



# 広報 たちかわ

【今号の主な内容】

- 2面 ご利用ください子育て支援サービス
- 3面 各種税金の手続きをお忘れなく
- 4面 住民情報システム共同利用に関する協定を締結
- 5面 いきいきシニアライフ
- 6・7面 食べれば「ごちそう」、残せば「ごみ」
- 8・9面 スポーツ/講座/健康/市民伝言板
- 10・11面 催し/子ども・子育て/お知らせ/募集
- 12面 春。おでかけしましょう!

## 3.10

平成30年(2018年)  
月2回(10日・25日)発行

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

市民と市政のつながりを“わ”で表しています

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

# にこにこ子育て

## 笑顔の子育て応援します

子育て中の楽しいときも、大変なときも、笑顔でいられるように、市は、さまざまな制度を設けて子育てをサポートしています。2面では、一時的な保育や家事の援助などのサービスを紹介しています。



### 子育て応援ブック「Hiちーず」を配布中

子育て応援ブック「Hiちーず」は、子育てに関するサービスや助成制度、市内の保育園や幼稚園などを紹介しています。

● **配布場所** 子ども未来センター、市役所1階(子育て推進課、保育課、市民課)、窓口サービスセンター(立川タクロス1階)、健康会館、各連絡所、各子育てひろば、各図書館、各地域学習館、市内保育施設・幼稚園

園子ども家庭支援センター

☎(528)6871

砂川町在住の川村さんご家族

かたらい夢みらい

まちに畑のある風景。採れたての栄養たっぷりのおいしいホウレンソウ、緑豊かな、時として色とりどりの花が咲き乱れる広大な空間、いざ大地震では真っ先に逃げ込める安全な場所。畑のもつ底知れぬ力について、思いつくままに挙げてみました。昭和38年に、旧立川市と砂川町が合併したときは、約830ヘクタールの農地がありました。現在では約260ヘクタールと激減してしまいました。しかしながら、多摩26市の中で5番目に広い農地が本市にはあります。

市は、農家の皆さんにさらなる経営基盤の強化に取り組んでいただけのように、畑に非常用電源を備えた防災兼用井戸の整備を支援するなど、農地保全の充実を図っています。このように、都市農地は、単なる食糧生産のためだけでなく、農家の皆さんと市が協定を結ぶことで、災害時の最も身近な一時避難場所としても大きな役割を果たしています。

今後も、砂川町2丁目のみの1れ立川をはじめとした農産物直売所を仲立ちとして、消費者と生産者の皆さんの地場産品を通じた、さらなる交流の充実を期待しています。

立川市長 清水 卓平

# ご利用ください 子育て支援サービス

一時的な保育や家事の援助など、子育てを支援するサービスを紹介します。  
くわしくは、市ホームページをご覧ください。



東日本大震災追悼式にあわせ、3月11日(日)午後2時46分に黙とうをお願いします 総務課・内線2593

## 産前・産後の大変なときに 育児支援ヘルパー事業



産前・産後の大変な時期に、ヘルパーを派遣して育児や家事などを支援します。利用希望日の1週間前までに申請が必要です(子ども1人につき4回まで)。

**対象** 産前1か月～産後1年未満

**時間** 午前9時～午後5時(1回当たり2時間以内。土曜・日曜日、祝日、年末年始を除く)

**費用** 1回500円(減免制度あり)

☎子ども家庭支援センター ☎(528)6871へ

## 育児を手伝ってほしいときに ファミリー・サポート・センター



子育てを手助けしてほしい人と、お手伝いできる人が会員になって助け合う制度です。内容は、保育園・幼稚園の送迎や一時保育など。事前に登録をしていただき、必要なときにサポートできる方を紹介します。

**対象** 0歳～小学生

**費用** 1時間700円～900円(時間、曜日により異なります)

☎ファミリー・サポート・センター ☎(528)6873へ

## 子どもが病気やけがのときに 病児保育室



子どもが病気やけがで通園・通学ができないときなどに、一時的にお預かりします。利用には事前に登録が必要です。

**対象** 生後4か月～小学3年生

**時間** 午前8時30分～午後5時30分(土曜・日曜日、祝日、年末年始を除く)

**費用** 1日2,500円(減免制度あり)

☎▷ぼけっと病児保育室[幸町1-11-3さいわいこどもクリニック内] ☎(536)7333▷子ども診療所病児保育室ぱおぱお[錦町1-23-25立川相互病院附属子ども診療所内] ☎(521)2777へ

☎市保育課・内線1324

## 一時的に子どもを預けたいときに 一時預かり保育



理由を問わず、市内15か所の保育園等で子どもを一時的に預かります。事前に利用する施設での面接・登録が必要です。

**対象** 生後57日～学齢前(施設により受け入れ月齢が異なります)

**時間**▷みらいっこ保育室(子ども未来センター内) = 午前8時30分～午後5時(第3月曜日、年末年始を除く)▷その他の施設 = 午前9時～午後5時(土曜・日曜日、祝日等の休園日を除く)

**費用** 2,000円～4,000円程度(時間により異なります)

☎市保育課・内線1323

### 子ども総合相談窓口

子育てに関する漠然とした悩みや不安など、誰かに聞いてもらいたい、相談したい、というようなときはお電話ください(☎(529)8566)。お話を聞いて課題を整理したり、関係機関と連携して支援につなげていきます。来所相談もできます。  
▼受付時間 月曜～土曜日、午前9時～午後5時(祝日、年末年始を除く)▼場所 子どもの未来センター1階  
☎子ども家庭支援センター ☎(528)6871

### ひとり親家庭の方へ 就労に関する給付金

受給には事前相談が必要です。  
●高等職業訓練促進給付金 看護師・介護福祉士等の資格取得のために修業する場合に給付されます▼対象 20歳未満の児童を扶養しているひとり親家庭の母または父で、次のすべての要件を満たす方▼児童扶養手当の支給を受けている、または同等の所得水準である▼修業年限が1年以上の養成機関において、対象資格の取得が見込まれる▼就業または育児と修業の両立が困難であると認められる▼過去にこの給付金を受給していない▼対象資格 看護師、准看護師、介護福祉士、社会福祉士、保育士、理学療法士、作業療法士、保健師、助産師、理容師、美容師、歯科衛生士、製菓衛生師、調理師等▼対象期間 修業期間中の全期間(上限3年)▼支給額 月額10万円(課税世帯は月額7万

### 500円

### ●自立支援教育訓練給付金 就業

業を目的とした教育訓練に関する講座を受講し、修了した場合に給付されます▼対象 20歳未満の児童を扶養しているひとり親家庭の母または父で、次のすべての要件を満たす方▼児童扶養手当の支給を受けている、または同等の所得水準である▼雇用保険の教育訓練給付の受給資格がない▼当講座の受講が適職に就くために必要である▼過去にこの給付金を受給していない▼対象講座 雇用保険制度における教育訓練給付の指定教育訓練講座等▼支給額 修了した対象講座受講料の60%(上限20万円、ただし1万2000円以下は対象外)

### ●小学新1年生に義務教育就学児医療証を発送

4月に、小学1年生になるお子さんがいる家庭に義務教育就学児医療証(4月1日(日)から有効)を3月15日(木)に発送します。これまでの乳幼児医療証は、4月1日(日)から使用できなくなります。なお、所得制限を超えている場合やひとり親家庭等医療証がすでに発行されている場合は、発送しません。くわしくは、お問い合わせください。  
有効期限が過ぎている医療証は、子育て推進課(市役所1階21番窓口)、窓口サービスセンター(立川タクロス1階)、各連絡所で回収します。  
☎子育て推進課・内線1347

### 春休みを楽しく有意義に

子どもたちにとって春休みは、進級や進学、就職など、人生の転機となる時期で、将来への希望と新しい環境に対する不安や緊張が混在し、精神的に不安定になりやすいときです。  
そこで、市と立川市青少年問題協議会は、3月20日(火)～4月10日(火)を「春休み対策期間」として「しっかりと生活目標をもち、希望にあふれる春休みにしよう」を重点目標に啓発活動などを行います。  
子どもたちが春休みを楽しく、安全に、充実して過ごせるよう、次のことを心がけてください。  
●大人からあいさつや声かけをしましょう。  
●地域で子どもたちの見守りを行いましょう。  
●家庭では、進級や進学、就職に向けた心構えなどを話題にしましょう。  
●新しい生活に備え、心の準備をさせましょう。  
●早寝・早起きなど規則正しい生活をさせましょう。  
●スマートフォンやインターネットの適切な利用について親子で話し合しましょう。  
●子どもが不審者に出会ったり、無理に連れて行かれそうになったりしたときのために、「こども110番」のステッカーが貼ってあるお店や家の場所を親子で確認しておきましょう。  
☎立川市青少年問題協議会事務局(子ども育成課内)内線1305、指導課・内線2498

# 各種税金の手続きをお忘れなく



## 市民税・都民税 所得税は3月15日(木)までに申告を

市民税・都民税、所得税・復興特別所得税の申告は3月15日(木)までです。まだお済みでない方は、忘れずに申告をしてください。また、軽自動車税の手続きや償却資産の申告についてもお知らせします。

### 市民税・都民税 申告は市役所課税課へ

平成30年1月1日現在、立川市に居住していた方で、給与所得のみの方と公的年金等の収入のみの方は通常、申告の必要はありません。給与所得以外に年金、配当、家賃、原稿料などの所得があった方や源泉徴収票に記載されていない控除を受ける方は申告してください。

また、上場株式等の配当所得譲渡所得について、確定申告と異なる課税方式を選択する場合は、別途、その旨を記載した市民税・都民税申告書を、当該年度の納税通知書が送達される日までに、市役所へ提出する必要があります。

平成29年中に所得がなかった方も、非課税証明書の発行や国民健康保険料・介護保険料算定などの基礎資料となるため、申告をお願いします。

所得税の確定申告をする方、市内に住む方の扶養親族となっている方は、申告は不要です。

### 所得税 確定申告は立川税務署へ

所得税・復興特別所得税の申告は、立川税務署(緑町4-2立川地方合同庁舎内)で受け付けています。

なお、すべて記入済みの確定申告書は、3月15日(木)まで市役所1階で仮受け付けを実施しています。

いずれの会場も土曜・日曜日

を除きます。

立川税務署 ☎(523)1181

### 事業用資産をお持ちの方 償却資産の申告はお済みですか

償却資産とは、土地や家屋以外の、事業の用に供することができる資産(機械、器具、備品や構築物など)のことで、土地や家屋と同様に固定資産税が課税されます。償却資産をお持ちで、まだ申告をしていない方は、課税課口へ必ず申告をお願いします。

償却資産の例は次の通り▼事務系▼事務機、椅子、書棚、OA機器など▼飲食業▼看板、厨房設備、冷蔵庫、カラオケセット、エアコンなど▼理・美容業▼理・美容椅子、サインポール、消毒器、洗面設備など▼クリーニング業▼洗濯機、脱水機、ドライ機、ボイラーなど▼病院・医院▼レントゲン、手術用機器、歯科診療ユニットなど▼不動産貸付業▼舗装路面、門扉、看板など

28 課税課償却資産係・内線1206

### 市議会定例会 3月22日(木)まで開会

平成30年第1回市議会定例会は3月22日(木)までの会期で開かれています。

今後の会議日程は▼3月12日(月)～15日(木)▼予算特別委員会▼20日(火)▼議会運営委員会▼22日(木)▼本会議(議案審議など)の予定です。

市議会はどなたでも傍聴できます。傍聴を希望する方は、会議当日に直接、市役所3階の本会議場へお越しください。

### 自立型ソーラースタンドを設置しました

市は、再生可能エネルギーの普及等を目的として、市役所本庁舎と子ども未来センターに自立型ソーラースタンドを設置しました。

このソーラースタンドは、太陽光で発電した電気を蓄電池に充電し、夜間の照明などに使います。また、スマートフォンなどへの充電が可能なので、ぜひご活用ください。



環境対策課温暖化対策係・内線2243

### 「ちよこつと共済」受付中

都39市町村が共同で実施する交通災害共済です。立川市では3歳～14歳(平成30年4月1日現在)の方はBコース(500円)に自動的に加入しています。70歳以上(平成30年4月1日現在)の方と、立川市心身障害者手当を受給の方は、市に申し込むことによってBコースに無料で加入できます。Aコースを希望する場合は500円が必要です。

●申込場所 ▼生活安全課(市役所2階54番窓口)▼窓口サービスセンター(立川タクロス1階)▼各連絡所▼市内の金融機関(会費の支払いがある方。ゆうちょ銀行と一部金融機関を除く)

●生活安全課生活安全係 ☎(528)4376

### 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)。

●夢育て・たちかわ子ども21プラン推進会議 3月14日(水) 午後6時30分から市役所2階208・209会議室 5人(申)子育て推進課子育て推進係・内線1340へ

●建築審査会 3月20日(火) 午後3時から市役所2階210会議室 10人(建)建築指導課庶務係・内線2331

●契約・倫理制度改革評価委員会 3月20日(火) 午後3時から市役所3階302会議室 10人(品)品質管理課・内線2449

●在宅医療・介護連携推進協議会 3月23日(金) 午後1時30分(時) 3月23日(金) 午後1時30分(時) Fax(521)2653

分)3時(場)市役所2階208・209会議室 10人(高)高齢福祉課介護予防推進係・内線1472

●自転車等駐車対策協議会 3月23日(金) 午後1時30分から(場)子ども未来センター2階201会議室 5人(交)交通対策課自転車対策係・内線2285

●生活環境安全確保会議 3月26日(月) 午前11時から(場)市役所2階210会議室 5人(生)生活安全課生活安全係・内線2546

●都市計画審議会 3月26日(月) 午後2時から(場)市役所2階208・209会議室 10人(都)都市計画課都市計画係・内線2365

●農業委員会総会 3月26日(月) 午後2時から(場)市役所2階210会議室 4人(農)農業委員会事務局・内線2654

●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 3月27日(火) 午前10時から(場)総合福祉センター2階視聴覚室 5人(福)福祉総務課地域福祉推進係・内線1493

●市史編さん委員会 3月27日(火) 午後1時30分から(場)たましんRISURUホール5階第2会議室 5人(史)地域文化課市史編さん担当・内線4044へ

## 今月の納期 4月2日

国民健康保険料第9期分 後期高齢者医療保険料第9期分

納付書裏面等に記載の場所で納付してください。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

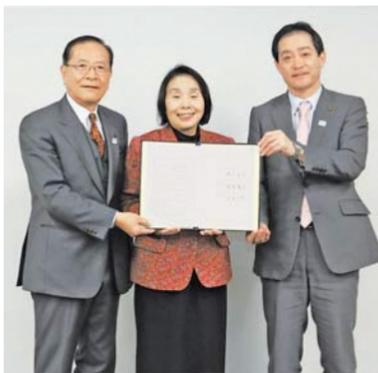
立川市・三鷹市・日野市

住民情報システム共同利用に関する協定を締結しました

2月13日、立川市・三鷹市・日野市は住民情報システム共同利用に関する協定を締結しました。

共同利用とは、地方自治体が情報システムのハードウェア、ソフトウェアなどを外部のデータセンターで管理・運用し、複数の地方自治体の情報システムを集約するものです。共同利用により業務標準化や費用削減、セキュリティ水準の向上等の効果が期待され、全国的に導入が進んでいます。市は、平成29年度から導入の検討を開始し、すでに共同利用の検討を開始していた三鷹市・日野市と、団体

規模、地域性、システム構成などで類似性が確認できたため、共同利用の導入を決定しました。今後はさらなる住民サービスの向上のため、平成34年度からの運用開始に向けて、3市共同での取り組みを進めていきます。



協定締結の様子

情報推進課・内線3201

被災地へ市職員を派遣しています

市は東日本大震災被災地の復興を支援するため、平成24年度から岩手県大槌町に市職員の派遣を行っています。

派遣職員からの報告

もうすぐ震災から7年がたち、大槌町では町の中心地が出来始めました。来年度には鉄道も復旧の予定です。一方で、現在も町内42か所の仮設団地に650世帯1,381人(平成30年1月31日現在)の被災者が不便な暮らしを続けています。



旧大槌町役場

現在、町では旧大槌町役場を解体するか保存するかで揺れています。震災遺構として後世に残したいという方、見るのもつらいから早く解体してほしいという方、どの意見もとても大切で、町民の皆さんの気持ちに寄り添った復興の進め方とはなんと難しいのだろうと考えさせられます。

被災者の方が、暮らしも気持ちも元通りの生活をするまでにはまだまだ時間がかかります。私は、ここ大槌町の震災の経験を学ばせていただくとともに、町民の皆さんのお役に立てるよう日々の業務に邁進しています。

大槌町税務課課税班・五十嵐梓

市税・保険料の納付相談窓口を3月25日(日)、4月1日(日)に開設

平日に納付相談ができない方を対象に休日窓口を開設します。事前にお申し込みください。

●対象となる税・保険料 市税、国民健康保険料、後期高齢者医療保険料

時①3月25日②4月1日の日曜日、いずれも午前9時～午後4時 場所 収納課(市役所1階34番窓口)

申3月15日(木)から、①は3月23日(金)まで、②は3月30日(金)までに収納課・内線1253へ

子育てひろば指導員(臨時職員)を募集

くわしくは市ホームページ、または3月12日(月)からひまわり子育てひろば(砂川学習館1階)で配布する募集案内をご覧ください。

▼業務内容 子育てひろば内での遊び指導、保護者等の相談対応等 ▼時給 1130円(交通費支給) ▼応募資格 保育士、幼稚園教諭のいずれかを有する方 ▼勤務 月曜～金曜日のうち週1～3日、月数回の土曜日、いずれも午前9時15分～午後4時45分 ▼勤務地 月曜～金曜日 日 じつこ子育てひろば(西砂川学習館2階)、中里公会堂出前ひろば(西砂町5-11-13)、いちばん出張ひろば(一番町4-62-3) ▼土曜日 しまわり子育てひろば(砂川学習館1階)

子育て推進課・内線4090

3月25日(日)、4月1日(日) 臨時休日窓口を開設

引越シーズンにあわせ、3月25日と4月1日の日曜日、臨時休日窓口を市役所に開設します(下表)

▶時間=午前8時30分～午後5時 市役所代表電話 ☎(523)2111

主な取扱業務	受付窓口/問い合わせ
<b>転入など</b> ●転出入・転居・戸籍などの届け出 ●印鑑登録と市民カードの発行 ●住民票の写し・戸籍謄抄本・印鑑登録などの証明書の発行 ※窓口サービスセンター(立川タクロス1階)でも上記の手続きが行えます。 <b>取り扱いできない業務</b> ▶マイナンバーに関する業務 ▶住基ネットに関する業務(特例転入を除く) ▶電子証明書に関する業務 ▶自動車等の臨時運行許可	市民課(1階10番～12番窓口)内線1371
<b>国保・年金</b> ①国民健康保険・後期高齢者医療制度の届け出(資格取得・喪失・変更・再交付) ②高額療養費等の支給申請と各種補助制度に関する業務 ③国民年金の届け出・申請(年金事務所への照会を要するものを除く)	保険年金課(1階6番窓口) ①②医療給付係・内線1401 ③国民年金係・内線1394
<b>市税など</b> ①125cc以下の原動機付自転車と小型特殊自動車の登録・廃車 ②市税・国民健康保険料・後期高齢者医療保険料の収納 ③納税証明書の発行(当日納付の確認ができるもののみ) ④市税等の納付相談(予約制。2日前までに) ⑤課税(非課税)証明書、固定資産税関係証明書の発行	①課税課(1階35番窓口)内線1200 ②③④収納課(1階34番窓口)内線1240 ⑤市民課(1階10番～12番窓口)内線1371
<b>子ども</b> ①児童に関する手当等の申請 ②ひとり親家庭等医療費助成に関する業務 ③乳幼児医療費助成に関する業務 ④義務教育就学児医療費助成に関する業務	子育て推進課手当・医療費給付係(1階21番窓口) ①内線1346 ②内線1345 ③④内線1347
<b>介護保険</b> ①要介護認定等に関する業務 ②介護保険料の収納	介護保険課(1階4番窓口) ①介護認定係・内線1453 ②介護保険料係・内線1446
<b>障害のある方</b> ●障害者福祉に関する業務	障害福祉課(1階1番窓口)内線1510
<b>就学関係</b> ●児童・生徒の就学援助に関すること ●児童・生徒の就学手続きに関すること	学務課(当日のみ1階12番窓口で受け付け)内線2515

●窓口サービスセンターもご利用ください 立川タクロス1階にあり、月曜～金曜日(午前8時30分～午後8時)、土曜・日曜日(午前8時30分～午後5時)に開所。転出入などの届け出を受け付けています。なお、時間帯によって取扱業務が限られます。

らりんグッズプレゼント



立川市・大町市観光情報プラザ(柴崎町3-14-3)で立川観光協会推奨認定品を含む店内商品合計1,000円以上をお買い上げいただいた方に、立川市キャラクター「くるりん」のトイレットペーパーをプレゼントします(なくなり次第終了) ▶対象期間=3月26日(月)～31日(土)、午前11時～午後7時



〒(株)まちづくり立川 ☎(512)5414、市産業観光課・内線2659

# いきいきシニアライフ

## 介護予防教室

●元氣ハツラツ民謡教室 生演奏の尺八、三味線にあわせて歌います。65歳以上の市民の方。3月20日(火)午後1時30分〜3時30分。西砂会館。30人(申込順)。申ししすな福祉相談センター。☎(531)5550へ

●今からできる部屋の片づけ。ごみ屋さんの「かんたんアドバイス」長年にわたり「ごみ屋敷」の清掃に携わってきたプロから話を聞きます。65歳以上の市民の方。3月28日(水)午後2時〜3時30分。柴崎学習館。産業廃棄物収集運搬会社代表・田中宗喜さん。30人(申込順)。申南。西ふじみ地域包括支援センター。☎(540)0311へ



●歯とお口からはじめるアンチエイジング。口内環境を整えると、全体の健康につながります。対。市民の方。3月29日(木)午後1時30分〜3時。場。上砂会館。歯科医・金井克樹さん。30人(申込順)。申。北西部かみすな地域包括支援センター。☎(536)9910へ

●家でできる健康体操。椅子に座ってできる体操です。対。要介護認定未申請の65歳以上の市民の方。4月16日〜平成31年3月18日の第3月曜日、午後2時〜3時30分(全12回)。場。総合福祉セ

ンター。健康運動実践指導者・数本隆子さん。25人(抽選)。申。3月30日(金)「必着」までに往復はがきに、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、返信用宛先を書いて、南部西ふじみ地域包括支援センター(〒190-0001 3富士見町2-36-47)☎(540)0311へ

●アクティブ体操・春コース。転ばない体づくりを楽しく行います。65歳以上の市民の方。4月28日〜9月22日の第4土曜日、午後1時30分〜3時(全6回)。場。高松学習館。25人(抽選)。申。3月23日(金)「消印有効」までに、往復はがき(1枚につき1人)に「アクティブ体操・春コース」、住所、氏名、年齢、電話番号、返信用宛先を書いて、中部たかまつ地域包括支援センター(〒190-0001 1高松町2-27-27)☎(540)2031へ



●認知症相談会。3月28日(水)午前10時〜正午。場。一。福祉社会館。3組(申込順)。申。高齢福祉課。介護予防推進係。内線1471へ

●二十一夜サロン。認知症の方を介護するご家族などが自由に語り合えるサロン

です。今回のテーマは「居場所をつくらう!住民参加の地域づくり」。直接会場へ。3月30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)☎フェローホームズ富士見相談センター☎(526)1353

## 懐かしい歌を一緒に

大きな声で歌ったり笑ったりすることは健康の秘訣。昔を語りあいながら楽しいひとときを。対。65歳以上の市民の方。4月16日(月)午後2時〜4時。場。西砂学習館。音楽講師・山田香代さん、岡田文子さん。50人(申込順)。申。3月10日(土)から西砂学習館☎(531)0431へ



●市営借上シルバーピアあき室入居者登録のしおり配布。住宅に困窮した高齢者を対象にした集合住宅です。困窮度で登録の判定を行い、あき室が発生した時点で登録順に入居をご案内します。くわしくは募集のしおりをご覧ください。

●登録住宅。単身者用。3戸。二人世帯向け。1戸。3月20日(火)〜27日(火)。配布期間。3月20日(火)〜27日(火)。配布場所。市役所(総合案内(1階))と住宅課(2階53番窓口)、窓口サービスセンター(立川タクロス1階)、各連絡所。

●申込方法。3月30日(金)「必着」までに、申込用紙を添付の

封筒を使って郵送で住宅課へ。58。関。住宅課。住宅管理係。内線25

## 生きがいと交流の 寿教室

60歳以上の市民の方を対象に平成31年3月まで開設。くわしくは各担当学習館へお問い合わせください。☎年会費2,000円(ほかに参加費がかかる教室もあります)申。3月13日(火)から希望する教室の担当学習館(下表)の窓口へ(申込順)

教室名(会場)	開講式日時	主な内容と活動日	問い合わせ先(担当学習館)
柴崎寿教室(柴崎学習館)	4月19日(木)午後1時30分から	健康体操、民謡教室、フォークダンスほか 毎週木曜日、午後1時30分〜3時	柴崎学習館 ☎(524)2773
羽衣寿教室(羽衣中央会館)	4月18日(水)午前10時から	健康体操、コーラス 第1・第3水曜日・金曜日、午前10時〜11時30分	
砂川寿教室(砂川学習館)	4月11日(水)午後1時30分から	健康体操、コーラス、フラダンス 毎週水曜日、午後1時30分〜3時	砂川学習館 ☎(535)5959
こぶし寿教室(こぶし会館)	4月13日(金)午後2時から	健康体操、コーラス、カラオケ 毎週金曜日、午後2時〜4時(健康体操は午後3時30分まで)	
西砂寿教室(西砂学習館)	4月5日(木)午後1時30分から	健康体操、コーラス、フォークダンス 毎週木曜日、午後1時30分〜3時	西砂学習館 ☎(531)0431
高松寿教室(高松学習館)	4月11日(水)午後1時30分から	▶健康体操=主に第3水曜日、午後2時から ▶気功=主に第2木曜日、午後1時30分から ▶民謡=主に第3木曜日、午後1時30分から	高松学習館 ☎(527)0014
錦寿教室(錦学習館)	4月11日(水)午後1時30分から	▶フラダンス=火曜日▶健康体操=木曜日▶民謡踊り=金曜日、いずれも月に1〜2回、午後1時30分から	錦学習館 ☎(527)6743
栄寿教室(幸学習館)	4月17日(火)午前10時から	健康体操、コーラスほか 毎週火曜日、午前10時〜11時30分	幸学習館 ☎(534)3076
若葉寿教室(若葉会館)	4月11日(水)午前10時から	健康体操、コーラス、学習会ほか 毎週水曜日、午前10時〜11時30分	

## 地域の仲間が待っています

### あなたのまちの健康づくりグループ紹介②5

#### 立川指圧健康友の会

週2回、指圧体操をしています。メンバーは28人おり、発足から30年以上たちます。50代〜80代の幅広い年齢層ですが、外見が若いので年齢を言うと驚かれます。健康と若さを保つ秘訣は、柔軟体操、ストレッチ、筋トレ、指圧をバランスよく取り入れることです。指圧で全身のツボ(経絡)を刺激すると、血液やリンパ液の流れ



が促進され、体がすっきりして翌朝気持ちよく起きられます。あいさつ(礼に始まり礼に終わる)を重視することも私たちの大切なモットーです。月に1度の食事会のほか、お花見、バーベキュー、ハイキングなども楽しんでいきます。これからもストレッチ体操と指圧で血行をよくし、日頃の疲れとストレスを解消して、健康で楽しい毎日を過ごしていきたいと思ひます。関。立川市社会福祉協議会6地区地域福祉コーディネーター[上砂町・一番町・西砂町]☎(534)9501

# 食べれば「ごちそう」、残せば「ごみ」



## 食品ロスの半分は家庭から

621万トン。これは国内で1年間に出る食品ロス(まだ食べられるのに廃棄される食品)の総量です。最近では売れ残った「恵方巻き」の大量廃棄が話題になるなど、お店から出されるイメージが強いのですが、全体のうち約半数、282万トンが家庭から出されています。

いつでも気軽に食品を買うことができる現代、その反動ともいえる「食品ロス」は無視できない問題です。食品についての正しい知識を身につける、「もったいない」という気持ちを大切にすることで、普段の暮らしの中で私たちができることを考えてみませんか。

◎ごみ対策課ごみ減量推進係・内線6748

## 燃やした灰はどうなるの?

### エコセメント化事業

エコセメントとは、ごみの焼却灰から作られる新しいタイプのセメントです。家庭から排出された燃やせるごみは、清掃工場で焼却灰になったのち、日の出町にある二ツ塚最終処分場のエコセメント化施設で全量リサイクルされています。

二ツ塚最終処分場は、多摩地域全体のごみの最終処分問題を解決するため、日の出町の皆様の理解を得て設置されています。

日の出町に感謝の気持ちを持つとともに、最終処分場を一日でも長く使用するため、今後もごみ減量とリサイクルにご協力をお願いします。



点字ブロック、U字溝などのさまざまなコンクリート製品にリサイクルされます。

◎清掃事務所・内線6761

## 家庭で

### 知って納得 食材ミニ講座

「食とくらしと環境を考える会」代表の横幕玲子さんに食品ロスを減らす方法を聞きました。

#### 消費期限と賞味期限

消費期限は「安全に食べられる期限」 賞味期限は「おいしく食べられる期限」

消費期限	賞味期限
18. 2.23 加工年月日 18. 2.21	2018.11.20
〈代表的な食品〉 おにぎり、パン、惣菜類、ケーキ、肉・魚等の生鮮食品など	〈代表的な食品〉 卵・乳製品、缶詰、調味料、飲料、菓子類など

賞味期限が過ぎててもすぐにごみにせず、見た目や臭いなど、自分の五感を使って判断することも大切です。ただし、いずれも開封前のこと。開封後は期限にかかわらず早めに食べましょう。

#### 食材を使いきろう

家庭で出る食品ロスの約5割が食材の食べられる部分を廃棄してしまう「過剰除去」です。

野菜の皮などは、調理の工夫でおいしく食べられます。栄養もありますよ。

#### やってみよう! 使いきりレシピ

消費者庁が、「消費者庁のキッチン」として食材を無駄にしないレシピをまとめて掲載しています(右2次元コードからアクセス可)。

## 外食で

### 食べきり協力店

登録店舗のうち2店舗を紹介します。

#### 菊松食堂

昔ながらの食堂のスタイルを古民家風の空間で味わえるお店です。ランチでは焼き魚、揚げ物、肉料理など、年代を問わず楽しめる料理を提供。ご飯の量少なめ割引、ご飯を自家製豆腐やキャベツに変更可など、食べ残しを少なくするためにいろいろ工夫をしています。夜は素材と調理方法にこだわった、おいしいお酒にあう、さまざまな料理を提供しています。



オーナー 永田 努さん

ご飯の量少なめ割引や変更サービスを始めてから、食べ残しが以前よりグッと減り、ごみ処理コストも下がりました。

#### スープカフェ なんでもない日

根川緑道沿いにたたずむ、とても居心地がいい軒家風のカフェ。「ふつうにちゃんとおいしいスープ」をコンセプトに、地元の農家さんから仕入れた野菜を、素材の味を生かしたシンプルな調理方法で提供します。ご飯の量や苦手な食材など、お客様の要望を聞いて柔軟に対応しています。

野菜の葉や皮などもおいしく食べられるので、なるべく食材を使いきる調理を心がけています。



オーナー 中倉 真知子さん

#### 「食べきり協力店」とは

市は飲食店で小盛りメニューの導入や持ち帰り対応など、食品ロスの削減に取り組む飲食店を「食べきり協力店」として認定しています。登録店舗は市のホームページなどで紹介しています(左2次元コードからアクセス可)。また、ご協力していただける店舗を随時募集しています。

緑町4-5 ☎(595)9303  
営業時間 午前11時30分～午後2時 / 午後5時～11時  
定休日 年中無休(年末年始を除く)



柴崎町4-11-4 ☎(523)5114  
営業時間 午前8時～午後4時  
定休日 月曜・火曜日



## みんなで

### 「さらピカ生活」をはじめよう

さらピカ生活とは、食品ロスをできるだけなくすため「お皿がピカピカになるくらいおいしく、楽しく食べきる生活」のことです。

#### さらピカ生活「3つのやさしい」

- 環境にやさしい** 食べきる・使いきることによって家庭やお店から出るごみの減量につながります
- お財布にやさしい** 毎日の「もったいない」を減らすことで少しずつ節約できます
- 人にやさしい** 残さず食べきることで食にまつわる人みんながニコリ

### 「毎日がきっとやさしくなるさらピカ生活」を配布中

子どもから大人まで、楽しみながらさらピカ生活や食品ロスについて学べる冊子を食べきり協力店や市の公共施設等で配布しています。市ホームページでも読むことができます(右2次元コードからアクセス可)。



親しみやすいイラストで分かりやすく解説

### 資源とごみの分別・減量・出し方パネル展

資源とごみの分別方法や、食品ロス削減の取り組み等を紹介しています。

気軽に使える分別グッズ、水切りグッズの展示も行います。

立川市ごみ減量・リサイクル推進委員会が主催。直接会場へ  
3月26日(月)～30日(金)、午前9時～午後4時  
◎市役所1階多目的プラザ



◎ごみ対策課ごみ減量推進係・内線6748

季節の変わり目には、思わぬ強風が吹きます。家庭ごみの収集袋が飛ばされないよう、ネット等を利用して、飛散防止にご協力ください(ごみ対策課)

## スポーツ

### ハンディ水泳教室

☑️市内在住の新小学1年生以上の軽度の知的障害者で、保護者または介護者が一緒にプールに入れる方  
 4月14日～平成31年3月23日の原則毎月第2・第4土曜日、午後4時～5時(7月・8月を除く、全18回)場泉市民体育館費▷中学生以下=1,800円▷高校生相当年齢以上=3,600円定10人(抽選)申3月26日(月)(必着)までに、往復はがきに「ハンディ水泳教室」、住所、氏名(ふりがな)、年齢(4月1

日時点)、性別、電話番号、学校名、新学年、保護者氏名、返信用宛先を書いて、泉市民体育館(〒190-0015泉町786-11)☎(536)6711へ

### みんなでストレッチ教室(泉教室)

リズム体操や筋力アップの運動で、より健康な体づくりを目指します。日程、費用等は下表の通り☑️18歳以上の市内在住・在勤・在学の方場泉市民体育館申3月17日(出)(必着)までに、往復はがきに「みんなでストレッチ教室」、希望コース(1人1コースのみ)、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電

話番号、在勤・在学の方は勤務先名か学校名、返信用宛先を書いて泉市民体育館(〒190-0015泉町786-11)☎(536)6711へ

### みんなでストレッチ教室(柴崎教室)

2部構成。どちらか1部のみの参加も可。くわしくは下表の通り。直接会場へ☑️18歳以上の市内在住・在勤・在学の方時4月5日～7月12日の木曜日(5月3日(木・祝)を除く)場柴崎市民体育館費1回200円(チケットは券売機で購入)定各60人(先着順)場柴崎市民体育館☎(523)5770

### 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。

●サッカー(小学生の部) 時4月1日(日)～7月16日(月・祝)場市内の小学校、砂川中央地区北多目的運動広場 場土方さん☎090(1650)0490

### 市民体育大会の結果

●地区対抗総合 ▷優勝=錦町体育会▷準優勝=若葉町体育会▷第3位=富士見町体育会

●駅伝(地区対抗の部) ▷優勝=錦町体育会▷準優勝=高松町体育会▷第3位=西砂川地区体育会

●駅伝(中学生の部) ▶男子▷優勝=五中陸上部A▷準優勝=三中陸上部A▷第3位=五中陸上部B▶女子▷優勝=五中陸上部A▷準優勝=六中陸上競技部A▷第3位=三中バレー部

●バレーボール(家庭婦人の部) ▷優勝=幸友クラブ▷準優勝=若葉▷第3位=富士見クラブ

場立川市体育協会☎(534)1483

コース	時間帯	期間	回数	参加費	定員	
水曜A	午前	4月4日～7月11日	15回	3,000円	各100人(抽選)	
水曜B	午後					
水曜C	夜間					
金曜	午後	4月6日～7月20日(5月4日を除く)	15回	3,000円		
土曜	午前	4月7日～7月14日(5月5日・19日、6月9日・23日を除く)	11回	2,200円		

▶午前=午前10時～正午▶午後=午後1時30分～3時30分▶夜間=午後7時～9時

コース	時間	内容
1部	午後1時30分～2時30分	ウォームアップ 筋力トレーニング (ストレッチ、スクワットや腹筋運動等)
2部	午後2時30分～3時25分	ストレッチ 有酸素運動(やさしいエアロビクス)

# スポレクフェスタ2018

中高年の方が、気軽に参加できるスポーツ・レクリエーション大会です。立川市スポレクフェスタ実行委員会が主催  
 ▶大会期間=4月1日(日)～5月6日(日)

●開会式 式典、エキシビションなど。直接会場へ時4月7日(土)午後6時15分集合場泉市民体育館場泉市民体育館☎(536)6711

●陸上(ウォーキング) ☑️市内在住・在勤の方または立川市陸上競技協会会員で、いずれも40歳以上の方時4月1日(日)午前9時から(受け付けは午前8時～8時30分。小雨決行)場コースは、柴崎市民体育館～日野市クリーンセンター～立川公園陸上競技場(約10km)費500円(参加費)持あるけカード(お持ちの方)申3月23日(金)(必着)までに、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて、はがき、ファクスで同会・飯塚さん(〒190-0013富士見町1-33-5)Fax(527)8745へ



●ソフトテニス(男女混合ダブルス) ☑️市内在住・在勤の方または立川市ソフトテニス連盟登録者で、いずれも男子は50歳以上、女子は45歳以上の方時4月1日(日)午前9時から場柴崎市民体育館費1人500円(参加費)申3月24日(出)までに電話、または氏名、連絡先を書いてファクスで同連盟・鏑本さん☎(535)1846Fax020(4666)7125へ(申し込みは1人ずつ)

●ターゲットバードゴルフ 競技会と初心者のための講習会を行います。直接会場へ☑️市内在住・在勤の方または立川市ターゲットバードゴルフ協会会員で、いずれも40歳以上の方時4月1日(日)午前9時～午後3時場砂川中央地区東野球場費500円(参加費)場同会・黒目さん☎(526)1860

●ミニテニス 部門は40歳～59歳、60歳～64歳、65歳～69歳、70歳～74歳、75歳以上の部。年齢は4月8日現在の満年齢☑️市内在住・在勤の方または立川市ミニテニス協会会員で構成する混合ペア、女子ペア時4月8日(日)午前9時30分から場柴崎市民体育館費1組1,000円(参加費)申3月17日(出)までに申込用紙に参加費、返信用はがきを添えて同会・西さん(〒190-0001若葉町3-47-5)☎(536)0718へ

●太極拳 ☑️市内在住・在勤の方または立川市武術太極拳連盟登録者で、いずれも50歳以上の方時4月8日(日)午前10時から場柴崎市民体育館費

500円(参加費)申3月25日(日)までに同連盟・上條さん☎(526)9186へ

●水泳 ☑️市内在住・在勤の40歳以上の方時4月8日(日)午前10時～午後1時場柴崎市民体育館費500円(参加費)申4月7日(出)までに申込用紙を立川市水泳協会事務所(〒190-0003栄町6-25-21 108号室)☎(519)4115へ

●吹き矢 ☑️市内在住・在勤の方または日本吹き矢レクリエーション協会会員で、いずれも50歳以上の方時4月15日(日)午前9時～午後4時場泉市民体育館費1,500円(昼食代ほか)申3月31日(出)(必着)までに、住所、氏名、電話番号、年齢、性別を書いて、郵送またはファクスで同協会(〒196-0022昭島市中神町1148-93フローラメンバーズ(株)内)☎(549)1135Fax(549)1134へ

●ゲートボール チーム編成は当日抽選☑️市内在住・在勤の方または立川市ゲートボール協会会員で、いずれも50歳以上の方時4月18日(水)午前8時30分から(雨天の場合は19日(木))場砂川中央地区北多目的運動広場費1人500円(参加費)申4月1日(日)(必着)までに、申込用紙を同会・坂本さん(〒190-0012曙町1-36-34)☎(523)2922へ



●卓球(硬式ダブルス、ラージボールダブルス) ペアの組み合わせは当日抽選☑️市内在住・在勤の方または立川市卓球連盟登録者で、いずれも40歳以上の方時4月21日(土)午前9時～午後6時場柴崎市民体育館費1人500円(参加費)申4月11日(水)(消印有効)までに、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、種目を書いて、郵送で同連盟・関根さん(〒190-0003栄町2-19-19)場同連盟・経広さん☎(531)1922

●バドミントン(ダブルス) ペアの組み合わせは当日抽選☑️市内在住・在勤の方または立川市バドミントン協会会員で、いずれも40歳以上の方時4月22日(日)午前9時～午後5時場柴崎市民体育館費1人1,000円(参加費)申4月8日(日)までに参加費を添えてラケットショップフジ立川店(錦町1-8-2)☎(527)9554へ場同協会・奥村さん☎(535)7226

●弓道 ☑️市内在住・在勤の方または立川弓道会会員で、いずれも40歳以上の方時4月29日(日・祝)午前9時から場練成館費500円(参加費)申4月8日(日)までに同会・岡崎さん☎(524)2886へ。監督会議は4月15日(日)午後7時から。

●野球 ☑️市内在住・在勤の方または立川シニア野球連盟加盟チーム登録者で、いずれも50歳以上の方時4月29日(日・祝)、5月5日(土・祝)場立川公園野球場費1チーム3,000円(参加費)申4月7日(土)までに同連盟・金井さん☎(536)9364へ

●ニュースポーツ・レク大会 種目は手のひら健康バレーほか。直接会場へ☑️市内在住・在勤で40歳以上の方時4月29日(日・祝)午前9時～午後4時場柴崎市民体育館場立川市レクリエーション協会事務局☎(521)0941

●テニス(ダブルス) ペアの組み合わせは当日☑️市内在住・在勤の方または立川市テニス連盟登録者で、いずれも男子50歳以上、女子45歳以上の方時4月30日(月・休)午前9時～午後5時場砂川中央地区庭球場、泉町庭球場費1人500円(参加費)申4月14日(土)(必着)までに、往復はがきに住所、氏名、生年月日、電話番号、返信用宛先を書いて、同連盟・山崎さん(〒190-0002幸町5-57-5立川グリーンテニスクラブ内)☎(536)6798へ



●ソフトバレーボール 直接会場へ☑️市内在住・在勤の方または立川市バレーボール連盟登録者で、いずれも男子45歳以上、女子40歳以上の方で構成するチーム時5月6日(日)午前9時～午後4時場柴崎市民体育館場同連盟・五十嵐さん☎(524)5559

●ソフトボール ☑️市内在住・在勤で40歳以上の方時5月6日(日)午前9時から場見影橋公園野球場申5月1日(火)までに立川市ソフトボール連盟・戸所さん☎(524)2738へ

●ダンス 技術発表とミニコンペを行います☑️市内在住・在勤の方または立川市ダンススポーツ連盟登録者で、いずれも50歳以上の方時5月6日(日)午後1時～5時場泉市民体育館費500円(参加費)申4月15日(日)までに同連盟・稲田さん☎(536)5138へ

### 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)

### 布の絵本ではじめよう！ボランティア

障害のある子どもたちの心身の機能を育む目的で始まった布の絵本を作ります時▷4月17日・24日、5月8日・15日・22日の



火曜日、午前10時～正午▷5月12日(土)午前9時30分～正午(全6回)場柴崎学習館(ぐる～ぶ遊楽子・西村紀美さんほか)定30人(申込順)保若干名(1歳～学齢前)申3月10日(土)から柴崎学習館(524)2773へ

### くらしの中の漢方薬

立川市消費者団体連絡会が主催時4月11日(水)午前11時～正午場女性総合センター(東京都薬用植物園統括管理責任者・山上勉さん)定30人(申込順)保5人程度(1歳～学齢前)申3月12日(月)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)定(528)6801へ

### 楽しく生ごみ減量

★  
ごみの減量に楽しく取り組むコツなどを学びます時4月15日(日)午後2時～4時場砂川学習館(立川ごみ懇談会・内山政雄さんほか)定20人(申込順)申3月13日(火)から砂川学習館(535)5959へ

### 健康

### らくらくゴックン(離乳食準備教室)

離乳食を始めるタイミングやメニューを学びます時・時離乳食を始めていない①平成29年11月～12月生まれの乳児の親=4月13日(金)②平成29年12月～平成30年1月生まれの乳児の親=5月11日(金)、いずれも



午前10時～11時30分場健康会館(費100円(材料代)定各16組(抽選。第1子優先)申①は3月16日(金)、②は4月20日(金)(消印有効)までに往復はがきに「らくらくゴックン」、希望日、住所、親子の氏名と生年月日、電話番号、返信用宛先を書いて健康推進課(527)3234へ

### 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)  
健康会館1階 定(526)2004  
▷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 定(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 定(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」定03(527)0303  
救急相談センター 定(521)2323  
※携帯電話・プッシュ回線からは  
定#7119も利用できます。

### 健康日程表

①健康相談 個別予約制(1人30分)。電話で健康推進課へ。会場は健康会館

- 総合健康相談 医師・保健師・管理栄養士が相談に応じます▷受付時間=3月15日(木)午後1時20分～2時50分
- 栄養・運動相談 管理栄養士・運動指導者が相談に応じます▷受付時間=4月3日(火)午前9時20分～10時50分

②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=3月28日(水)
- 西砂学習館=4月4日(水)
- 健康会館=\*4月25日(水)
- 砂川学習館=5月9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。  
\*印の日は、9～11か月児を対象にした離乳食後期教室を開催(午前10時～10時30分)

③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。

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。健康推進課①(527)3272、②(527)3234

### 犬の飼い主の方へ 狂犬病予防注射を受けさせましょう

飼い犬の登録をしている方に、4月に行う狂犬病予防集合注射の案内を3月下旬にお送りします。3月31日(土)までに届かない場合はご連絡ください。また、下表の動物病院で狂犬病予防注射を接種すると、その場で狂犬病予防注射済票(済票)の交付が受けられます。済票の交付手数料は1頭550円です(注射料金は別途必要)。なお、済票の交付申請は環境対策課(市役所2階79番窓口)でもできます▷注射料金について=各病院▷その他=環境対策課環境推進係・内線2249

済票の交付が受けられる動物病院		
動物病院名	住所	電話番号
すずめ野動物病院	富士見町1-23-7	(521)0324
にじいろアニマルクリニック	柴崎町2-25-7 1階	(548)3655
立川中央どうぶつ病院	柴崎町2-7-6 さかえビル1階	(512)8510
立川みなみ動物病院	錦町5-8-8	(528)1141
どうぶつの森総合病院	羽衣町2-67-12	(548)8522
清野獣医科病院	羽衣町2-47-29	(522)7274
高村動物病院	羽衣町2-45-17	(527)0368
はごろも動物病院	羽衣町2-11-3	(512)5988
クリア動物病院	高松町2-38-5	(595)7296
渡邊動物病院	砂川町1-53-7	(537)4628
おおにし動物病院	砂川町4-19-7	(534)9728
立川プラスワン動物病院	栄町6-10-19	(534)9387
わかば動物病院	若葉町1-14-2	(534)3909
立川動物病院	若葉町2-10-7	(538)1055
ゆず動物病院	幸町4-45-6	(534)2770
まお動物病院	柏町3-3-10	(535)8516
いがり動物病院	柏町4-8-30	(535)9119
本間獣医科医院ららぽーと立川立飛病院	泉町935-1ららぽーと立川立飛店内	(512)7866
すみれペットクリニック	一番町2-33-12ラディーナマンション1階	(569)6612
マミー動物病院	西砂町1-80-8 プレミール105	(531)3912
昭島動物病院	昭島市中神町1260	(541)2510
あだち動物病院	昭島市中神町1377-3	(508)5025
本間獣医科医院カインズ昭島病院	昭島市つつじが丘2-8-55カインズホーム昭島店内	(500)5155
かものはし動物病院	昭島市玉川町3-17-14	(543)4321
小淵動物病院	武蔵村山市大南3-91-30	(565)7772
ふく動物病院	国立市東2-28-1	(575)7669
くにたちTLC動物病院	国立市北2-10-4	(511)6617
タマペットクリニック	国分寺市西町5-32-9	(534)3680

### 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

- まなぶっ子ボランティア報告・説明会 児童養護施設至誠大地の家が主催。施設に住む子どもの宿題や勉強を手伝うボランティアを募るため、活動の報告と説明会を開きます時3月21日(水・祝)午後3時～4時場至誠大地の家第一研修室(錦町6-26-17)定30人(申込順)申至誠大地の家・濱田さん(540)0088
- フラダンス体験レッスン Ka Pua が主催。健康と美容のため、楽しくフラダンスを踊りませんか(初心者の方(経験者の方はご相談ください)時▷3月14日・28日、4月4日・18日・25日の水曜日、午後7時～8時▷3月16日・23日、4月6日・13日・20日の金曜日、午前9時15分～10時15分場たましんRISURUホール(各10人(申込順)津根さん(090)3570)1635
- 2018陸上競技教室 立川市陸上競技協会が主催。陸上競技の基本、体力づくりを学びます。くわしくは「立川市陸上競技協会」のホームページをご覧ください。直接会場へ(小・中学生時4月8日～10月21日の日曜日、午前10時～正午場立川公園陸上競技場(費800円(保険料)飯塚さん(090)6926)4673
- パッチワーク教室体験会 パッチワーク教室富芸会が主催。サイコロ型のキンチャクと和布でネックレスを作ります時4月4日・18日の水曜日、午前10時～正午(全2回)場滝ノ上会館(費900円(材料代)申3月28日(水)までに鈴木さん(523)1762
- 女性テニス教室(硬式) 立川市テニス連盟が主催(市内在住・在勤、または連盟登録者で、初心者から中級者の女性の方)4月4日～5月30日の水曜日、午前9時～11時(全6回。予備日2日)場泉町庭球場(オムニコート)費4,000円(参加費)定20人(申込順)申採持さん(531)5036
- マジックショー 立川市奇術愛好会が主催。奇術愛好会の皆さんが素晴らしいマジックの演技を披露します。直接会場へ(3月25日(日)午後1時から場こんぴら橋会館(定100人(先着順)小井さん(523)3938

●会員募集

- 熟年男性料理の会 さまざまな家庭料理を作って、賞味して楽しみながら腕を上げていく会です。料理の腕が上がれば家庭での地位向上も間違いなしです(60歳以上の男性)原則として毎月第3日曜日、午前10時～午後2時ごろ場幸学習館(費500円(ほかに材料代500円)定3人(申込順)申千葉さん(535)4622
- 山守会 今年で創立18年目の山の会。楽しさと安全をモットーに、主に中高年齢者が山歩き、ウォーキングを行っています。くわしくは「山守会」のホームページをご覧ください(時▷ハイキング部=月2回▷ウォーキング部=月1回(土曜・日曜日中心)場中央線沿線・奥多摩・秩父の山や丘陵・名勝・史跡など(時▷ハイキング部=6,000円▷ウォーキング部=3,000円(ほかに保険料1,850円程度。参加費1回100円)申福田さん(080)5173)5496
- ナシメントSC 少年少女サッカーチームです。サッカーの基本を学んでみませんか。練習のみの参加や、他チームに所属している方の参加も可能です(年中～小学生)①毎週水曜日、午後5時～7時30分②毎週土曜日、午前9時～午後1時(場①たまがわ・みらいパーク②新生小)月2,000円申森さん(090)2461)3095
- 三多摩演劇をみる会 たましんRISURUホールなどで演劇鑑賞を楽しみます。会員同士の交流や観劇日には舞台作りの手伝い、劇団との交流もあります(年6回の演劇鑑賞と交流会(不定期)場たましんRISURUホールほか)1,000円(月)2,250円(高木さん(523)5031
- 詩吟(漢詩) 漢詩、俳句、和歌、新体詩等を朗詠します。声を出すことで元気になり、健康増進につながります。和を尊ぶ会です。体験可(毎月第1・第3・第4木曜日、午後1時～4時場グリーンセンター(清掃工場内)4,000円(月)1,500円(申精松さん(537)4009

## 催し

### 国立音楽大学主催コンサート

いずれも直接会場へ。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。国立音楽大学(柏町5-5-1)国立音楽大学演奏センター(535)9535、地域文化課・内線4502

- 博士後期課程研究コンサート 時 3月13日(火)午後5時から 3月14日(水)午後4時から
- コース修了演奏会 時 3月15日(木)午後5時から
- 大学院新人演奏会 時 3月16日(金)午後5時から
- 卒業演奏会 時 3月17日(土)・18日(日)、午後2時から

### 立川市役所ロビーコンサート

出演は菅沼安佐代さん(アイリッシュハーブ)、渡辺ゆきさん(歌)。曲は「埴生の宿」「グリーンズリーヴス」ほか。直接会場へ。時 3月19日(月)午後0時20分～0時50分。場 市役所1階多目的プラザ。立川市地域文化振興財団(526)1312



### 平和人権金曜ロードショー「アッラーと私とスカーフと」

トロントを舞台とした4人のムスリム女性の話。直接会場へ。時 3月23日(金)午前10時30分～11時30分。場 柴崎学習館40人(先着順)柴崎学習館(524)2773

### 東京大空襲パネル展と戦時下の代用品展

東京大空襲の写真と戦時中の代用品から、戦時下の市民生活を振り返ります。直接会場へ。時 3月27日(火)～4月5日(木)、午前10時～午後9時(最終日は午後5時まで) 代用品解説=3月30日(金)午後1時～2時。場 柴崎学習館郷土史家・古橋研一さん。柴崎学習館(524)2773

### たちかわアートギャラリー展 スケッチ会

5月19日(土)～27日(日)開催の「たちかわアートギャラリー展」関連企画としてスケッチ会を開催します。小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴) 時 4月22日(日)午前10時～午後1時。場 根川緑道アートギャラリー展審査員・知久正義さん、酒井敦彦さん。定 20人(抽選) 申 4月10日(火)(必着) までに、「スケッチ会希望」、応募者全

員の住所、氏名(ふりがな。代表者に○印)、年齢、電話番号を書いて、はがき、またはファクス、Eメールで立川市地域文化振興財団(〒190-0022 錦町3-3-20) (526)1312 FAX(525)6581 Ebijyutsu@tachikawa-chiikibun.or.jpへ

## 子ども・子育て

♡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。

### おやこ社会科クラブ「立川空襲・東大和日立変電所跡を歩く」♡

砂川地区の空襲跡を中心に、戦争遺跡を歩きながら学習。旧日立航空機株式会社変電所。小学生4年生以上の方(小学3年生以下は保護者同伴で参加可) 時 3月28日(水)午後1時～5時。場 幸学習館集合。多摩地域の戦時下資料研究会・楢崎茂彌さん。交通費等実費。定 20人(申込順) 申 3月10日(土)から電話、または住所、氏名、電話番号を書いてEメールで幸学習館(534)3076 E:saiwaigakusyukan@city.tachikawa.lg.jpへ



### たちかわアートギャラリー展 特別企画「くるくる巻いて絵をつくらう」

財団キッズワークショップvol.59。渦巻き状にした色画用紙を組み合わせて絵を作ります。小学生(小学3年生以下は保護者同伴) 時 4月29日(日・祝)午前10時30分～午後



0時30分。場 子ども未来センター。画家・須恵朋子さん。費 300円(材料代) 定 20人(抽選) 申 4月15日(日)までに「立川市地域文化振興財団」のホームページの申込フォームで同財団(526)1312へ

### 平和人権春休み上映会

東京大空襲を描いたアニメ「みいちゃんのでのひら」と、「怪盗グルーのミニオン大脱走」を上映します。直接会場へ。時 3月31日(土)午後1時～3時。場 柴崎学習館。定 200人(先着順) 柴崎学習館(524)2773

### 春休み体験

いずれも柴崎学習館。申 3月10日(土)から柴崎学習館(524)2773へ

- 子どもソーイング 身近な布を使って作品を作ります。小学生3歳以上の方(未就学児は保護者同伴) 時 3月27日(火)午後1時30分～3時30分。師ぐる〜ぶ遊楽子・西村紀美さんほか。定 30人(申込順)
- クッキー作り講座 クッキー作りを通して、交流します。小学生以上の方(小学2年生以下は保護者同伴) 時 3月29日(木)午後1時～4時。師 生涯学習市民リーダー・井口あつ子さん。費 大人300円、子ども100円(材料代) 定 20人(申込順)

### 土曜ファミリー劇場「身近な楽器に魔法がかかるおもちゃ箱おんがく会」

出演は鍵盤ハーモニカ奏者・妹尾美穂さんほか。直接会場へ。時 3月24日(土)午後2時～3時30分。場 柴崎学習館。定 50人(先着順) 師 鍵盤ハーモニカ(お持ちの方) 柴崎学習館(524)2773

## こどもとおとなのはなしあい in 市議会議場

2月18日に「こどもとおとなのはなしあい in 市議会議場」が行われました。子どもたちが「あったらいいなこんなもの、できたらいいなこんなこと」を計画して実行する取り組みです。子どもたちが企画を説明するプレゼンテーションでは、大人の質問にもしっかりと受け答えする様子に傍聴席の大人たちも感心しきり。審査の結果、①オリンピック競技体験②環境フェアにブースを出したい③六小ラビットプロジェクトの3つの企画がすべて承認されました。これらの企画は、「たちかわ・子ども21基金」を活用して、今後、子どもたち自身が企画実現のために頑張っていきます。



## 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)。

- ぐりとぐらのおはなし会 時 3月20日(火)午後2時30分～3時。おは

なしサークルぐりとぐら・浅野さん(511)6763

- Rock to the Future～ロック温故知新 対 18歳以上の方 時 3月25日(日)午後2時～4時。費 800円(資料代ほか) 音楽地図・長谷川さん(080)3351)1205

## たちかわ創造舎 Tachikawa Culture Factory イベント紹介

●ほうかごシアター「よみしばい ガリバー旅行記」 0歳から入場できる、子どもも大人も楽しめる演劇公演。アイルランドで書かれた空想の冒険物語を上演します。直接会場へ。時 3月27日(火)午後4時30分から。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)

●スポーツサイクルが最短で上手になる!「じてんしゃの学校」 スポーツ自転車を安全に乗るスキルを身に付けます。4月から毎月開催します。小学生スポーツ自転車で乗り始めておむね2年未満の方。時 4月14日(土)午前11時～午後1時。費 2,500円(参加費) 定 15人(申込順) 申 電話かホームページの申込フォームでたちかわ創造舎へ

## 健康努力児童・生徒表彰

立川市学校保健会は、3月1日、たましんRISURUホールで、健康と体力づくりに努力した小学6年生と中学3年生、105人を表彰しました。受賞者は次の通り《順不同、敬称略》。

- 小学校 ▶一小=飯田花萌・馬場郁恵・北原慎吾・清水登夢▶二小=窪添愛琳・鈴木撫七子・有森満音・佐野颯▶三小=栗原凜・内藤友貴・豊泉寿恵・松岡美優・北村守・徳永羽音▶四小=藤森美樹・矢部悠崇▶五小=八重沢彰・金城陽介・島川樹・下野煌太・三本晴香・米山智尋▶六小=阿原和希・山下菜乃羽・吉田羽音▶七小=井戸端治都・見前百恵▶八小=上原孝心・毛利彩華・杉浦涼介・若松希乃果▶九小=佐藤優真・棚橋胡心・赤石煌士・内藤夏空・高橋結・渡邊空翔▶十小=青木凜太郎・志村風香・中村海里・堀野瑤喜▶けやき台小=岩本涉・武石有莉沙・遠藤咲希・山口一樹・伊藤優花・森嶋佑宜▶西砂小=鳥

海明莉・藤本和希・金丸結菜・北城遥大・鈴木花歩・横山翔▶南砂小=川船竜・柳田柚葉・川船隼・渡辺瑠南▶若葉小=塚田ころも・本間香澄・須崎史敬▶幸小=佐野陽歩・西澤佳奈・飯村怜奈・岡田快都▶松中小=福田尽・柳澤杏実・杉島妃奈・高原一希▶大山小=長谷部太郎・八谷愛▶柏小=中野佑哉・須藤詩菜・吉澤大地▶上砂川小=加藤匡庸・望月佑真・松川なつみ・森下楓香・小川萌子・谷純之介▶新生小=眞尾柊斗・西野修史・伊藤駿・萱嶋優心・四本蒼志

- 中学校 ▶一中=中林美結・丸山耕輝▶二中=町田裕哉・山下茜▶三中=古川智康・塚本亜実▶四中=平岡綾・青木太陽・鳥越菜央・西村優▶五中=宮之原隼人・首藤渚・大川愛生▶六中=松田草梓・堀野瑞葵・小沼優太▶七中=齊藤里菜・鹿山友希▶八中=伊藤圭菜・大嶋ひとみ▶九中=野村泰司 園学務課・内線2515

## ！ お知らせ

### 全国瞬時警報システム(J-ALERT)で訓練放送を行います

市は、「全国瞬時警報システム(J-ALERT)」を運用しています。3月14日(水)午前11時ごろ、市内79か所の防災行政無線のスピーカーから、全国一斉情報伝達訓練の放送が流れます。万が一に備えた訓練放送の実施に、ご理解をお願いします。防犯課・内線2531

### 子育てひろばの臨時休業

一次の子育てひろばは、施設的全館行事等のため、以下の日程でお休みします▶なかなな子育てひろば=3月19日、4月2日の月曜日▶にこにこ子育てひろば=3月19日(月)午後▶にじっこ子育てひろば=3月23日(金)午後▶子育て推進課子育てひろば担当・内線4090

### 自殺防止！東京キャンペーン

3月は東京都の自殺対策強化月間です。期間中、次の特別電話相談を実施します。

●自殺予防いのちの電話 時3月10日(土)午前8時～11日(日)午前8時(24時間) ☎0120(783)556(日本いのちの電話連盟)

●自死遺族傾聴電話 時3月13日(火)～16日(金) 午前10時～午後10時 ☎03(3796)5453(グリーンケア・サポートプラザ)

●自死遺族相談ダイヤル 時3月17日(土)～19日(月)、午前11時～午後7時 ☎03(3261)4350(全国自死遺族総合支援センター)

●東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン 時3月26日(月)～30日(金)(24時間) ☎0570(087)478(メンタルケア協議会)

●有終支援いのちの山彦電話～傾聴電話 時3月31日(土)まで、正午～午後8時(金曜日は午後10時まで) ☎03(3842)5311

### 気管支ぜん息の(都)医療券をお持ちの方へ～東京都大気汚染医療費助成制度の改正

東京都大気汚染医療費助成制度の改正に伴い、平成30年4月から、生年月日が平成9年4月1日以前の方に一部自己負担が生じます。18歳未満の方はこれまでと同様、窓口での自己負担はありません。

●変更内容 ▶平成30年4月1日以降の診療分から、認定された疾病に対する保険診療の窓口支払額のうち、月額6,000円までが自己負担となります▶月額の自己負担額は、各医療機関など(病院、診療所、薬局)で「自己負担限度額管理票(東京都大気汚染医療費助成用)」に記載してもらい、管理します▶同じ月に支払った各医療機関など(病院、診療所、薬局)の医療費を合算し、月額の合計が6,000円に達したときは、その月はそれ以上の自己負担はありません。

自己負担限度額管理票(東京都大気汚染医療費助成用)は、平成30年4月1日から使用する新しい(都)医療券と一緒に、対象の方に2月上旬に東京都から送付されています。医療機関、薬局等利用時は、(都)医療券と自己負担限度額管理票を必ず窓口で提示してください。

☎都福祉保健局環境保健衛生課 ☎03(5320)4492、市障害福祉課・内線1510

(5320)4492、市障害福祉課・内線1510

## 募集

### まちの案内人「ボランティアの会」会員

立川の歴史・文化や自然を勉強し、無償でオリジナル観光まち歩きガイドをするボランティアガイド団体です。立川の魅力を知り、広めませんか。外国語ができる方も募集しています▶4月6日(金)までに立川観光協会 ☎(527)2700へ



### アイム市民企画活動事業

男女平等参画社会の実現に向けた事業(講座やワークショップなど)の企画を募集します▶主体的に事業を企画し、運営できる5人以上の団体(半数以上の方が市内に在住・在勤・在学)▶4月13日(金)までに男女平等参画課(女性総合センター5階)で配布する用紙(市ホームページからダウンロード可)を男女平等参画課 ☎(528)6801へ

### ベートーヴェン「第九」合唱団員

10月20日(土)にたましんRISURUホールで開催される、フレッシュ名曲コンサート(指揮・小林研一郎さん、演奏・日本フィルハーモニー交響楽団)でベートーヴェン「第九」を歌う合唱団員を募集します。くわしくは「おんがくの共同作業場」のホームページをご覧ください▶対象=はじめて「第九」を歌う中学生以上の方▶練習日程▶

前期=4月～6月。初心者練習▶後期=7月～9月。経験者を含めた練習▶費用▶前期=10,000円▶後期=12,000円▶認定NPO法人おんがくの共同作業場 ☎(522)3943、立川市地域文化振興財団 ☎(526)1312

### 赤十字エイドステーション立ち上げ訓練の参加者

災害時の帰宅困難者のために日本赤十字社が設置するエイドステーションの立ち上げ訓練を立川市赤十字奉仕団とともにを行います。直接会場へ▶3月31日(土)午前10時～正午(雨天中止)▶立川市日野橋赤十字エイドステーション(下水処理場東側立川公園内)▶福祉総務課調整係・内線1490



## 官公署・その他

### 自衛官を募集

平成30年度春入隊の陸・海・空自衛官を募集しています。くわしくはお問い合わせください▶一般幹部候補生=☎22歳以上26歳未満の方▶5月5日(土)祝日まで▶一般曹候補生=☎18歳以上27歳未満の方▶5月1日(火)まで▶自衛官候補生=☎18歳以上27歳未満の方▶5月9日(水)まで▶東京地方協力本部立川出張所 ☎(524)0538

## たちかわ競輪開催日

●3月18日～21日(GII・ウィナーズカップ(松山)を場外発売)●3月23日～25日(GIII・国際自転車トラック競技支援(小松島)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

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・アイム5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		
☎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	
☎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		
☎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
	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
☎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	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		
	☎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		
	☎くらしや仕事の相談	月曜～金曜日		
☎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	社会福祉協議会 ☎(529)8300	
☎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	月曜～土曜日	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	月曜～土曜日		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		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	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	第1・第4土曜日	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				



 **ここが大好き立川** vol.34

**写真は随時募集中!**  
くわしくは、市ホームページへ



### 「新校へバトンをつなぐ」

ペンネームしゅりパパさん(幸町)  
娘が保育園のころから毎朝一緒に歩きながら見ていた校舎。思い出がいっぱいのけやき台小学校は3月で閉校。ちょっと寂しいですが、未来に向けて新校へバトンタッチ!

3/25日

## 春の樹林開放日

武蔵野のおもかげが残る保護樹林を開放します。早春の植物をはじめとする自然を、散策しながらお楽しみください。敷地内ログハウスで「春だ! 樹林の中で健康を考える～血圧を測って、お医者さんの話を聞く」と題したイベントも開催します。講師は医師の後藤真弓さん。直接会場へ時 3月25日(日)午前10時～正午(イベントは午前10時20分からと午前11時20分からの2回)場 保護樹林地(幸町5-96-7)

ログハウスでお茶とお菓子のサービスがあります(500円)



園 NPO法人グリーンサンクチュアリ  
悠・渡邊さん ☎090(4206)0177、  
市公園緑地課・内線2260

3/31日

## 春のまんがまつり

日頃から市民活動団体によって開催されている「コミュニティプログラム」。春のまんがまつりでは、「まんが」をテーマにした子どもから大人まで楽しめるプログラムが盛りだくさんです。参加費(実費)がかかるプログラムもあります。申込方法など、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 時 3月31日(土)午前11時～午後4時 場 子ども未来センター  
園 市民活動コーディネーター・落合さん ☎080(5402)4423  
e c-program@t-mirai.com



# 春、おでかけしまししょう!



4/1日

## 春うらら国立・立川 さくらウォーキング

立川観光協会と国立市観光まちづくり協会合同のまち歩きです。立川発と国立発の2コース(各約8km)。直接集合場所へ時 4月1日(日)午前10時～午後3時(雨天実施)場 ▶立川発コース=JR立川駅北改札口外集合(立川駅西側自由通路)～根川緑道ほか～JR国立駅南口(国立発は逆コース)持 昼食、飲み物

園 立川観光協会  
☎(527)2700



4/1日

## 根川と多摩川の自然観察

立川市民科 

桜の名所である根川緑道と、自然いっぱいの多摩川の河原を散策します 対 小学生以上の市民の方(小学生は保護者同伴)時 4月1日(日)午前9時30分～正午ごろ(小雨実施)場 柴崎市民体育館正面入り口集合～根川緑道～立日橋下～たまたがわ・みらいパーク解散(約5km) 師 緑花文化士・池村国弘さん 定 20人(申込順)持 雨具、帽子、飲み物、カメラ(観察用のルーペなどもあると便利)

申 3月10日(土)から歴史民俗資料館 ☎(525)0860へ



### 《広告欄》