

わかまち  
たちかわ

市民活動センターたちかわ



# 情報掲示板

～立川のまちづくりイベントやボランティア情報等を掲載しています～

2018-9Vol.3



市民活動センターたちかわはボランティアやNPO、地域活動など、立川のまちづくりに参加したい市民をサポートする窓口です。情報掲示板では主に市内公共施設、福祉関係施設、および市民活動センター登録団体を対象にイベント告知、ボランティア情報を発信します。みなさまからのご意見・掲載情報をお待ちしています。詳しくは電話またはメールにてご連絡ください。

## イベント・講習・講座のご案内

### ■『立川の産院からうまれる 母と子の小さな幸福をつくる』をテーマに「楽しい」「体験」「学び」を盛り込んだイベント

新たな命と女性のライフスタイルに、優しく温かく寄り添ってきた井上レディースクリニックを舞台に立川市を中心に活動する子育て団体Dear MotherとNPO法人マザーシップが共催で行う地域密着型ファミリーイベントです。ハンドメイド、フード販売やワークショップなど子どもから大人までが楽しめるプログラムで日頃育児に頑張るママ・パパや地元医療従事者、地元企業や商店などのさまざまな方々が地域で繋がっていく場を作りながら、「子育てに優しい地域社会」「女性が生き生きと活躍する地域社会」を目指すことを目的としています。

日時：平成30年9月9日(日) 10:00～15:00

場所：井上レディースクリニック(立川市富士見町1-26-9)

参加費：無料

共催：子育てリンクコミュニティDear Mother・NPO法人マザーシップ



### ■立川断酒新生会 第19回アルコール勉強会のご案内

酒を断ち未来に向かおう仲間と共に！一般市民の方でアルコール問題に関心のある方、アルコール問題でお悩みのご本人やご家族の方々など、多数の参加をお待ちしております。お誘い合わせの上、お気軽にご参加ください。

日時：平成30年9月16日(日) 13:00～16:00

場所：たましんRISURUホール 5階第1会議室(立川市錦町3-3-20)

内容：アルコール依存症ってなに？

講師：株式会社 彩人材教育 代表取締役 直江 文子氏

参加費：無料

定員：先着80名

申込み：不要。当日時間までにお越しください。TEL: 090-9006-7857(清水さん)



## イベント・講習・講座のご案内

### ■市民の為の楽しい音楽講座

「古今東西の名曲と昔から親しまれている唱歌童謡ジャズ等」音楽に込められた心と時代背景を解説。飛び入り演奏歓迎！歌コーラスの参加可(事前予約)。乳幼児入場可。受講生の質問にお応えします。

日時：平成30年9月22日(土)

開場18:00 開演18:30 終演20:20

場所：柴崎学習館B1ホール(JR立川駅南口)  
(立川市柴崎町2-15-8)

講師・演奏：渡部調匡cl、井本文昭pf、照沼良美vl  
参加費：入場無料 但し資料代500円(初回の方のみ)  
定員：60名

申込み：セフティーライフ(渡部さん)

TEL:090-3535-7487(ショートメール可)

E-mail:music-house-cho@ezweb.ne.jp

### ■9月は東京都自殺対策強化月間 お電話ください

「いのちの山彦電話」は「東京都共催事業」として、9月の「東京都自殺防止月間」は、通常の月～金に加え、土日祝も下記の時間帯で電話をお受けします。心身の悩みを抱えている方、対人関係等、閉じ込めている思いをどうぞお聴かせください。

日時：平成30年9月1日(土)～30日(日)

月～木 12:00～20:00

金 12:00～22:00

土日祝 12:00～20:00

連絡先：TEL:03-3842-5311

HP:<https://inochi-no-yamabiko-jimdo.com>

### ■アート展示会 さくらんぼ保育園

さくらんぼ保育園が、地域支援の1つとして活動してきた、臨床美術『だれでもアート』と当園の2歳児対象の『芸術保育』が8年目を迎えます。これを機に展示会を開きます。

《写真展示会》

日時：平成30年9月29日(土)～10月6日(土)  
10:00～

場所：上砂図書館(立川市上砂町1-13-1)

《作品展示会》

日時：平成30年9月30日(日) 10:00～15:00

場所：上砂会館 2階(立川市上砂町1-13-1)

問合せ：さくらんぼ保育園

TEL:042-537-9440

E-mail:[hot-sakuranbo@tuba.ocn.ne.jp](mailto:hot-sakuranbo@tuba.ocn.ne.jp)

### ■～至誠合同バザー～

ご寄贈品のご協力をお願いします。新品各種(衣類・タオル・石鹸などの日用雑貨類・食品・文房具など)をお届けください。当日は、模擬店やレストラン・イベント・バザー品の販売をします。

日時：平成30年10月13日(土) 10:00～14:00

場所：至誠ホーム敷地内にて  
(立川市錦町6-28-15)

申込み：至誠ホーム(小島さん)

TEL:042-527-0031

### ■「フィジカルトレーニング講座」

スポーツトレーニングに興味のある方対象の講座。中高生及び保護者も可。様式は、立川市体育協会ホームページよりダウンロードしてください。※団体に所属している方は、団体ごとに申込みをお願いします。

日時：平成30年9月30日(日)  
19:00～(開場18:30～)

場所：たましんRISURUホール大ホール  
(立川市錦町3-3-20)

講師：中野ジェームズ修一氏

参加費：無料

定員：1200名

詳細：立川市体育協会ホームページ

申込み：FAX:042-534-1483

問合せ：立川市体育協会事務局(浅子さん)

TEL&FAX:042-534-1483

E-mail:[bz821830@bz04.plala.or.jp](mailto:bz821830@bz04.plala.or.jp)



### ■第12回歯ミカッフ

#### 参加者・参加施設募集

障害者施設または障害のある方の歯と口の健康のための取り組みや工夫、努力を募集します。表彰内容は施設賞・個人賞等多数あります。※歯ミカッフとは・・・障害のある方の歯と口の健康づくりを応援する表彰・発表のイベントです。地域の歯科医師会の支援により、ボランティアが運営しています。

日時：平成30年11月15日(木) 13:30～15:00

場所：泉市民体育館(立川市泉町786-11)

参加費：無料 定員：200名

申込み：9月14日(金)までに応募用紙に記入し、FAXまたは郵送で。

※応募用紙は、保健所HPからダウンロード可。FAX:042-528-2777

郵送先：〒190-0021 立川市羽衣町2-63 多摩立川保健所

問合せ：電話、FAX等で。歯ミカッフ実行委員会事務局

(多摩立川保健所企画調整課保健医療担当)まで。TEL:042-524-5171



## イベント・講習・講座のご案内

### ■みんなの展示場

#### 中村洋久絵画館からのお知らせ

- ①第11回スケッチ大賞展 受賞作品・応募全作品展示  
9月1日(土)～30日(日)の金土日祝 10:00～16:00
- ②生涯学習 月1,000円の教室  
・新絵手紙教室 毎月第2木曜 13:30～  
・デジカメ教室 毎月第4土曜 10:00～
- ③生涯学習 月2回で2,000円の教室  
水彩画、野外中心にデッサンから着色まで指導。  
・火曜スケッチ教室第2、第3火曜 10:00～24色指導  
・土曜スケッチ教室第2、第3土曜 10:00～12色指導
- ②③ともに入会金なし。初心者歓迎。丁寧指導。  
申込み・問合せ：①②③ともに  
みんなの展示場中村洋久絵画館  
(立川市柴崎町2-21-17)  
TEL&FAX:042-524-4702(中村さん)  
E-mail:h-naka77@zat.att.ne.jp

### ■思春期の子どもたちの心

#### ～小・中・高校の

#### スクールカウンセラーの現場から～

思春期は第2次性徴の出現によって引き起こされる生物学的な側面であり、身体は大人へと急速に近づいていきます。しかし、心は子どもと大人の狭間で不安定になりやすい時期です。そうした子どもたちの心の特徴を踏まえ、学校内で子どもや保護者の相談に乗っているのがスクールカウンセラーです。今回は、スクールカウンセラーの山本佳奈さんに今の子どもたちの心の特徴についてお話を伺います。

日 時：平成30年10月14日(日) 13:00～15:00

場 所：子ども未来センター 地下多目的室  
(立川市錦町3-2-26)

講 師：山本 佳奈氏  
(東京都公立学校スクールカウンセラー)

対 象：このテーマに関心のある方

定 員：先着30名(定員になり次第締切)

参加費：500円(当日会場でお支払いください)

申込み：9月1日から受付。講座名、氏名、連絡先を明記の上FAXかメールで申込み。

FAX:042-531-5927

(チャイルドラインたちかわ)

E-mail:cl.tachikawa@gmail.com

※いただいた個人情報はこの講座に伴う連絡以外には使用いたしません。



### ■「体操と料理のランチサロン」

#### はるかフェ 参加者募集

体幹を鍛える体操、介護予防の為の機能改善体操や有酸素運動・ストレッチを行いつつ、管理栄養士監修のもと“体調を整える”をテーマに季節の美味しい料理を作ります。料理をしない方も大歓迎です。9月23日のテーマは「食物繊維たっぷりキノコ」、10月21日は「秋の味覚を楽しもう」、11月11日は「秋野菜大根まるごと活用術」、12月9日は「お楽しみ～♪」の予定です。

また、健康・栄養・介護の相談会も開催中です。

日 時：平成30年9月23日、10月21日、11月11日  
12月9日(いずれも日曜10:30～13:00)

場 所：やわらぎホーム・西立川  
(立川市富士見町2-31-23)

講 師：体操 廣岡 直美氏  
(高齢者体力づくり支援士)  
料理 本間 真理子氏  
(管理栄養士・健康運動指導士・  
食コンディショニングアドバイザー)



持ち物：上履き、エプロン、三角巾、御手拭

参加費：1回500円(食材料費)

定 員：15名

申込み：TEL:042-526-2207(寺脇さん・本間さん・  
廣岡さん)見学だけでも歓迎。  
お気軽にお問合せください。

### ■「私の遺産はどこへ!？」

#### ～これで安心!マイライフ～

「天涯孤独の私の場合は?」「寄付はどこへ?」

「夫が亡くなったらこの家はどうなるの?」

「相続税法はどう変わるの?」

家族の形が多様化している現在、相続にもいろいろな形があります。また、相続に関する法律も大きく変わりつつあります。いざ、相続となったときに「こんなはずじゃなかった!」ということにならないよう、一緒に学びましょう!

日 時：平成30年10月27日(土) 13:30～16:00

場 所：立川市総合福祉センター 2階視聴覚室  
(立川市富士見町2-36-47)

講 師：燦リーガル司法書士行政書士事務所  
代表 鈴木 敏起氏

参加費：無料

定 員：40名(申込み順)

申込み：NPO法人三多摩市民後見を考える会  
(川杉さん)

※前日までに電話かFAXで。

TEL&FAX:042-531-0624

携帯:090-7832-6506

## イベント・講習・講座のご案内

### ■歯医者さんの上手なかかり方

「治療期間はどれくらいになるか?」「保険診療と自費診療では何が違うのか?」等、歯科治療について不安や疑問を感じることはありませんか。今回、多摩立川保健所では、前厚生労働省医政局歯科保健課長で、現在東京歯科大学歯科医療管理学教授の鳥山先生をお招きし、歯科の上手なかかり方、歯・口腔と全身の健康等の具体的なお話をしていただきます。ぜひご参加ください!

日時:平成30年10月3日(水)

場所:東京都多摩立川保健所 2階講堂  
(立川市羽衣町2-63)

講師:東京歯科大学歯科医療管理学  
教授 鳥山 佳則氏

参加費:無料 定員:80名

申込み:平成30年9月26日(水)までに、  
氏名(フリガナ)、性別、年代、住所(市の  
み)、電話番号を記載し、多摩立川保健所  
保健医療担当までFAXで。

FAX:042-528-2777



### ■至誠キートスホーム

#### ボランティア養成講座

ボランティア活動に関心のある方や活動を始めようかと思われている方、どなたでも参加できます。人の役に立ちながら、自身のふれあいの場や生き甲斐の場を見つけてみませんか。ここキートスホームでは、色々なボランティア活動があります。例えば、散歩クラブ・縫物クラブ・園芸・歌の会の手伝い・珈琲クラブ・書道等々、ご自分に合った活動をゆっくり探していきましょう。11月7日講義・14日車いす体験、食事介助の説明・21日認知症サポーター養成講座・28日活動紹介。

日時:11月毎週水曜 10:00~12:00  
(希望日のみも可)

場所:至誠キートスホーム(立川市幸町4-14-1)

講師:在宅ホスピスケアボランティアさくら  
代表 岡田 美佐子氏

参加費:無料 定員:30名程度

申込み:TEL:042-538-2323(川井さん)

## ひと・モノ・募集

### ■健康づくりサポーター募集

運動習慣と仲間作りを目的にした、地域の体操グループの指導をしてくださる方を募集しています。体操に興味があり身体を動かすことが好きで下記の資格に該当する方であればどなたでも応募できます。

応募資格:・介護職員初任者研修修了者(ホームヘルパー2級以上)・体育系大学の卒業生  
・運動指導歴2年以上の方  
・作業療法士、准看護師、看護師、  
運動支援士、栄養士等の有資格者

募集:随時募集

申込み:ケア・センターやわらぎ  
(廣岡さん、本間さん)

E-mail: honbu-1@yawaragi.or.jp

※メールの件名に「サポーター募集について」と明記ください。

TEL:042-526-2217 FAX:042-526-2208

### ■「ドナルド・マクドナルド・ハウス ふちゅう」ボランティア募集!

「ドナルド・マクドナルド・ハウス ふちゅう」は都立小児総合医療センターの敷地内にあり、病気で入院・通院する子どもと付添家族が利用できる滞在施設です。運営は、個人や企業からの寄付と地域のボランティアによって支えられています。一緒に活動していただけるボランティアを募集します。敷地内見学とボランティア活動の説明会を開催します。活動内容は施設内清掃、受付事務、夜間宿直等。対象は15歳以上の健康な方(中学生不可)。

日時:9月9日(日) ①10:00~②14:00~  
9月11日(火) ①10:00~②14:00~  
③18:00~(各回約1時間)

場所:都立小児総合医療センター宿舎棟1階  
(東京都府中市武蔵台2-9-2)

参加費:無料 定員:各回12名

申込み:TEL:042-300-4181 (9:00~18:00)

E-mail:dmh.fuchu@diary.ocn.ne.jp

(向井さん、佐藤さん)

### ■立川手話こぶしの会メンバー募集!

立川手話こぶしの会は、聞こえない人と聞こえる人がともに活動する手話サークルです。会員交流と、手話技術の向上を目的とし、地域社会に対しての理解を広めていけたらと願っています。

日時:毎週水曜 10:00~12:00

場所:高松学習館(行事等により変更の場合あり)  
(立川市高松町3-22-5)

参加費:年会費 1,200円

申込み:立川手話こぶしの会

TEL&FAX:042-521-5687(小澤さん)

### ◆編集・発行◆

社会福祉法人 立川市社会福祉協議会

市民活動センターたちかわ

〒190-0013 立川市富士見町2-36-47

☎ 042-529-8323 / Fax:042-529-8714

✉ shimin@tachiKawa-shakyo.jp