに楽しもう

時間 13:30~15:00

活動場所 第1活動室

定員 6名程度

*13:15準備開始

10月22日(木) 健康体操

気楽に楽しく身体を動かそう

時間 14:00~15:30

活動場所 第2活動室

定員 5名程度

10月28日(水)

はぴふら(ハッピーフラワーの会)

あれもこれも...いっぱい話そう

時間 14:00~15:30

活動場所 和室

定員 7名程度

《たあふく主催 市民講座》

日にち 10月22日(木)

内容

- ①「たあふくについて」
- ②「地域の精神科クリニックについて」

時間 14:00~16:00

開催場所 視聴覚室

定員 30名程度

*詳しくは同封のチラシをご確認ください

*大勢の方の参加をお待ちしています

*プログラムは、諸般の状況により中止させていただく場合がございます