

シニア

介護予防教室「骨トレで元気に若返り」

骨の元気を保つ秘訣を学びます 対65歳以上の市民の方 時5月17日(金)午後2時～3時30分 場子ども未来センター 師理学療法士・乳井大助さん 定25人（申込順） 用南部東はごろも地域包括支援センター ☎(523)5612へ

にしすなカフェ（介護サロン）

「レクリエーション吹矢」で正しい呼吸方法や姿勢を学びます。体験コーナーもあります 対65歳以上の市民の方と家族 時5月11日(土)午前10時30分～午後0時30分 場にしすな福祉相談センター 定15人（申込順） 用にしすな福祉相談センター ☎(531)5550へ

お知らせ

立川市消防団第2分団、第4分団消防ポンプ自動車を買いました



立川市消防団は、特定防衛施設周辺整備調整交付金を活用して、消防ポンプ自動車を買いました。立川市消防団は市内に10個の分団があり、158人の団員が所属しています。24時間365日ボランティアとして活動し、火災のみならず、台風や雪、河川の氾濫等に備えて日々訓練をしています。「自分たちの町は自分たちの手で守る」という精神のもと、防災に努めています 用防災課・内線2535

架空請求が増えています

はがきによる、身に覚えのない金銭の請求が多発しています。届いても応じないでください。連休中の消費生活相談は消費者ホットライン ☎188（局番なし）へ 用立川市消費生活センター ☎(528)6801

5月11日(土)～20日(月) 春の全国交通安全運動

●交通事故にご注意ください 市内では、平成29年に721件、平成30年に727件もの交通事故が発生しており、平成28年以降連続で前年よりも増えています。自動車や自転車を運転するときは、歩行者優先の意識を忘れず、思いやりやゆとりの心を持ちましょう。歩行者も、道路を横断するときは右・左折してくる車が自分に気づいているか、運転手と視線をあわせて確かめましょう。

●春の交通安全運動キャンペーン 交通ルールを守り、事故のない安全なまちを目指すため、関係団体と共に交通安全キャンペーンを実施します。タレントの鈴木福さんのトークショーや、交通安全に役立つ反射材用品などの配布も行います。直接会場へ 時5月11日(土)午後2時～3時 場タクロス広場（JR立川駅北改札口付近） 用交通対策課交通企画係・内線2280

国民年金保険料～パソコンや携帯電話から納付できます

国民年金保険料は、納付書による窓口（金融機関、コンビニエンスストア）納付のほかに、事前申し込みによる口座振替、クレジットカード納付、インターネットや携帯電話からも納付できます。金融機関とインターネットバンキング・モバイルバンキングの契約をしていれば、お手元の納付書の記載内容をもとに簡単に納付できます。インターネットバンキング・モバイルバンキング等については金融機関へお問い合わせください 用日本年金機構立川年金事務所 ☎(523)0352

特定生産緑地指定手続き説明会

市は、今年度から特定生産緑地の指定申請の受け付けを開始します。これに先立ち、市内に生産緑地を所有している方を対象に、地域ごとに説明会を開催します。代表者宛てに申込書を送付しました。確認の上、5月14日(火)までにお申し込みください。申込書が届いていない方はお問い合わせください 用都市計画課・内線2366、農業委員会事務局・内線2654

5月は赤十字月間です



PR活動をする立川市赤十字奉仕団の皆さん 立川市赤十字奉仕団は、次の日程・場所でPR活動を行います ▶5月8日(水)午後1時30分～3時＝JR立川駅 ▶5月14日(火)～17日(金)、午前10時～午後3時＝市役所1階多目的プラザ。日本赤十字社は皆さんからの会費・寄付金で運営されています。赤十字の精神と事業にご理解をいただき、活動資金へのご協力をお願いします 用福祉総務課調整係・内線1490

受験生チャレンジ支援貸付事業

立川市社会福祉協議会は、都内に1年以上在住する一定所得以下の世帯で、中学3年生・高校3年生等の子どもを養育する生計中心者に対して、学習塾などの受講料と高校・大学等の受験料の無利子貸付を行っています。対象校に入学した場合、返済免除の

申請ができます。▶学習塾などの受講料＝上限20万円▶高校受験料＝上限2万7,400円▶大学等受験料＝上限8万円 用立川市くらし・しごとサポートセンター ☎(503)4308

古布は資源として出してください

洋服、ハンカチ、毛布などの古布は、資源として再利用できます。燃やせるごみではなく、古布の日に出してください。ボタンやファスナーを取り外す必要はありません。保管中にカビが生えてしまうことがあるので、必ず洗濯をして、乾かしてください。下着類、靴下、スカーフ、カーテンなども出せます。古布として出せないものは、「資源とごみの分別ハンドブック」（市ホームページからダウンロードも可）または「ごみ分別アプリ」でご確認ください 用ごみ対策課 ☎(531)5518

たちかわ競輪開催日

●4月29日（立川FⅡ、小松島FⅠを併売）●4月30日～5月1日（立川FⅡ、日本選手権（松戸）を併売）●5月2日～5日（日本選手権（松戸）を場外発売）

開催案内・レース結果 ☎0180(994)223～5

看護師の再就職支援

自分にあったプログラムで学べます

市は、潜在看護師再教育支援事業を実施しています。これは職場復帰に不安を感じる看護師の方が、市内指定医療機関に再就職する場合、離職期間などを考慮して個別に作成したプログラムで研修を受けることができる制度です。研修を希望する方は、指定医療機関（右表）で雇用契約時にお申し込みください。プログラムの見本は、健康会館、ナースバンク立川（曙町1-21-1 ユニゾ立川ビル6階）で閲覧できます。

▶研修期間＝▷夜勤を伴う業務に最長3か月▷夜勤を伴わない業務に1か月▶対象＝次のすべての条件を満たす方▷看護師または准看護師の資格を有している▷看護師

離職後（または看護師の資格取得後、職に就かないまま）おおむね3年以上経過し、現在看護職に就いていない▷週20時間以上の勤務で、1年以上の勤務が見込まれる 用健康推進課地域支援係 ☎(527)3632

指定医療機関
井上レディースクリニック
川野病院
さいわいこどもクリニック
すながわ相互診療所
立川相互病院付属子ども診療所
立川相互ふれあいクリニック
立川中央病院
永井産婦人科病院
西砂川病院

5月は自転車月間

市内で自転車に関係する事故が増えています。自転車の安全な利用にご協力ください。

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、身体の不自由な方▶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
- 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
- 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

- 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



- 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

用交通対策課交通企画係・内線2280

ご存じですか、自転車ナビマーク

自転車ナビマークは、自転車が通行する部分と進行すべき方向を示すものです。市内では立川南通りやすずかけ通りなどに設置されています。道路の左端を矢印の方向に進行してください。



東京都自転車安全利用指導員制度

自転車のルール・マナーの普及啓発のために、立川市内の自転車事故が多い交差点等において、自転車による信号無視や一時不停止などの違反行為を街頭で指導員が直接指導する制度を実施しています。 用東京都都民安全推進本部総合推進部交通安全課 ☎03(5388)3124