



10.10

平成29年(2017年)
月2回(10日・25日)発行

広報 たちかわ

ホームページ ● <http://www.city.tachikawa.lg.jp/>
 ツイッター (@tachikawa_tokyo) ● https://twitter.com/tachikawa_tokyo
 動画チャンネル (YouTube) ● <https://www.youtube.com/user/TokyoTachikawa>

【今号の主な内容】

- 2面 在宅医療・介護と認知症
- 3面 別府温泉につかりませんか
- 4面 平成30年度 入園・入学のご案内
- 5面 たちかわ読書ウィーク
- 6・7面 自転車はルールとマナーを守って利用しましょう
- 8・9面 健康/市民伝言板/講座/スポーツ
- 10・11面 催し/シニア/子ども/子育て/お知らせ/くらしの相談日程
- 12面 立川シティハーフマラソン

発行/立川市 編集/総合政策部広報課
 立川市役所 〒190-8666 立川市泉町1156-9
 Tel 042(523)2111 (代表) Fax 042(521)2653

市民と市政のつながりを“わ”で表しています

住みなれた このちいきで なかまや家族と わたしらしく暮らしたい

厚生労働省によると55歳以上の半数以上の方が、自宅で最期を迎えたいと答えています。その一方で実際には、病院で亡くなる方が7割を超えています。

市は、いつまでも住み慣れた環境で自分らしく生活を続けられるよう、在宅医療と介護連携の推進や、認知症施策に取り組んでいます。

☎高齢福祉課・内線1472

在宅医療・介護連携の推進

「自宅で療養生活を送りたいが、通院するのは難しい」などといった悩みはありませんか。市は、高齢になっても安心して自宅で医療を受けられるよう、相談窓口を設けているほか、市内の医療関係機関による在宅医療や介護に関する講座も開催しています。

認知症施策の推進

認知症は誰でもかかる可能性のある身近な脳の病気です。厚生労働省によると、平成37年には65歳以上の高齢者の5人に1人が認知症になると予測されています。市は、認知症の早期発見を支援し、相談窓口などを設けているほか、認知症サポーターの養成も行っています。

くわしくは2面へ



かたらい夢みらい

立川駅南口地区の区画整理は一昨年、約50年かかった事業の幕を閉じました。

市街地における区画整理は日本国内でも珍しい事業として注目を集めたと聞いています。この間、地権者をはじめ、関係する市民の皆さんのご苦勞は並み大抵のものではなかったと改めてご協力に感謝します。

区画整理によって生じた多摩都市モノレール立川南駅の南西にある角地(約2100㎡、うち都有地約1700㎡、市有地約400㎡)については、現在、駐輪場としてご利用いただいています。国分寺市にある東京しごとセンター多摩などが当地に移設されることになり、市と共同で多目的のビルを建設することとなりました。

現在の駐輪場は来年6月末で一時的に閉鎖することから、近隣の施設を利用していただくこととなります。

新たに建設するビルについては、東京都の施設や市営駐輪場エレベーターのほか、市が独自に利用可能なスペースも確保しています。多摩地区の中心都市としての矜持を持ち地域全体を力強く盛り上げていけるような設えをしなければならぬと考えています。

立川市長 清水庄平

東京都最低賃金は、10月1日から時間額958円に改正されました。東京都内で働くすべての労働者に適用されます。東京労働局労働基準部賃金課 ☎03(3512)1614

特集 在宅医療・介護と認知症

住み慣れた地域でいつまでも私らしく

市は、いつまでも住み慣れた環境で生活を続けられるよう、在宅医療と介護連携の推進や、認知症施策に取り組んでいます。今号では相談窓口や講座などを紹介します。

病気になるっても住み慣れた家で暮らしたい



治療や在宅医療について学べる講座

市内の医療関係機関が主催する講座を紹介します。
 ● 伝え上手な患者になる〜後悔しない治療のために 10月12日(木)午後1時30分〜3時30分
 多摩立川保健所(羽衣町2-63) 師医師・平松類さん(定)80人(申込順) 申多摩立川保健所 ☎(524)5171-1
 ● 今知っておこう! 高齢・認知症になったら困ること 11月11日(土)午後2時〜4時 共済立川病院(錦町4-2-22) 師医師・宮下光弘さん、外口崇さん



定70人(申込順) 共済立川病院 ☎(524)2438-8

大動脈瘤または大動脈解離と診断されたら 11月13日(月)午後1時30分〜3時30分 災害医療センター(緑町3256) 師医師・新野哲也さん、森本公平さん(定)100人(申込順) 災害医療センター ☎(526)5511-1

住み慣れた地域でいきる 直接会場へ 12月16日(土)午後1時30分〜4時30分 女性総合センター1階ホール 師東京都健康長寿医療センター・新開省二さん(定)196人(先着順) 市高齢福祉課在宅支援係・内線1479

この講座は自治会や職場、学校などで、年齢や人数を問わず開催できます。開催を希望する方は各地域包括支援センター、または市高齢福祉課にお問い合わせください。

認知症かも?と心配になったら

自宅で簡単! 「認知症簡易チェックサイト」 認知症は早期の診断と適切な治療が大切です。このサイトは、質問に答えるだけで、簡単に認知症のチェックができます。くわしくは、市ホームページをご覧ください(左2次元コードからアクセス可) 市高齢福祉課高齢者事業係・内線1473

認知症の方を地域で支えよう

認知症サポーター養成講座 認知症の正しい知識と、認知症の方と接する際の心づかいについて学びます。受講した方にはオレジンリングをプレゼント。直接会場へ 10月21日(土)午前11時〜午後0時30分 10月21日(土)午前9時〜10時30分 11月15日(水)午前10時〜正午 1 砂川園(上砂町5-76-4) 2 至誠キートンホーム(幸町4-14-1) 3 定35人 2 各30人(申込順) 1 定1北部西かみすな地域包括支援センター ☎(536)9910 2 3 北部中さいわい地域包括支

認知症相談会 「物忘れがひどくなった」「家族の様子がおかしい」「どこで受診すればいいの」など、本人や家族の不安や疑問を、専門の医療相談員に相談できます。 10月25日(水) 幸福社会館 11月22日(水) 総合福祉センター、いずれも午前10時〜正午(1組40分) 市高齢福祉課介護予防推進係・内線1471-1



認知症の方やその家族の方などのために

● 認知症カフェ、認知症サロン 認知症の方や家族、地域の方、支援者、専門職などが集まり、自由にお話ができます。 23夜サロン 認知症の方を介護する家族などが自由に意見交換ができます。 市高齢福祉課介護予防推進係・内線1471

「在宅医療・介護サービス資源マップ/認知症ガイド」を郵送予定

表面は、在宅医療や介護の関連施設を紹介する「在宅医療・介護サービス資源マップ」で、裏面は、認知症の予防や、進行状況に応じた支援・サービスなどを紹介する「認知症ガイド」になっています。10月下旬に、市内の65歳以上の方がお住まいの世帯に郵送する予定です。 市高齢福祉課介護予防推進係・内線1472

ご存じですか? 地域包括支援センター、福祉相談センター

地域包括支援センターと福祉相談センターは、高齢者が安心して生活できるように設けられた総合相談窓口です。福祉や医療、介護予防、権利擁護などについて、専門職が関係機関と連携しながら支援します。自分や家族、ご近所の高齢者について気になることがあれば、お近くのセンターに相談してください。

市内2か所に認知症地域支援推進員がいます

認知症に関する相談や支援などについて、関係機関と連携を図って対応する認知症地域支援推進員を配置しています。配置先は、南部西ふじみ地域包括支援センターと北部中さいわい地域包括支援センター(右表★)です。



●地域包括支援センター(表1)

担当地域	名称	電話番号	ファクス
南エリア	富士見町、柴崎町	南部西ふじみ地域包括支援センター★	☎(540)0311 Fax(548)1747
	羽衣町、錦町	南部東はごろも地域包括支援センター	☎(523)5612 Fax(523)5613
	高松町、曙町、緑町	中部たかまつ地域包括支援センター	☎(540)2031 Fax(522)1636
北エリア	幸町、柏町、砂川町、泉町	北部中さいわい地域包括支援センター★	☎(538)2339 Fax(538)1302
	若葉町、栄町	北部東わかば地域包括支援センター	☎(538)1221 Fax(538)1222
	上砂町、一番町、西砂町	北部西かみすな地域包括支援センター	☎(536)9910 Fax(536)9953

●福祉相談センター(表2)

名称	電話番号	ファクス
にしき福祉相談センター	☎(527)0321	Fax(527)0322
かみすな福祉相談センター	☎(537)7799	Fax(536)7182
にしすな福祉相談センター	☎(531)5550	Fax(531)3451



11月1日水別府温泉に つかりませんか

無料



昨年4月の熊本地震の際、立川市から別府市へ支援物資を送りました。別府市では、震災後の観光客減少時に支えてくれた全国の皆さんへ感謝を届ける「ありがとうの気持ちをカタチに。『別府温泉の恩返し』事業」を今年4月から実施しています。その一環として立川市民への恩返しのため、温泉を柴崎福祉会館に運んでいきます。当日は別府市長も来館します。ぜひご来館ください。

対市民の方（柴崎福祉会館は60歳以上の方、ひとり親家庭の方、心身に障害のある方を対象にしています。当日のみお風呂はどなたでも無料でご利用できます。



別府温泉の恩返し
柴崎福祉会館 ☎(523)4012

衆議院議員選挙

最高裁判所裁判官国民審査

投票日 **10月22日** 午前7時～午後8時

●選挙公報を10月20日(金)までに全戸配布します 届かない場合は、配布委託先の(株)トーカンエクスプレス ☎03(3364)8566にご連絡ください。

●期日前投票 投票日当日に、投票所に行くことができない方は、次の場所と日程で期日前投票ができます。投票所入場整理券が届いている場合はご持参ください。

場所	日時
市役所 1階101会議室	10月11日(水)～21日(土) 午前8時30分～午後8時
窓口サービスセンター(立川タクロス1階)多目的スペース	10月17日(火)～19日(木) 午前8時30分～午後8時

●次の制度のご利用を 事情により投票が困難な方のために▶郵便等投票▶代理投票▶点字投票の制度があります。また、旅行先などで投票できる不在者投票の制度もあります。

くわしくは、「くらしとせんきょ」10月10日号、市ホームページをご覧ください。

立川市選挙管理委員会事務局・内線1640

市職員を募集

平成30年度採用の職員を募集します。市は立川市や公務員の仕事に興味のある方、民間企業志望の方などに広くチャレンジしていただくために、公務員試験対策が不要な試験(能力試験)を実施しています。くわしくは人事課(市役所2階52番窓口)と窓口サービスセンター(立川タクロス1階)で10月10日(火)から配布する試験案内をご覧ください(市ホームページからダウンロードも可)。

市議会定例会が閉会

平成29年第3回市議会定例会は、9月4日～27日の会期で開かれました。この議会に市が提出した議案19件は原案通り可決・認定・同意されました。

内訳は、▽決算7件▽平成28年度立川市一般会計歳入歳出決算など▽条例6件▽立川市特定空家等の適正管理に関する条例など▽補正予算5件▽平成29年度立川市一般会計補正予算(第4号)など▽人事1件▽立川市監査委員の選任についてなどで。このほか、委員会提出議案1件、議員提出議案(決議)1件が審議され可決されました。また、

た請願2件、陳情2件が採択、請願1件、陳情2件を継続しました。なお、次回の定例会は、11月30日(木)から開会予定です。 立川市議会事務局・内線3322

市長と語ろう！市長との意見交換会 開催日の変更

「広報たちかわ」9月10日号・25日号でお知らせした「市長と語ろう！意見交換会」の一部の日程について、衆議院議員選挙の投・開票日と重なるため、次の通り変更します。その他の日程については、予定通り行います。いずれも直接会場へ。

- 地域別 変更前 10月22日(日)午前10時～11時30分 幸学学習館 変更後 11月11日(土)午前10時～11時30分 幸学学習館
- 子育て世代対象 変更前 10月22日(日)午後1時30分～3時 子ども未来センター 変更後 11月11日(土)午後1時30分～3時 子ども未来センター

公開する会議日程

- 申請は申込制(申込順)。そのほかは直接会場へ(先着順)。
- 建築審査会 10月17日(火)午後2時から 市役所2階210会議室 5人 建築指導課 庶務係・内線2331
- 申請・子育て・たちかわ子ども21プラン推進会議 10月17日(火)午後6時30分から 市役所2階205会議室 5人 子育て推進課 子育て推進係・内線1340
- 多文化共生推進委員会 10月19日(木)午後7時から 市役所2階210会議室 5人 国際協働推進課 多文化共生係・内線2632

月19日(木)午後7時から 市役所2階210会議室 5人 国際協働推進課 多文化共生係・内線2632

- 申請書館協議会 10月20日(金)午後2時から 中央図書館 4階会議室 5人 中央図書館 ☎(528)6800
- 男女平等参画推進審議会 10月20日(金)午後7時から 女性総合センター5階第2学習室 5人 男女平等参画課 ☎(528)6801
- 生涯学習推進審議会 10月23日(月)午後7時から 女性総合センター5階第2学習室 5人 生涯学習推進センター ☎(527)5757
- 介護保険運営協議会(計画策定等調査検討会) 10月24日(火)午後3時から 市役所2階208・209会議室 10人 介護保険課 介護給付係・内線1440
- 防災会議 10月25日(水)午前9時30分から 市役所3階302会議室 10人 防災課・内線2535
- 農業委員会総会 10月25日(水)午後3時から 市役所2階208・209会議室 4人 農業委員会事務局・内線2654

●立川市障害のある人もない人も共に暮らしやすい立川をつくる条例(仮称)策定検討委員会 10月26日(木)午前9時30分から 市役所3階302会議室 10人 障害福祉課・内線1516 ☎(526)8676 shougafu@city.tachikawa.lg.jp

- 総合教育会議 10月26日(木)午後3時30分から 市役所2階208・209会議室 20人 企画政策課・内線2691
- 都市計画審議会 11月1日(水)午後3時から 市役所1階101会議室 10人 都市計画課 都市計画係・内線2365

●自転車等駐車対策協議会 10月27日(金)午前10時から 市役所2階209会議室 5人 交通安全対策課 自転車対策係・内線2285

●文化財保護審議会 10月27日(金)午後6時から 歴史民俗資料館会議室 6人 生涯学習推進センター 文化財係 ☎(525)0860

- 職員倫理審査会 10月30日(月)午後1時から 市役所2階210会議室 5人 人事課 人事係・内線2574
- 地域福祉推進委員会・第4次立川あいあいプラン21推進検討委員会 合同会議 10月31日(火)午前10時から 市役所2階208・209会議室 5人 福祉総務課 地域福祉推進係・内線1492
- 国民健康保険運営協議会 11月1日(水)午後1時30分～3時 市役所2階208・209会議室 15人 国民健康保険年金課 業務係・内線1390

●申請・子育て・たちかわ子ども21プラン推進会議 10月17日(火)午後6時30分から 市役所2階205会議室 5人 子育て推進課 子育て推進係・内線1340

●申請・子育て・たちかわ子ども21プラン推進会議 10月17日(火)午後6時30分から 市役所2階205会議室 5人 子育て推進課 子育て推進係・内線1340

●申請・子育て・たちかわ子ども21プラン推進会議 10月17日(火)午後6時30分から 市役所2階205会議室 5人 子育て推進課 子育て推進係・内線1340

今月の納期 10月31日(火)

市・都民税第3期分 国民健康保険料第4期分 後期高齢者医療保険料第4期分 介護保険料第4期分

納付書裏面等に記載の場所で納付してください
市税=収納課管理係・内線1240、国民健康保険料=保険年金課賦課係・内線1416、後期高齢者医療保険料=保険年金課賦課係・内線1406、介護保険料=介護保険課介護保険料係・内線1446

平成30年度

幼稚園・小学校 入園・入学のご案内

幼稚園

私立幼稚園園児を募集

市内の私立幼稚園では、平成30年4月に入園を希望する園児を募集します。

案内書の配布

10月15日(日)から、くわしくは各幼稚園へお問い合わせください

入園申込

11月1日(水)から各幼稚園で入園支度金貸付制度

入園支度金貸付制度

平成30年度に幼稚園に入園するお子さんの保護者に、無利子で入園支度金を貸し付けます。

貸付額

7万円 返済期間 平成30年1月～10月(月7000円)

申込方法

申請書(保育課(市役所1階22番窓口))と各幼稚園で配布)に必要事項を書いて、直接保育課へ

申込期間

10月23日(月)～11月8日(水) [土曜・日曜日、祝日を除く]に同課へ提出してください。

園保育課

内線 1322

小学校

就学時健康診断を11月に実施

平成30年度に小学校へ入学するお子さんを対象に就学時健康診断を行います(11月2日(木)～30日(木))。対象の方には通知書と保健調査票などを10月中旬に送付します。

当日は保護者が付き添いの上、指定された学校の会場へ。

通知書が届かない場合や、指定日に会場へ行けない場合はご連絡ください。

持ち物

保健調査票(A面)

のみ記入) 就学時健康診断票
▽「黄色い帽子」の調査票
▽母子手帳
▽筆記用具
▽上履き
▽靴を入れる袋

園学務課学務保健係・内線 2516

よりよい支援をつなぐ

「就学支援シート」の活用を

市は、平成30年度に市立小学校に入学するお子さんと、友達との関わり方や集団活動、健康面等について、学校生活での配慮や支援を希望するお子さんを対象に、「就学支援シート」の活用をお勧めしています。

シートの活用を希望する保護者の方が、幼稚園・保育園・療育機関などの協力を得て作成し、教育委員会を通して就学先の小学校へ届けます。

小学校では、シートの内容をもとに個別指導計画等を作成し、お子さんがより適切な環境で学校生活を送ることができるよう配慮します。

「就学支援シート」は、教育支援課(子ども未来センター1階)のほか、市内の幼稚園・保育園で配布しています(市ホームページからダウンロードも可)。

提出

12月28日(木)までに直接、教育支援課へ

受付時間 午前9時～午後5時(日曜日、祝日を除く)。提出期限に間に合わない場合は、お問い合わせください。

園教育支援課

☎(527)617

若葉台小開校に向けた説明会

けやき台小学校と若葉小学校が統合し、平成30年4月に若葉台小学校が開校します。

開校に向け、若葉小学校に建設する仮設校舎や、新しくなる通学路の安全対策などについて、両校の保護者、若葉台小学校に入学予定の未就学児の保護者、近隣にお住まいの方を対象とした説明会を開催します。

直接会場へ。車での来場はご遠慮ください。説明会で説明する内容は同じものですので、どちらにお越しいただいてもかまいません。

時・場 若葉小体育館 10月16日(月)午後7時～9時
けやき台小体育館 10月21日(土)午後3時～5時

園教育総務課・内線 2474

多文化共生都市宣言記念シンポジウム

市は2016年12月に、国籍や民族などの異なる人々が、文化のちがいを互いに尊重し、共生する地域社会の実現を目指して「多文化共生都市宣言」を行いました。

この宣言をきっかけに、外国にルーツを持つ市民が、さまざまな分野で活躍できる多文化共生都市の実現について考えます。

直接会場へ

10月21日(土曜日)午後1時30分～4時
たましんRISURUホール小ホール
明治大学教授・山脇啓造さん 定員200人

(先着順)

園

たかわ多文化共生センター

土砂災害警戒区域等の指定に関する説明会

今年度、市内に土砂災害警戒区域等が指定されます。

この指定は、土砂災害のおそれがある箇所の基礎調査に基づき、東京都が行うものです。

指定に先がけて、都と市による説明会を開催します。

直接会場へ。車での来場はご遠慮ください。

時 11月2日(木)午後7時から
柴崎学習館ホール
園防災課・内線 2535

都営住宅(直接受付)の入居者募集

募集住宅 病死等の発見が遅れた住宅など
対象世帯 10月11日(水)午前9時30分～午後4時
10月12日(木)・13日(金)、午前9時30分～午後4時
10月14日(土)午前9時30分～正午

①のうちの、1回のみ申込可) 受付・抽選場所 ①都庁第二本庁舎(新宿区西新宿2-1-1)

受付

抽選日時 10月24日(火)午後9時30分

園 東京都住宅供給公社募集センター ☎03(3498)8894

市住宅課・内線 2558

立川体験 スタンプラリー

市内の行政・研究機関のイベントを回るスタンプラリー。スタンプを集めた方には抽選で賞品をプレゼントします。

園 立川観光協会 ☎(527)2700



(写真はイメージです)

ラリーポイント	イベント内容	日程
立川中央図書館	たちかわ読書ウィーク(10月27日～11月9日)	10月14日(土)～11月23日(木・祝)
国営昭和記念公園(花みどり文化センター)	だれでも体験プログラム	10月14日(土) 11月18日(土) 11月23日(木・祝)
海上保安試験研究センター	2017海保フェアin立川	10月14日(土)
立川拘置所	第8回たちかわあすなろフェスタ	
国文学研究資料館	伊勢物語のかがやき～鉄心斎文庫の世界	10月14日(土)
統計数理研究所	子ども見学デー2017	
国立極地研究所	南極・北極科学館!	
国立国語研究所	「ことば」展示	11月18日(土)
多摩都市モノレール(株)	多摩モノまつり2017	
東京消防庁立川都民防災教育センター(立川防災館)	楽しみながら防災体験	11月23日(木・祝)
陸上自衛隊立川駐屯地	立川防災航空祭	
立川警察署	交通安全・防犯・防災	

プラスチックは資源です

プラスチックに異物や汚れがあるとリサイクルできません。収集もできません。



プラスチックに異物を混入させないでください

- ◆おむつ 燃やせるごみ 「おむつ」と書いて45リットルまでの透明、または半透明の袋
- ◆食べ残し・割りばし・つまようじ 燃やせるごみ 専用袋(黄色)
- ◆乾電池 有害ごみ 「有害ごみ」と書いて45リットルまでの透明、または半透明の袋
- ◆ほぼプラスチックできている製品 (ねじ等のついたおもちゃ) 歯ブラシ等 燃やせないごみ 専用袋(緑色)

くわしくは「資源とごみの分別ハンドブック」をご確認ください。園ごみ対策課 ☎(531)5518

第12回 たちかわ読書ウィーク

～いつでもそばに本を～

10/27(金)～11/9(木)

期間中は各図書館で楽しいイベントを開催します。今号では申込制のイベントを紹介します。



中央図書館

第37回立川地域文庫まつり「武田美穂さんの読みきかせ&キラキラバッジをつくろう!!」

がんこちゃんをはじめ、絵本作家である武田さんの作品のキャラクターのバッジを作ります。原画展も同日開催(午前10時～午後1時30分)。原画展のみ直接会場へ対4歳以上(未就学児は保護者同伴)時11月5日(日)午後1時30分～3時場中央図書館4階会議室定30人(申込順)申10月11日(水)から中央図書館 ☎(528)6800へ



図書館を利用した情報検索～インターネットと図書資料を使って

情報の探し方をパソコンで実習します。レファレンス室の資料やデータベースも紹介します時10月19日(木)▷初歩的な情報検索＝午前10時～正午▷健康・医療情報＝午後2時～4時場中央図書館定各5人(申込順)申10月11日(水)から中央図書館 ☎(528)6800へ

柴崎図書館

第3回柴崎図書館ビブリアバトル

テーマに沿っておすすめ本を紹介しあう書評合戦です。1人5分間でおすすめ本を紹介し、参加者が一番読みたくなった本を投票で決めます。今回のテーマは「学ぶ」です対①バトル＝大学生以上の方②観覧者＝年齢制限なし時10月29日(日)午後2時～3時30分場柴崎図書館定①5人②15人(いずれも申込順)申10月11日(水)から柴崎図書館 ☎(525)6177へ



上砂図書館

ぬいぐるみおとまり会

お気に入りのぬいぐるみを図書館でお泊りさせてみませんか。11月3日(金・祝)にぬいぐるみをお預かりして、翌日にぬいぐるみが楽しく図書館を利用している写真と一緒にお返しします対小学生以下時11月3日(金・祝)～4日(土)場上砂図書館定15人(申込順)申10月11日(水)から上砂図書館 ☎(535)1531へ



幸図書館

図書館員が教える!本のフィルムカバーかけ講座

フィルムカバーをかけることで大切な本を長持ちさせることができます。フィルムカバーかけ体験と、図書館での本の修理方法について話を聞きます対中学生以上の方時10月28日(土)午後2時～3時30分場こぶし会館費100円(材料代)定10人(申込順)申10月11日(水)から幸図書館 ☎(536)8308へ

多摩川図書館

トリックアート工作会

部屋の左右で高さが違って見える「エイムズの部屋」を作って不思議世界を体験します。小さい子には「くまパン」の塗り絵コーナーも対4歳以上時10月28日(土)午後2時～3時30分場多摩川図書館定15人(申込順)申10月11日(水)から多摩川図書館 ☎(525)6905へ



クロスステッチ刺しゅうで簡単!おしゃれな和柄コースターづくり

クロスステッチの技法でオリジナルの和柄コースターを作る初心者向けの講座です対18歳以上の方時11月4日(土)午後2時～3時30分場多摩川図書館定5人(申込順)申10月11日(水)から多摩川図書館 ☎(525)6905へ



高松図書館

インターナショナル・ゲームズ・ウィーク@高松図書館

インターナショナル・ゲームズ・ウィーク(図書館でゲームを楽しむ全世界同時開催のイベント期間)にあわせて、図書館員とボードゲームで遊びます対10歳以上の方(10歳未満は保護者同伴で参加可)時10月29日(日)午後1時～5時場高松学習館定20人(申込順)申10月11日(水)から高松図書館 ☎(527)0015へ



錦図書館

源氏語り～源氏物語原文を音読で聞く

源氏物語を身近に感じられるよう平安装束を身にまとった講師が原文を朗読します対中学生以上の方時11月4日(土)午後2時～4時場錦学習館師しづの源氏語りの会・友家しづさん定70人(申込順)申10月11日(水)から錦図書館 ☎(525)7231へ



その他の催しは

各図書館で配布するパンフレットが市ホームページをご覧ください(下2次元コードからアクセス可)。申し込みが不要な催しは、「広報たちかわ」10月25日号でお知らせします。



自転車はルールとマナーを守って利用しましょう

ルールを守って安全に

自転車は気軽に利用できる乗り物ですが、ちょっとした気の緩みが重大事故につながることもあります。交通ルールを守って安全に利用しましょう。

交通対策課交通企画係・内線2279

放置はやめて、楽しく、便利に

放置自転車などは、歩行者や緊急車両の通行の妨げになるだけでなく、まちの景観も損なえます。自転車駐車をご利用ください。また、レンタサイクルなども活用しましょう。

交通対策課自転車対策係・内線2285

スクエアドストレイト方式による交通安全教室



スタントマンによる交通事故の再現を間近で見ること、事故の恐怖を疑似体験し、交通安全への意識を高めています。今年度も中学校3校で行います。

自転車安全運転免許証交付

市内の小学3年生を対象にPTA、立川国立地区交通安全協会の方々と連携して、自転車の安全な乗り方や交通ルールなどの講習を行っています。試験の合格者に運転免許証を交付します。



自転車安全運転免許証(見本)

見直そう! 自転車運転のルール

自転車は車道が原則

自転車が歩道を通行できるのは、歩道通行可の標識(右図)がある、運転者が13歳未満、70歳以上、体の不自由な方、交通状況がやむを得ない場合のみです



車道は左側を通行

右側通行は禁止されています



歩道は歩行者優先

車道寄りを徐行し、歩行者の通行を妨げるような場合は一時停止しましょう



安全ルールを守る

①飲酒運転禁止②二人乗り禁止③並進禁止(並進可の標識がある場合を除く)④夜間のライト点灯⑤信号順守⑥交差点での一時停止と安全確認



子どもはヘルメット着用

13歳未満の子どもにはヘルメットをかぶらせるようにしましょう



そのほかのルール違反

▶運転中の携帯電話やイヤホンなどの使用▶傘さし運転



自転車保険にご加入を

自転車事故を起こすと、刑事上の責任(懲役や罰金など)を問われたり、多額の損害賠償などを請求される場合があります。万が一に備えて、自転車保険にご加入しましょう。

●TSマーク付帯保険 自転車安全整備店で購入、点検・整備をした自転車に貼付されるTSマークには、損害賠償保険・傷害保険が付帯されています。補償期間は点検・整備してから1年間です。



●その他の保険 自分のけがに備える傷害保険、事故による損害賠償に備える損害賠償保険があり、コンビニエンスストアやインターネットでの手続きで手軽に加入できるものもあります。また、既に加入している自動車保険等の特約として加入できる場合もあります。

くわしくは、各保険会社や代理店等へお問い合わせください。

駅前放置自転車クリーンキャンペーン ~放置ゼロ キレイな街で おもてなし

10月22日(日)~31日(火)、都内全域で一斉に駅前放置自転車クリーンキャンペーンが実施されます。その一環として、市は10月23日(月)にJR立川駅南北自由通路で立川警察署ほか関係機関・団体と協働で自転車のマナー向上を呼びかけます。

また、10月23日(月)~25日(水)、JR立川駅南北の商店会などと協働で「立川駅周辺放置自転車クリーンキャンペーン」を実施します。駅周辺で自転車等駐車場マップなどを配布するほか、自転車の放置防止を呼びかけます。



T-BIKE(レンタサイクル)始めました

電動でラクラク

市内有料自転車等駐車場の指定管理者がレンタサイクルを始めました。駅から近い貸出場で、観光やショッピングに便利です。くわしくは「T-BIKE立川」のホームページをご覧ください。



▶受付・貸出場所=立川駅北口西地区有料自転車駐車場(立川タクロス2階)▶車種、台数=電動アシスト自転車、10台▶営業=24時間年中無休▶料金(税込)=6時間500円、12時間800円、24時間1,100円▶自転車安全ビデオを視聴して会員登録した場合、100円割引が受けられます▶時間超過の場合は、1時間ごとに100円が加算されます。

立川駅南口第二有料自転車等駐車場を一時閉鎖します

都と市の合同施設建設に伴い、立川駅南口第二有料自転車等駐車場は、平成30年6月30日(土)をもって一時閉鎖予定です。

ご利用の皆さんには、閉鎖期間中ご不便をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。定期利用の方には、周辺に代替駐輪場を確保しご案内します。今後のくわしいスケジュールは、現地での掲示や「広報たちかわ」、市ホームページ等を通じてお知らせします。



放置自転車などは撤去します

市は、各駅周辺を自転車等放置禁止区域に指定しています。放置禁止区域内に放置された自転車などは、警告札を貼り付け後、撤去します。



●撤去された自転車などは2か月以内に引き取りを 撤去した自転車などは、砂川自転車等保管所で保管します。告示から2か月間、引き取りがない場合、条例に基づいて処分します▶返還時に撤去手数料がかかります(自転車は2,000円)▶砂川自転車等保管所=(砂川町5-16-1)☎(535)5411

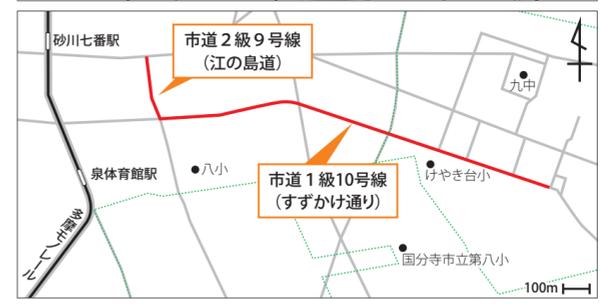
●自転車などが盗難に遭った場合はすぐに盗難届の提出を 盗難に遭った自転車などがその後撤去された場合は撤去料が免除されます。免除されるのは、撤去前日までに交番・警察署に盗難届を提出し、受理されたもののみです。

自転車走行空間等設置工事を実施します

身近な交通手段である自転車の活用が、交通、環境、健康増進等において重要な課題となっています。今後の自転車活用の取り組みにあたり、自転車が安全で快適な交通手段として利用しやすくなるよう、環境整備を進めます。

車両である自転車は車道走行が原則です。これに基づいて、自転車ナビマークや自転車ナビラインを施工します。

整備路線は、市道1級1号線(立川南通り)の約3.5km(昭島市境から国立市境まで)と、市道1級10号線(すずかけ通り)等の約1.8kmです。



ルール違反をすると

信号無視、一時不停止、酒酔い運転など、危険な違反行為を繰り返し行った場合、自転車運転者講習の受講が義務付けられます▶受講時間は3時間で、受講手数料5,700円▶命令に従わなかった場合は、5万円以下の罰金

第10次立川市交通安全計画を策定しました

市は、交通事故のない安心・安全な都市を目指し、第10次立川市交通安全計画を策定しました。

交通安全計画とは、交通安全対策基本法に基づき、交通安全対策の総合的な推進を図るため、行政と関係機関が一体となって各種施策の実施に取り組むものです。

第10次立川市交通安全計画では、重点

課題を高齢者と歩行者の交通安全の確保、自転車の安全利用の促進と定め、平成32年までに年間の交通事故死者数をゼロとすることを目指すとしています。

本計画は、市ホームページ、各地域学習館、各図書館、市政情報コーナー(市役所3階)でご覧になれます。

健康

申・問健康推進課(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内) ☎(527)3272 ☎(521)0422へ。電子申請はHP <http://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/>

地域健康教室「40歳からの三日坊主見直し講座」

簡単な体操と食事術で、生活習慣を見直すきっかけづくりをします。40歳以上の市民で、医師から運動を制限されていない方。11月16日・30日の木曜日、午前9時30分～11時30分(全2回) 場 砂川学習館 師 管理栄養士・土屋勇人さん、運動指導者・深見有子さん 定 24人(申込順) 申 10月10日(火)から電話で健康推進課へ

地区健康フェア

体力測定や健康相談、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。持上履き



- 高松町ふれあい健康フェア 時10月15日(日)午前9時～午後2時 場五小
- 柴崎町健康フェア 時10月29日(日)午前9時～午後1時30分 場一中

休日・夜間診療

保険証を忘れずに

休日急患診療所(内科・小児科)

☎(526)2004

健康会館1階

▷日曜・祝日=午前9時～午後8時45分(受付時間)

歯科休日応急診療所

☎(527)1900

健康会館2階

▷日曜・祝日=午前9時～午後4時45分(受付時間)

立川市小児救急診療室 ☎(523)2677

共済立川病院内

▷月曜・水曜・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」 ☎03(5272)0303

救急相談センター ☎(521)2323

※携帯電話・プッシュイン線からは

☎#7119も利用できます。

緑内障の早期発見のために検診を

眼底、眼圧、視力などの検査を行います。40歳以上の市民の方(眼科疾患で治療中の方は除く) 時11月30日(木)まで 場 市内指定医療機関 費 500円(住民税非課税世帯、生活保護世帯等の方には免除制度あり) 申 11月15日(水)(必着)までに、直接、電話、または「緑内障検診希望」、住所、氏名、生年月日、電話番号を書いて郵送で健康推

進課へ。電子申請も可。申し込んだ方には随時受診票を郵送します。

インフルエンザ予防接種の実施医療機関の一部変更

65歳以上の方のインフルエンザ予防接種の問診票を10月上旬に発送しましたが、立川内科クリニック、立川南口クリニック(いずれも柴崎町)は医療機関の都合により、インフルエンザ予防接種を実施しないことになりました。接種の際はご注意ください。

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19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7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)

親子の健康相談(直接会場へ) 受付時間=午前9時30分～10時45分)

- 健康会館 = 10月25日(水)
 - 砂川学習館 = 11月1日(水)
 - 健康会館 = 11月29日(水)
 - 西砂学習館 = 12月6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。

胃がん・大腸がん・肺がん・結核検診(午前中の指定した時間・定員制)

- 西砂学習館 = 12月8日(金)
- 市役所 = 12月9日(土)・10日(日)、平成30年1月20日(土)
- 砂川学習館 = 12月17日(日)
- 幸福社会館 = *1月17日(水)
- 柴崎福祉会館 = 1月21日(日)
- 健康会館 = 1月22日(月)

*印の日は、肺がん・結核検診は行いません。

▶胃がん検診=900円 ▶大腸がん検診=300円 ▶肺がん検診=X線のみ800円、X線と喀痰=1,000円(いずれの検診も35歳以上の市民の方) ▶結核検診=無料(15歳～34歳の市民の方) 申 電話、または電子申請で健康推進課へ 保育を希望する方は、健康推進課にご相談ください。12月の検診の申込締め切りは10月19日(木)です。定員になり次第締め切ります。

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

健康診査は、該当月齢の翌月です。対象者には、個別に通知します。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。集団検診のため、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。

各相談・健康診査の会場の駐車場は台数に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

健康のためのくすり学フェア

楽しみながら正しい薬の知識を身に付けましょう。立川市薬剤師会と共催。直接会場へ 時10月29日(日)午前10時～午後3時30分 場 フロム中武3階バッシュルーム(曙町2-11-2)



- ▶薬剤師による薬の相談(ジェネリック医薬品で薬代が安くなるか、など。お薬手帳をお持ちください)
- ▶骨密度測定 ▶HbA1c測定(糖尿病関連の測定)
- ▶体脂肪測定 ▶筋肉量測定 ▶栄養相談 ▶薬物乱用防止教室など

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27回子どもたちにはらっぱを! 砂川秋まつり 砂川秋まつり実行委員会が主催。砂川闘争を受け継ぐ秋まつりのひろばで、歌や踊りや演奏を楽しみましょう。直接会場へ。フリーマーケットの出店者も募集しています。時10月28日(土)午前10時～午後3時 場 砂川秋まつりのひろば(砂川学習館前の道を南へ100m) 加藤さん ☎(524)9863
- 社交ダンス無料体験講習会 ダンス羽衣サークル(DHC)が主催。34年間の伝統あるサークル。中高年の方を対象にプロが基本から丁寧に指導します。運動不足やストレスの解消、健康増進に。ダンスシューズが必要です。ダンス経験者 時10月25日(水)午後7時～9時 場 三中体育館 定 5人(申込順) 申 武藤さん ☎090(6316)8543
- 0歳からの親子コンサート 至誠学舎立川児童事業本部が主催。シンガー・ソングライター・玉城ちはるさんの歌とトークとワークショップ「やさしさ貯金ゲーム」 時11月9日(木)午後2時～3時30分 場 たましんRISURUホール 定 200人(申込順) 申 高橋さん ☎(524)2601 ☎(524)2367

- 第30回創造美術会展 画家の沢田洋三さんの指導を受ける会員10人の作品展。風景、静物、人物などを描いた油彩画、水彩画など具象写実画約45点を展示。直接会場へ 時10月25日(水)～31日(火)、午前11時～午後6時(31日は午後5時まで) 場 なみき画廊(曙町2-14-34ルミナス立川) 申 並木さん ☎(522)7590
- 柴崎健康体操シニア無料講習会 3 B柴崎健康体操が主催。軽快な曲にあわせてストレッチや軽いリズム運動を行います。運動不足の解消と健康増進に 時10月17日・24日の火曜日、午前10時15分～11時45分 場 柴崎福祉会館 定 各15人(申込順) 申 小佐野さん ☎090(6101)3247
- フリーマーケット出店者募集 環境を守る会が主催。あなたの不要品を欲しい人がいます。リサイクルしませんか。小学生以下は保護者同伴 時10月22日、12月24日の日曜日、午前10時～午後3時 場 羽衣西公園(JR西国立駅前広場) 費 1日500円(出店料) 定 各30人(申込順) 申 環境を守る会・河原田さん ☎042(363)1753
- ヴァイオリン体験会 ヴァイオリンの調べが主催。難しいと思われがちなのヴァイオリンは、決して難しくないことを経験いただけます。ヴァイオリンを弾いて、その良さを感じてください。3歳以上の子ども～大人 時11月19日・26日の日曜日、午前9時30分～正午(1人20分～30分) 場 さかえ会館 定 各15人(申込順) 申 平出さん ☎(535)4777

- 「法の日」無料相談 東京土地家屋調査士会立川支部が主催。土地・建物の調査・測量、境界問題、不動産の表示に関する登記など相談できます。直接会場へ 時10月12日(木)午後1時～4時 場 市役所1階多目的プラザ 申 木原さん ☎(521)7829
- 第5回砂川園福祉祭・作品展 特別養護老人ホーム砂川園が主催。利用者の作品展や模擬店など、楽しいイベントを企画しています。直接会場へ。お手伝いいただけるボランティアも募集中 時10月21日(土)午前10時～午後2時 場 砂川園(上砂町5-76-4) 申 宮鍋さん ☎(537)3351

会員募集

- まあスタイル ゆったりとした音楽にあわせて腹式呼吸で行うゴムバンド体操です。体幹を刺激し、バランスのとれた柔軟な筋肉と姿勢をつくります。時 月2回の木曜日と月2回の土曜日、午前9時45分～正午 場 若葉会館 費 1,600円 月 3,000円 申 山本さん ☎(534)3764
- エムズ若葉 生涯自立できる体力づくりを目指し、ゆるやかな音楽にあわせて効果的に筋力をアップさせていく楽々バンド体操です。リラクゼーションで心身をほぐします。時 月4回の金曜日か土曜日、午後7時30分～9時30分 場 若葉会館 費 1,600円 月 3,000円 定 10人(申込順) 申 増汐さん ☎090(5300)9443

- 自力整体サークル 自分ひとりで行う整体と一緒に学びます。腰、肩、首などに痛みのある方におすすめです。1回のみ参加も可。時 毎月第3または第4金曜日、午前9時40分～11時40分 場 女性総合センター 月 1,000円 定 20人(申込順) 申 関口さん ☎(536)1273
- えむず柴崎 生涯自立できる体力づくりを目指し、ゆるやかな音楽にあわせて効果的に筋力をアップさせていく楽々バンド体操です。リラクゼーションで心身をほぐします。時 毎週木曜日、午後8時～10時 場 柴崎学習館、柴崎会館 費 1,600円 月 3,000円 定 10人(申込順) 申 榎本さん ☎(522)2328
- ダンスサークル・ホワード 基本のステップでダンスの基礎を丁寧に練習しています。初心者からベテランまで健康的に楽しんでいます。時 月3回の土曜日、午前9時30分～11時30分 場 さかえ会館 費 500円 月 1,300円 定 8人(申込順) 申 植田さん ☎(531)7723
- オカリナわかば オカリナ大好きな仲間が集い、ジャンルを問わず、好きな曲を楽しく練習しています。見学自由。時 月2回の火曜日、午後1時30分～5時 場 若葉会館 月 2,000円 定 10人(申込順) 申 軽部さん ☎(536)2515
- 金曜体操クラブ 65歳以上のメンバーがストレッチや筋トレを楽しく行っています。見学歓迎。時 毎月第1～第3金曜日、午前10時～11時 場 高松会館 月 1,000円 申 赤羽さん ☎(524)1975

講座

★マークはたちかわ☆きらきらカード対象の「市民企画講座」です。企画している「たちかわ市民交流大学」は10周年を迎えました。
 ♥マークは郷土の理解を深める講座などを行う「立川市民科」です。

「ゴッホ展 巡りゆく日本の夢」関連文化講演会

東京都美術館で10月24日(火)～平成30年1月8日(月・祝)に開催される「ゴッホ展」に関連して、油彩画やデッサンなどを通してゴッホと日本の相互関係を探ります。NHKと共催。受講者には無料招待券を1人1枚差し上げます(時)11月10日(金)午後7時～8時40分(場)女性総合センター(講)東京都美術館学芸員・岡本純子さん(定)180人(抽選)申)10月22日(日)(必着)までに、往復はがき(1枚につき2人まで)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号(ペアで申し込む場合は2人分)、返信用宛先を書いて、生涯学習推進センター「文化講演会」係(〒190-0012曙町2-36-2)☎(528)6872へ。電子申請も可(市ホームページから「電子申請」で検索)。



東京女子体育大学公開講座

●共通講座「かんたんカレンダーづくり」(対)小学生以上(時)11月26日(日)午前10時～午後1時(場)東京女子体育大学(国立市)(講)同大学准教授・渡邊洋さん(費)1,000円(保険料、材料代)(定)30人(抽選※)申)「かんたんカレンダーづくり」、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を書いて、はがき、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☎(572)4317☎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(市生涯学習推進センター)☎(528)6872

外国人おもてなし語学ボランティア育成講座～中級編

東京2020オリンピック・パラリンピックに向けて、おもてなしを学びます。修了者は、都の「外国人おもてなし語学ボランティア」として登録します(対)次の要件をすべて満たす方▷市内在住・在勤・在学で15歳以上(中学生を除く)▷英検2級相当の語学力がある▷積極的に活動する意欲がある(初級編を受講した方は受講できません)(時)12月2日(土)午後1時30分～5時(場)たましんRISURUホール(定)60人(申込順)申)10月10日(火)から直接、または電話で協働推進課多文化共生係(市役所2階49番窓口)内線2632へ

市民交流・クッキング「秋の夜の酒の肴」

(時)11月16日(木)午前10時～午後1時(場)柴崎学習館(講)料理研究家・小林まどかさん(費)1,000円(材料代)(定)16人(申込順)保若干名(1歳～学齢前)申)10月10日(火)から柴崎学習館☎(524)2773へ

生涯現役・にしすな塾「地元を学ぼう!～西砂・砂川地域の歴史」

企画・運営は西砂学習館運営協議会(時)11月19日(日)午後2時～4時(場)西砂学習館(講)作家・鈴木茂夫さん(定)40人(申込順)申)10月10日(火)から電話、または氏名、連絡先を書いてファクスで西砂学習館☎(531)0431へ

トランプ政権の経済政策と日本

アメリカのトランプ大統領の経済政策が世界や日本にどのような影響を与えるのかを考えます(時)11月16日、平成30年2月15日、3月15日の木曜日、午後2時～4時(全3回)(場)高松学習館(講)元神戸大学大学院経済学研究科教授・山家悠紀夫さん(費)1,500円(受講料)(定)60人(申込順)保若干名(1歳～学齢前)申)10月10日(火)から高松学習館☎(527)0014へ

消費生活講座「アイム笑費者劇場」

消費者被害に遭わないために役立つ情報を楽しく分かりやすくお伝えします。出演は落語家・三遊亭じゃんけんさん、社会人講師・山中紅香さんほか(時)11月11日(土)午前10時～正午(場)女性総合センター(定)30人(申込順)保5人程度(1歳～学齢前)申)10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

アートサポーター養成講座

「文化芸術を書いて応援!」をテーマに、文章や写真をブログやSNSで発信する効果的な方法を学びます(対)高校生以上の方(時)下表参照(場)女性総合センター(定)各10人(抽選。市内在住・在勤・在学で、全回参加できる方優先)申)11月8日(水)までに、Eメールで件名「アートサポーター養成講座申し込み」、氏名、在住・在勤・在学の別、参加を希望する回を書いて、立川文化芸術のまちづくり協議会事務局(地域文化課内)☎chiikibunka-t@city.tachikawa.lg.jpへ(場)たちかわ創造舎☎(595)6347

日時	内容
1 11月12日(日) 午後2時～4時	ライターの仕事
2 12月17日(日) 午後2時～4時	SNSの傾向と対策
3 平成30年1月21日(日) 午後2時～5時	記事作成の方法
4 2月11日(日・祝) 午後2時～5時	インタビュー術

地元発見!立川の分水を歩こう!Ⅱ

地図を見ただけでは分からない砂川三番から南にある用水を1時間30分程度歩きます(対)小学3年生以上の方(時)11月12日(日)午後1時30分～3時30分(雨天実施)(場)砂川学習館(講)立川民俗の会・殿塚美子さんほか(定)15人(申込順)保若干名(1歳～学齢前)持)飲み物、雨具申)10月10日(火)から砂川学習館☎(535)5959へ

みんなで学ぼう!立川・多摩の歴史

(時)11月18日(土)午前10時～正午(場)女性総合センター(講)法政大学大学院人間社会研究科教授・馬場憲一さん(定)50人(申込順)申)10月10日(火)から生涯学習推進センター☎(528)6872へ

職場での、発達障害との上手な向き合い方

(時)11月7日(火)午後1時15分～4時30分(場)市役所2階208・209会議室(講)精神保健福祉士・上田知之さん(定)30人(申込順)申)10月10日(火)から高松学習館☎(527)0014へ

スポーツ

筋力アップ貯筋体操教室

健康運動指導士が指導します(対)市内在住・在勤のおおむね65歳以上で、医師から運動を制限されていない方(時)11月6日～27日の月曜日、午後2時～3時30分(全4回)(場)子ども未来センター(費)800円(受講料)(定)25人(抽選)申)10月25日(水)(必着)までに、往復はがきに「筋力アップ貯筋体操教室」、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、在勤の方は勤務先名、返信用宛先を書いて、泉市民体育館内スポーツ振興課(〒190-0015泉町786-11)☎(529)8515へ

第126回市民あるけあるけ運動

コースは、東村山市天王森公園～八国山緑地～西武園駅～北山公園～弁天池公園～東村山市ふるさと歴史館(認定距離11km)。累積距離

市内文化財散歩～立川の古村を歩く

諏訪神社、普濟寺、満願寺跡などの由緒ある史跡を散策します(約6km)(対)小学生以上の都民の方(小学生は保護者同伴)(時)11月5日(日)午前9時～午後1時ごろ(小雨実施)(場)JR立川駅南口集合、歴史民俗資料館解散(講)立川市文化財保護審議会委員・白川重敏さん(定)20人(申込順)持)歩きやすい服装、雨具、帽子、飲み物、カメラ申)10月10日(火)から歴史民俗資料館☎(525)0860へ

東京女子体育大学特別講座～東京2020オリンピック・パラリンピックプロジェクト

●ちょっとやってみる!バスケットボール(3×3)編 立川ダイスのチームメンバーを講師に迎え、競技を体験します。東京2020応援プログラム。直接会場へ(時)10月15日(日)午後1時～2時30分(場)東京女子体育大学第6体育館(国立市)☎東京女子体育大学☎(572)4131、立川市オリンピック・パラリンピック準備室・内線2680

100kmごとに表彰があります。直接会場へ(対)市民の方(小学生以下は保護者同伴。介添えの必要な方は介添者同伴)(時)11月3日(金・祝)午前9時30分～午後3時(雨天時は11月12日(日)に延期)(場)東村山市天王森公園集合(西武新宿線東村山駅から南へ約1km。東村山市役所付近)(費)20円(保険料)(持)昼食、敷物、あるけカード(お持ちの方)☎スポーツ振興課☎(529)8515

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4日(土)・5日(日)(場)柴崎市民体育館(費)1人200円(立川市バスケットボール協会・永田さん☎(536)3184
 ●バドミントン(地区対抗の部) (時)11月12日(日)午前9時30分から(場)泉市民体育館(立川市バドミントン協会・奥村さん☎(535)7226

サイクルサッカー日本代表

松田 鋼選手、赤津 陸選手が 世界選手権への出場を報告 市長を表敬訪問

「たちかわサイクルサッカークラブ」に所属する松田鋼選手(前列右から3人目)、赤津陸選手(同2人目)が世界選手権出場を報告のため、9月22日(金)に市長を表敬訪問し、11月にオーストリア・ドルンビルンで開催される世界選手権への意気込みを語りました。
 「たちかわサイクルサッカークラブ」は昨年4月に発足した東京初の地域型クラブで、活動2年目にして世界選手権への出場権を手に入れました。当日は、日本室内自転車競技連盟が行っている国際交流事業で来日していた、ドイツジュニア選手団も同行。にぎやかな表敬訪問となりました。



催し

企画展「立川の水路を探る～玉川上水から緑川まで」

江戸時代以降、玉川上水をはじめとして、多くの人工水路が開削されてきました。水路からみた立川の歴史を探ります。この催しは、郷土の理解を深める「立川市民科」です。直接会場へ時展示=10月21日(土)～12月10日(日)、午前9時～午後4時30分(月曜日は休館)▷展示解説=10月28日(土)・11月12日(日)・12月2日(土)、午後2時から場歴史民俗資料館歴史民俗資料館 ☎(525)0860

●関連講演会「武蔵野の開発と玉川上水の分水～立川市域を中心として」時11月11日(土)午後1時30分～3時場女性総合センター市文化財保護審議会委員・小坂克信さん定50人(申込順)申10月10日(火)から歴史民俗資料館 ☎(525)0860へ

国立音楽大学アイムコンサート～クラリネット・カルテット「極」

チャイコフスキー「くるみ割り人形」より、ガーシュウィン「ラブソディー・イン・ブルー」ほか。未就学児入場可。前売チケットはたましんRISURUホール ☎(526)1311で販売。当日券は開場時間から会場で販売時10月21日(土)午後7時開演(午後6時30分開場)場女性総合センター1階ホール費500円(全席自由。小学生以下無料)定190人立川市地域文化振興財団 ☎(526)1312



たちかわまちの案内人オリジナル観光まち歩き

●玉川上水秋散歩 玉川上水駅～小平監視所～上水小橋・清流復活の碑～こもれびの湯～狸掘り～幸町団地内～古民家園～須崎農園の畦道散策(野菜のお土産)～ロバハウス～玉川上水駅解散時10月27日(金)午後1時～5時ごろ場玉川上水駅南口バス停前集合費800円(保険料、資料代、お土産代)定20人(申込順)申立川観光協会 ☎(527)2700へ

●秋満喫・玉川上水散歩「だるま見学と柿もぎ」 西武立川駅～村野達磨産業～玉川上水～山本柿園～武蔵砂川駅解散時11月9日(木)午前9時～午後0時30分ごろ場西武拝島線西武立川駅集合費1,100円(保険料、資料代、お土産代)定20人(申込順)申立川観光協会 ☎(527)2700へ

●秋の昭和記念公園散歩(外国人参加者募集) 時11月12日(日)午前9時～正午ごろ場JR立川駅北口集合費800円(保険料、入園料ほか)申氏名、電話番号、Eメールアドレス、話せる言語を書いて、ファクスまたはEメールで立川観光協会 ☎(527)2700 Fax(527)5913 E yu.takahashi@tachikawa.or.jpへ

上砂図書館フルーツ&ピアノコンサート

クラシックを国立音学大学の学生による生演奏と解説で楽しめます。小学生以上の方時11月11日(土)午後2時～3時場上砂会館定50人(申込順)申10月11日(水)から上砂図書館 ☎(535)1531へ

高松学習館ファミリーコンサート ピアノ五重奏

出演は、遠藤真理子さん(ピアノ)ほか。楽器体験もできます。未就学児入場可時11月11日(土)午後2時～3時30分場高松学習館定80人(申込順)申10月10日(火)から高松学習館 ☎(527)0014へ

たまねこまつり2017

多摩地域の地域猫活動団体によるPR活動やバザー、猫の譲渡相談会などを行います。直接会場へ時10月22日(日)午前10時～午後3時場サンサンロード(曙町)環境対策課環境推進係・内線2244

国立音楽大学主催コンサート&公開レッスン

直接会場へ。くわしくは「国立音楽大学」のホームページをご覧ください。小学生以上の方場国立音楽大学講堂(柏町5-5-1)国立音楽大学演奏センター ☎(535)9535、市地域文化課・内線4502

●ナターリア・トゥルーリ ピアノ公

開レッスン 時10月19日(休)午後4時30分から

●白井光子 声楽公開レッスン 時10月30日(月)午後5時から

●第16回声楽専修合唱演奏会 時11月18日(土)午後4時30分から

シニア

男の料理教室「ふじみクッキング」

料理経験がない男性でも簡単にできる料理教室。ウイナーロールパンとチーズパン、スープを作ります。市内在住のおおむね60歳以上の男性の方時10月16日(月)午前9時30分～午後1時場総合福祉センターMOA美術文化インストラクター・土屋たけ子さん費500円(材料代)定20人(申込順)申南部西ふじみ地域包括支援センター ☎(540)0311へ

はじめてのスマホ操作と安全教室

NTTドコモの端末で、基本操作体験と安全についての講義を行います。ご自身のスマホの操作をお教えることはできません。65歳以上の市民の方時10月25日(水)午後2時～4時場柴崎学習館定20人(申込順)申南部西ふじみ地域包括支援センター ☎(540)0311へ

骨粗鬆症による「いつのまにか骨折」を防ごう

骨粗鬆症の予防について、さまざまな角度からお話を聞きます。市民の方時11月10日(金)①午前10時～11時30分②午後2時～3時30分場①さかえ会館②若葉会館薬剤師・小林史弥さん定各25人(申込順)申北部東わかば地域包括支援センター ☎(538)1221へ

にんカフェ in はあもにい♪

物忘れや認知症などについて語り合います。認知症の方やその家族など、どなたでも参加できます。ミニ講座もあります。直接会場へ時11月1日(水)午後2時～3時30分場caféはあもにい♪(市役所1階)費100円(飲み物代)場北部中さいわい地域包括支援センター ☎(538)2339

正しい姿勢で歩こう！ポールウォーキング



2本のポール(杖)を使って効率のよいウォーキングスタイルを習得します。60歳以上の市民の方時11月10日(金)午後1時30分～3時30分場幸福社会館とその周辺(雨天時は室内のみ)申日本ポールウォーキング協会マスタコーチ・笠原淳子さん費500円(ポールレンタル代)定20人(申込順)持動きやすい服装、運動靴(室内用と屋外用)、飲み物申10月10日(火)から幸福社会館 ☎(535)2197へ

やさしいヨガ教室

60歳以上の市民の方時11月14日～12月5日の火曜日、午後1時30分～3時30分(全4回)場幸福社会館生涯学習市民リーダー・伊藤統子さん定20人(申込順)持ヨガマットまたはバスタオル申10月10日(火)から幸福社会館 ☎(529)8567へ

介護予防教室「元気ハツラツ民謡教室」

尺八、三味線の演奏に合わせて歌います。65歳以上の市民の方時10月17日(火)午後1時30分～3時30分場西砂会館定30人(申込順)申にしすな福祉相談センター ☎(531)5550へ

二十三夜サロン

認知症の方を介護するご家族などが自由に語り合えます。今回のテーマは「話してスッキリ！認知症の悩みあれこれ」。直接会場へ時10月27日(金)午後6時～8時場ヴィラ・フェローホームズ3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

《お詫びと訂正》

9月25日号5面「立川市民文化祭」の表中、立川落語会の問い合わせ先に誤りがありました。正しくは、☎080(3094)3353です。お詫びして訂正します。

子ども未来センターのコミュニティプログラム

いずれも場子ども未来センター。申込方法等、くわしくは、「立川市子ども未来センター」のホームページをご覧ください(右上2次元コードからアクセス可)

●Alive English～音楽で「英語の魅力」に触れよう 対18歳以上時10月14日(土)午後2時～3時30分費800円(資料代、お茶代)場音楽地図・長谷川さん ☎080(3351)1205

●苦手を克服しよう！～教科別学習会「算数・数学編」 小学生～高校生時10月22日(日)午後6時30分～

7時30分▷午後8時～9時費各300円(資料代、お茶代)場CEVEC・堀内さん ☎080(3126)2127

●スポーツ鬼ごっこであそぼう！ハロウィンバージョン☆ スポーツ鬼ごっこの体験プログラム。ハロウィンバージョンで景品にお菓子もつきます。対4歳～70歳くらいまで時10月28日(土)午後1時30分～3時費500円(菓子代、備品代)場立川スポーツ鬼ごっこ部・宮嶋さん ☎090(6954)3344

たちかわ創造舎

Tachikawa Culture Factory

イベント紹介

☎(595)6347
HP「たちかわ創造舎」で検索

●西遊記の世界を知るレクチャー 西遊記の世界を文学、歴史の視点から楽しく学びます。12月22日(金)～24日(日)にたましんRISURUホールで上演する「西遊記～悟空のぼうけん」の前売りチケットをお持ちの方は無料で参加できます。チケットはたましんRISURUホール ☎(526)1311で販売中▷「西遊記と宮沢賢治～日本の中の中国文化」=10月22日(日)▷「三蔵法師



が旅した本当の『西遊記』=10月29日(日)、いずれも午後2時～4時場子ども未来センター費各500円(参加費)定各30人(申込順)申子ども未来センター ☎(529)8682へ

●ほかごシアター「ブレーメンの音楽隊～グリム童話より」 人間に捨てられたロバ、犬、猫、ニワトリが大活躍。直接会場へ時10月24日(火)午後4時30分開演場たちかわ創造舎B棟2階ドレミホール費400円(中学生以下200円、3歳以下無料。子どもが無料で観劇できる「あしながチケット」あり)

子ども・子育て

オープン子ども科学あそび隊

大学生と科学の実験をします。小学生3年～6年生（小学2年生以下は保護者同伴で見学のみ）時11月25日（土）午後1時30分～3時30分。二小体育館。東京学芸大学教育学部理科教育学教室の学生の皆さん。費100円（材料代）。定40人（申込順）。持上履き、靴入れ。申10月10日（火）から高松学習館。☎（527）0014へ

自転車に乗れない小学生のための自転車教室

市内・近隣に在住・在学中で、自転車に乗れない小学生。時11月12日（日）午前9時～午後4時（雨天中止）。立川競輪場。費50円（保険料）。定20人（抽選）。持昼食、飲み物（自転車は貸し出します）。申10月26日（木）（必着）までに教室名と住所、氏名、年齢、身長、電話番号を書いて、はがき（1枚につき1人）で事業課（〒190-0012曙町3-32-5立川競輪場内）。☎（524）1121へ

まじよのぼうし工作会

ハロウィーンの仮装に使える魔女の帽子を画用紙などで作ります。4歳～小学2年生。時10月21日（土）午後2時30分～3時。こぶし会館。定20人（申込順）。申10月11日（水）から幸図書館。☎（536）8308へ

おもちゃの病院

子どもたちの物を大切に作る心を育てるため、壊れたおもちゃを修理します（1世帯2点まで。先着40点）。壊れた部品なども一緒にお持ちください。

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。直接会場へ。市民の方。時10月28日（土）午後1時～3時。女性総合センター。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

にしき子ども観劇会「影絵を楽しもう！」

日本昔話「三枚のお札」、歌と影絵「はらぺこあおむし」ほか。直接会場へ。時11月1日（水）午後2時15分～3時15分（午後2時開場）。錦学習館。定150人（先着順）。☎（527）6743



シリーズ発達障がい「進学と就労について聞いてみよう」

テーマに沿って講師と先輩ママにお話を聞きます。時11月7日（火）午前10時～午後0時30分。柴崎学習館。家庭支援員・藤井望さんほか。定30人（申込順）。保若干名（1歳～学齢前）。申10月10日（火）から電話、または氏名、連絡先を書いてEメールで柴崎学習館。☎（524）2773。e shibasaki.gakusyukan@city.tachikawa.lg.jpへ

お知らせ

普通救命士講習会

立川市体育協会と立川消防署の共催。申込締め切りは10月20日（金）。費用、申込方法等くわしくは、「立川市体育協会」のホームページをご覧ください。時12月3日（日）午前8時30分～正午

立川市民体育館。定30人（申込順）。立川市体育協会。☎（534）1483

行政相談週間

10月16日～22日は行政相談週間です。国の仕事（生活保護、年金・保険、登記、雇用、道路・河川など）に関する相談を受け付けます。相談は無料で、秘密は守られます。

●行政苦情110番 電話かファクスで総務省東京行政評価事務所。☎0570（09）0110（PHS・IP電話の方は☎03（3363）1100）Fax03（5331）1761へ

●行政相談委員 ▶栗原聡＝羽衣町。☎（521）3733（勤務先）▶滝島栄次＝砂川町。☎（536）6549▶田中義則＝幸町。☎（537）2814▶市川美智子＝高松町。☎（525）1849《順不同・敬称略》

●行政相談（事前予約制）時毎月第3水曜日、午前9時30分～11時45分。市民相談室（市役所3階）。生活安全課市民相談係。☎（528）4319

国民年金は海外に移住しても加入できます

海外に移住すると国民年金は強制加入被保険者ではなくなりますが、日本国籍の方であれば国民年金に任意加入することができます。納付済期間に応じた基礎年金の受給、死亡したときや障害が残ったときに遺族基礎年金や障害年金が支給されます。申し込みには国内にいる親族等の協力者が必要です。これから海外に転出する方＝市保険年金課国民年金係・内線1394。現在海外に居住されている方、日本国内に住所を有したことがない方＝日本年金機構立川年金事務所。☎（523）0352

官公署・その他

ハロウィンジャンボ宝くじ

「ハロウィンジャンボ宝くじ」と「ハロウィンジャンボミニ」を10月11日（水）から発売。収益金は、明るいまちづくりや環境対策、福祉向上のために役立てられます。公益財団法人東京都区市町村振興協会。☎03（5210）9945

高圧ガス防災訓練

都は、高圧ガス関係事業者、警察、消防による防災訓練を実施します。周辺住民、施設利用者の方には、施設使用制限、訓練時の発生音などでご迷惑をおかけします。訓練は見学が可能です。車でのご来場はご遠慮ください。時10月20日（金）午後0時30分～4時。立川市民運動場（柴崎町5丁目10番地先）。都環境局環境改善部環境保安課。☎03（5388）3542

TOKYOウオーク2017（多摩川エリア）

コースは、8km、12km、20km、30km、45km。受付時間、申込方法などは、「TOKYOウオーク2017」のホームページをご覧ください。時10月21日（土）。スタート会場＝コースにより異なります。ゴール＝ガス橋緑地（大田区）。費大人1,500円、中高生・75歳以上1,000円（小学生以下は無料）。同大会事務局。☎03（5256）7855

たちかわ競輪開催日

●10月10日～12日（FII、弥彦FIを併売）●10月19日～22日（熊本記念を場外発売）

開催案内・レース結果 ☎0180（994）223～5

くらしの相談日程

市役所 ☎（523）2111

☎=予約制 ☑=直接会場（先着順）☎=電話相談 祝日はお休み

相談項目	相談日	時間	場所	連絡先
☎法律相談 相続・金銭貸借等、民事的な法律全般	第1～第4月曜日	9:30～正午	市民相談室	市民相談係 ☎（528）4319
	第1木曜日	13:30～16:30	女性総合センター・AIM5階	
	第2木曜日		たましんRISURUホール5階	
	第3木曜日		市民相談室	
	第4木曜日		立川タクロス1階	
☎相続・登記・成年後見等	第1・第3・第4火曜日	13:30～16:30	市民相談室	市民相談係 ☎（528）4319
☎税務相談 所得税、相続税、贈与税等	第2・第4水曜日	13:30～16:25		
☎家事相談 夫婦間、親子間、離婚問題等	第1～第4木曜日 第1・第3火曜日	9:20～正午	市民相談室	市民相談係 ☎（528）4319
	第2・第4火曜日	13:30～16:10		
☎不動産相談 不動産の売買、賃貸借契約等	第2・第4水曜日	13:30～16:30	市民相談室	市民相談係 ☎（528）4319
☎交通事故相談	第1水曜日	13:30～16:00		
☎行政手続相談 在留資格・帰化、相続・遺言	第2火曜日	9:20～正午	市民相談室	市民相談係 ☎（528）4319
☑犯罪被害者等支援相談	月曜～金曜日	8:30～17:00（正午～13:00を除く）		
☑公益通報者保護相談 （外部通報窓口）	月曜～金曜日	8:30～17:00（正午～13:00を除く）	市民相談室	市民相談係 ☎（528）4319
☎人権悩みごと相談 不当な扱い、いやがらせ等	第1水曜日	9:30～11:45		
☎行政相談 国等への苦情、要望等	第3水曜日	9:30～11:45	市民相談室	市民相談係 ☎（528）4319
☑消費生活相談 契約トラブル、商品知識、架空請求、多重債務	月曜～金曜日 （第3木曜日は電話相談のみ）	9:00～16:00（正午～13:00を除く）		
☎☎カウンセリング相談	火曜・水曜・土曜日 （土曜日は電話相談のみ）	13:00～17:00	女性総合センター・AIM5階	男女平等参画係 ☎（528）6801

相談項目	相談日	時間	場所	連絡先
☎☎成年後見相談 ☎☎法律相談 ☎☎相続相談 ☎☎生活設計相談 ☑☎アルコール相談 ☑☎くらしや仕事の相談 ☎☎精神障害者の家族相談	第2土曜日	13:00～16:00	総合福祉センター	地域あんしんセンターたちかわ ☎（529）8319
	第3土曜日			社会福祉協議会 ☎（529）8300
	第2・第4火曜日			社会福祉協議会 ☎（529）8426
	第3火曜日			くらし・しごとサポートセンター ☎（503）4308
	月曜～金曜日	8:30～17:15	総合福祉センター	立川麦の会 ☎（563）4569
	第2月曜日（祝日の場合は第3月曜日）	13:30～16:30		
☎☎女性相談	月曜～金曜日	8:30～17:00（正午～13:00を除く）	生活福祉課	生活福祉課・内線1578
☎☎母子相談 ひとり親家庭の相談	月曜～金曜日	8:30～17:00（正午～13:00を除く）	子育て推進課	手当・医療費給付係・内線1345
☎☎子ども総合相談受付 どこに相談したらいいかわからない子どもに関する相談	月曜～土曜日	9:00～17:00	子ども未来センター	子ども家庭支援センター ☎（529）8566
	☎☎子育て家庭の相談 子育て家庭への支援の相談			子ども家庭相談係 ☎（528）6871
☎☎発達相談 子どもの発達が気になるとき	月曜～金曜日	9:00～17:00	子ども未来センター	発達支援係 ☎（529）8586
☎☎教育・就学相談 学校や家庭での悩み・就学相談	月曜～土曜日（就学相談は第2土曜日のみ）			教育支援課相談係 ☎（527）6171
☎☎子育てひろば ☎☎乳幼児期の相談	月曜～金曜日	10:00～正午（一部午後あり）	子育てひろば（児童館ほか）	子育てひろば担当 ☎（528）4335
☑在日外国人相談 中国語 英語・ポルトガル語 英語	第1・第4土曜日	13:00～16:00	女性総合センター・AIM5階	たちかわ多文化共生センター ☎（527）0310
	第2土曜日			第1土曜日は行政書士と生活相談員、第2・第3土曜日は行政書士、第4・第5土曜日は生活相談員が対応
	第3・第5土曜日			

広報 たちかぎ



「くるりん大好き」

ペンネーム くたくたとーさんさん(砂川町)

9月10日に昭和記念公園で行われた北多摩地区消防大会に、娘2人を連れて参加しました。起震車を体験したり、ふわふわスライダーを楽しんだ後、「あ、くるりん！」一目散に駆け寄って行きました。

今年もはじまる 立川シティハーフマラソン

一般の申し込み在先立ち、10月15日(日)から立川シティハーフマラソンの市民優先申し込みを受け付けます。また10月14日(土)には箱根駅伝の予選会も行われます。



市民優先申し込み受付開始

平成30年
3月4日(日)開催
立川シティハーフマラソン2018
10月15日(日)受付開始

対15歳以上(中学生を除く) 定市民優先枠500人(申込順) 申10月15日(日)~31日(火)に「立川シティハーフマラソン2018」のホームページからお申し込みください(右2次元コードからアクセス可)。



問▶運営について=立川シティハーフマラソン事務局(立川市体育協会) ☎(534)1483
▶申し込みについて=エントリーセンター ☎03(5771)7903(いずれも午前10時~午後5時(土曜・日曜日、祝日を除く))

◆大会ボランティアも募集中

くわしくは大会ホームページをご覧ください。

熱い声援で大会を盛り上げましょう!

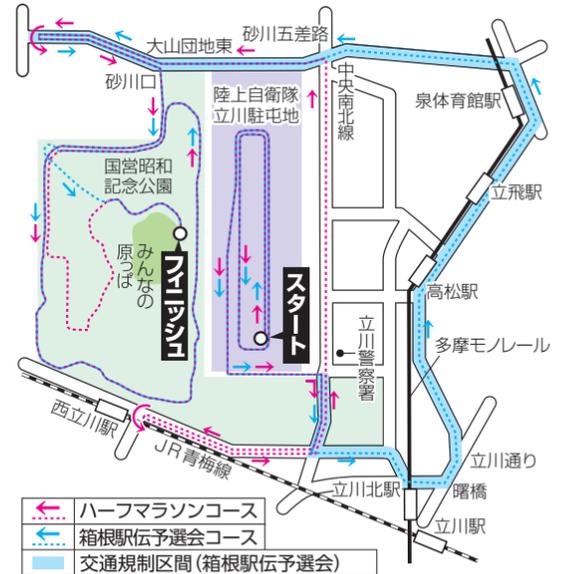
10月14日(土) 午前9時35分スタート
箱根駅伝予選会
第94回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会

●スタート地点(立川駐屯地滑走路)への入場方法 国営昭和記念公園に入場し、立川駐屯地の通用門から入ってください。立川駐屯地の正門からは入場できません。

●交通規制にご協力を 周辺道路では、午前9時35分~10時35分の間交通規制が行われます。ご協力をお願いします。

●横断幕やのぼり旗で選手を歓迎 JR立川駅南北自由通路では、10月6日(金)午後2時から歓迎の横断幕や出場大学ののぼり旗を掲出します。

問立川観光協会 ☎(527)2700



立川体験スタンプラリーも実施中

くわしくは4面をご覧ください。

《広告欄》