

さあ！あなたも参加しましょう！ 講座・イベント一覧！

2026 秋 vol.77

きらり たちかわ

講座ガイド

2026年9月～2027年1月

KIRARI TACHIKAWA



たちかわ市民交流大学



たちかわ市民交流大学

講座のご案内 9月～1月開講分

「たちかわ市民交流大学」は、「生涯学習からはじまるまちづくり」をめざし、市民と行政が協力して生涯学習を進めるしくみの名称です。

- * 講座の詳細は申込先へお問い合わせください。 * 申込は、特に記載のないものは直接お問い合わせください。
- * 広報たちかわ掲載号変更に伴い、受付開始日が変わる場合があります。
- * 市民の方が対象ですが、市外の方も受講できる講座もあります。お問い合わせください。

目次

- P2-16.....講座のご案内など
P17-18.....きらり★かわら版
P19.....講演会 生誕百三十年
「雨ニモマケズ」の心を今に
～実弟・清六の家族が語る
宮沢賢治～
P20.....市民推進委員・サポーター
募集説明会
☆第20回たちかわ市民講
師フェア☆
P21-23.....♪ 音楽の街・立川 ♪
～音楽を愛し、市民に愛さ
れてきた楽団～
P24.....11月・12月のコンサート案内

アイコン説明



「たちかわ☆きらきらカード」対象の市民企画講座です。シールを25枚集めると、対象講座の受講料1回分のパスポートをプレゼント。
(企画・運営) 市民推進委員会



「立川市民科」講座です。

立川市民科って?

立川のまちを知り、まちと関わる探究的学習をとおして「よりよい社会」に向けまちづくりを担う市民の輪を広げることを目的とした立川市独自の講座等の取組が「立川市民科」です。
(※小学校と中学校の子ども達は、授業の中で「立川市民科」の学びに取組んでいます。)



運動



健康



屋外



工作・芸



料理



IT



音楽



有料



シニア



親子



子ども



※申込・定員制、1歳～学齢前。

保育あり

【おことわり】

各種感染症や、定員に大きく満たない場合など、状況により講座が中止・延期等となる可能性があります。市ホームページのほか、各講座欄に掲載されている問合せ先に直接ご確認をお願いします。講座当日は、体調の良くない場合や不安がおりの方は参加をお控えください。

9月の講座

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・(申)問	定員	内容
 日本の絹文化を知ろう！レトロ可愛いシルクの世界 ①恋する秩父銘仙～乙女心を打ちぬいた昭和モダン～ 矢野 倫代さん (るりばら銘仙代表) ②染め糸で織る小鳥のブローチ 秩父銘仙ななおり会の皆さん ③選んでつくる銘仙三徳袋 石坂 奈緒美さん (着物リメイク職人)	9/26(土) ①10:00～12:00 ②14:00～16:00 10/10(土) ③10:00～12:00	①②幸学習館 ③女性総合センター	8/25 8:30～ 電話または電子申請 幸学習館 ☎042(534)3076	①30人 ②20人 ③10人	日本の伝統文化である絹文化。その中で今なお生き続ける秩父銘仙の世界を紹介します。銘仙の糸や布を使ってその文化に触れてみてください。 ①どなたでも ②小学4年生以上 ③16歳以上 ④材料代 ②500円 ③1,000円

10月の講座

10月
October

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
  ベビーマッサージ ～私のお産と育児・赤ちゃんとの生活を語り合おう～ 河 房子さん (助産師)	10/2・9(金) 10:15～11:30 全2回	西砂学習館	8/25 8:30～ 電子申請で ☎ 西砂学習館 ☎042(531)0431	6組	ベビーマッサージをしながらお産について振り返り、ママ同士で赤ちゃんのことを語り合います。 (費) 各回100円(オイル代) (特) バスタオル (※) 3ヶ月からははいはいするまでの乳児と母親
   いろんなお仕事のぞい ちゃおう！栄養士編 渡辺 純子さん (西東京調理師専門学校教頭)	10/4(日) 10:00～12:00	高松学習館	8/25 8:30～ 電子申請で ☎ 高松学習館 ☎042(527)0014	12人	社会を支えるさまざまな仕事のお話を聞いたり体験をするシリーズ講座。今回はスポーツ栄養士と調理師の観点から子ども達の適切な身体作りに必要な食事について学び、調理実習(きゅうりを使ったデザート作り)をします。 (※) 小学3年生～中学生 (費) 500円 (特) エプロン、手拭き、バンダナ(三角巾)
 地域再発見・地域を学ぼう！ 立川基地と横田基地～基地の拡張と西砂川地域の変遷～ 豊泉 喜一さん (立川民俗の会会長)	10/4(日) 14:00～16:00	西砂学習館	9/11 8:30～ 電子申請で ☎ 西砂学習館 ☎042(531)0431	50人	昭和30年立川飛行場5万坪の拡張計画通告があり、町を挙げて反対運動が始まりましたが、同時に横田基地も25万坪の拡張計画が発表されました。横田基地の拡張反対運動は起きませんでした。その理由は？
  健康ささえ隊全大会・講座「骨・カルシウムセミナー」 雪印メグミルク(株)食育担当	10/5(月) 10:00～12:00	子育て支援・保健センター	9/10 8:30～ 電話または電子申請 健康推進課地域支援係 ☎042(523)2111 内線4029	15人	私たちの身体を支えている「骨」は、あらゆる年代においてQOLに直結する部位であり、特に高齢世代にとっては健康寿命に大きく影響します。その「骨」について、カルシウム等の栄養素や健康維持のポイントを学び、日々の生活に生かしていく講座です。講座前に、健康ささえ隊の宣伝・活動報告の時間があります。たちかわ健康ポイント対象事業。
  簡単リンパヨガとセルフ ケアで健康と若返りを目指しましょう 田所 良美さん (ヨガインストラクター)	①10/6・13・20(火) 9:45～10:45 全3回 ②10/6・13・20(火) 11:00～12:00 全3回 ③10/30、11/6・13(金) 9:45～10:45 全3回 ④10/30、11/6・13(金) 11:00～12:00 全3回	①②曙福祉会館 ③④一番福祉会館	9/10 8:30～ 電話で ①②曙福祉会館 ☎042(529)8567 ③④一番福祉会館 ☎042(531)2945 ☎ 柴崎福祉会館 ☎042(523)4012 ※①～④のうちの一つを選択して申し込み	各10人	椅子に座って誰でも簡単にできるリンパヨガで健康と美容を目指していく全3回の講座です。毎回セルフケア(マッサージ)も組み合わせて一人ひとり丁寧に指導させて頂きながら、無理なくリンパヨガを学ぶことができます。 (※) 60歳以上の市民 (特) タオルまたはハンカチ
  健康ささえ隊 ひまわり 組企画「やさしいヨガ」 内田 真珠さん (ヨガインストラクター)	10/6(火)・9(金) 10:00～12:00 全2回	子育て支援・保健センター	9/10 8:30～ 電話または電子申請 健康推進課地域支援係 ☎042(523)2111 内線4029	10人	「元気になる！体の痛みを取りましょう、リラックス」をテーマに、初めての人でも参加しやすいヨガを、インストラクター指導のもと実施します。たちかわ健康ポイント対象事業。



講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申込	定員	内容
 根川と多摩川の自然観察 池村 国弘さん (緑花文化士)	10/7(水) 9:30～12:30頃 (小雨実施)	柴崎市民体育館 (集合) たまがわ・みらいパーク付近 (解散) (約5km)	9/15 8:30～ 電子申請で ☎ 歴史民俗資料館 ☎042(525)0860	15人	根川緑道と多摩川の河川を散策し、野草の草花などを観察します。 (☑) 市内在住・在勤の18歳以上の方 (時) 歩きやすい服装、雨具、帽子、飲み物、カメラ、ルーペ
女性と企業のトークカフェ in 立川	10/9(金) 13:00～16:00	ホテルエミシア 東京立川	9/1 電話またはホームページで 東京しごとセンター 多摩 女性しごと応援テラス多摩 ☎042(529)9003	15人 (☺) 保育あり	企業と気軽に話せる交流会と、相手に安心感を与える話し方のワンポイントセミナーをセットで開催。受講には東京しごとセンター多摩の利用登録が必要です。 (☑) 就職活動中または、働くことに興味がある女性 (共催) 男女平等推進課
 講演会「南武線再発見」 三村 章さん (昭島市教育委員会近代史調査員)	10/10(土) 14:00～16:00	柴崎福祉会館	9/10 8:30～ 電話で 柴崎福祉会館 ☎042(523)4012	20人	何かと話題になる中央線と比較するとやや影の薄い南武線。意外な歴史と魅力を持つ南武線を改めて見つめ直します。座学形式での開催になります。 (☑) 60歳以上の市民
未来の自分がラクになる働き方のヒント：暮らしに合わせたキャリアづくり 豊原 哲彦さん 山崎 竜治さん (日本FP協会所属 CFP)	10/10(土) 14:00～16:10	女性総合センター	9/10 9:00～ 電話または電子申請 ☎ 男女平等推進課 ☎042(528)6801	20人 (☺) 保育あり	①人生のライフリスクと、これからの働き方を考える ②スキマ時間から始める多様な働き方 (企画・運営) えふぴーたちかわ
 親子でハロウィンスイーツ！パティシエさんと一緒に作ろう！ 島田 佳絵さん (パティシエ)	10/11(日) 13:00～16:00	柴崎学習館	9/10 8:30～ 電子申請で ☎ 柴崎学習館 ☎042(524)2773	10組	パティシエさんと一緒にハロウィンスイーツを親子で楽しく作ります。立川産の食材を使います。 (☑) 小学3年生～6年生と保護者 (費) 材料代 一人500円 (時) エプロン、三角巾(バンダナ)、マスク、手拭きタオル、飲み物
 健康ささえ隊 さくら組 企画「コグニサイズ講座」 メガロス	10/13(火) 10:00～12:00	子育て支援・保健センター	9/10 8:30～ 電話または電子申請 健康推進課地域支援係 ☎042(523)2111 内線4029	10人	コグニサイズとは認知症予防のプログラムのことで、脳と体の同時運動を行います。本講座では、インストラクター指導の下、自宅でもできる簡単なプログラムを実施します。たちかわ健康ポイント対象事業。
私が描(えが)く 未来(これから) 蜂須賀 裕子さん (フリーライター)	10/13、11/17、 12/15(火) 13:30～15:30 全3回	女性総合センター	9/10 9:00～ 電話で 男女平等推進課 ☎042(528)6801	18人 (応募多数の場合は抽選) (☺) 保育あり	自分自身や周囲にあったこと、未来のことを文章で描きます。 (☑) 女性 (企画・運営) チームいま好き
地域活性化講座 お子さんのやる気に悩む親御さんへ～3つの“気”を子どもと一緒に育てよう～ 小沢 崇さん (個別指導塾塾長)	10/15(木) 19:00～20:30	砂川学習館	9/10 8:30～ 電子申請で ☎ 砂川学習館 ☎042(535)5959	15人	「最近、子どものやる気が感じられない...」「勉強について、どう声かけたらいいの?」そんな悩みをもつ中学生・高校生の保護者の皆さんへ。塾長として多くの子ども達を指導してきた講師が、子どものやる気を引き出す関わり方や、家庭で実践できる声かけのポイントを分かりやすくお伝えします。子どもの可能性を伸ばすヒントを、一緒に学んでみませんか。

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
   「いつも」を「もしも」に！ ～“備えない備え”暮らしに寄り添うパッキング～ 飯田 和子さん (栄養士)	10/16・23(金) 10:00～12:00 全2回	子育て支援・保健センター	9/25 8:30～ 電話または電子申請 健康推進課 ☎042(527)3272	16人	災害時にも「食べること」は欠かせません。“いつも”も“もしも”も実践できるバッククッキングを体験します。たちかわ健康ポイント対象事業。 ④ 18～64歳の市民。食事制限のない方。 ⑤ 500円
 休日医学講座 名医に学ぶ！健診数値を改善する生活習慣のススメ～行動を変えればカラダも変わる！～ 宮崎 滋さん (医師)	10/17(土) 10:00～11:30	女性総合センター	9/10 8:30～ 電話または電子申請 健康推進課 ☎042(527)3272	40人	生活習慣病のリスクを理解し、自分自身の生活習慣を振り返ります。たちかわ健康ポイント対象事業。 ④ 立川市民
  健康ささえ隊 はなみずき組企画「みためキレイな歩き方と姿勢チェック」 シンコースポーツ	10/19(月) 10:00～12:00	子育て支援・保健センター	9/10 8:30～ 電話または電子申請 健康推進課地域支援係 ☎042(523)2111 内線4029	10人	自分の歩き方・姿勢を見直し、きれいな歩き方・姿勢を目指します。たちかわ健康ポイント対象事業。
生活支援サポーター養成研修 介護人材育成アドバイザー	10/20(火)・22(木) 9:00～16:00 全2回	立川市役所	9/7 8:30～ 電話で 高齢政策課 介護予防推進係 ☎042(523)2111 内線1471・1472	30人	介護福祉士などの資格を持っていないでも、高齢者の自宅の掃除、洗濯、調理、買い物などの仕事に従事する生活支援サポーターを養成します。2日間の研修を受けた後介護保険事業所等に登録し、事業所で研修を受けて就労します。 ④ 生活支援サポーターとして活動する意向がある18歳以上の方
   パソコン講座 「Word入門」 生涯学習市民リーダーの皆さん	10/20(火)・21(水)・23(金) 10:00～12:00 全3回	柴崎学習館	9/10 8:30～ 電子申請で  ④ 生涯学習推進センター ☎042(528)6872	10人	文章の編集、表の作成、ページの設定、イラストの挿入などを学びます。 ④ 文字入力ができる方 ⑤ 受講料・資料代2,000円 ⑥ パソコン(Office2016以降)
    生活習慣病予防教室 健活8～わたしにちょう どいい健康を見つめる8日間～ 岡部 貴代さん (管理栄養士) 井村 和美さん (運動指導者)	10/22・29 11/12・19 12/3・17 1/14、2/4(木) 9:30～11:30 全8回	子育て支援・保健センター	9/10 8:30～ 電話または電子申請 健康推進課 ☎042(527)3272	16人	測定記録から自分の身体を「見える化」し、それぞれのお悩み解決に向けて、ともに取り組む体験型の教室です。10/17の休日医学講座と合わせての受講がおすすめです。たちかわ健康ポイント対象事業。 ④ 10/22時点で30～64歳の市民で、食事制限、運動制限のない方。 ⑤ 500円
  自分と家族のための健康体操講座 角田 文子さん (介護予防運動指導員)	10/23(金) 13:30～15:30	女性総合センター	9/10 9:00～ 電話または電子申請 男女平等推進課 ☎042(528)6801	25人	大切な人と豊かな時間を長く過ごすためフレイル予防や筋力アップを目指しましょう。 ④ 企画・運営 立川介護「しゃべり場」
防災講座 今から知っておきたい防災と避難所のリアル 正谷 絵美さん 法政大学兼任講師(災害支援論)	10/24(土) 10:00～12:00	女性総合センター	9/25 9:00～ 電子申請で ④ 男女平等推進課 ☎042(528)6801	35人  保育あり	避難所のリアルな現実を知ることが明日を生き抜く備えになります。今からできる実践的な防災対策を、災害支援活動を行う専門家が解説します。



講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申込	定員	内容
 みんなの講座「草木染め体験—五倍子(フシ)で染める日本手拭い」 片江 安巳さん (生涯学習市民リーダー)	10/24(土) 13:30～15:30	幸学習館	9/10 8:30～ 電話または電子申請  生涯学習推進センター ☎042(528)6872	15人	江戸時代から使われている、ヌルデの木にできる虫こぶである五倍子で染色し、色止めの媒染作業による発色によってさまざまな色の日本手拭いの染色を体験します。 (費) 1,700円(受講料500円・材料代1,200円) (特) ゴム手袋、手拭き、作品持ち帰り用ビニール袋、エプロン
 ラジオ体操・みんなの体操指導者講習会 田村 恵美さん 家根本 織永さん (NPO法人全国ラジオ体操連盟 指導委員)	10/25(日) 9:30～11:30	泉市民体育館	9/10 8:30～ ～10/9まで 電話または電子申請 健康推進課 ☎042(527)3272	50人	正しいラジオ体操・みんなの体操の実技指導を行います。これから指導者を目指す方、ラジオ体操の上達を目指す方におすすめの講習会です。受講した方は、全国ラジオ体操連盟公認のラジオ体操指導員の資格の申請ができます。たちかわ健康ポイント対象事業。 (対) 18歳以上の市内在住・在勤・在学中、医師から運動を制限されていない方。 (費) 認定料2,000円(希望者のみ)
 野の花と外来種の自然観察会～玉川上水・秋編～ 池村 国弘さん (緑化文化士)	①10/25(日) 9:30～12:30 自然観察会 ②11/22(日) 10:00～12:00 講義 全2回	①西砂学習館 (集合) 武蔵砂川駅 (解散) (約4km) ②西砂学習館	9/25 8:30～ 電子申請で ☎ 西砂学習館 ☎042(531)0431	20人	玉川上水周辺を散策し、自然観察会を行います。また、地元に咲く野の花と外来種等についてのお話を聞きます。※天候により、1回目と2回目の日程を入れ替えることがあります。 (特) ①歩きやすい服装、雨具、帽子、飲み物、カメラ(スマートフォン可)、ルーペ(あれば)
 今、子どもの言語能力・思考力が危ない 子どもも大人もスマホ脳 大谷 良光さん (子どものネットリスク教育研究会代表)	10/26(月) 14:00～16:00	女性総合センター	9/25 8:30～ 電子申請で  ☎ 生涯学習推進センター ☎042(528)6872	40人	キーボード操作に慣れたら簡単な漢字も書けなくなった。こんな体験はありませんか？スマホやネット依存が子ども期から始まったら脳への影響はどうなるのか、脳科学から学び、活用の仕方やデジタルデトックスを考えましょう。
 もっと知ろう立川の野菜～女性生産者に聞く 試食つき 浅見 恵子さん	10/28(水) 13:30～15:30	女性総合センター	9/25 9:00～ 電話または電子申請 くらし相談課 ☎042(528)6801	23人  保育あり	立川市内の女性生産者のお話を聞き、講師の畑で採れた野菜を試食し、地産地消を考えます。 (費) 材料代300円
 ご存じですか？裁判・裁判所について 岡野 和弘さん (弁護士)	①10/30、②11/13 (金) 14:00～16:00 全2回	①女性総合センター ②東京地方裁判所立川支部	9/25 8:30～ 電子申請で  ☎ 生涯学習推進センター ☎042(528)6872	20人	裁判とは？裁判所ってどんな所？裁判・裁判所等について学ぶ講座です。2回目は裁判所の見学をします。
 地域活性化講座 ハロウィンクッキング教室 こいけ けいこさん (料理家)	10/31(土) 10:00～12:00	砂川学習館	9/10 8:30～ 電子申請で ☎ 砂川学習館 ☎042(535)5959	15人	ハロウィンにぴったりの料理にチャレンジ！講師は家庭科の先生で料理家のこいけ先生。楽しみながら料理の基本や食の大切さを学べる講座です。 (対) 小学3年生以上の子ども

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
江戸学講演会「古文書で読み解く江戸の鷹狩」～立川周辺は尾張藩の鷹場だった～ 山崎 久登さん (徳川林政史研究所特任研究員)	10/31(土) 13:00～16:00 全1回	女性総合センター	10/1 9:00～10/15 図書館ホームページの申込フォームで受付 ☎ 中央図書館 042(528)6800	50人	徳川林政史研究所特任研究員が、当時の古文書・古地図・絵図をもとに、鷹狩、幕府と尾張藩の二重支配、鷹場の負担や役得を分かり易く解説します。

11月の講座

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
 市内文化財散歩「立川の古村を歩く」  白川 重敏さん (立川市文化財保護審議会会長)	11/1(日) 9:00～13:00頃 (小雨実施)	JR立川駅南口 (集合) 立川公園 (解散) (約6km)	10/15 8:30～ 電子申請で ☎ 歴史民俗資料館 042(525)0860	15人	諏訪神社、普濟寺、満願寺跡などの由緒ある史跡を講師とともに散策します。 (※) 小学生以上の都民(小学生は保護者同伴) (※) 歩きやすい服装、雨具、帽子、飲み物、カメラ
 みんなの講座「はじめてのオペラと名曲を歌って楽しむ音楽講座」  荒井 俊匡さん(生涯学習市民リーダー)とチェロ奏者とピアニストによる音楽ユニット「こいねこ」の皆さん	11/1(日) 13:30～15:00	錦学習館	9/25 8:30～ 電話または電子申請  ☎ 生涯学習推進センター 042(528)6872	100人	オペラや世界の名曲を、チェロ・ピアノ・声楽の生演奏と解説で楽しく体験。はじめての方も気軽に楽しめる参加型講座です。 (費) 600円(受講料ほか・予定)
 みんなの講座「やさしい気功教室(気功太極拳)」   新原 英子さん (生涯学習市民リーダー)	11/6(金) 10:00～11:30	女性総合センター	9/25 8:30～ 電話または電子申請  ☎ 生涯学習推進センター 042(528)6872	10人	見かけは気功ストレッチの感じですが、太極拳などの武術の要素も含み、有酸素運動でひねりのある動きによって、ハリ、ツボ押しの効果が期待されます。 (費) 500円(受講料のみ) (※) 上履き、運動のできる服装(更衣室あり)、水筒
早寝早起き朝ごはんで整える子どもの生活リズム 清水 明さん (「早寝早起き朝ごはん」全国協議会)	11/6(金) 10:00～12:00	砂川学習館	10/10 8:30～ 電子申請で ☎ 砂川学習館 042(535)5959	20人  保育あり	子どもの健やかな成長に欠かせない「早寝・早起き・朝ごはん」の大切さや、今日から家庭で実践できる生活リズムの整え方を分かりやすくお話しします。
 極地研サイエンスカフェ「北極観測のリアルを伝える“みらい”と“おしよる丸”に乗ってー」 毛利 亮子さん (国立極地研究所北極観測センター特任助教)	11/6(金) 15:00～16:30	女性総合センター	9/25 8:30～ 電子申請で  ☎ 生涯学習推進センター 042(528)6872	会場 40人 オンライン 10人	地球温暖化の影響が最も顕著に現れている北極。広報担当として参加した「みらい」と「おしよる丸」による二つの北極航海を比較し、北極の環境・船上での研究や生活・日本の気候とのつながりについて、様々な映像や北極海の海氷をお見せしながら紹介します。国立極地研究所との協働講座。
 自転車に乗れない小学生のための自転車教室  日本サイクルスポーツセンター職員	11/7(土) 9:00～16:00	立川競輪場	9/25 電子メールで jigyou@city.tachikawa.lg.jp ☎ 事業課 042(524)1121	20人	自転車の乗り方や安全な操縦方法を学ぶ講座です。日本競輪選手会東京支部の選手を交え、楽しく自転車に乗ることを目指します。 (※) 市内及び近隣に在住・在学で自転車に乗れない小学生 (費) 保険料50円 詳しくは広報たちかわ9/25号をご覧ください。



講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申込	定員	内容
  遊びながら運動能力アップ! 岸田 勇太さん (スポーツトレーナー) 金城 祐也さん (スポーツトレーナー)	11/7(土)、12/13(日) 10:00～11:30 各1回(どちらか1回でも参加可)	高松学習館	10/10 8:30～ 電子申請 ☎高松学習館 ☎042(527)0014	各回 15人	身体を動かして効率よく体力と運動神経を向上させるエクササイズを体験します。子ども達が遊び感覚で楽しみながら体力増進、運動神経向上につなげます。 ☑小学生(小学1・2年生は保護者同伴)保護者も見学可 ☑飲み物、汗拭きタオル
   【暮らしを彩る緑と花】 香り楽しむクリスマススワッグ作り 手塚 みづほさん (生涯学習市民リーダー)	11/7(土) 13:30～15:30	女性総合センター	9/25 8:30～ 電子申請で  ☎生涯学習推進センター ☎042(528)6872	8人	ユーカリなどの香草を使ってスワッグと呼ばれる壁飾りを作ります。クリスマスまでの長い期間楽しめます。 ☑2,000円(受講料500円+材料費1,500円)
もし、家族が認知症になっても～仕事と両立する方法～ 川内 潤さん (NPO法人となりのかいご代表理事)	11/7(土) 14:00～16:00	砂川学習館	10/10 8:30～ 電子申請で ☎砂川学習館 ☎042(535)5959	40人	「家族が認知症になったら?」「自分が認知症になったら?」そんな不安を感じたことはありませんか? 認知症になっても、これまでの暮らしや家族との関係をすべて変える必要はありません。認知症を必要以上に恐れず、家族だけで抱え込まないために、今から知っておきたい心構えと具体的な方法を、介護の専門家が事例を交えてお話しします。
  たちかわ体感まち歩き「羽衣町界隈を歩く」 三村 章さん (昭島市教育委員会近代史調査員)	11/7(土) 14:00～16:00	たましん RISURUホール (集合) 西国立駅 (解散)	10/13 8:30～ 電話で 柴崎福祉会館 ☎042(523)4012	15人	二本の古道を縦軸に南武線東立川駅跡、立川空襲被災地、立川最初の住宅開発地「多摩荘」、暗渠となった緑川などを巡ります。健脚向きの講座になります。 ☑60歳以上の市民 ☑歩きやすい服装
  暮らしを照らす小さな光、初めてのステンドグラスワークショップ 多持 さやかさん (ステンドグラス作家)	11/7・14(土) 14:00～16:00 全2回	柴崎学習館	10/10 8:30～ 電子申請で ☎柴崎学習館 ☎042(524)2773	10名	ステンドグラスのランプを作ります。初めての方でも素敵な作品が作れます。 ☑一般 ☑材料代3,000円 ☑エプロン、軍手
 仕事と家庭の両立を目指す方のためのパソコン講習(初級)	11/9(月)～13(金) 9:45～12:30 全5回	マザーズ ハローワーク 立川	10/14・15・16のみ マザーズハローワーク立川のホームページから マザーズハローワーク立川 ☎042(529)7465	10人 (抽選)  保育あり 3カ月～ 学齢前	再就職に役立つパソコン操作の基礎を学びます。 ☑マザーズハローワーク立川で就活希望の方。 ☑市男女平等推進課
  健康ささえ隊 ひまわり組企画「ゆったりヨガ」 内田 真珠さん (ヨガインストラクター)	11/11(水)・13(金) 10:00～12:00 全2回	子育て支援・保健センター	10/10 8:30～ 電話または電子申請 健康推進課地域支援係 ☎042(523)2111 内線4029	10人	「体柔らかく、転倒予防体操」をテーマに、初めての人でも参加しやすいヨガを、インストラクター指導の下実施します。たちかわ健康ポイント対象事業。
 平和人権講座「浅川地下壕へ行こう!～歩いて感じる歴史と平和～」 中田 均さん (浅川地下壕を保存する会)	11/14(土) 8:30～13:00	現地	9/25 8:30～ 電子申請で ☎幸学習館 ☎042(534)3076	20人	高尾駅から遺跡を歩いて巡り、戦争を考えます。 ☑11/14時点で小学生～75歳まで(小学生は、保護者同伴) ☑資料代500円(現地までの交通費は実費) ☑飲み物、帽子、長靴、懐中電灯

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申請	定員	内容
 自然体験教室 大妻女子大学環境教育学ゼミナールの皆さん	11/14(土) 10:00～12:00 (雨天中止)	立川公園 ガニガラ広場	10/9 9:00～ 電子申請で ☎ 環境政策課 ☎042(528)4341	30人	大妻女子大学の学生さんと一緒に自然を学びます。自然体験が少ない子どもたちに自然と触れ合える機会を提供し、感性を磨き、自然との一体感を感じることを目的としています。 ☎ 5歳～小学4年生(小学2年生以下は保護者同伴)
 立川フリーマーケット村 立川市消費者団体連絡会	11/14(土) 10:00～14:00 (雨天中止)	立川北口 サンサンロード	9/25 9:00～ 電子申請で ☎ 暮らし相談課 ☎042(528)6801	40店舗 (申込順)	フリーマーケット村の出店者を募集します。営利を目的とする出店はできません。 ☎ 立川市在住、在勤、在学の個人および団体でアマチュアの方に限ります。商品はリサイクル品及びそれに準じるものに限りします。 ☎ 1,000円(当日徴収)
 ゆるっとトーク 考えておきたい介護のこと 豊かな高齢期のために 佐藤 典子さん (高齢者アクティビティ・プロデューサー) こいけ けいこさん (料理家)	11/14・28(土) 14:00～16:00 全2回	砂川学習館	10/10 8:30～ 電子申請で  ☎ 砂川学習館 ☎042(535)5959	16人	誰もが経験する親などの介護。介護する人、される人にとって大切なことやいろいろな介護のかたちを学びます。体験や悩み、不安も出し合います。ケアをしながらも自分らしくどう生きていきたいかを考えましょう。
福祉会館ダンス発表会 東京女子体育大学・東京女子体育短期大学ダンス部のみなさん	11/15(日) 13:30～15:30	柴崎福祉会館	10/26 8:30～ 電話で 柴崎福祉会館 ☎042(523)4012	10人	東京女子体育大学・東京女子体育短期大学ダンス部のみなさんが、華麗なダンスを披露します。地域の老人クラブとの協働開催になります。 年齢制限は、ありません。
 地域再発見・地域を学ぼう！ 西砂川地域の新田開発～かつて平澤新田があった～ 豊泉 喜一さん (立川民俗の会会長)	11/15(日) 14:00～16:00	西砂学習館	9/11 8:30～ 電子申請で ☎ 西砂学習館 ☎042(531)0431	50人	殿ヶ谷・中里・宮沢の三地区は、享保年間砂川とは別に新田開発された地域です。かつてはこの地域に平澤新田もありました。今回は西砂三新田の変遷と歴史を学びます。
 企画展開連講演会「日野橋とその周辺」 小坂 克信さん (立川市文化財保護審議会副会長)	11/15(日) 14:00～16:00	女性総合センター	10/10 8:30～ 電子申請で ☎ 歴史民俗資料館 ☎042(525)0860	50人	完成当時、日野橋は最新の鉄の橋でした。日野橋を中心に、周辺の多摩川の水害や堤防、砂利採掘などの歴史について学びます。 ☎ 小学生以上の都民の方(小学生は保護者同伴)
女性応援ジョブフェア in 立川	11/18(水) 第1部 10:00～12:45 第2部 13:30～16:15 各1回	ホテルエミシア 東京立川	10/15 電話またはホームページで 東京しごとセンター多摩 女性しごと応援テラス多摩 ☎042(529)9003	各30人  保育あり	合同就職面接会・個別就業相談・セミナー・証明写真コーナー。企業10社程度。 ☎ 育児・介護等、家庭と両立しながら就職・転職を目指している女性(共催)市男女平等推進課
 健康ささえ隊 さくら組 企画「もみじウォーキング」Bコース	11/20(金) 10:00～12:00	武蔵砂川駅～ 高松駅	10/10 8:30～ 電話または電子申請 健康推進課地域支援係 ☎042(523)2111 内線4029	10人	武蔵砂川駅をスタートし、高松駅までの約3.8kmを、紅葉を見ながら約1時間程度ウォーキングします。たちかわ健康ポイント対象事業。
 伝わる話し方が人生を変える 藤巻 賢一郎さん (エフエムたちかわ84.4MHz イズムパーソナリティ)	11/20・27(金) 14:00～16:00 全2回	女性総合センター	10/13 8:30～ 電子申請で  ☎ 生涯学習推進センター ☎042(528)6872	25人	取材やインタビュー経験の豊富なプロから、コミュニケーション力アップのコツを学びます。うまく話すことよりも相手を想い、耳を傾け、気持ちが届く「伝わる話し方」を身につけましょう。



講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
 市民交流クッキング とうふで体がよるこぼ簡単料理  岡田 浩子さん (料理研究家)	11/21(土) 10:00～13:00	幸学習館	10/13 8:30～ 電子申請で  ☎ 幸学習館 ☎042(534)3076	16人	豆腐を使った料理をみんなで作り、楽しい食事をします。 ☑ 18歳以上の方 時 エプロン、三角巾、タオル、マスク 費 700円
 立川印市民収穫体験 立川市農研会のみなさん	11/21(土) ①9:00～ ②10:00～ ③11:00～ 各1回	ファーマーズセンター みのーれ立川 北側広場	10/10～10/28 電子申請で ☎ 農業振興課 ☎042(523)2111 内線2650	150組 (抽選)	立川市農研会の指導により野菜の収穫体験をします。 3部制 9時 10時 11時 費 1,000円
 子育て中のパパとママのための健康教室 平井 民子さん (運動指導者) 原田 慈縁さん (管理栄養士)	11/20・27、12/4 (金) 10:00～11:45 全3回	子育て支援・保健センター	10/13 8:30～ 電話または電子申請 健康推進課 ☎042(527)3272	20人 ☺ 保育あり (4か月～就学前)	パパやママが参加できる教室です。自身や家族の健康について一緒に考えてみませんか？たちかわ健康ポイント対象事業。 ☑ 小学生以下の子をもつ市民
 女性デジタルカレッジ事業(入門コース) Word・Excel基礎科	11/23(月・祝)～ 11/27(金) 全5回	女性総合センター	10/12～10/23 ☎ 女性デジタルカレッジ事業(入門コース)事務局(学校法人大原学園内) ☎03(6261)7524	10人 (抽選) ☺ 保育あり 6か月～学齢前	再就職に役立つパソコン操作の基礎(Word・Excel)を学びます。 ☑ 結婚、出産、育児、介護等で離職し、ハローワークで求職登録、または東京しごとセンターで利用登録している方。 (扶養)東京都産業労働局、市男女平等推進課
あつまる、つながる、一歩踏み出す！女性のための初めての起業講座 TOKYO創業ステーション TAMAプランコンサルタント	11/27(金) 13:30～15:30	女性総合センター	10/25 9:00～ 電子申請で ☎ 男女平等推進課 ☎042(528)6801	20人 ☺ 保育あり	起業した事業がうまくいくために必要なことについて学びます。起業アイデアを具体的に検討し、今からできる一歩を見つけてみませんか。 ☑ 女性(起業をお考えの方または起業5年未満の方)
人権映画会「14歳の栞」	11/28(土) 14:00～16:00	砂川学習館	10/27 8:30～ 電子申請で ☎ 砂川学習館 ☎042(535)5959	50人	ある中学校のークラス35人の3学期を見つめた青春リアリティ映画です。思春期の子たちの悩みや葛藤、さまざまな個性を通して、人権や互いを尊重することの大切さについて考えてみませんか。※本映画会は事前申込制です。当日の参加受付はできませんので、あらかじめご了承ください。
 きのうの自分をとびこえる！ 走り高とびチャレンジ  志賀 充さん (東京女子体育大学)	11/29(日) 10:00～11:30	立川公園 陸上競技場	10/25 8:30～ 電子申請で ☎ 幸学習館 ☎042(534)3076	10人	変更の可能性あり。詳細は広報10/25号をご覧ください。
 健康ささえ隊 はなみずき組企画「体組成測定会」 シンコースポーツ	11/30(月) 10:00～12:00	子育て支援・保健センター	10/25 8:30～ 電話または電子申請 健康推進課地域支援係 ☎042(523)2111 内線4029	10人	体組成測定を実施し、自らの身体を振り返り、体組成について知ってもらいます。たちかわ健康ポイント対象事業。

12月の講座

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
東京都共催講座「災害時 いちばんの困りごと トイレどうする？」 島村 允也さん (日本トイレ研究所 研究員)	12/1(火) 13:30～15:00	女性総合センター	10/26 9:00～ 電話または電子申請 くらし相談課 ☎042(528)6801	60人  保育あり	過去の震災事例から、トイレ問題の深刻さや二次被害を知り、今自分たちでできる備えと対策について考えます。 (※) 都内在住在勤在学の方
 立川の野菜を食卓に 食とくらしと環境を考える 会の皆さん	12/2(水) 10:00～12:30	女性総合センター	10/26 9:00～ 電話または電子申請 くらし相談課 ☎042(528)6801	24人  保育あり	立川の旬の冬野菜を使った調理実習をします。 (費) 材料代700円(予定) (特) エプロン、三角巾、手拭き、食器用布巾(2枚程度)、飲み物
ビジネスマナー&メイク セミナー	12/2(水) 10:00～12:30	マザーズ ハローワーク 立川	11/10 マザーズハローワーク立川ホームページから (問) マザーズハローワーク立川 ☎042(529)7465	12人  保育あり 3カ月～ 学齢前	面接時のビジネスマナーや好印象を与えるメイクを学びます。 (※) マザーズハローワーク立川で就活希望の方 (共催) 市男女平等推進課
女性しごと応援キャラバン in 立川	12/3(木) 10:00～12:00	ホテルエミシア 東京立川	11/4 電話またはホームページで 女性しごと応援キャラバン運営事務局 ☎03(4550)0973	100人  保育あり 6カ月～ 学齢前	テーマは「～強みが見つかる&伝わる書類～応募書類の作り方」 受講には東京しごとセンター多摩への登録が必要です(当日会場で登録可) (※) はたらくたい女性 (共催) 市男女平等推進課
 スマホ・AIに振り回されない暮らし ～便利さの先にある落とし穴～ 佐藤 光江さん (公認心理師)	12/3(木) 14:00～16:00	女性総合センター	10/26 8:30～ 電子申請で  (問) 生涯学習推進センター ☎042(528)6872	50人  保育あり	今やスマホやAIは私たちの生活に欠かせないものになっています。正しい使い方を知り、誤った向き合い方に警鐘を鳴らす講座です。
 生誕130年「雨ニモマケズ」の心を今に～実弟・清六の家族が語る宮沢賢治～ 宮沢 和樹さん (林風舎代表取締役)	12/4(金) 14:00～16:00 (開場13:30)	女性総合センター	10/26 8:30～ 電子申請で  (問) 生涯学習推進センター ☎042(528)6872	150人	37年の生涯で出版されたのは2冊のみ。宮沢賢治の多くの作品をつないできた経緯やエピソードなどを、実弟・清六さんのお孫さんと樹さんからお聞きします。詳しくは19ページをご覧ください。
 寒さに負けない身体作り、冬の健康体操 石渡 美恵さん (理学療法士)	12/5・12(土) 10:00～12:00 全2回	女性総合センター	10/26 8:30～ 電子申請で  (問) 生涯学習推進センター ☎042(528)6872	15人	冬に向かって寒くなる前に、身体を温めるストレッチを学びます。 (特) ヨガマットまたはバスタオル、フェイスタオル、飲み物、動きやすい服装(更衣室あり)



講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申込	定員	内容
 市内文化財散歩 「玉川上水流域を歩く」 小坂 克信さん (立川市文化財保護審議会 副会長)	12/6(日) 8:45～12:00頃 (小雨実施)	玉川上水駅南口 (集合) 多摩モノレール 砂川七番駅 (解散) (約6km)	11/10 8:30～ 電子申請で ☎ 歴史民俗資料館 ☎042(525)0860	15人	玉川上水駅から下流の遊歩道に沿って玉川上水関連の文化財をめぐる。玉川上水や砂川分水の歴史に触れてみませんか。 ☑ 小学生以上の市民(小学生は保護者同伴) ☑ 歩きやすい服装、雨具、帽子、飲み物、カメラ
立川市人権学習事業2026 「52ヘルツのクジラたち」上映会	12/6(日) 13:30～	女性総合センター	10/26 8:30～ 電子申請で  ☎ 生涯学習推進センター ☎042(528)6872	150人	人権について学ぶ・考える機会として、虐待やヤングケアラーなどさまざまな事情で心に傷を抱える人々の生きる姿を描く「52ヘルツのクジラたち」を上映します。【音声ガイド・日本語字幕あり】
 極地研サイエンスカフェ 「南極ってどんなところ？ー広報隊員が見た南極観測隊の仕事と生活ー」 池田 未歩さん (国立極地研究所広報室特任専門員)	12/7(月) 15:00～16:30	女性総合センター	11/10 9:00～ 電子申請で  ☎ 生涯学習推進センター ☎042(528)6872	会場 40人 オンライン 10人	日本から約1万4,000km離れた南極・昭和基地に広報隊員として訪れた経験をもとに、夏には100名を超える観測隊員が南極へ赴く理由や仕事の様子などを、現地からの発信では伝えきれなかったエピソードを交えて紹介します。国立極地研究所との協働講座。
 ラフ&タフ体操教室 第3期 シンコーススポーツ講師	12/9・16・23 1/13・20・27 2/3・10・24 3/3・10・17(水) 9:30～11:00 全12回	立川競輪場	10/13 8:30～ ～11/10まで 電子申請または電話 健康推進課 ☎042(527)3272	20人 (応募 多数の 場合は 抽選)	運動が苦手、体力の衰えを感じる方のための教室です。ストレッチやリズム体操で健康づくりを始めましょう。たちかわ健康ポイント対象事業。 ☑ 12/1時点で40～64歳の市民でこれまでの参加が3クールまでの方(初回優先)。医師から運動を制限されていない方。
ファミリー・サポート・センター事業説明会 ファミリー・サポート・センター事務局(市職員)	12/10(木) 10:00～12:00	子育て支援・保健センター	11/10 9:00～ 電話または電子申請 ファミリー・サポート・センター ☎042(528)6873	15組	ファミリー・サポート・センターの仕組みや事業内容について、体験発表などを交えて説明します。
選択できる社会に～朗読で知る女性の立ち位置～ 舘岡 幸子さん (朗読家)	12/11(金) 13:30～15:00	女性総合センター	11/10 9:00～ 電話で 男女平等推進課 ☎042(528)6801	30人 (申込順) ☺ 保育あり	現在、過去の女性の立ち位置、おかれた環境について学び、これからの女性の自主独立などを考えます。 ☑ 企画・運営 チームいま好き
「らしさ」から自由になろう～男らしさ、女らしさ、で傷つけていませんか～ 堀川 修平さん (埼玉大学ダイバーシティ推進センター特別研究員)	12/19(土) 14:00～16:00	砂川学習館	広報でご確認ください。 ☎ 砂川学習館 ☎042(535)5959	30人 ☺ 保育あり	男らしさ、女らしさ、〇〇らしさという固定観念や偏見に傷ついたことはありませんか。だれもが「らしさ」から自由になるために、包括的性教育の視点が役に立ちます。身体づくりのお話だけではなく、知らなかった包括的性教育を通して、自分にもまわりにもやさしくなってみませんか。
 体験学習 「餅つきと鏡餅作り」 豊泉 喜一さん 清原 輝雄さん	12/20(日) 10:00～12:00	歴史民俗資料館	11/25 8:30～ 電子申請で ☎ 歴史民俗資料館 ☎042(525)0860	30人	歳末の伝統行事である「餅つき」と「鏡餅作り」を体験します。 ☑ 小学生以上の市民(小学生は保護者同伴) ☑ 材料代700円 ☑ エプロン、三角巾、手拭タオル

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・ 	定員	内容
 クラシック音楽レクチャーコンサート 「20世紀音楽の100年史」 塚田 花恵さん (国立音楽大学准教授) ほか	12/20(日) 14:00～16:00	女性総合センター	11/10 9:00～ 電子申請で   生涯学習推進センター  042(528)6872	100人	テーマに沿った数々の名曲と解説を聴き、音楽の持っている力・楽しさを味わいます。 ～演奏曲目の一部～ ・ラヴェル：《ラ・ヴァルス》(ピアノ独奏) ・イベール：《ドン・キホーテの歌》より(バリトン、ピアノ) ・メシアン：《ミのための詩》より(ソプラノ、ピアノ) (協力) 国立音楽大学
   (仮題) 親子料理教室(東調理場) (株)立川学校給食サービス	12月下旬ごろ 午前	立川市学校給食東共同調理場	受付日時 未定 申し込みフォーム	10組	東調理場で料理を作って試食します。 (対) 市内在住の小中学生とその保護者 (費) 未定
   (仮題) 親子料理教室(西調理場) (株)立川スクールランチサービス	12月下旬ごろ 午前の部と午後の部	立川市学校給食西共同調理場	受付日時 未定 申し込みフォーム	各10組	西調理場で料理を作って試食したり、自宅に持ち帰ったりします。 (対) 市内在住の小中学生とその保護者 (費) 未定

1月の講座

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・ 	定員	内容
 パソコン講習(Google Workspace版)	1/7(木)・8(金) 9:45～12:45 全2回	マザーズハローワーク立川	12/9・10・11のみ マザーズハローワーク立川ホームページから マザーズハローワーク立川  042(529)7465	10人(抽選)  保育あり 3カ月～学齢前	GmailやGoogleスプレッドシートなど、Googleが提供する各ツールの使用方法を学びます。 (対) マザーズハローワーク立川で就活希望の方。 (共催) 市男女平等推進課
   体験学習「繭玉飾りと七草粥作り」 豊泉 喜一さん 清原 輝雄さん	1/10(日) 10:00～13:00	歴史民俗資料館	12/10 8:30～ 電子申請で  歴史民俗資料館  042(525)0860	20人	小正月の伝統的な行事「繭玉飾り」と「七草粥作り」を体験します。 (対) 小学生以上の市民(小学生は保護者同伴) (費) 材料代500円 (特) エプロン、三角巾、手拭きタオル
(仮)こそだて×たぶんか座談会 ～子育てを楽しもう～	1月上旬～中旬頃 ※広報でご確認ください。	砂川学習館	広報でご確認ください。  砂川学習館  042(535)5959	15～20人  保育あり	日本で子育てをした外国出身ママ、海外で子育てをした日本人ママによる経験談、子育てを楽しむヒントをお話する気軽な座談会です。あなたの子育てのお悩みが軽くなるかも！
子どもに伝わるコミュニケーション～聞く・話すコツ 今井 真理子さん (親業シニアインストラクター他)	1/17(日) 10:00～12:00	錦学習館	11/25 9:00～ 電子申請で  錦学習館  042(527)6743	50人	よりよい親子関係のために、子どもに伝わるコミュニケーション、聞く、話すためのコツを聞きます。 (対) 一般
ファミリー・サポート・センター援助会員養成講習会 小野 良子さん (臨床心理士)ほか	1/18(月)・22(金)・26(火)・28(木) 概ね9:30～16:00 全4回	子育て支援・保健センター	11/10 9:00～ 電話または電子申請 ファミリー・サポート・センター  042(528)6873	15組	ファミリー・サポート・センターの援助会員になるための、子育てに関する講習会です。(臨床心理士らによる講義)



講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
シリーズ発達障がい「見方を変えれば味方になれる～でこぼこっ子との関わり方」 中村 ひとみさん (早期発達支援士)	1/20(水) 10:00～12:00	砂川学習館	12/10 9:00～ 電子申請で ☎ 砂川学習館 ☎042(535)5959	15人	発達に凸凹がある子について考えるシリーズ講座です。ワークを取り入れ、実践しながら話し合いをしたり、理解を深めます。
 誰でも分かる、楽しめるオペラ1時間講座+α30分 木下 周子さん(ソプラノ) 鈴木 香葉さん(ソプラノ) 金屋 琳太郎さん(テノール) 野中 遥己さん(バリトン) 村上 尊志さん(ピアノ)	1/23(土) 14:00～15:30	女性総合センター	12/10 9:00～ 電子申請で  ☎ 生涯学習推進センター ☎042(528)6872	170人	オペラ《ラ・ボエーム》を題材に、19世紀パリを舞台にした若者たちの暮らしや時代背景を紹介しながら、恋や友情、夢、喪失がなぜ今なお多くの人の共感を呼ぶのかをわかりやすく解説し、作品の名場面をハイライトの生演奏でお楽しみいただきます。 (費) 受講料・資料代1,000円 (企画・運営) NPO法人 みんなのオペラ・TACHIKAWA
 農家のお正月と陸稲入り七草粥 がにがら田んぼネットの皆さん 市川 敏夫さん (青少年健全育成錦町地区委員会)	1/24(日) 10:00～12:00	錦学習館	12/15 8:30～ 電子申請で ☎ 高松学習館 ☎042(527)0014	15人	立川唯一の田んぼで収穫したお米に陸稲の餅が入った七草粥と一緒に作ります。試食しながら地元農家に伝わるお正月の暮らしについてお話を聞きます。 (対) 小学生(小学1・2年生は保護者同伴) 保護者も参加可 (持) 飲み物、エプロン、手拭き、バングナ(三角巾)
 はじめてみませんか？バードウォッチング 荒井 悦子さん他 (日本野鳥の会奥多摩支部事務局長)	1/25・2/15(月) 9:30～11:30 全2回	柴崎福祉会館(集合) 多摩モノレール 柴崎体育館駅 (解散)	12/10 8:30～ 電話で 柴崎福祉会館 ☎042(523)4012	15人	根川緑道で野鳥の観察をします。講師の解説を聞きながら、冬の野鳥の姿や鳴き声を楽しみましょう。雨天の場合は、室内での講座になります。 (対) 60歳以上の市民 (持) 歩きやすい服装、飲み物、お持ちの方は双眼鏡

通 年 の 講 座

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
 外国人のための日本語教室	A=①木曜日 10:00～11:30 ②土曜日 19:00～20:30 B=土曜日 19:00～20:30	A= しばきがくしゅうかん 柴崎学習館 B= にしすがくしゅうかん 西砂学習館	し 市民協働課 ☎042(523)2111 内線2632	A= 各50人 B= 40人 ☺ A 保育あり	外国人の方が日常生活に必要とする日本語を学習するための教室です。テキスト代実費。 Let's join the Japanese conversation classes! It's free of charge(Except textbook).
 健康相談 保健師、管理栄養士、運動指導者、医師	10/6、11/10、 12/8、1/5(火) 9:20～10:50 10/15、11/26、 12/17、1/21(木) 13:20～14:50	子育て支援・保健センター	相談日の3か月前 健康推進課 ☎042(527)3272 電話または電子申請	各回 3～9人	健診結果や毎日の食事の「これって大丈夫？」に専門職がお答えします。個別でじっくり30分間相談できます。回により相談できる内容や時間が変わりますので、詳細は広報もしくはホームページをご覧ください。
 障がい者チャレンジスポーツ教室(ポッチャ) 立川市錦町体育会の皆さん	10/15(木)、 1/21(木) 2/18(木) 10:00～11:30 各1回	泉市民体育館	前日まで受付 泉市民体育館 ☎042(536)6711	20人	障がいのある方もない方も、初心者から参加できるスポーツ教室です。いずれも事前申し込みが必要です。急遽変更がある場合は、施設ホームページにてお知らせします。

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
 手話通訳者養成講座 委託先団体による選任講師	5月から翌年2月まで 週1回(月4回)を予定 全36回程度	総合福祉 センターほか	2/10号広報で翌年度 (令和9年度)の受講生 を募集し、4月中旬に 選考会を実施。	若干名	立川市聴覚障害者協会委託事業。 市の手話通訳者登録試験の受験を 考えている方への養成講座です。 初級・中級・上級・応用・専門の 5クラス。 受講するには、各クラスの選考会 で合格する必要があります。 (※) 市内在住・在勤の18歳以上、 概ね60歳までの聴者、各選考会合 格者。 (費) テキスト代など5千円程度。
障害者対象講座 青春学級	原則日曜日(最大で月 4回程度) ※詳細は柴崎学習館ま たは運営事業者にお問 い合わせください	柴崎学習館 ほか	受付随時 特定非営利活動法人 こらそん(運営事業者) ☎042(523)0818 柴崎学習館 ☎042(524)2773	最大 60人 程度	充実した余暇活動や仲間づくりを 目的とした年間講座です。参加要 件があるため、参加を希望する場 合は事前にお問い合わせください。 (※) 市内在住・在勤・在学で、自力 で来館・帰宅および活動に参加す ることができる中程度までの知的 障害のある青年

泉市民体育館の教室 (指導) インストラクター

☎ 泉市民体育館 ☎042(536)6711 内容・申込方法：泉市民体育館ホームページをご確認いただくか、お電話にてお問い合わせください。

講座名	日時	受付開始日	定員	参加費
自由参加型教室 ナイトズンバ	毎週火曜日 19:30~20:30	受付は 当日19:00~19:30	40名程度	参加費900円 開催日ホームページを ご覧ください
自由参加型教室 フリースタ イルダンス	木曜日(第1・3・5週) 14:00~15:00	受付は 当日13:30~14:00	12名程度	参加費900円 開催日ホームページを ご覧ください
自由参加型教室 ナイトヨガ	毎週水曜日 19:30~20:30	受付は 当日19:00~19:30	12名程度	参加費900円 開催日ホームページを ご覧ください
自由参加型教室 ズンバゴールド	毎週土曜日 11:15~12:15	受付は 当日10:45~11:15	12名程度	参加費900円 開催日ホームページを ご覧ください
自由参加教室 立川アスレ ティックフットサルクラブによ るフットサル教室	毎週金曜日 21:30~22:30	受付は 当日21:00~21:30	16名	参加費1700円 開催日ホームページを ご覧ください
自由参加型教室 パチャータ	毎週金曜日 14:00~14:45	受付は 当日13:30~14:00	10名程度	参加費900円 開催日ホームページを ご覧ください
事前予約教室 マシンピラティス	毎週火曜日 45分クラス	ネット受付は前日17時 まで/その後施設問合せ	1レッスン 4名まで	参加費4,500円 開催日等詳細はホームペ ージをご覧ください
障害者チャレンジスポーツ教室 (ポッチャ)	第3木曜日 10:00~11:30 10/15・1/21・2/18	お電話または体育館窓口	20名程度	参加費無料 障害をお持ちの方はお申込 み時にお伝えください

柴崎市民体育館の教室 (指導) インストラクター

☎ 柴崎市民体育館 ☎042(523)5770 内容・申込方法：柴崎市民体育館ホームページをご確認いただくか、お電話にてお問い合わせください。

講座名	日時	受付開始日	定員	参加費
卓球 ワンポイントレッスン	毎週金曜日 ①18:00~19:00 ②19:30~20:30	実施コートにて ※開始30分前から受付 ①17:30~ ②19:00~	15名程度	参加費は体育室利用料のみ。 先着15名程度。 開催日ホームページを ご覧ください



東京女子体育大学 公開講座 (共催) 立川市教育委員会

㊤ 東京女子体育大学(国立市) ㊥ Webサイト<https://www.twcpe.ac.jp/> 開催1か月前に定員を超えた場合は抽選、超えない場合は1週間前まで先着順に申込みをお受けします。㊦ 同大学地域交流センター ☎042(572)4324

講座名		講師	日時	定員	内容
幼児講座	幼児のボール遊び	長澤 忍 サッカー一部監督	10/3(土) 10:00～11:30	20人	ボールを使って遊びながら、さまざまな動きを体験しましょう。最後はサッカーの試合にもチャレンジ！ ㊦ 4歳～6歳(未就学児) ㊧ 受講料1,000円
	ベビトレヨガ・親子体操	井上 麻智子 講師	10/31(土) 10:30～11:30	10組 (20人)	ベビトレヨガでは、発達段階に即した親子のできる簡単な運動遊びや産後の体を整える運動も行います。かけがえない親子時間を楽しみましょう。 ㊦ 0歳(生後2か月以上)～3歳のお子さまと保護者 ㊧ 受講料1,000円(※)
	楽しく体を動かそう	堀内 亮輔 准教授	11/8(日) 10:00～11:30	20組 (40人)	子どもたちは、さまざまな遊びの体験を通して、多様な動きを身につけていきます。立って、座って、回って、転がって、はねて・・・。 気軽に楽しく、親子で体を動かしてみましょう。 ㊦ 2歳～6歳(未就学児)親子 ㊧ 受講料1,000円(※)
小学生講座	陸上競技	櫻田 淳也 教授 志賀 充 教授 佐々木 大志 教授	11/7(土) 13:00～15:00	50人	走・跳・投 キッズチャレンジ！ さまざまな種目にチャレンジして自分の可能性を広げよう！ ㊦ 小学生 ㊧ 受講料2,000円
	器械運動①-2	渡辺 博之 教授 佐藤 晋也 教授 井上 麻智子 講師 絹川 涼香 教務補佐	11/28(土) 14:00～16:00	40人	マット・とび箱・鉄棒・平均台で体操の技にチャレンジしましょう。 ㊦ 小学1年生～3年生 ㊧ 受講料2,000円
	野外わくわく広場	永井 将史 准教授 折居 巧朗 助教	11/28(土) 13:00～16:00	40人	なにをしよう？落ち葉や木の枝でお絵描きしたり工作したり・・・身体を使って自由にあそびをひろげよう！ ㊦ 小学生 ㊧ 受講料2,500円
成人講座	はじめての新体操	春日井 絢 ジュニアユースクラブコーチ 進藤 みのり ジュニアユースクラブコーチ	10/11(日) 13:00～14:30	20人	リボンやフープを使って、新体操の基本的動作から体の動きを学びます。 ㊦ 35歳以上の方 ㊧ 受講料1,500円
	心と体をほぐす運動	小野田 桂子 准教授	11/7(土) 14:00～15:30	20人	無理なく関節をじっくり動かし、楽しく運動に取り組みます。 ㊦ 成人 ㊧ 受講料1,500円
	ミドル世代の体づくり	秋山 エリカ 教授	11/21(土) 14:00～15:30	30人	まだまだ元気で過ごしたい働き盛りのミドル世代。普段の自分の体を知り、整えて左右バランスの良い動きやすい体をつくりましょう！ ㊦ 35歳以上の方 ㊧ 受講料1,500円
	やさしいヨガ	清水 飛鳥さん (本学卒業生)	1/16(土) 14:00～16:00	25人	気持ちよく深呼吸するようにゆっくりと呼吸を深め、自分と向き合う時間。呼吸とともに気持ちよく身体を伸ばしたり緩めながらリフレッシュしましょう。 ㊦ 中学生以上 ㊧ 受講料1,500円

※親子ペア講座は1組あたりの金額(子1人、保護者1人)です。3人以上で参加する場合は、1人追加ごとに半額の参加費が必要です。

今号の表紙

音楽を奏でる。音楽のある風景を歩く。

芸術の秋、今回は音楽をテーマに立川市内で長年活動している3楽団を特集しました。各楽団の楽器を表紙にしています。左からマンドリン(立川マンドリンクラブ)、コントラバスクラリネット(立川市吹奏楽団)、ヴァイオリン(立川管弦楽団)です。ジャンルの違う音楽ですが、各楽団のコンサート(24ページ参照)を楽しんでください。

きらり★かわら版

P2からの講座情報以外の学習お役立ち情報を掲載します

さまざまな事情により、中止・延期等となる可能性があります。詳細は、各情報の問合せ先へ直接ご確認をお願いします。

アール・ブリュット立川2026～高松からの風～

◆作品展示

10/7(水)～10/14(水) 9:00から21:00

場 高松学習館

◆ワークショップ

「カップフォルダーを作ろう」

10/11(日) ①10:00～12:00、②13:00～15:00

場 高松学習館 定 各回20人(先着順、直接会場へ)

費 無料 備 アール・ブリュット立川実行委員会

問 高松学習館 ☎042(527)0014へ



視覚障害者と音訳ボランティアの交流会

日頃、私たちの録音を聞いてくださっている視覚障害者の皆様と親睦を深め、楽しい時間を過ごしたいと思います。気になっていることや、気が付いたことなどもお話しできる時間にしたいと思います。お気軽にご参加下さい。

10/9(金) 10:00～12:00

場 女性総合センター・アイム 第3学習室

問 立川市朗読サークル「こえ」 細野光子さん ☎090(8519)0844

平和人権ロードショー

①『襁褓の旗』

らんるのはた 公害と環境破壊に対し闘った、足尾鉬毒事件の田中正造の半生を三國(みくに)連太郎(れんたろう)主演で描く。

10/10(土) 10:00～12:00

場 錦学習館 定 20人(直接会場へ) 問 錦学習館 ☎042(527)6743へ

②『砂川闘争』 10/17(土)

10:30～11:00 「砂川の人々-基地反対闘争の記録」(1955年)

11:00～11:30 「砂川の人々-麦死なず」(1955年)

11:30～12:00 「基地の子たち」(1953年)

13:30～14:00 「草の根の人々-砂川闘争の記録」(1982年)

14:00～16:10 「砂川の熱い日 砂川闘争47年目の証言」(2002年)

場 砂川学習館 定 各50人(申込順) 問 8/25～ 電子申請か電話

問 砂川学習館 ☎042(535)5959

③『教えられなかった戦争 侵略・マレー半島』

11/7(土) 13:30～16:00

講 吉池俊子さん(元高校教師) 場 錦学習館 定 50人

問 9/25～ 電話か電子申請で 問 錦学習館 ☎042(527)6743へ

おもちゃの病院

壊れたおもちゃを修理します。1世帯2点までで先着35点です。おもちゃは袋に入れて、壊れた部品などもお持ちください。部品代がかかる場合は実費負担です。直せないものもあります。

10/24、11/28、1/23(土)

13:00～15:00(12:30から整理券を配布)

問 立川市在住の方

場 女性総合センターアイム5階・作業室 事前受付なし。当日お越しください。

問 暮らし相談課消費生活センター係 ☎042(528)6801

懐かしい歌を一緒に

10/28(水) 13:30～15:00

懐かしい歌や季節の歌をみなさんと歌い、楽しい時間を一緒にすごしてみませんか。

定 50人 場 西砂学習館 問 9/25～ 電子申請または電話で西砂学習館

☎042(531)0431

0歳児もくつろげるおんがくかい

11/7(土) 11:00～11:45

ベビーカーでの入場や演奏中に泣いても、動いても大丈夫です。みんなでゆったりくつろいで、楽しい時間を過ごしましょう。

場 井口真由子さん(ピアノ) 石窪朋さん(ソプラノ、歌役者)

川中裕子さん(ソプラノ、歌役者)

問 0歳から小学校低学年くらいのお子さんとその保護者

定 50人(申込制) 費 無料 場 西砂学習館 視聴覚室

問 10/14 8:30～ 電子申請

問 西砂学習館 ☎042(531)0431



ソプラノ・歌役者
石窪 朋さん



ピアノ
井口 真由子さん



ソプラノ・歌役者
川中 裕子さん

犯罪被害者等支援パネル展

犯罪被害は、ある日突然、誰にでも起こり得ることです。被害者が抱える問題や相談窓口について展示します。

①11/13(金)～19(木) 9:00～16:00(13日は13時から)

場 コミュニティ砂川

②11/20(金)～27(金) 9:00～16:00(20日は14時から、27日は正午まで)

場 市役所多目的プラザ

問 問 暮らし相談課犯罪被害者等相談窓口 ☎042(595)6022

西砂学習館みんなのコンサート～バリトンリサイタル～

11/28(土) 14:00～15:00

バリトンの歌声とピアノの音色が織りなす「心はずむ夢の世界」をお楽しみください。

場 中西勝之さん(バリトン)

菊地恵里花さん(ピアノ)

定 50人(申込制) 費 無料

場 西砂学習館 視聴覚室

問 10/14 8:30～ 電子申請

問 西砂学習館 ☎042(531)0431



バリトン
中西 勝之さん



ピアノ
菊地 恵里花さん

「たかまつり」～みんなでつくろうネオあきまつり～

東京学芸大学の学生の企画・運営による縁日、ゲーム、昔遊び・動物将棋、ぷくぷく立体シール工作、立川音頭(NEO)などを学生と一緒に子どもから大人まで楽しめます!

詳細は広報10/25号をご覧ください。

11/29(日) 13:00～16:00(全1回)

定 当日先着順 場 問 高松学習館 ☎042(527)0014



立川市人権学習事業2026 東京都人権プラザ出張展示

11/30(月)～12/6(日) 9:00～17:00(初日は13:00から)
人権週間について知ってもらい、人権問題に関心を持っていた
だく機会として「いのちを支える一若年世代の自殺対策」「災
害と人権ー誰もがつながる社会をめざして」の展示を行います。
映画会「52ヘルツのクジラたち」の開催については12ページを
ご覧ください。

場 女性総合センター 問 生涯学習推進センター ☎042(528)6872

クリスマス映画会「パンダコパンダ」(アニメ)

12/5(土) ①11:00～11:35、②13:30～14:05(各1回)
これが宮崎アニメの原点!! 演出・高畑勲、原案・宮崎駿コン
ビが贈るパンダ親子の心あたたまるメルヘン。

場 高松学習館・視聴覚室 定 各回30人(申込順)

問 11/10～ 電子申請または電話で高松学習館

☎042(527)0014

かわせみカフェ

12/5(土) 10:00～15:00

東京学芸大学の学生が世代間交流を目的に企画したゲームや工
作を来館者と一緒に楽しめます。

場 幸学習館 問 幸学習館 ☎042(534)3076

第17回プレ錦まつり

12/6(日) 10:00～15:00

東京学芸大学の学生と、工作やクイズ、ゲームなどを通して楽
しく地域について学びます。直接会場へ。一部、申込のものあ
り。

詳細は、広報11月10日号をご覧ください。

場 問 錦学習館 ☎042(527)6743

第25回くらしフェスタ立川プレ映画会

12/12(土)「生きる」大川小学校 津波裁判を闘った人たち

費 1人500円 定 100人

場 女性総合センターアイム1階・ホール

問 11/10 9:00～電子申請または直接窓口で

問 くらし相談課消費生活センター係



国文学研究資料館

◆企画展示「江戸・明治の書画と書簡-北野克コレクション-」

10/1(木)～11/27(金) 10:00～16:30

(休室日:土・日・祝日・第4水)

場 国文学研究資料館1階展示室

◆特設コーナー「北野克の源流としての本田家」

国立市教育委員会の協力を得て、北野克の源流である国立市の
本田家由来の品々を展示します。

10/1(木)～11/27(金) 10:00～16:30

(休室日:土・日・祝日・第4水)

場 国文学研究資料館1階展示室

◆「古典の日」講演会

「古典の日」として制定された11月1日に、『源氏物語』の専門家
である今西祐一郎氏をお招きし、「『思い残すことなし』という

こと』―『源氏物語』の誤読をめぐる』と題して講演を行います。

11/1(日) 13:30～17:00

場 一橋講堂(東京都千代田区一ツ橋2-1-2 学術総合センター内)

定 会場参加150名(抽選)

◆国文研DDHプロジェクト 第2回国際研究集会
研究基盤としてのテキスト―夢の書庫を築く―

国文学研究資料館で実施している最先端の研究、その最前線と
未来像をご紹介します。

12/9(水) 13:30～17:30

場 国文学研究資料館2階大会議室

定 会場参加70名(抽選)

問 問 国文学研究資料館広報企画係

☎050(5533)2984

✉jigyoku@nijl.ac.jp

<https://www.nijl.ac.jp/events/>

国立音楽大学

◆聴き伝わるもの、聴き伝えるもの

第21回「静寂の中の豊穡 豊穡の中の静寂

～生誕100年G.クルターグとM.フェルドマンを中心に」

10/3(土) 16:00開演(15:30開場)

第21回目となる本公演では、生誕100年となるG.クルターグ
とM.フェルドマンの作品を軸に、これまでの100年とこれか
らの100年を見渡します。

全席自由1,500円(高校生以下無料・要申込)

場 国立音楽大学講堂小ホール

◆大学院オペラ2026

歌劇《コジ・ファン・トゥッテ》K.588 全2幕

10/17(土)、18(日) 両日14:00開演(13:30開場)

※両日共に13:30より本学大学院オペラ教員によるプレトー
クを行います。

毎年大好評の本学大学院在学生による本格的オペラを是非ご堪能
ください。

全席指定SS席4,000円、S席3,000円(学生1,500円)、
A席2,000円(学生1,000円)

場 国立音楽大学講堂大ホール

◆第57回打楽器アンサンブル定期演奏会

10/25(日) 16:00開演(15:15開場)

ささやきのような「繊細さ」…炸裂する「ダイナミズム」! 本学
伝統の打楽器アンサンブルによる迫力ある演奏をお楽しみくだ
さい。

全席自由1,000円(高校生以下無料・要申込)

場 国立音楽大学講堂大ホール

◆第25回声楽専修合唱演奏会

11/7(土) 15:00開演(14:15開場)

※14:30より「オルガン・プレ・コンサート」を行います。

歴史をつなぐ「くにたち」の合唱。本学声楽専修の学生による合
唱のハーモニーをお楽しみください。

全席自由1,000円(高校生以下無料・要申込)

場 国立音楽大学講堂大ホール

問 国立音楽大学演奏芸術センター ☎042(535)9535

講演会 生誕百三十年

「雨ニモマケズ」の心を今に

〜実弟・清六の家族が語る宮沢賢治〜



37年の生涯で、生前に出版されたのは2冊のみ。

実弟の清六さん、詩人の高村光太郎さん・草野心平さん、哲学者・賢治研究家の谷川徹三さんなどの尽力により、作品の数々は広く知られるように。

宮沢賢治の多くの作品をつないできた経緯、エピソードなどを、後世につないで語ります。

2026年12月4日（金） 14:00～16:00（開場 13:30）

女性総合センターアイム1階ホール

【定員】150人（申込順）

【申込】右のコードから電子申請で

10月26日（月）8時30分から受付開始

【問合せ】立川市生涯学習推進センター

042-528-6872



講師 **宮沢和樹さん**

実弟・清六さんのお孫さん

【主催】たちかわ市民交流大学 市民推進委員会

ここには学ぶだけでなく、つくる喜びがあります



あなたのアイデアと経験を市民の学びに生かす

市民推進委員・サポーター募集 説明会

お気軽にご参加ください

11月4日(水) 2時～3時30分

女性総合センターアイム 5階 第3学習室

学びの喜び二重奏

講座の企画・運営・広報にたずさわるボランティアグループです。合言葉は“楽しく!”

推進委員

企画・運営

会議出席

情報発信

サポーター

企画補助

運営補助

柔軟な活動

お問合せ

たちかわ市民交流大学 市民推進委員会

事務局 女性総合センターアイム 1階

☎042-528-6874 (火・水・木 10:00～15:00)

説明会のお申込みは・・・

立川市生涯学習推進センターへ

☎042-528-6872 10/13 (火) 8:30から

電話または2次元コードでお申し込みください。



☆第20回たちかわ市民講師フェア☆ (講師の敬称略)

作品展 9月28日(月)～10月4日(日) 10:00～17:00

(初日は13:00～、最終日は～15:00)

会場：女性総合センターアイム 1階ギャラリー 入場無料 直接会場へお越しください

【出展者】 一文字昭(写真)・岩越敦彦(絵画教育)・片江安巳(藍染、草木染)
北村由紀子(フラワーアレンジ)・芝原圭子(書道)・手塚みづほ(苔玉アート)
難波敦子(アクリル絵画)・山川信子(きりえ)・山田美砂子(己書)・・・以上、五十音順



プチ講座 8月10日(月)から申込開始(講師 定員 費用)

- ① 9月30日(水) 10:00～11:00 「わたしを整える小さな時間ー女性のためのやさしいウェルビーイング講座ー」 (青谷典子 12人 無料)
- ② 9月30日(水) 13:00～14:30 「筆1本で味のある文字と絵を楽しもう 己書(おのれしょ) こさみ道場」 (山田美砂子 15人 材料費500円)
- ③ 10月1日(木) 10:30～12:00 「英語で学ぶ日本の歴史」 (奥田正博 20人 教材費200円)
- ④ 10月1日(木) 13:00～15:00 「木村拓哉はなぜ“キムタク”なのか? そして、ことばの起源から「孫と一緒に英文法」まで」 (池内正幸 20人 無料)
- ⑤ 10月1日(木) 13:00～15:00 「おしゃれな苔玉作り」 (手塚みづほ 15人 材料費1000円)
- ⑥ 10月1日(木) 13:00～15:00 「お茶を一服、いかがですかー表千家茶道ー」 (林なが子 10人 材料費600円)
- ⑦ 10月2日(金) 10:00～10:45 (1回目)、11:00～11:45 (2回目)
「地学のお話ー主に天文・気象・地震ー」 (由井秀一 各10人 無料)

音楽&パフォーマンス

10月3日(土) 13:00～17:00

会場：女性総合センターアイム 1階ホール

入場無料 12:30開場

直接会場へお越しください

【出演者】(出演順)

- 小杉佳子 ELVISと仲間たち
梅田亜希子 絵本でゆったり午後のひととき
小島美保 レッツ チェアタップ
新原英子 気功太極拳
富永紘加 フルートとピアノで奏でる秋のミニコンサート
荒井俊匡 こいねこと楽しむ名曲コンサート



【プチ講座の申込先】生涯学習推進センター
☎042-528-6872 (平日 8:30～17:00)



音楽の街・立川



～音楽を愛し、市民に愛されてきた楽団～

立川管弦楽団・立川市吹奏楽団・立川マンドリンクラブ

今号ではジャンルは違いますが、長年の音楽活動により市民に愛されてきた3つの楽団を紹介します。たましんRISURUホールを中心に、定期演奏会等で多くの観客に楽しんでいただいています。

立川管弦楽団

～地域で音を重ねてきた市民オーケストラ～

結成の経過

立川管弦楽団は、1978年、東京都立立川高等学校室内楽部OBと国際基督教大学室内楽同好会メンバーを中心に、「立川室内管弦楽団」として結成されました。その後、編成の拡大とレパートリーの大型化に対応し、「立川管弦楽団」に改称しました。団員は現在50人前後です。



活動状況

結成した年から、年2回の定期演奏会を中心に活動しています。定期演奏会以外にも、立川市民オペラ公演の管弦楽として、「ラ・ボエーム」「カルメン」「アイダ」等の公演にも携わってきました。常任指揮者は、創立メンバーの一人である古谷誠一（こたにせいいち）氏です。

市民団体として活動が続けるうえでは、悩みもあります。まず、メンバーの不足です。特にヴァイオリンを含めた弦楽器のパートでは、継続的に仲間を必要としています。また、活動日は毎週日曜日の午後6時から9時ですが、練習場所の確保も課題です。立川市社会教育関係団体として登録しているため、学習館など市の施設を利用できるものの、希望する日時や会場を毎回確保できるわけではありません。オーケストラの練習には一定の広さと防音設備が必要であり、団員が集まりやすい市内の施設は限られているためです。

それでも、立川管弦楽団は50年近く活動を続けてきました。此村優団長によりますと、その要因は、「団員が合奏を楽しむこと、団員同士の融和」とのことです。また、演奏だけでなく、楽曲、楽器、楽譜、運営など、さまざまな知識や経験を持ったメンバーが集まり、それぞれの力を持ち寄って活動を支えています。

見学、入団希望の方は、ホームページを参照してください。

今回の取材を通じて、長く続く市民活動は、音楽への思いだけでなく、仲間同士の協力や、地域の中で活動の場を守ろうとする努力によって支えられていることを感じました。立川管弦楽団の歩みは、立川の文化を市民の手で育ててきた一つの例といえます。

演奏会に向けて

定期演奏会は毎年2回開催され、演奏会ごとに団員が運営を担当し、選曲も団員の希望をもとに選曲委員会で決定しています。第90回定期演奏会は、12月20日（日）に開催されます。市民が会場に足を運び、演奏を聴くことも、地域の文化活動を支える大切な応援の形です。合奏の魅力とスケール感を、ぜひ会場で感じてみてください。

立川市では、音楽で演奏者と観客が一体となる「立川いったい音楽まつり」が毎年開催され、今年で15回になりました。市内のあちこちの広場で、さまざまなジャンルの音楽、音楽家に出会うことができる一大イベントです。

また、市内にある国立音楽大学では、今年創立100周年を迎えて「くにおん100フェス！」として、さまざまなコンサートやイベントが行われています。

立川市吹奏楽団

～音楽の喜びをあなたに～

結成の経過

立川市吹奏楽団（団長：都築啓志氏）は、1971年に立川市立立川第一中学校、第三中学校の吹奏楽部の卒業生を中心に結成され、翌年には第1回定期演奏会を開催しました。

以後「音楽の喜びをあなたに」をモットーに活動を続けています。現在は、高校生から70歳代までの63人の団員で活動しています。

活動状況

活動日は、毎週日曜日の午後1時～5時にたまがわ・みらいパークを拠点として、合奏練習を基本にしています。演奏活動は毎年7月に定期演奏会、11月に立川市民文化祭吹奏楽演奏会（ファミリーコンサート）を中心にしています。柴崎学習館で、地域の夏の恒例行事として「吹奏楽サマーコンサート」も開催しています。その他、市内の小中学校での演奏も積極的に行っています。

都築団長は次のように話しています。「長年活動を続けて来られた要因は、立川市内の中学校9校全部に吹奏楽部があり、吹奏楽に親しむ人の裾野の広がりがあります。身近で吹奏楽に触れる機会や人が増え、吹奏楽に対する関心も高まっています。吹奏楽の魅力は、幅広い音楽を演奏できることです。楽団は、団員の自主性を重んじて皆の意見を聞くようにして、ファミリー的な雰囲気になっています。最近は、大学生を中心に入団者が増え、残念ながらやむを得ず募集を停止しているパートもありますが、見学、入団希望の方は、ホームページを参照してください。」

現在の運営上の悩みは、他の楽団同様資金の問題です。定期演奏会に要する経費や、楽器メンテナンスの経費等年々厳しくなっています。

演奏会に向けて

演奏会の選曲は、団員の希望を聞いて当楽団ならではの曲を決定しています。入団希望の理由でも演奏会の選曲が良いから、と言った団員の声が数多くあります。定期演奏会では、吹奏楽のオリジナル曲やクラシック音楽中心の選曲で、ファミリーコンサートでは、親子で楽しめるようなポップスや映画音楽等も演奏します。

11月15日（日）のファミリーコンサート（24ページ参照）のご来場をお待ちしています。演奏者とお客様がお互いに楽しむのが音楽です。演奏会で一緒に楽しみましょう！

また、11月22日（日）に立川市内の小学校・中学校、高等学校、および一般の吹奏楽団による吹奏楽交流演奏会「たちかわ吹奏楽フェスタ」（24ページ参照）が今年も開催されます。市内で年齢に関係なく、吹奏楽を愛する人たちの、まさに立川市ならではの交流演奏会です。こちらの演奏会にもぜひお出かけください。



立川市は、いつでも身近に音楽に触れることのできる街です。長年の音楽活動により市民に愛されてきた3つの楽団を紹介しましたが、もちろん市内には他にも多くの音楽団体、合唱団があります。たましんRISURUホールや学習館を中心に、定期演奏会等が開催されています。ぜひ身近な場所でさまざまな音楽に触れてください。

立川マンドリンクラブ

～響け心のアンサンブル～

結成の経過

立川マンドリンクラブ（代表：安達 直之氏）は、1979年に立川市が主催したマンドリン初心者講習会をきっかけに発足しました。

その翌年に「立川マンドリン友の会」を会員4名で結成、1985年に「立川マンドリンクラブ」に改称しました。現在は、高松学習館を拠点として、毎週末に25歳～90歳の約40人で活動しています。



活動状況

1982年に第1回定期演奏会を開催しました。会場は日頃練習していた高松公民館（現在の学習館）視聴覚室です。その後は毎年秋に定期演奏会を開催していますが、部員数の増加とともに演奏会の規模も拡大していき、コンサートを楽しみにしている観客も年々増えていきました。

演奏活動は定期演奏会以外にも、市民文化祭、地域イベント、福祉施設、商店街イベントなど地域に密着したさまざまな場で演奏を行ってきました。そのような地域での活動に取り組んできたことが、口コミや、演奏会を聴いた人からの演奏依頼が来るようになり、観客の増加に繋がっています。

そのため、定期演奏会の会場も公民館視聴覚室、市民会館小ホール、多摩社会教育会館、東大和市民会館を経て、第30回定期演奏会から現在のたましんRISURUホール大ホールで開催するようになりました。また、越後湯沢のイベント、合同コンサート、関東マンドリンフェスティバル等、地域を越えた交流にも積極的に参加しています。

クラブでは音楽活動だけでなく、歓迎会や暑気払い、初詣ウォーキングなどを通して部員同士の親睦も深めています。幅広い世代の部員を募集していますので、マンドリンに興味のある方はぜひお気軽に見学にお越しください。詳しくはクラブのホームページを参照してください。

演奏会に向けて

毎年テーマを決めて、選曲は全員の希望を聞いた上で、指揮者、パートリーダーを中心とした選曲委員会で決定します。クラシックからJポップ、マンドリンオリジナル曲まで、幅広いジャンルを演奏します。

第44回定期演奏会（24ページ参照）は、11月8日（日）にたましんRISURUホールで行います。今年は“秘密”をテーマにしました。マンドリンオーケストラならではの美しい響きを、ぜひ会場でお楽しみください。



講座ガイド きらり・たちかわ

【編集・発行】
たちかわ市民交流大学市民推進委員会情報広報部
立川市教育委員会生涯学習推進センター

〒190-0012 立川市曙町2-36-2 1F
TEL: 042(528)6872 FAX: 042(528)6804
✉ shougai-suishin@city.tachikawa.lg.jp

* きらり・たちかわへのご意見・ご感想をお寄せください



▲きらり・たちかわ紹介
(市ホームページ内)

11月・12月のコンサート案内

立川マンドリンクラブ 第44回定期演奏会

日時: 11月8日(日) 午後2時開演
会場: たましんRISURUホール



立川市吹奏楽団 第69回市民文化祭ファミリーコンサート

日時: 11月15日(日) 午後3時開演
会場: たましんRISURUホール



指揮: 都築啓志



立川管弦楽団 第90回定期演奏会

日時: 12月20日(日) 午後2時開演
会場: たましんRISURUホール
曲目: フランク 交響曲二短調
チャイコフスキー ロミオとジュリエット他



指揮: 古谷誠一



たちかわ吹奏楽フェスタ2026

日時: 11月22日(日) 午後12時開演
出演: 立川市内の小学校・中学校・高等学校および一般の吹奏楽団
会場: たましんRISURUホール

クラシック音楽レクチャーコンサート

内容: 20世紀音楽の100年史
日時: 12月20日(日) 午後2時開演
会場: 女性総合センターホール
※詳細は13ページを参照!

全てのコンサートが入場無料です。様々な演奏をお楽しみください。
詳細は各主催者にご確認ください。

きらり・たちかわ 音声版

目の不自由な方に、きらり・たちかわ音声版を配付しています。
ご希望の方は生涯学習推進センター ☎042(528)6872 までご連絡ください。無料でCDをご住所にお送りします。
収録には、ボランティアの立川市朗読サークル「こえ」の皆さんのご協力をいただいています。