

スポーツ

申問泉市民体育館〔〒190-0015泉町786-11〕 ☎ (536) 6711、柴崎市民体育館〔〒190-0023柴崎町6-15-9〕 ☎ (523) 5770へ

■アクアエクササイズ泉教室

水の浮力を利用し、体に無理な負荷をかけずに行う水中リズム体操です。市内在住の18歳以上の方(初め



ての方を優先) ▶A教室=9月10日~12月17日の毎週火曜日(9月24日、10月1日・8日は国民体育大会のため休み) ▶B教室=9月11日~12月18日の毎週水曜日(9月25日、10月2日・9日は国民体育大会のため休み)。いずれも午後2時~2時50分(全12回) 泉市民体育館プール(各回400円(施設利用料。60歳以上割引あり) 各40人(抽選) 甲8月11日(必着)までに往復はがき(1人1枚、1教室)に教室名(AかB)、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、返信用宛名、受講が初めての方は「初めて」と書いて、泉市民体育館へ

■みんなでストレッチ教室

リズム体操や筋力アップ運動で、より健康な体づくりを目指します。対象、日程、会場などは下表



の通り 甲8月11日(必着)までに往復はがきに「みんなでストレッチ教室」と希望コース(1人1コース)、住所、

氏名(ふりがな)、年齢(18歳以上)、性別、電話番号、返信用宛名と在勤・在学の方は勤務先か学校名を書いて、泉市民体育館へ

■8月11日(日)、柴崎市民体育館室内プールは利用できません

8月11日(日)は、市民体育大会(水泳)開催のため、終日プールは利用できません。ご理解・ご協力をお願いします。 泉市民体育館

■普通救命士講習会

立川市体育協会では、ジュニア育成地域推進事業の一環として、市民の皆さんを対象に普通救命士講習会を立川消防署の協力で開催します。 9月8日(日)午前8時30分~正午 泉市民体育館 30人(申込順)

申込方法・費用など、くわしくは立川市体育協会ホームページ <http://www.t-taikyo.jp/> をご覧いただくか、お問い合わせください。

立川市体育協会 ☎ (534) 1483

市民体育大会

●自転車競技(トラック) 種目はタイムトライアル(小学生・一般男女)、追抜き・スクラッチ(一般男女)、ケイリン(男子のみ)、一輪車(小学生のみ) 市内在住・在勤・在学の方と立川市自転車競技連盟が認めた方 9月1日(日)午前9時から 立川競輪場 1人1,000円 甲8月26日(必着)までに住所、氏名、年齢、電話番号、種目を書いて、郵送またはEメールで立川市自転車競技連盟事務局・伊藤さん(〒190-0003栄町4-39-7-106) taichikawa_cf@yahoo.co.jpへ

●ゲートボール ▶オープンの部= 市内在住・在勤・在学の方 9月5

日(休)午前9時から 砂川中央地区北多目的運動広場 1チーム2,000円 ▶地区対抗の部= 地区体育会代表チーム 9月22日(日)午前9時から 砂川中央地区北多目的運動広場 甲所定の申込用紙に必要事項を書いて、9月2日午後3時から高松学習館で行われる監督会議までに立川市ゲートボール協会事務局・坂本さん(〒190-0012曙町1-36-34) ☎ (523) 2922へ

●卓球(中学生の部) 市内在住・在学の中学生 9月7日(土)午前9時から 七中 甲郵送で8月20日(必着)までに学校単位で七中・佐藤さん(〒190-0034西砂町6-28-3) ☎ (531) 0511へ

●クレール射撃 市内在住・在勤の方と立川市クレール射撃協会会員 9月8日(日)午前9時から 山梨県大月国際射撃場 5,000円 立川市クレール射撃協会・猪狩さん ☎ (522) 3457(三進小銃器製作所内)、または伊藤さん ☎ (525) 8844へ

●相撲(個人・団体の部) 個人・団体ともに市内在住の方と立川市相撲連盟が認める方 ▶個人戦=幼稚園の部・小学生各学年別の部・中学生の部 ▶団体戦=小学生各学年1人ずつ、中学生1人の計4人~7人で編成するチーム 9月8日(日)午前10時から 練成館相撲場 甲団体戦は8月25日まで、個人戦は当日午前10時までに電話で立川市相撲連盟・佐川さん ☎ (536) 4616へ

●軟式野球(少年の部) 市内在住の小学生チーム 9月15日~11月23日の日曜日と祝日 立川公園野球場ほか 立川市野球協会・菅沼さん ☎ (531) 4144

●サッカー(一般の部) 市内在住の高校生、立川市サッカー協会加盟

チーム、市内の地域・職域などで編成されたチーム 10月6日~12月15日の日曜日 砂川中央地区北多目的運動広場 協会未加入チーム2,000円 甲8月31日午後7時から泉市民体育館で開く主将会議で 立川市サッカー協会・石川さん ☎ 090(3908) 8835

8月の個人利用日

泉市民体育館 ☎(536)6711

○8月11日(日)は大会開催のため個人のご利用はできません。

◎第1体育室(卓球・バドミントン・ミニテニス)=3日・7日・14日・17日・21日・28日

◎第2体育室▶卓球=5日・19日・25日(5日・19日は夜間を除く)▶バドミントン=12日・25日・26日(12日・26日は夜間を除く)▶バスケットボール=5日・12日・19日・26日(いずれも夜間)

柴崎市民体育館 ☎(523)5770

○8月5日(第1月曜日)は個人無料開放日となります。なお、8月は休館日はありません。

◎第1体育室(バドミントン・ミニテニス)◎第2体育室(卓球・ボルダリング)=いずれも2日・5日・9日・10日・16日・18日・23日・24日・30日

市民体育大会の結果

●ミニテニス(地区対抗の部) ▶優勝=若葉町体育会▶準優勝=富士見町体育会▶第3位=錦町体育会

●バレーボール(地区対抗の部) ▶女子▶優勝=柴崎町体育会▶準優勝=若葉町体育会▶第3位=富士見町体育会

健康

申問健康推進課〔〒190-0011高松町3-22-9健康会館内〕 ☎ (527) 3272 FAX (521) 0422へ

■キラキラ★歯育て~1歳から始める親子歯みがき教室

1歳の時期に必要な栄養の話と虫歯予防を学び、歯みがきの実習と親の虫歯菌チェックを行います。 1歳~1歳2か月の子ども(第一子に限る)と親 ①平成24年6月~8月生まれの子ども=8月20日(火)②平成24年7月~9月生まれの子ども=9月17日(火)。いずれも午前10時~11時30分 健康会館 100円(歯ブラシ



代ほか) 各日15組(抽選) 甲8月6日(消印有効)までに往復はがきに講座名、希望日、住所、親子の氏名、子どもの生年月日、電話番号を書いて健康推進課へ

休日診療

保険証を忘れずに。 ●休日急患診療所(内科・小児科)=健康会館1階 ☎(526)2004▶日曜日・祝日=午前9時~午後9時 ●歯科休日応急診療所=健康会館2階 ☎(527)1900▶日曜日・祝日=午前9時~午後5時 ●医療機関案内テレホンサービス(祝日を除く)=☎(526)2004▶月曜~金曜日は午後5時~9時▶土曜日は午後1時~9時 ●24時間電話案内▶医療機関案内「ひまわり」☎03(5272)0303▶救急相談センター☎(521)2323※携帯電話・プッシュ回線からは☎#7119も利用できます▶立川消防署☎(526)0119

健康Q&A 496 BCGワクチンの接種

生後5か月から8か月までに接種をしましょう

Q BCG定期接種年齢が「1歳未満」に延長されました。いつ接種すればいいですか?

A 結核予防のワクチンであるBCGは、乳児の重症結核を予防するのに非常に有効で、生後6か月未満に接種するよう定められていました。しかし、乳児期の早期接種による副反応(骨髄炎など)の報告が徐々に増え、安全性を考慮して、2013年4月から接種時期が「1歳未満」に延長されました。加えてインフルエンザ菌b型や肺炎球菌の感染症は、生後6か月から急

増するため、生後2か月からの早期接種が勧められています。4種混合(DPT・ポリオ)ワクチンなども含め、これらの接種をし終えた「生後5か月から8か月までの間」にBCGの接種が勧められています。

なお、家庭内に結核にかかっているご家族がいる場合や流行している地域にお住まいの方は、早期接種が望ましいので、かかりつけの医師に早めにご相談ください。

《立川市医師会・中島多英》

健康日程表 健康推進課(健康会館内) ☎(527)3272

親子の健康相談 《午前9時30分~10時30分》

○西砂学習館=8月7日(休)
○健康会館=8月14日(休)、9月25日(休)
○市役所=☆9月4日(休)

保健師・助産師・成長相談員・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。☆印の日は成長相談員・歯科衛生士はおりません。希望の方は直接会場へ。

乳児(3~4か月児)・1歳6か月児・2歳児歯科・3歳児健康診査

健診は該当月齢の翌月です。対象者には個別に通知します。通知の届いていな

い方は健康推進課へお問い合わせください。

集団健診のため、発熱や体調不良、感染症にかかっている場合は、ご遠慮ください。次回の日程についてはご相談を。

健康相談(個別予約制)

あなたの体のお悩みを専門家に相談してみませんか。

○健康会館=8月7日(休)午前9時30分~11時は運動指導士・栄養士が相談に応じます。8月22日(休)午後1時30分~3時は保健師・看護師・栄養士が相談に応じます▶電話で健康推進課へ

講座

たちかわ市民交流大学

Peace2013

戦争を語りつぐ

平和学習事業として、映画、展示、講演会などを実施します。

映画とおはなしの会

映画「100ばんめのサル」(’86年、20分)と「天に焼かれる～絵による表現」(’88年、17分)を上映後、絵本の読み聞かせを行います。直接会場へ☎8月14日(水)午前10時30分から柴崎学習館 柴崎学習館 ☎(524) 2773

映画「世界は恐怖する 死の灰の正体」と第五福竜丸事件から平和を考える

亀井文夫監督の映画「世界は恐怖する 死の灰の正体」(’57年、80分)上映と、第五福竜丸事件についての講演と資料展示▶映画=8月17日(土)午前11時10分～午後0時30分▶講演=8月17日(土)午後1時30分～3時30分▶展示=8月13日(火)～17日(土)、午前9時～午後5時柴崎学習館 第五福竜丸展示館・安田和也さん(保若干名(1歳～学齢前) ☎50人(申込順) ☎電話で柴崎学習館 ☎(524) 2773へ

図書館

子どもも大人も大笑い! 第2回 錦図書館「寄席」

立川落語会の皆さんによる落語「ひらばやし」や紙きりなど。子どもから大人まで楽しめる演目です。直接会場へ☎8月25日(日)午後3時～4時 錦学習館 ☎40人(先着順) 錦図書館 ☎(525) 7231

中央図書館に行ってみよう! ～サービスが変わりました～



7月4日(木)から、市図書館では新しい図書館システムとIC機器を活用し

夏休みは図書館に行こう!

第2弾

★ 夏の子ども向けイベント ★

●いちど入ったら出られない 史上最恐のおはなし会 怖い話をたっぷり45分間楽しみませんか。直接会場へ☎小学3年生以上 ☎8月22日(木)午後3時30分～4時15分 中央図書館 中央図書館 ☎(528) 6800

●夏休みえいが会 直接会場へ☎8月21日(水)午後3時から 多摩川図書館 多摩川図書館 ☎(525) 6905

●夏の工作教室 夏休みの思い出に、挑戦してみましよう。直接会場へ☎4歳以上(小学生未満は保護者同伴) ☎

市民リーダー☆みんなの講座		生涯学習市民リーダーを講師に多彩な講座を開催 ☎7月25日から 電話で生涯学習推進センター ☎(528) 6872へ				
講座名	内容	日程	場所	講師	費用	定員
トールペイント(マルチローディング)で描くエレガントな小箱	マルチローディングという技法により、アクリル絵の具で白木の小箱に絵を描きます	9月4日(水) 午前10時～正午	西砂学習館	長竹留美子さん	1,100円(受講料・材料代)	10人
ホット書道	「楽しい書道」を体験しませんか。字の起こり、読み方なども学びます	9月10日・17日・24日の 火曜日、午前10時～正午	幸学習館	門真一郎さん	900円(受講料)	15人

平和アニメ映画会

「夏服の少女たち～ヒロシマ・昭和20年8月6日」(’89年、30分)、「ピカドン」(’85年、10分)、「核戦争」(’87年、15分)を上映。直接会場へ☎8月15日(土)午後1時30分～2時30分 高松学習館 ☎80人(先着順) 高松学習館 ☎(527) 0014



子どもから大人まで「絵本から考える平和・被爆者のおはなし」

絵本作家・西村繁男さんと被爆者である神戸美和子さんのお話。原画展示も▶お話を8月14日(土)午後1時30分～3時30分▶原画展示=8月13日(火)～17日



たサービスを開始しました。特に、中央図書館の貸出・返却方法や、インターネットの利用方法などが一新されています ☎中央図書館 ☎(528) 6800

女性総合センター

市民企画活動事業

場女性総合センター ☎いずれも7月25日から 電話で男女平等参画課 ☎(528) 6801へ

●そういうことか! 日本の古典源氏物語を通して、古典の面白さや人間としての生き方の知恵や力を学びます。新たな古典の魅力に触れてみませんか。企画・運営は四季の会 ☎9月14日、10月12日の土曜日、午後1時30分～3時30分 日本古典文学研究家・山崎省次さん ☎8人程度(1歳～学齢前) ☎50人(申込順)

●夏休みでお疲れのママへ～イライラが優しさになる講座 子どもとパパの心にまっすぐ届く接し方をチャイルドカウンセラーがワークを交えて教

(土)、午前9時～午後5時 柴崎学習館 保若干名(1歳～学齢前) ☎50人(申込順) ☎電話で柴崎学習館 ☎(524) 2773へ

戦時下の砂川と食事情

当時の資料から戦時下の食事を再現。砂川の空襲についても学びます ☎8月18日(日)午前10時～午後1時 砂川学習館 立川民俗の会 会員・檜山泰子さん、多摩地域の戦時下資料研究会 会員・榎崎茂彌さん ☎500円(材料代) ☎20人(申込順) ☎エプロン、三角きん、ふきん ☎電話で砂川学習館 ☎(535) 5959へ

幸学習館 ☎(534)3076

いろいろな仕事のぞいちゃおう!～旅行会社編

いろいろな職業への理解を深める子ども対象講座。今回は旅行会社のお仕事について学び、自分だけのオリジナル



パンフレット作りを体験します。ハワイで人気のマラサダドーナツなどの試食も ☎小学3年生～高校生 ☎8月23日(金)午後2時～4時 幸学習館 旅行会社社員・三上富昭さん ☎400円(試食代ほか) ☎15人(申込順) ☎7月25日から 電話で幸学習館へ

市民企画講座

放射線を学ぶ

放射線問題について、科学的・医学的見地からの正しい理解を目指します。立川周辺の測定データもあります。第1部「放射線の人体への影響について」、第2部「放射線・放射能について」(予定)。たちかわ☆きらきらカード対象講座 ☎8月31日(土)午後1時～5時 女性総合センター 5階第3学習室 放射線医学総合研究所 研究員(専門:放射線防護)・島田義也さん、都立産業技術研究センター 上席研究員・武藤利雄さん、市環境対策課職員 ☎50人(申込順) ☎7月25日から 電話で生涯学習推進センター ☎(528) 6872へ

る一立川市指定文化財旧石井家の古文書・民具にみる民の暮らし②江戸城への鯛上納と武蔵野の人々 ☎8月30日(金)午後7時～9時 女性総合センター ①国文学研究資料館 准教授・青木睦さん ②同館 准教授・太田尚宏さん ☎180人(申込順) ☎7月25日から 電話で生涯学習推進センター ☎(528) 6872へ

夏休み工作体験「竹細工作り」

竹を使って紙鉄砲、けん玉、貯金箱などを作り、竹の性質や工作道具の使い方も学びます ☎市内在住の小学生以上の子どもの保護者の方(大人のみ参加可) ☎8月17日(土)午前10時～午後0時30分 歴史民俗資料館 立川民俗の会の皆さん ☎20人(申込順) ☎ハンカチや手ぬぐい、タオル ☎7月25日から 電話で歴史民俗資料館 ☎(525) 0860へ

えます。企画・運営はママサブリ ☎子育て中の女性の方 ☎9月10日(火)午前10時～正午 カウンセラー養成教室 主宰・あいのひろさん ☎10人程度(1歳～学齢前) ☎20人(申込順)

親子で参加 連れ去り防止教室

☎6歳くらい～小学校低学年と保護者 ☎8月9日(金)午後1時30分～3時 女性総合センター ☎20組(申込順) ☎電話で男女平等参画課 ☎(528) 6801へ

歴史民俗資料館の催し

企画展示「渋沢敬三からのメッセージ」関連講演会

国文学研究資料館(緑町10-3)で9月13日(金)～10月14日(祝)に開催される企画展示の関連講演会を行います。①「渋沢敬三からのメッセージ」展を語

東京多摩国体 スポーツ祭東京2013 国体推進室・内線3286



9月開催のスポーツ祭東京2013(第68回国民体育大会)に向けてさまざまなPR活動に取り組んでいます。

好評につき、ゆりーとのパンやクッキーなどを市役所で再販売します

ゆりーとのパンやクッキーなどを市内の社会福祉法人と協働し、市役所で販売します。製造、販売は「ベーカリー&カフェ BAKU BAKU」「ワークセンターまことくらぶLeaf」の各施設の利用者が担当します。パンにゆりーとの焼き付けをしたり、パ



ッケージにゆりーとや国体情報を貼り付けるなど、楽しい工夫をして販売します。直接会場へ☎7月29日(月)午前10時から(商品がなくなり次第終了) ☎市役所1階多目的プラザ

グランドデュオタイアップイベント「ゆりーとダンスを踊ろう！」

大会の開幕に向けてのPRイベントを立川駅ビル「グランドデュオ」とタイアップで実施します。キッズダンサーによるゆりーとダンスのほか、ガールズケイリン選手の増茂るこさんのトークショーやゆりーとグッズの配布も行います。直接会場へ☎8月10日(土)午後2時～3時 グランドデュオ4階