

講座

★マークは、たちかわ市民交流大学・市民推進委員会が主催する市民企画講座(たちかわ☆きらきらカード対象講座)

作る! 食べよう! ~トチの実もち&木の実を使った工作

たちかわエコパートナー認定講座 小学生(小学校1・2年生は保護者同伴、保護者は見学のみ) 時12月19日(土)午後1時~4時 場西砂学習館 都環境学習リーダー・高橋由蔵さん、山岸修子さん 費100円(材料代) 定20人(申込順) 特エプロン、三角巾、布巾、タオル 申11月10日(火)から西砂学習館 ☎(531)0431へ

フィンランドってどんな国? ~子育て&ムーミン

フィンランド出身の講師からフィンランドの暮らしや子育てに対する考え方、アニメ「ムーミン」の魅力をご紹介します 時12月19日(土)午前10時~正午 場女性総合センター 師東京農工大学特任准教授・坂根シルクさん 定40人(申込順) 保若干名(1歳~学齢前) 申11月10日(火)から生涯学習推進センター ☎(528)6872へ

簡単! おいしい! ビビンバと油で揚げない春巻!

地元野菜でおいしいビビンバと健康志向の春巻を作ります 時12月4日(金)午前10時~正午 場錦学習館 師生活の知恵を学ぶ会の皆さん 費600円(材料代) 定16人(申込順) 保5人程度(1歳~学齢前) 特エプロン、三角巾、布巾 申11月10日(火)から錦学習館 ☎(527)6743へ

国営昭和記念公園を100倍楽しむ講座

「自然観察員と巡る紅葉と初冬の里山」をテーマに、午前は座学、午後には自然観察員のガイドで、晩秋の紅葉と冬に向け装いを変える里山を散策します 時12月4日(金)午前10時30分~午後3時 場同公園 師同公園専属インタープリター(自然観察員) 費410円(入園料。65歳以上の方は210円) 定25人(申込順) 申11月10日(火)から錦学習館 ☎(527)6743へ

青年海外協力隊発足50周年パネル展&経験者トークイベント

開発途上国の抱える課題の解決に向けてボランティア活動を行う「青年海外協力隊」の経験者から活動していたアフリカでのお話を聞きます。活動紹介パネル展も同時開催。
●トークイベント 時12月12日(土)午前10時~正午 場柴崎学習館 青年海外協力隊OB・北島優さん 定40人(申込順) 申11月10日(火)から柴崎学習館 ☎(524)2773へ
●パネル展 直接会場へ 時12月11日(金)~17日(木)、午前9時~午後5時(14日(月)を除く) 場柴崎学習館 ☎(524)2773

30代から始める「枯湯ない財布」のつくり方

子育て世代のくらしエンジョイ講座。お金を無理なく増やしていく方法を学びます 時12月10日(木)午前10時~正午 場女性総合センター 師ファイナンスプランナー・平賀初恵さん 定30人(申込順) 保5人程度(1歳~学齢前) 特筆記用具 申11月10日(火)から生活安全課消費生活センター係(女性総合センター5階) ☎(528)6801へ

就職活動のためのメイクアップセミナー

履歴書用の写真や面接のためのメイクアップを学びます。終了後、就職相談会もあります(希望者のみ)。受講には、マザーズハローワークの登録が必要です。マザーズハローワーク立川と市の共催 時12月2日(水)午後1時30分~3時30分 場女性総合センター 定40人(申込順) 保9人(1歳~学齢前) 申11月10日(火)から直接、マザーズハローワーク立川(曙町2-7-16 鈴春ビル5階) ☎(529)7465へ

東京女子体育大学公開講座

●高校生講座「ソフトボール」 講師のデモンストレーションを交えながら基本技術を身につけます 時12月20日(日)午前10時~午後1時 師同大学講師・佐藤理恵さん、同大学ソフトボール部監督・細田きみ子さん
●高校生講座「バレーボール」 同大学バレーボール部員とプレーをし、個人技能およびチーム力向上を目指します 時12月20日(日)

午前9時~正午 師同大学准教授・今丸好一郎さん
いずれの講座も 場東京女子体育大学(国立市) 定各50人(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週間前まで申込順) 申講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、学年、性別、電話番号、学校名を書いて、はがきかファクス、Eメールで、東京女子体育大学地域交流センター(〒186-8668住所記入不要) ☎(572)4324 FAX(572)4317 E chiiki@twcpe.ac.jp 師市生涯学習推進センター ☎(528)6872

講演会「個性の個の字は孤独の孤の字」

今、話題の下重暁子さんが立川にやってきました 時12月12日(土)午後2時~3時30分 場女性総合センター 師作家・下重暁子さん 定180人(申込順) 申11月10日(火)から生涯学習推進センター ☎(528)6872へ



撮影：藤谷勝志

11月25日水

全国瞬時警報システム(J-ALERT)の試験放送を実施します

市は、「全国瞬時警報システム(J-ALERT)」を運用しています。これは、国が通信衛星を用いて発信する緊急地震速報や弾道ミサイル発射情報などを受信し、全国一斉に防災行政無線を自動起動させ、皆さんにお知らせするものです。11月25日(水)午前11時ごろ、このシステムの試験放送を行います。市内79か所に設置している防災行政無線のスピーカーから緊急一斉放送として全局で放送します。万が一に備えた試験放送の実施に、ご理解をお願いします。なお、当日の災害発生状況、気象状況により中止になる場合があります。

「これはテストです」×3回
「こちらは、ぼうさい立川市役所です」
〈チャイム〉

防災課 防災係・内線2531

市民伝言板

この欄の情報の連絡・交渉は当事者間で。市は関与しません。市民伝言板の申込書は広報課(市役所2階42番窓口)と各地域学習館等で配布するほか、市ホームページからダウンロード可。

まちのお知らせ

- 第9回演奏会 女声合唱団のんが主催。アカペラのミサ曲、「シューベルトの野ばら」「女人和歌連曲」「遥かなく歩み」など、名曲をお楽しみください。直接会場へ 時11月18日(水)午後6時30分開演 場いずみホール(JR西国分寺駅南口1分) 費1,000円 定376人(先着順) 場板谷さん ☎(523)5485
- リフォーム作品発表会~きものから 立川リフォーム友の会が主催。捨てる前のきものを作りかえた作品をご覧ください。直接会場へ 時11月24日(火)午後1時開演(午後0時30分開場) 場女性総合センター5階第3学習室 定60人(先着順) 場新保さん ☎(524)2824
- 川崎病の子供をもつ親の会懇談会 同会立川支部が主催。川崎病の最新医療情報を、会長を囲んで話し合います。直接会場へ 時11月28日(土)午後1時30分~4時30分 場女性総合センター5階料理実習室 定20人(先着順) 場崎間さん ☎(536)3344
- 今すぐ使える無料パソコン講座説明会 たちかわ若者サポートステーションが主催。若者の就職を応援する初級パソコン講座で、受講には説明会での登録が必要で 時15歳~39歳の在学も在職(アルバイトを含む)もしていない方 時11月13日・20日の金曜日、午前10時~正午 場同ステーション(柴崎町3-14-3) 定各12人(申込順) 申同ステーション ☎(529)3378
- 柴崎音楽祭 同実行委員会が主催。地域の音楽団体によるコンサート。コーラス、ハーモニカ、和太鼓、トーンチャイムなど、バラエティに富んだプログラムをお楽しみください。直接会場へ 時12月6日(日)午後1時開演(午後0時30分開場) 場さかえ会館 場長鶴さん ☎(535)9906
- ソフトボール審判員認定会 東京都ソフトボール協会が主催。ソフトボール競技の基本的なルール、審判員の動きなどを勉強します。午後は実技なので、運動のできる服装で 時15歳以上の方(男女不問) 時12月13日(日)午前9時~午後3時30分 場日本桜華高等学校(東村山市) 費6,000円(受講料のほかに、平成28年度の登録費3,000円を含む) 定80人(申込順) 場福留さん ☎(545)9756
- パソコンを楽しもう パソコン相談研究会が主催。初心者対象の講座を毎月4回開催しています。開催日時、内容などは高松、砂川学習館にあるチラシをご覧ください。パソコンを持参して直接会場へ 場高松学習館、砂川学習館 1回200円(テキスト代) 定16人(先着順) 場若月さん ☎090(6514)0764
- 借地借家問題セミナー 東京多摩借地借家組合が主催。ブラック地主・家主問題、底地買い、明け渡し、更新料等、借地借家の法律知識の学習会と相談会。直接会場へ 時11月20日(金)午後1時30分から 場子ども未来センター 定25人(先着順) 場細谷さん ☎(526)1094
- ジュニア育成バレーボール教室 東京都体育協会・立川市体育協会が主催。元全日本の多治見麻子さんを招いて、実技の講習を行います。直接会場へ 対小学生 時11月21日(土)午前9時30分から 場一小 場藤井さん ☎090(9379)1346

会員募集

- 柴崎健康体操 軽快な曲に合わせてストレッチや軽いリズム運動を行う健康体操。運動不足解消、健康増進に。誰でも無理なく楽しくできます 時①毎週金曜日午後7時30分~9時②毎週木曜日午後7時30分~9時③毎週土曜日午前10時~11時30分 場①柴崎会館 ②子ども未来センター③柴崎学習館 費2,000円 定10人(申込順) 申小佐野さん ☎(524)0430
- リズム気功リラックス 自然治癒力、

親子自転車教室

交通安全の話やDVDの上映のほか、自転車シミュレーターで交通规则や自転車の安全な乗り方を学びます。反射材用品のプレゼントのほか、自転車来場者で希望者には自転車マスタードライバー証を交付。立川警察署、立川国立地区交通安全協会と市の共催 時11月15日(日)午前10時~11時 場立川警察署(緑町) 定10組(申込順) 申11月14日(土)までに立川警察署交通総務係 ☎(527)0110へ 師市交通対策課・内線2280

生きもの調査入門~玉川上水でムシを観察しよう

玉川上水の自然観察会を行います。晩秋の昆虫観察のコツ、観察記録のとり方、スマートフォンで昆虫写真を撮る工夫などを学びます 時11月21日(土)午後2時~4時 場玉川上水駅南口集合 師ムシ探検隊・加藤禮子さん 定15人(申込順) 特動きやすく汚れてもよい服装、スマートフォン 電話、または氏名、連絡先を書いてEメールで環境対策課環境推進係・内線2243 E kankyoutaisaku@city.tachikawa.lg.jpへ

パピエ・ブラン絵画展

人物画研究会「パピエ・ブラン」がクローキヤや人物画を中心に、ファレ立川アートを題材にした風景画など、約80点を展示します。直接会場へ 時12月5日(土)~13日(日)、午前10時~午後6時(最終日は午後4時まで) 場たま

しんRISURUホール展示室 場ファレ立川アート再生実行委員会事務局(地域文化課)内線4501

餅つきと鏡餅作り

対小学生以上の市民の方 時12月13日(日)午前10時~午後1時 場歴史民俗資料館 師立川民俗の会の皆さん 費大人500円、子ども300円(材料代) 定30人(申込順) 特バンドナカスカーフ、エプロン、タオル 申11月10日(火)から歴史民俗資料館 ☎(525)0860へ

国立音楽大学新1号館見学&コンサート

国立音楽大学の校舎を見学し、第124回オーケストラ定期演奏会を鑑賞します 時11月25日(土)午後1時(未就学児参加不可) 時12月5日(土)午後1時(未就学児参加不可) 場国立音楽大学(柏町5-5-1) 定30人(抽選) 申11月24日(火)までに応募者全員(1申し込みにつき2人まで)の住所、氏名、電話(ファクス)番号、在学の方は勤務先名か学校名を書いて、ファクスかEメールで地域文化課 ☎(525)6581 E chiikibunka-t@city.tachikawa.lg.jpへ

サンサンロード・立川駅南口イルミネーション点灯式

冬の立川を彩るイルミネーションの点灯式を11月14日(土)に開催。直接会場へ

- Tachikawa 煌々 illumination ▶記念コンサート=大道芸人、クリスマスソング演奏 時午後3時~7時 ▶点灯式= 時午後5時30分から 場サンサンロード(曙町) 場あけぼの商店街振興組合 ☎(525)3222
- たちかわ輝イルミネーション 点灯式、点灯記念コンサート 時午後6時から 場「アレアレア2」3階 場TTM

例(同イルミネーション事務局) ☎(524)5787

シニア

二十三日サロン

認知症の方を介護するご家族や認知症に興味のある方などが自由に語り合えるサロンです。今回のテーマは「聞いてみよう隣の認知症介護」。直接会場へ 時11月23日(月・祝)午後1時30分~3時30分 場フェローホームズ森の家1階(富士見町2-36-43) 場フェローホームズ富士見相談センター ☎(526)1353

認知症訪問相談

自分自身や家族の認知症・もの忘れなどに悩んでいる方のお宅を訪問し、相談に応じます 時11月24日(火)午前10時~正午 定1組(申込順) 場高齢福祉課介護予防推進係・内線1472へ

介護予防教室

- アクティブ体操 体力アップを目指します 対65歳以上の市民の方 時①11月28日(土)午後1時30分~3時②12月2日(水)午後2時~3時30分(いずれかを選択) 場高松学習館 定各25人(申込順) 特動きやすい服装と、飲み物、タオル 申11月10日(火)午前9時から中部たかまつ地域包括支援センター ☎(540)2031へ
- 初めてのシニアヨガ教室 椅子に座ってできるヨガを学びます 対65歳以上の市民の方 時12月2日(火)午後1

時30分~3時 場子ども未来センター 師ヨガイストラクター・鷺沢美美さん 定15人(申込順) 特動きやすい服装、飲み物、タオル 申にしき福祉相談センター ☎(527)0321へ

「終の暮らし方」考えてみませんか~高齢者向け施設のあれこれ

老後の住まいとしてさまざまなタイプの施設・住宅があります。その内容と選び方を学びます 対市内在住の方 時11月27日(金)午後1時30分~3時 場子ども未来センター 師民間介護施設紹介センター職員 定30人(申込順) 申南部東はごろも地域包括支援センター ☎(523)5612へ

歩いて元気♪ウォーキング健康教室

いつまでも元気な体を保つための正しい歩き方を学びます 対市内在住の65歳以上の方 時11月26日(木)午後2時~3時30分 場柴崎学習館 師健康運動指導士・田中暁さん 定25人(申込順) 特動きやすい服装、飲み物、タオル 申南部西ふじみ地域包括支援センター ☎(540)0311へ

ふれあい作品展に出展しませんか

平成28年1月18日(月)~22日(金)に開催する「ふれあい作品展」の出展者を募集します。作品内容は書道、絵画、写真、文芸、造形など。1人2点まで 対市内在住の60歳以上の方 時12月8日(火)までに、各福祉会館で配布する所定の申込用紙に必要事項を書いて、立川市老人クラブ連合会(柴崎福祉会館内) ☎(521)3733へ

マイナンバー制度をかたった詐欺にご注意を!

マイナンバー制度をかたった詐欺被害が全国で報告されています。
《実際に報告された事例》
●「あなたのマイナンバーが漏えいしているため、取消料が必要」という電話があった。
●「マイナンバーの通知カードを代理で受け取る」という業者を名乗る女性が家を訪問し、書類に署名・押印を求められた。

不審な電話や訪問があった場合は、すぐに警察(110番)や、市役所に連絡してください。

場市民課・内線2951

表紙の男性は誰?

本紙1面に出演したのは、白井保険年金課長です。特定健康診査の主管課長として自ら撮影に挑みました。

一人でも多くの方に受診していただきたいという思いから出演しました。自ら健康管理をすることは、健康でいられる秘訣ともいえます。早期発見、早期予防!自分の体を過信することなく、毎年1回ご自身の健康を振り返るきっかけにしてください。

白井 保年課長 白井貴幸