



まちねっと

2024年10月発行
第37号



地域福祉アンテナショップ

誰もが気軽にふらっと立ち寄れる、身近な地域の居場所です。地域の施設や企業・団体等の空きスペースを活用し、住民が主体となって運営しています。

スマイルキッチン

住民同士の交流や地域活動の拠点としてだれでも立ち寄ることができるコミュニティスペースです。

*月曜日・水曜日・金曜日・第1土曜日
10時～16時（祝・祭日を除く）

住 所：幸町5-64

問合せ：地域福祉コーディネーター（4面）

イベント

はじめての手話

「聴覚障害当事者の方と手話で話してみたい」「手話を学んでみたいけど始め方が分からない」方、大歓迎です。

日 時：11月2日(土) 10時～11時半

場 所：スマイルキッチン

定 員：30名

参加費：無料

申込み：二次元コードもしくは
地域福祉コーディネーター（4面）



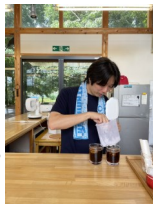
募集

スマイルファミリーを募集します

日々の地域福祉アンテナショップの運営を支えるボランティアです。

活動内容：来場者とのコミュニケーションや
コーヒー淹れなど

時 間：10時～16時の中に入れる時間
（事前調整）



健康カフェSanki

サンキ薬局幸町店の一角にあります。薬剤師や栄養士に健康相談・栄養相談ができます。

*月曜日から金曜日 9時～18時

*土曜日 9時～17時半

住 所：幸町3-2-3

問合せ：042-538-0222



イベント

栄養相談会

10月18日(金)・11月15日(金) 10時～15時

スマホ教室

12月に3日間開催予定です。

詳細はホームページ、Instagram、Xにてお知らせします。

健康相談会&クリスマスコンサート

どなたでもご参加いただけます。

日 時：12月26日(木) 16時～17時

場 所：健康カフェSanki

（サンキ薬局幸町店内に併設）

内 容：第1部 かかりつけ薬局について
第2部 カンテレ&ヴァイオリン
～クリスマスコンサート～
演奏者

渡邊真理子さん（カンテレ）

井伊桃子さん（ヴァイオリン）

定 員：10名(要予約)

参加費：無料

申込み：042-538-0222



「耳マーク」を知っていますか？

聞こえが不自由なことを表すと同時に、聞こえない人・聞こえにくい人への配慮を表すマークです。紙などによる筆談や、スマートフォンを使った「メモ」もしくは「音声翻訳」のアプリ等の活用をお願いします。



左記の二次元コードから、「障害者に関するマーク」をみることができます。



イベント・参加者募集のご案内

支え合いサロン参加者募集

「支えあいサロン」は孤立防止を目的に、ご近所で集まって交流する場です。体操・おしゃべり・ものづくりなど市内には様々な活動をするサロンがあります。「どんなサロンがあるか知りたい」「サロン活動に参加したい」方は地域福祉コーディネーターにご相談ください。

ポンポントリム

だれでも楽しく無理なくできるトリム体操をしませんか？

日時：毎週金曜日

①13時半～14時半

②14時45分～15時45分

参加時間は選択できます。

場所：こぶし会館(幸町5-83-1)

参加費：入会金500円、1,500円/月

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)



さざなみ

一緒に立川健康体操をしませんか？

日時：第1・2・3木曜日 10時～11時半

場所：こんぴら橋会館(砂川町3-26-1)

参加費：無料

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)

G-yoga

体の不調をヨガで軽くする体験をしてみませんか？

何歳でも、体が硬くても参加できます。

日時：毎週火曜日 10時～11時

場所：幸学習館(幸町2-1-3)

参加費：1,000円/回

問合せ：ミヤセさん 080-6710-4507



歌声スマイル

合唱曲をピアノ伴奏に合わせて歌います。歌がお好きな方はどなたでもご参加いただけます。

日時：毎月第2金曜日 10時半～12時

場所：地域福祉アンテナショップ
スマイルキッチン(幸町5-64)

参加費：無料

問合せ：地域福祉コーディネーター(4面)



出張！児童館

幸児童館が1日限定でスマイルキッチンに出張します。

日時：10月4日(金) 14時半～16時半

場所：地域福祉アンテナショップ
スマイルキッチン(幸町5-64)

参加費：無料

「ハロウィンおばけやしき」

ちょっぴり怖いおばけやしきです。みんなでハロウィンを楽しみましょう！

日時：10月30日(水) 14時半～16時半

場所：幸児童館(幸町2-19-1)

対象者：小学生～高校生の年代

参加費：無料

問合せ：幸児童館 042-537-0358



よいとこ祭り

こぶし通り商店街のお祭りです。野菜販売や飲食の出店、市民団体のステージ発表もあります。

日時：11月3日(日) 10時～14時

場所：幸五公園(幸町5-74-5)

問合せ：サカモトさん 042-536-1841



▶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。砂川町・柏町・幸町・泉町に配置され「誰もがふつうにくらせるしあわせなまち立川」を目指して活動しています。

社協HP Youtube facebook まちねっと 5地区

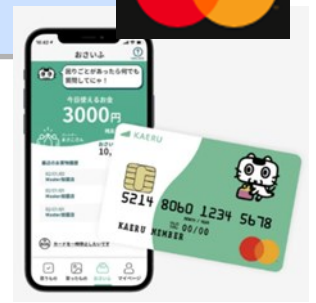


こんにちは「さいわい包括」です

Mastercard®

KAERU（かえる）カード

～使いすぎ防止機能&見守り機能付きプリペイドカード～



現在、国や東京都では「デジタル・トランスフォーメーション（DX）」を推進しています。「DX」とは、デジタル化により社会や生活の形・スタイルが変わることです。今回は立川市で新たな金銭管理として活用を検討している、便利で助かる機能が付いた「KAERUカード」をご紹介します。

日常生活における買い物と金銭管理をデジタル化し、キャッシュレスで買い物ができる「KAERUカード」は、あらかじめカードにお金を入金して使うプリペイドカードです。全国のMastercardが使えるお店で利用できます。

チャージ方法は①指定の銀行口座へ振り込む、②月1回口座から指定金額を自動入金する、という2つの方法があります。②の場合、年金の入る口座から自動入金するように設定すると、毎月1回カードに自動的に入金されるため、年金が入るたびに銀行へ行き現金を下ろしてくる必要がありません。また、一日のカード残高の上限金額を設定する事ができるため、使いすぎを防止する事が出来ます（月の上限10万円）。例えば、一日のカード上限残高を1,000円にして、300円を使うと、翌日に300円が自動入金されます。

カードの申し込みはアプリで行うため、スマートフォンが必要です。アプリでは入金の管理や買い物履歴の確認、買い物時の即時通知、紛失時の一時停止操作などができ、カードを再発行した場合もチャージ済みのお金は継続して利用できます。

例えば、アプリ操作と金銭管理をご家族や友人等が行いながら、ご家族がカードで買い物をすることができます。買い物履歴や買い物の即時通知で生活状況の見守りも行えます。

また、ヘルパーが買い物代行している場合、ヘルパーに現金を渡すのではなく、KAERUカードを渡せば、お釣りの確認は不要になります。

<認知症セミナー> 認知症のこと、もっと知ってみませんか？

「認知症になっても、心豊かに暮らせるためのヒント」

私たちより「ひと足」お先に認知症になられた方、認知症のご家族を一番近いところで支えてこられた介護者の方のお話を聞いてみましょう。

きっと、認知症になっても、心豊かに暮らせるヒントが見つかるはずです。

日 時：2024年10月23日(水) 13時半～16時
場 所：女性総合センター・アイム ホール（曙町2-36-2）
定 員：180名
申込み：右記二次元コードから



ご参加ください

幸町をまわるスタンプラリー



地域福祉アンテナショップなどのチェックポイントに、消しゴムハンコを設置しています。全てが揃うと素敵なハガキになります。

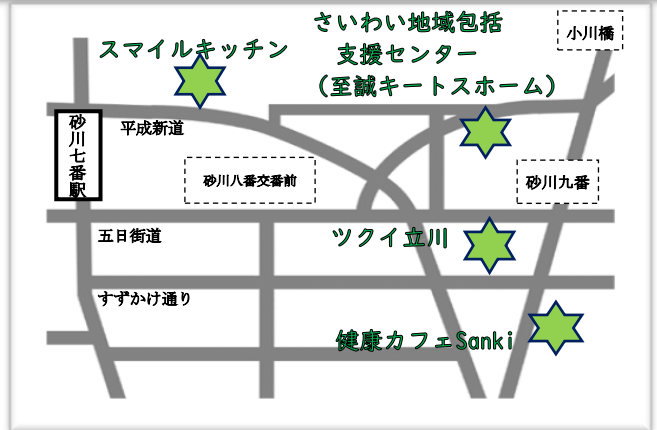
日時：月・水・金曜日 10時～16時

参加費：無料

申込み：不要

※各チェックポイントで、スタートの時に台紙ハガキをお渡しします。

問合せ：地域包括支援センターまたは
地域福祉コーディネーター（下記）



チェックポイント

- ・スマイルキッチン（幸町5-64）
 - ・さいわい地域包括支援センター（幸町4-14-1）
 - ・ツクイ立川（幸町3-27-3）
 - ・健康カフェSanki（幸町3-2-3）
- 副賞として🍀印の場所で使える景品もあります。

こはらの薬箱

こはる薬局は、2024年1月に若葉町から幸町に移転した薬局です。

日ごろ病院や薬局ではなかなか聞けない「お薬の疑問」や「健康相談」などについて、薬剤師とお話が出来ます。お気軽にお立ち寄りください。（可能な方はお薬手帳など、ご持参ください）

日時：11月1日（金）13時～15時

場所：地域福祉アンテナショップ
スマイルキッチン（幸町5-64）

参加費：無料

問合せ：さいわい地域包括支援センター（下記）

認知症サポーター講座

認知症サポーターとは、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする人のことです。

認知症に対する正しい知識と理解を学び、誰もが暮らしやすい地域をつくりましょう。

日時：10月26日（土）9時～10時半

対象：市内在住・在勤の方

場所：至誠キートスホーム

参加費：無料

申込み・問合せ：

さいわい地域包括支援センター（下記）



▶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。砂川町・柏町・幸町・泉町の担当が「立川市北部中さいわい地域包括支援センター」です。



〈発行・連絡先〉

▶立川市社会福祉協議会

地域福祉コーディネーター 前田素子・柴寄日和

電話 042-534-9616

FAX 042-534-9617

E-mail dai5chiku@sweet.ocn.ne.jp

※地域包括支援センター内に席を置いて活動しています。

▶立川市北部中さいわい地域包括支援センター

立川市幸町4-14-1（至誠キートスホーム内）

電話 042-538-2339

FAX 042-538-1302