

### 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）

#### ペアレントプログラム

子どもの発達を理解し、子どもの行動への見方を変えることで、家族と子どもがよりよいコミュニケーションを取れるよう、関わり方のコツを学びます。2歳～10歳程度の子どもの保護者。9月10日・24日、10月8日・22日、11月5日・19日の木曜日、午前10時～正午（全6回）場 砂川学習館 師 ペアレントプログラムリーダー・中村ひとみさん 定 8人（抽選）保 8人程度（1歳～学齢前）申 8月11日（火）～9月1日（火）に子ども家庭支援センター ☎（528）6871へ（午前9時～午後5時。日曜日・祝日を除く）

#### 今、大切な子どもとおとなの 人権

初日は子どもの貧困化について、2日目は性暴力やセクハラを防ぐための現状や解決策を学びます。9月20日・27日の日曜日、午後2時～4時（全2回）場 女性総合センター 師 立教大学名誉教授・浅井春夫さん 定 25人（申込順）保 若干名（1歳～学齢前）申 8月11日（火）から生涯学習推進センター ☎（528）6872へ

#### あすの日本農業をつくる 地球と人にやさしい家族農業

家族を基盤とした農業が再び注目されています。持続可能な農業のために私たちができることを学びます。9月18日（金）午後6時30分～8時30分 場 女性総合センター 師 農林中金総合研究所研究員・蔦谷栄一さん 定 15人（申込順）申 8月11日（火）から生涯学習推進センター ☎（528）6872へ

#### 再就職をめざす女性のための 職業訓練～Word・Excel基礎科

結婚、出産、育児、介護等で離職し、ハローワークで求職登録をしている女性。9月21日（月・祝）～25日（金）、午前10時～午後3時（全5回）場 女性総合センター 定 10人（抽選）保 10人（6か月～学齢前）特 受講決定後テキスト（2,200円）を購入して持参。申 8月17日（月）～28日（金）（必着）に申込書（「TOKYOはたらくネット」のホームページからダウンロード可）を、郵送で東京都産業労働局能力開発課就業促進担当（〒163-8001新宿区西新宿2-8-1都庁第一本庁舎21階） ☎03（5320）4807へ 申 市男女平等参画課 ☎（528）6801

#### ロマンと憧憬の昭和～こう変化した文学の女・男

昭和の文学を題材に、昭和と今で男女の思い、行動、生活がどう変わったかを学びます。企画・運営はチームいま好き。9月14日（月）午後1時30分～3時30分 場 女性総合センター 師 元高校教師・伊藤真理子さん 定 30人（申込順）保 5人程度（1歳～学齢前）申 8月11日（火）から男女平等参画課 ☎（528）6801へ

#### コロナで疲れた心を癒やしませんか？

自然界にある1輪の花やお抹茶で心を癒やしましょう。ペットボトルで造る花器と花は持ち帰りできます。中学生まで（親子参加可能）。8月30日（日）▷午前10時～正午▷午後1時～3時 場 柴崎学習館 師 MOA美術館アートヘルスケアアドバイザーの皆さん 費 500円（材料代）定 各20人（申込順）申 8月25日（火）までに立川市社会福祉協議会1地区地域福祉コーディネーター ☎（540）0205へ

#### 天文講座「秋の月と星空を楽しもう」

月を中心に秋の夜空を彩る星について解説を聞きます。9月12日（土）午後2時～3時30分 場 若葉会館 師 国立天文台特別客員研究員・相馬充さん 定 30人（申込順）申 8月12日（水）から若葉図書館 ☎（535）8841へ

#### リズム気功

自分のペースで音楽にあわせて行います。企画・運営は生涯学習市民リーダーの会。9月16日（水）午前10時～正午 場 幸学習館 師 健康運動指導士・渡辺陽子さん 費 300円（受講料）定 30人（申込順）申 8月11日（火）から幸学習館 ☎（534）3076へ

#### 元気ハツラツ民謡教室

生演奏の尺八、三味線にあわせておなかの底から声を出して歌います。65歳以上の市民の方。8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

### 東京都シルバーパス更新手続き

#### 手続き方法が変わります

今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、原則として郵送による更新手続きを行います。すでに東京都シルバーパスをお持ちの方には、8月中旬に東京バス協会から「東京都シルバーパス更新手続きのご案内」（赤または青の封筒）が届きます。更新を希望する方はご案内を必ず読んで、手続きしてください。

令和2年度の所得確認は、令和3年度にまとめて行います。令和2年度の介護保険料納入決定通知書は令和3年度の更新までお手元に保管してください。

●新規に東京都シルバーパスの取得を希望する方  
満70歳を迎える月の初日から、申し込むことができます。費用等くわしくはお問い合わせください。  
場 東京バス協会シルバーパス専用電話 ☎03（5308）6950（午前9時～午後5時。土曜・日曜日、祝日を除く）、市高齢福祉課業務係・内線1474

### 市民伝言板

#### 会員募集

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。

●不動産無料法律相談会 公益社団法人全日本不動産協会東京都本部多摩北支部が主催。市民の不動産に関する法律と相続の悩みの相談に弁護士が応じます。9月1日現在、60歳以上の市民で各講座を初めて受講する方。社交ダンス、ゲートボール、ターゲット・バードゴルフは医師から運動を制限されていない方。

●申込方法 8月17日（月）（消印有効）までに、往復はがきに①講座名②住所③氏名（ふりがな）④性別⑤生年月日⑥電話番号⑦緊急時の連絡先の方の氏名（本人以外）、間柄⑧その方の電話番号、返信用宛先を書いて、市シルバー大学事務局（〒190-0023柴崎町5-11-26柴崎福祉会館内） ☎（528）1246へ。結果は8月下旬に返信します。

●ペン字筆字を楽しむ会 筆記具は自由。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ます。初心者歓迎。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 入 1,000円 月 1,100円 定 15人（申込順）申 富田さん ☎090（3432）6076

●シャンソンの会「忘れな草」 生のピアノ伴奏、プロの指導で楽しい曲をレッスンしています。見学自由。体験無料。毎月第1・第3金曜日、午後7時～8時30分 場 高松学習館 月 4,000円 申 高見さん ☎090（3104）1016

●柴の会 悪筆を直したい方、心がこもった手書きの質状を書いてみたい方、ちょっとした時間をさいて楽しく美しいペン字を身につけませんか。毎月2回の第3・第4または第5水曜日、午前10時～正午 場 柴崎学習館 月 2,000円（ほかに書籍代1,000円）申 山本さん ☎（525）6194

●自力整体サークル 1人で行う整体を一緒に学びます。腰、肩、首などに痛みのある方にお勧めです。毎月第4金曜日、午前9時40分～11時40分 場 女性総合センター 月 1,000円 定 20人（申込順）申 関口さん ☎（536）1273

### シルバー大学入学生を追加募集

会場	講座名	日時	定員	教材費(年間)
柴崎福祉会館	英会話(柴崎)1年生	第1・第3金曜日 午前	2人	600円
	篆刻	第3木曜日 午前	12人	4,000円
	水彩画	第3木曜日 午後	1人	3,000円
	折り紙	第3火曜日 午後	9人	5,000円
幸福社会館	社交ダンス1年生	第1～第4水曜日 午後	男性16人 女性12人	10,000円
幸福社会館	カラオケ	第1・第2月曜日 午後	11人	2,860円
曙福祉会館	トールペイント	第1金曜日 午後	1人	6,000円
	きり絵	第1火曜日 午後	7人	2,500円
一番福祉会館	絵手紙	第2金曜日 午後	17人	6,000円
砂川中央地区ゲートボール場	ゲートボール	第1～第4火曜日 午後	13人	2,200円
砂川中央地区東野球場	ターゲット・バードゴルフ	第1・第3火曜日 午前	12人	—
市内各所	園芸	第2・第4木曜日 午後	7人	3,000円

トールペイントは新規講座。英会話、社交ダンスは2年制です。▶午前=午前10時～正午 ▶午後=午後1時30分～3時30分（ただし、ゲートボールは午後1時～4時、ターゲット・バードゴルフの4月～7月と9月・10月は午前9時～11時）。