

## シニア

### いきいき体操！～おはなしと体操

60歳以上の市民の方 12月16日(月)午後1時30分～3時30分 柴崎福祉会館 順天堂大学名誉教授・武井正子さん 定50人(申込順) 動きやすい服装、室内用運動靴、タオル、筆記用具 11月25日(月)から柴崎福祉会館 ☎(523)4012へ

### 終末期だけじゃない緩和ケア

早期から取り入れることで心身の苦痛を和らげる最新の緩和ケアを学びます 65歳以上の市民の方 12月20日(金)午後2時～3時30分 子ども未来センター 緩和ケア認定看護師・伊東和美さん 定30人(申込順) 南部東はごろも地域包括支援センター ☎(523)5612へ

### 高齢者福祉に関するアンケートにご協力を

市は、「高齢者福祉介護計画」の令和2年度策定に先がけ、生活やサービス利用などの状況について、次の対象者から抽出した方にアンケートを送付しました。12月9日(月)までにご返送ください。要介護者を除く65歳以上の高齢者▷要支援・要介護認定者▷介護サービス事業者▷高齢福祉課介護予防推進係・内線1472、介護保険課介護給付係・内線1440

### 学ぶ！介護技術

おむつ交換や着替えなどの方法を体験します 市民の方 12月11日(水)午後1時30分～3時 西砂学習館 医療福祉専門学校教員・高橋薫さん 定30人(申込順) 北部西かみすな地域包括支援センター ☎(536)9910へ

### にしすなカフェ(介護サロン)

「腸内フローラ」をテーマにおなかの健康の秘訣を学びます 65歳以上の市民の方と家族 12月14日(土)午前10時30分～午後0時30分 にしすな福祉相談センター 定15人(申込順) にしすな福祉相談センター ☎(531)5550へ

### シルバー人材センター入会説明会

市内在住の57歳以上の方 12月11日(水)＝シルバー人材センター柴崎本部(柴崎町1-17-7)▷12月16日(月)＝女性総合センター▷令和2年1月15日(水)＝柴崎本部▷1月31日(金)＝女性総合センター、いずれも午後1時30分から 前日までにシルバー人材センター柴崎本部 ☎(527)2204へ

### シニアのための無料職業紹介所

立川商工会議所無料職業紹介所では、シニアの方に市内や周辺地域企業などへの職業紹介や、就業相談を行っています。直接会場へ おおむね55歳以上の方 月曜～金曜日、午前10

時～午後4時(祝日、年末年始を除く) 場同所(ルミネ立川店1階西側) 同所 ☎(522)4611

## 募集

### 体験型農園入園者

作付計画や、種・苗、農具などの用意は農園主が行いますので、初心者でも安心して本格的な農作業を体験し、野菜を収穫できます。1区画当たりの面積は約30㎡。利用期間は令和2年4月～令和3年1月(更新可)。なお、車の通園はできません(遠方の方は応相談)。当選者には、入園説明会の案内を送付します▶とちの木農園(西砂町6丁目、農園主・石塚保さん)＝4区画▶とのがやおかず畑(西砂町6丁目、農園主・石塚和生さん)＝10区画▶ひまわり農園(若葉町2丁目、農園主・鈴木豊さん)＝10区画▶スマイル農園(幸町5丁目、農園主・豊裕裕さん)＝20区画▶太陽農園(若葉町1丁目、農園主・尾崎義彦さん)＝20区画 原則

として市内在住で、利用期間内に継続して農作業に取り組める方 費1区画4万円 12月20日(金)(必着)までに、はがき(1世帯1枚)に希望する農園名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて産業観光課農業振興係・内線2650へ

### 野火止用水6市共同クリーンデーボランティア

12月7日(土)午前9時30分～正午ごろ(小雨実施) 玉川上水駅南口集合 定20人(申込順) 12月6日(金)までに公園緑地課緑化推進係・内線2260へ

### 子育てひろば職員(嘱託職員)

くわしくは市ホームページをご覧ください▶対象＝保育士、幼稚園教諭のいずれかの資格を有する人▶業務内容＝子育てひろばの連絡調整事務、指導員指導、巡回相談等▶募集人数＝1人(4月採用予定)▶報酬(月額)＝237,100円▶試験日＝1月28日(火) 園人事課人事係・内線2574

## 写真募集中

### 市民特派員「ここが大好き 立川」

「ここが大好き 立川」は、「広報たちかわ」の毎月10日号の最終面で市民の皆さんから寄せられた写真をコメント付きで紹介しているコーナーです。市内で撮影したものであれば、昔の写真でも大丈夫です。応募方法等、くわしくは市ホームページをご覧ください(右2次元コードからアクセス可)。

掲載された方にはクオカード1,000円分をプレゼント



園広報課広報広聴係・内線2744

## スポーツ

### 小学生クラブ交流大会(バスケットボール・サッカー)

申込方法等、くわしくはお問い合わせください 小学3年～6年生で編成された市内のチーム 令和2年2月上旬～下旬の土曜・日曜日、祝日 場市内小学校 立川市体育協会 ☎(534)1483

### アスリートスポーツ教室(バドミントン)

泉市民体育館の個人利用日に、個人指導が受けられます。直接会場へ 中級以上の方 12月7日、令和2年1月4日・18日の土曜日、午後5時～6時30分(受



付けは午後4時30分まで) 元全日本シニア選手権大会東京都代表・大河原正晴さん 各8人(先着順) 立川市体育協会 ☎(534)1483

### 自治大学校庭球場の貸し出し

令和2年1月～3月分の利用申し込みを受け付けます。応募多数の場合は抽選。申し込みには、自治大学校の利用者登録が必要です。新たに登録する場合は、代表者の市内在住・在勤が確認できるものを持って泉市民体育館へ▶対象＝市内在住・在勤・在学の方で構成する5人以上のグループ▶利用日・時間＝令和2年1月4日～3月21日の土曜日▷午前9時～午後1時▷午後1時～5時(2月22日は午前9時～午後1時のみ)(1単位4時間)▶利用料金＝1単位1,600円▶12月9日(月)(必着)までに、往復はがきに「自治大学校庭球場申し込み」、希望利用日、利用時間、自治大学校に登録

された利用者番号、チーム名、代表者氏名、返信用宛先を書いて、泉市民体育館(〒190-0015泉町786-11) ☎(529)8515へ。1グループ、1か月に1単位まで。1単位ごとに1枚の往復はがきに書いてください。

### 市民体育大会の結果

個人はいずれも優勝(敬称略)。  
●トライアスロン ▶一般男子＝原恭平▶男子壮年＝渡辺仁芳▶女子一般＝渡辺きよみ  
●相撲 ▶幼児＝岡本光▶小学校▷1年＝松岡陸翔▷2年＝平野純勇斗▷3年＝高橋颯太▷4年＝小澤海翔▷5年＝鶴見優聖▷6年＝宮崎慶仁朗▶中学

校＝水野健太郎  
●ゲートボール(地区対抗の部)▷優勝＝曙町体育会▷準優勝＝西砂川地区体育会▷第3位＝砂川体育会  
●バドミントン(地区対抗の部)▶男子▷優勝＝富士見町体育会▷準優勝＝栄町体育会▷第3位＝砂川体育会▶女子▷優勝＝砂川体育会▷準優勝＝富士見町体育会▷第3位＝柏町体育会  
●ソフトボール(地区対抗の部)▶男子▷優勝＝栄町体育会▷準優勝＝曙町体育会▷第3位＝富士見町体育会▶女子▷優勝＝若葉町体育会▷準優勝＝幸町体育会▷第3位＝錦町体育会 立川市体育協会 ☎(534)1483

## 市民体育館 12月の個人利用日

▶午前＝午前9時～午後0時30分▶午後I＝午後0時30分～4時▶午後II＝午後4時～7時30分▶夜間＝午後7時30分～11時

### 泉市民体育館 ☎(536)6711

○12月5日(第1木曜日)は無料の個人開放日です。  
●第1体育室(卓球・バドミントン・ミニテニス)＝4日・5日・7日・8日・11日・18日・25日(8日は午後II以降)  
●第2体育室▶卓球・バドミントン＝2日・9日・16日・23日▶バスケットボール(午後II・夜間のみ)＝2日・9日・16日・23日

### 柴崎市民体育館 ☎(523)5770

○12月2日(第1月曜日)は無料の個人開放日です。  
●第1体育室(バドミントン・ミニテニス)●第2体育室(卓球)＝いずれも2日・6日・13日・14日・15日・20日・27日・28日(15日は第2体育室のみ)  
●第1体育室(バスケットボール)(夜間は午後9時30分まで)＝9日・23日

## ホームゲームを応援しに行こう!!

立川市にゆかりのあるプロスポーツチームの、市内で開催される公式戦日程をお知らせします。くわしくは各チームのホームページをご覧ください。



●アルバルク東京 12月11日(水)・25日(水) 場アリーナ立川立飛



TACHIKAWA-FUCHU ATHLETIC F.C.

●立川・府中アスレティックFC 12月21日(土)・28日(土) 場アリーナ立川立飛