

講座

東京2020オリンピック・パラリンピックに私たちは何ができるか

東京2020オリンピック・パラリンピックで国内外から多くの選手・来訪者を迎えるにあたり、私たちは何ができるのでしょうか。数々の世界大会で活躍し続けているパラリンピアンである成田真由美さんに、選手としての経験や世界各国のまちづくりなどについて聞きます。手話通訳、車椅子席あり。市と自治体大学の共催。市内在住・在勤・在学の方。1月28日(日)午後2時～3時30分。自治体大学(緑町10-1)定員100人(申込順)1月12日(金)までに、氏名、連絡先を書いてEメール、ファクスで自治体大学(540)4500 Fax(540)4510 e: jitidai-kenkyu@soumu.go.jpへ。定員を超えた場合のみ連絡します。市人事課人材育成推進係・内線2573



楽しい養生気功

企画・運営は生涯学習市民リーダーの会。1月19日(金)午後2時～4時。高松学習館。日本スポーツクラブ協会インストラクター・新原英子さん。300円(受講料)定員25人(申込順)12月26日(火)から高松学習館(527)0014へ

東京女子体育大学公開講座

●小学生講座「ドローイング・ワークショップ」さまざまな画材で、モデルを見ながら人間を描きます。小学生。2月17日(土)・18日(日)、午後1時～2時30分(全2回)。場東京女子体育大学(国立市)同大学准教授・渡邊洋さん。1,000円程度(材料代、傷害保険料)定員15人。*申込講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、学年、性別、電話番号を書いて、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

NPO法人・非営利団体のための運営実務あれこれ講座

NPO法人の立ち上げや設立準備、運営などを学びます。必要な回のみ参加可。日程、内容、費用は下表の通り。場総合福祉センター定員各30人(申込順)市民活動センターたちかわ☎(529)8323へ

日程	内容	資料代
1月23日(火) 午後7時～9時	NPO法人設立ガイダンス	500円
1月30日(火) 午後7時～9時	NPO法人の定款	500円
2月3日(土)午前10時～午後3時	NPO法人の会計・税務	2,000円
2月8日(木) 午後7時～9時	NPO法人の労務管理	500円

子育て中の方のための就職に役立つパソコン講習

市とマザーズハローワーク立川の共催。子育て中で、再就職を目指している方(ほかにも要件があります。お問い合わせください)1月29日(月)～2月2日(金)、午後1時15分～5時(全5回)場女性総合センター定員20人(申込順)保18人(1歳～学齢前)申1月9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(午前10時～午後6時)へ

知っておきたい防災スキル講習会

大地震に備え、無理なくできる準備を一緒にやってみましょう。いずれも場女性総合センター立川市災害ボランティアネットの皆さん保各5人(1歳～学齢前)申12月25日(月)から男女平等参画課☎(528)6801へ



●バスタオルで作る防災ずきん～避

難所もこれで安心! 1月28日(日)午前10時～正午費300円(材料代)定20人(申込順)持バスタオル、裁縫道具ほか

●エッこれが非常食?みんなで食べてみよう! 2月25日(日)午前9時30分～正午費300円(材料代)定20人(申込順)持エプロン、バンダナ、布巾、タオル

●防災まち歩き～まちの魅力再発見! 3月18日(日)午後1時～5時定30人(申込順)持動きやすい服装

講座情報誌「きらり・たちかわ」冬号を発行しました

たちかわ市民交流大学では、講座情報をまとめた季刊誌(3月、6月、9月、12月)を地域学習館、市役所、図書館などで配布しています。目が不自由でご希望の方に録音したCDを無料でお送りしています。生涯学習推進センター市民交流大学係☎(528)6872



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～ロック音楽で英語力を磨こう 対18歳以上の方1



1月13日(土)午後2時～3時30分費800円(資料代、お茶代)音楽地図・長谷川さん☎080(3351)1205

●1月のおはなし会 1月20日(土)午後2時～3時開おはなし会森のポケット・山田さん☎090(8052)0340

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

●冬休み子ども音楽会 りぼんの会が主催。みんなで楽しく歌って踊りましょう。直接会場へ12月27日(火)午後3時30分～4時。西砂学習館2階視聴覚室定30人(先着順)松本さん☎090(4532)6132

●篆刻友の会作品展 篆刻作品や刻字作品などを板掛け、額装作品に仕上げた三十数点を展示します。直接会場へ1月16日(火)～19日(金)、午前9時～午後4時(最終日は午後3時まで)場市役所1階多目的プラザ金子さん☎(536)2707

●第14回WILL美術家展 30周年を迎えたWILL美術家会による洋画、日本画、墨彩画、水墨画の展示。1月20日(土)の午後には「絵を語る集い」等も開催します。直接会場へ1月18日(木)～26日(金)、午前10時～午後6時(最終日は午後5時まで)場たましんRISURUホール関知久さん☎(536)1211

会員募集

●つづれ会 文章教室です。昔のことを思い出してつづり、1年に1度、冊子を作ります。毎月第3金曜日、午前9時30分～正午場柴崎学習館1,500円申山崎さん☎(535)8113

●HC Wild Berry(ハイキングクラブ ワイルド ベリー) 関東周辺の山を中心にハイキングを実施。会員の希望によりゲレンデクライミングや沢登りも企画します。できたてホヤホヤのクラブです。60歳未満の医師から運動を制限されていない方毎月2回の定例山行(日帰り)500円保6,000円井嶋さん☎080(6661)9400

●幸田暮友の会 創立17年になる囲碁クラブです。会員は12人、60代～70代で女性会員も4人います。あなたも黒石と白石の織りなす世界を楽しみませんか。毎週火曜日、午後1時～5時場幸学習館250円清野さん☎(537)2235

●そんぼの家カラオケ同好会 年2回のカラオケ大会も開催しています。見学歓迎60歳以上の方毎月第2・第4土曜日、午後2時～4時場そんぼの家S立川(高松町3-10-1)月300円(6か月分前納)永松さん☎090(2901)1041

●曙囲碁クラブ 囲碁講座やリーグ戦、日常対局のほか、懇親会、旅行なども。初心者から上段者まで歓迎60歳以上の市民の方。講座・リーグ戦=毎週火曜・木曜日、午後1時から。日常対局=曙福祉会館の開館日にほぼ毎日、午後1時から。曙福祉会館1,000円費半年会費2,000円石川さん☎(523)5745

●ダンスサークルリズム 社交ダンスを楽しく健康のためにレッスンできます。新しいアマルガメーションで新加入者でも同じように踊れます。毎月3回の金曜日場上砂会館1,000円月3,000円申内村さん☎(548)7663

●介護家族の会 大空 介護をされている家族の方々とおしゃべりや食事をして、悩みも相談し、明るく気持ちで帰れます。認知症の方、家族の方毎月第3木曜日、午前10時～正午場上砂会館定10人(申込順)鈴木さん☎090(3107)2064

●錦文化会 錦ダンスサークル 30年余の歴史あるサークルです。上級教師資格フェローの資格を持つ指導者が丁寧に教えます。午後6時から予習・復習を行っています。見学歓迎毎週木曜日、午後6時45分～8時45分場錦学習館1,000円月2,500円定25人(申込順)伊藤さん☎(522)7537

●上砂気功クラブ 東洋医学に基づいて、呼吸を主に意識し、ゆっくり動きます。足や腰に自信のない方でも大丈夫です。中国の音楽にあわせた楽しい運動です。体験・見学歓迎毎週金曜日、午後2時～4時30分場上砂会館1,000円月2,500円阿部さん☎080(5455)5916

●カラオケ・スズラン カラオケを楽しく練習しませんか。呼吸法、発声練習、歌唱指導も行います。毎月第3・第4火曜日、午後1時～3時場さかえ会館1,000円月2,000円山田さん☎(527)1950

●フラ・ミリミリ 子どもから大人まで、楽しくフラを踊っています。子ども1人でも大人1人でも、乳幼児連れでの参加もできます。見学・体験歓迎4歳以上の方毎月2回の土曜日、午前10時～正午場幸学習館1,000円月2,000円坂本さん☎090(8561)8539

●マザーズ・ヨガ 体の柔軟性を高め全身の筋力をバランスよく使い、ストレスへの抵抗力、免疫力を高めます。シェイプアップにも効果が期待できます。女性毎月2回～3回の水曜日、午前9時40分～10時30分または午前10時40分～11時30分場こぶし会館100円月1,200円定30人(申込順)朝香さん☎080(5548)1026

●フラ・サークル プルメリア 年数回の舞台を目標に、楽しくフラダンスを踊りませんか。20代～40代の女性毎月3回の木曜日、午前10時～11時45分場幸学習館3,000円(別途サークル費100円)濱野さん☎(536)3768

●ペン字筆字を楽しむ会 筆記具は自由です。手紙、百人一首等、大きめの字で練習し、手書きの楽しさを味わいながら友達づくりをしませんか。初心者大歓迎毎月第1・第3木曜日、午前10時～正午場砂川学習館、天王橋会館ほか1,000円月1,100円定15人(申込順)金子さん☎090(6547)4218

●茶友会 裏千家茶道のおけいこをします。服装は自由です。白いソックスをご持参ください。初心者大歓迎毎月2回の木曜日、午前9時30分～11時(希望があれば午後も開催)場さかえ会館1回2,000円宮本さん☎090(1706)9889

●和太鼓ナイン 和気あいあいのとても楽しいグループです。初心者大歓迎50歳以上の方毎月第2・第4火曜日、午後6時～8時30分場西砂学習館1,000円月2,000円定5人(申込順)申松島さん☎080(5382)4190