

シニア

おしえて！ 包括「脳と身体の健康チェック」

健康体操、脳トレ、体力測定、介護相談など。市と北部西かみすな地域包括支援センター、武蔵村山市の共催。直接会場へ時7月19日(水)午前10時～午後2時場ダイエー武蔵村山店1階「ぐらんぱ&ぐらんま」(武蔵村山市伊奈平3-36-1)間北部西かみすな地域包括支援センター ☎(536)9910

介護予防教室

●元氣ハツラツ民謡教室 三味線、尺八に合わせて、お腹の底から大きな声を出しましょう(対)おおむね65歳以上の市民の方(時)7月18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

●うたごえ広場 in 柴崎～歌を歌って
介護予防！ 歌と音楽にあわせて体を動かし歌いましょう【対】65歳以上の市民の方【時】7月26日(水)午後2時～3時30分【場】柴崎学習館【師】ソプラノ歌手・丸山和子さん【定】30人(申込順)【持】飲み物【申】南部西ふじみ地域包括支援センター【電】(540)0311へ

●ときめきネイル講座～ネイルや手
のお手入れで健康に 正しいネイル
ケアとハンドマッサージを学びます対
65歳以上の市民の方時9月4日(月)午
前10時30分～正午場になじん・立川
(高松町2-27-27)師ネイリスト・片
岡愛さん費1,500円(お持ち帰り用ネ
イルセット代)定15人(申込順)持ハ
ンドクリーム申中部たかまつ地域包
括支援センター☎(540)2031へ

認知症サロン（家族会）

家族同士で情報交換し、日頃の悩みや疑問を語り合います。無料マッサージ体験会もあります**時**7月24日(月)午後1時30分～3時30分**場**にしすな福祉相談センター**定**15人(申込順)**申**にしすな福祉相談センター**☎**(531)5550へ

家でもできる！シニアの脳トレ！

ゲームや軽運動などで脳を活性化。
自宅でも続けられるカレンダー式の
教材を配布します**対**65歳以上の市
民で医師から運動を制限されていない方（平成29年度初参加の方）**時**8
月1日（火）午後3時～4時30分**場**そん
ぽの家5立川（高松町3-10-1）**定**20人
（申込順）**申**7月10日（月）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

 官公署・その他

小平・村山・大和衛生組合(小平市)の生活環境影響調査結果の縦覧と説明会

小平市にある、小平・村山・大和衛生組合で現在進めている不燃・粗大ごみ処理施設（仮称）の整備に関して、生活環境影響調査結果の縦覧と説明会を行います。

●縦覧 時 8月7日(月)まで、午前8時
30分～午後5時15分(土曜・日曜日、
祝日を除く) 場 小平・村山・大和衛生
組合事務所(小平市中島町2-1)

●意見書の提出 8月21日(月)(必着)
までに、直接、または郵送、ファクス、E
メールで小平・村山・大和衛生組合
事務所(〒187-0033小平市中島町

2-1) ☎042(341)4345 ☯042(343)
5374 einfo@kmy-eiseikumiai.jp
へ提出してください

●説明会 直接会場へ時7月19日(水)
午後7時から場小平・村山・大和衛生
組合3階大会議室

自衛官等を募集

●対象 ▶一般曹候補生・自衛官候補生＝18歳以上27歳未満の方▶航空学生(空)＝18歳以上21歳未満の方▶航空学生(海)＝18歳以上23歳未満の方

●採用セミナー 時・場▷7月27日(木)
正午から=立川グランドホテル(曙町
2-14-16)▷8月8日(火)正午から=立
川地方合同庁舎(緑町4-2)

問自衛隊立川出張所☎(524)0538

東京都子育て支援員研修参加者を募集(第2期)

保育や子育て支援分野の各事業に従事するための必要な知識や技術等を有する「子育て支援員」の養成研修(地域保育コース、地域子育て支援コース、放課後児童コース、社会的養護コース)を実施します。くわしくは、「東京都福祉保健財団」のホームページ、または都ホームページをご覧ください▶申込期限=7月28日(金)☑

東京都福祉保健財団人材養成部福祉人材養成室子育て支援員担当☎03(3344)8533

子育て応援とうきょうパスポートをご活用ください！

都は、中学生以下の子どもがいる世帯や妊娠中の方が商品の割引や粉ミルクのお湯など、さまざまなサービスを受けられる「子育て応援とうきょう

「子育て応援とうきょうパスポート」を実施しています。
「子育て応援とうきょうパスポート」のホームページでは、サービスを受ける際に必要となるパスポートのダウンロードや、利用できるお店の検索ができます。また、子育て世帯や妊娠中の方を応援したいと考えている企業・店舗等の皆さんによる協賛店登録も行えます。くわしくは、「子育て応援とうきょうパスポート」のホームページをご覧ください。☎都福祉保健局 少子社会対策部 計画課 子育て応援事業担当 ☎03(5320)4115



- 日陰や「立川ひと涼みスポット」を利用してこまめに休憩しましょう。「立川ひと涼みスポットマップ」を市の公共施設等で配布しています。
- 外出時は日傘・帽子を活用しましょう。
- 室内にいても水分をこまめにとりましょう。
- 無理をせず、適度にエアコンなどを使いましょう。

 たちかわ競輪開催日

●7月19日～21日(大宮FIを場外発売) ●7月22日～24日(FIIガールズ、福井記念を併売) ●7月25日(福井記念を場外発売)

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木曜日	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・アイム5階	
	第2木曜日		たましんRISU RU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	
☎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		
	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		
☎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		
☎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)				
☎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			
☎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)	女性総合センター・アイム5階	消費生活センター ☎(528)6810
☎☎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		男女平等参画係 ☎(528)6801

相談項目		相談日	時 間	場 所	連絡先
総合福祉センターでの各種相談	☎成年後見相談	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
	☎法律相談	第3土曜日			社会福祉協議会 ☎(529)8300
	☎相続相談	第2・第4火曜日			
	☎生活設計相談	第3火曜日			
	☎☎アルコール相談	第2・第4水曜日	社会福祉協議会 ☎(529)8426		
	☎☎くらしや仕事の相談	月曜～金曜日	8:30～17:15	くらし・しごとサポートセンター ☎(503)4308	
☎精神障害者の家族相談	第2月曜日(祝日の場合は第3月曜日)	13:30～16:30	立川麦の会 ☎(563)4569		
☎☎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			子育て推進課	手当・医療費給付係・内線1345	
子ども未来センターでの各種相談	☎☎☎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		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				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				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
☎外国人相談 日常生活等 在留資格、	中国語	第1・第4土曜日	13:00～16:00	女性総合センター・アイム5階	たちかわ多文化共生センター ☎(527)0310
	英語・ポルトガル語	第2土曜日			
	英語	第3・第5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				