



## 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)

## 市内文化財散歩～立川の古村を歩く

諏訪神社、普濟寺、満願寺跡などを散策します(約6km)都民の方(小学生以下は保護者同伴)時11月6日(日)午前9時30分～午後1時30分ごろ(小雨実施)JR立川駅南口集合、歴史民俗資料館解散文化財保護審議会委員・白川重敏さん20人(申込順)雨具、カメラ時10月10日(祝)から歴史民俗資料館(525)0860へ

## 東京女子体育大学公開講座「かんたんカレンダーブック」

版面でカレンダーを作ります!小学生以上時11月27日(日)午前10時～午後1時たまがわ・みらいパーク(旧多摩川小)師同大学准教授・渡邊洋さん1,000円(保険料、材料代)30人(抽選※)「カレンダーブック」、住所、氏名(ぶりがな)、年齢、性別、電話番号を書いて、はがき、ファックス、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-mail:chiiki@twcpe.ac.jpへ※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週間前まで申込順市民生涯学習推進センター(528)6872

## 生涯現役・にしそな塾「地元を学ぼう!～江戸時代から始まるふるさと」

企画・運営は西砂学習館運営協議会時11月20日(日)午後2時～4時西砂学習館(作家・鈴木茂夫さん)40人(申込順)時10月11日(火)から電話、または氏名、連絡先を書いてファックスで西砂学習館(531)0431へ

## 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。

## まちのお知らせ

●第26回子どもたちにはらっぽを!砂川秋まつり 砂川秋まつり実行委員会が主催。つなひき、バンド演奏、歌と踊り(飛び入り可)、フリーマーケットを楽しめましょう。直接会場へ。子どもの店を含め出店募集中時11月3日(木)午前10時～午後3時砂川秋まつりのひろば(砂川学習館前の道を南へ100m左側)ほか開催藤さん(524)9863  
●ジョイフル・アート展 ジョイフル・アートが主催。水彩、色鉛筆、パステル、油彩など、さまざまな画材を使って絵画制作を楽しんでいます。今回が初めてのグループ展です。直接会場へ時10月28日

## 消費生活講座

いずれも女性総合センター申10月11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

●今知っておきたい、これから変わる相続手続き 時11月8日(火)午前10時～正午師ファイナンシャルプランナー・太矢香苗さん30人(申込順)保5人程度(1歳～学齢前)

●立川産の野菜はおいしい 中華まんを手作りしてランチはいかが? 時11月16日(水)午前10時～午後0時30分師食とくらしと環境を考える会の皆さん600円(材料代)24人(申込順)保5人程度(1歳～学齢前)時エプロン、三角巾、布巾

## 身边な物からほのぼの灯り!～災害時に役立つ豆知識

家庭にある物で、いざというときに役立つ工夫を学びます時11月18日(金)午前10時～正午幸学習館師立川市災害ボランティアネット副代表・新井明子さん100円(材料代)筆記用具、色の付いていない空き瓶(なるべく背の高いもの)16人(申込順)时10月11日(火)から幸学習館(534)3076へ

## 思春期の健康講座

思春期の子どもたちのための性に関する正しい知識や情報を学びます。企画・運営はBody and Soul時11月19日(土)午後1時30分～3時30分女性総合センター師産婦人科医・丸橋和子さん20人(申込順)保5人程度(1歳～学齢前)時10月11日(火)から男女平等参画課(528)6801へ

## むかしのくらし体験～石臼と麦こがし作り

石臼体験と、昔のお菓子・麦こがしの作り方を学びます。直接会場へ時10月22日(土)午前10時～正午歴史民俗資料館師立川民俗の会の皆さん時歴史民俗資料館(525)0860へ

## クラシック音楽レクチャーコンサート

ガーシュインを中心としたアメリカ音楽をサクソフォーンや弦楽器のアンサンブルでお届けします。国立音楽大学協力時11月13日(日)午後2時～4時幸学習館師国立音楽大学教授・吉成順さんほか80人(申込順)保若干名(1歳～学齢前)時10月11日(火)から幸学習館(534)3076へ

## 日本経済の現状と今後～これからの景気と私たちの暮らしはどうなるのか?

## 「伊勢物語」を読む

古典から心のあり方を感じ取ります時11月24日、12月1日・8日の木曜日、午後2時～4時(全3回)高松学習館師元神戸大学大学院経済学研究科教授・山家悠紀夫さん1,500円(受講料)30人(申込順)保若干名(1歳～学齢前)時10月11日(火)から高松学習館(527)0014へ

## 性同一性障害への理解を深める講座「自分自身を取り戻すために」

## 在宅医療を考える

地域包括ケアシステムの理解と在宅医療を学びます時11月12日(土)午後1時30分～3時30分女性総合センター20人(申込順)保5人程度(1歳～学齢前)時10月11日(火)からましんRISURUホール師元東京女子医科大学看護学部教授・山元由美子さんほか20人(申込順)保若干名(1歳～学齢前)時10月11日(火)から生涯学習推進センター(528)6801へ

## NPO法人設立ガイド

NPOの意味や法人化の意義、手続きの流れなどを説明します時10月27日(木)午後7時～9時総合福祉センター500円(資料代)20人(申込順)市民活動センターたちかわ(529)8323へ

## 窓口サービスセンターが駅近くにリニューアルオープン

JR立川駅北口に直結した高層ビル「立川タクロス」1階に9月28日、窓口サービスセンターがリニューアルオープンしました。市長は「立川の利便性をますます高め、情報発信の基地としても運営していきたい」とあいさつしました。

約600平方メートルのフロアに住民票など証明書類発行や各種手続きの窓口のほかに多目的スペース、観光案内コーナーを設けました。



「駅に近く、すぐ便利になった」と利用者第1号の会社員、木村さん

## 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。電子申請はhttp://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/

## 40歳からの三日坊主見直し講座～体脂肪を脱GO!

ゆる体操と食事術で、生活習慣を見直すきっかけをつくります時40歳以上の市民で、医師から運動を禁止されていない方時11月15日・29日の火曜日、午前9時30分～11時30分(全2回)西砂学習館師運動指導者・斎本隆子さん、管理栄養士・中野裕子さん24人(申込順)時10月11日(火)から電話で健康推進課へ

## 地区健康フェアにご参加ください

身体測定や健康相談、骨密度測定、医師による講演会など。受け付けは終了30分前までです。直接会場へ。会場には駐車場がありません。上書き

●高松町ふれあい健康フェア 時10月16日(日)午前9時～午後2時

五小 ●錦町健康フェア 時10月23日(日)午前10時～午後2時

●柴崎町健康フェア 時10月30日(日)午前9時～午後1時30分

中一中

## 健康日程表

健康相談(個別予約制・電話で健康推進課へ)

●健康会館=10月20日(木)午後1時30分～3時

総合健康相談(保健師・管理栄養士が相談に応じます)

●健康会館=11月1日(火)午前9時30分～11時

栄養相談(管理栄養士が相談に応じます)

親と子の健康相談(午前9時30分～10時30分・直接会場へ)

●健康会館=10月26日(水)

砂川学習館=11月2日(水)

●健康会館=11月30日(水)

西砂学習館=12月7日(水)

保健師・助産師・心理相談員・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。

※心理相談員の相談は、原則予約制。空きがある場合は、当日受付可。

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

健診査は該当月齢の翌月です。対象者には、個別に通知します。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。次回日程についてはご相談を。

## 休日・夜間診療

休日急診診療所(内科・小児科)526)2004

健康会館1階時曜日～祝日午前9時～午後9時

歯科休日応急診療所527)1900

健康会館2階時曜日～祝日午前9時～午後5時

立川市小児救急診療室523)2677

共済立川病院内時曜日～水曜日～金曜日(祝日を除く)=午後7時30分～10時(受付時間)

24時間電話案内医療機関案内ひまわり

急救相談センター527)0303

521)2323

\*携帯電話・ブッシュ回線からは#7119も利用できます。

●ダンス 時11月8日、12月13日の火曜日、午前10時30分から各20人(抽選)

## 市民体育大会

申込方法、費用などは「立川市体育協会」のホームページをご覧ください。

●バスケットボール(小学生の部)

時11月5日(土)・6日(日)柴崎市民体育館開催

●バドミントン(地区対抗の部) 時11月6日(日)午前9時30分から泉市民体育館開催

●バドミントン(地区対抗の部) 時11月5日(土)・6日(日)立川市バドミントン協会・奥村さん(535)7226

## 市民体育大会の結果

●バスケット(ジュニアの部) 男子優勝=四中準優勝=八中第3位

位=朝鮮中女子優勝=三中準優勝=五中第3位=四中・八中合同チーム

立川市体育協会(534)1483

## 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

## オリンピック・パラリンピックと立川～東京1964から東京2020に向けて

東京1964大会の役員ジャケットや入場券、ピンバッジ、東京2020大会のパネルなど、オリエンピック・パラリンピックに関する資料を展示します時10月11日(火)～31日(月)午前8時30分～午後8時(土曜・日曜日は午後5時まで)窓口サービスセンター多目的スペース(立川タクロス1階)オリンピック・パラリンピック準備室・内線2680

## 山登り～実践のためのワンコイン講習会

東京都勤労者山岳連盟多摩西部地区連盟が主催。地図読みや応急手当などの座学と交流ハイキング。留守番電話には「山岳講習会申し込み(問い合わせ)」と氏名と電話番号を録音してください時10月15日(土)・16日(日)・22日(土)・座学は午後7時～9時、16日(日)は交流ハイキング(全4回)女性総合センターほか各回500円20人(申込順)野呂さん(3141)9189

## 会員募集

●認知症予防教室 三多摩健康友の会立川支部が主催。運動指導士による脳トレ体操、参加者同士の交流会など、6講座を毎月1回、6か月間開催します時毎月第3金曜日、午後2時～4時(全6回)初回は10月21日立川相互ふれあいクリニック(錦町1-23-4)30人(申込順)同支部(525)9393

4月に東京初のクラブチーム「たちかわサイクルサッカーライフ」が立川に発足し、毎週木曜・日曜日にたちかわ創造舎で活動しています。見学可開催期間(595)6347

## サイクリングサッカー・ドイツユニア選手団が競技を披露

9月21日、サイ

クルサッカー・ドイ

ツユニア選手団

が、たちかわ創

造舎でデモンスト

レーション競技を

披露しました。

サイクリサッ

カーラーは、ドイツをはじめとするヨーロッパで盛んに行わ

れていて、2対2で行い専用自転車に乗ってドリブルや

パス、シュートをするサッカーに似たスポーツです。

## 東京初のクラブチームが立川に

4月に東京初のクラブチーム「たちかわサイクルサッカーライフ」が立川に発足し、毎週木曜・日曜日にたちかわ創造舎で活動しています。見学可開催期間(