



シニア

懐かしい歌をご一緒に

大きな声で歌ったり笑ったりすることは健康の秘訣。昔を語りながら楽しいひとときを📅65歳以上の方🕒10月16日(金)午後1時30分～3時30分📍西砂学習館👤音楽講師・山田香代さん、岡田文子さん👤30人(申込順)📅9月10日(木)から西砂学習館☎(531)0431へ

敬老金を贈呈します

9月15日現在、88歳と99歳以上の方に、長寿をお祝いして敬老金を支給します。対象の方には案内の通知を郵送します。依頼書と通帳等のコピーを返信用封筒で提出してください📍福祉総務課調整係・内線1490

Zoomを体験してみよう！

オンライン会議ツール「Zoom」の基本操作について学び、スマホ、タブレットやパソコンからオンライン講座などに参加する方法を体験します📅65歳以上の市民の方と家族🕒9月14日(月)～25日(金)、午前10時～午後3時のうち30分程度(土曜・日曜日、祝日を除く)👤各日5人程度(申込順)📅9月10日(木)から住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、Eメールで北部中さいわい地域包括支援センター☎

(538)2339📧s-houkatu@shisei.or.jpへ

シニア生涯ワーキングセミナー

シニア世代の「働く」をテーマに、ライフプランニングや、再就職に向けてのノウハウを学びます📅55歳以上で働く意欲のある方🕒10月7日(水)午後1時～3時45分📍ハローワーク立川(緑町4-2)🕒電卓📅9月10日(木)から予約専用ダイヤル☎03(5843)7665へ📍東京しごとセンター・シニアコーナー☎03(5211)2335、市産業観光課商工振興係・内線2644

にしすなカフェ(介護サロン)

地域の皆さんに気軽に参加していただけるカフェです。今回は「補聴器を試してみよう」と題して、最近聞こえづらくなってきたという方へ、補聴器の説明、体験と相談を行います📅65歳以上の市民の方と家族🕒10月10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👤10人(申込順)📅にしすな福祉相談センター☎(531)5550へ

居場所づくりの補助金を希望する団体を募集します

市は65歳以上の方の居場所づくりを応援するため、定期的に活動する団体に運営費の一部を補助します。補助団体は、選考により決定します。補

助金額等はお問い合わせください📅次のすべてに該当する団体▷65歳以上の市民が3人以上所属している▷活動の目的が地域の高齢者の居場所づくりである▷1回の活動が1時間以上で週1回以上活動している▷原則として新たな参加者の利用を拒まない▷新型コロナウイルス感染予防対策を十分に行っている📅9月30日(水)までに高齢福祉課介護予防推進係・内線1471へ

シルバー人材センター入会説明会

当日は会員登録の申し込みも受け付けます📅市内在住の原則60歳以上の方🕒📍▷9月18日(金)午後1時30分から＝砂川学習館▷10月7日(水)午後1時30分から＝シルバー人材センター柴崎本部(柴崎町1-17-7)▷10月9日(金)午後1時30分から＝幸学習館📅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を対象に市内や周辺地域の企業などの職業紹介や就業相談を行っています。新型コロナウイルス感染症予防対策のため窓口は完全予約制で対応しています📅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)📍

立川商工会議所無料職業紹介所(ルミネ立川店1階西側)📍立川商工会議所無料職業紹介所☎(522)4611へ📍市産業観光課商工振興係・内線2644

高齢者被害特別相談

高齢者を狙った悪質商法の被害が後を絶ちません。市は、都が毎年9月に実施している高齢者悪質商法被害防止キャンペーンと連携し、専門の消費生活相談員による高齢者の消費者被害特別相談を実施します。直接、または電話☎(528)6810(相談直通)でご相談ください📅市内在住・在勤・在学の方🕒9月14日(月)～16日(水)、午前9時～午後4時📍市消費生活センター(女性総合センター5階)📍生活安全課消費生活センター係☎(528)6801

高齢者のつどい中止のお知らせ

10月に開催を予定していた「高齢者のつどい」は、新型コロナウイルス感染症の影響により、中止になりました。ご理解とご協力をお願いします。

📍福祉総務課調整係・内線1490





子ども・子育て

キッズ伝統芸能体験「日本舞踊(女子)コース」

11月から継続的に稽古を重ね、令和3年3月に国立劇場で発表会を行います。くわしくは「立川市地域文化振興財団」のホームページをご覧ください。主催は東京都ほか📅小学生～高校生の女子🕒▷稽古＝11月～令和3年3月の日曜日(全14回)▷発表会＝令和3年3月29日(月)または30日(火)📍たましんRISURUホール費15,000円(参加費。ほかに教材費等で約12,500円)👤16人(抽選)📅9月30日(水)までに「キッズ伝統芸能体験」のホームページからお申し込みください📍立川市地域文化振興財団☎(526)1312



ママビクス&ベビーマッサージ

マッサージを通して赤ちゃんとおふれあい、ママ向けの体操でリフレッシュと仲間づくりをしましょう📅市内在住の2か月～6か月の乳児と母親🕒10月1日・8日・22日・29日、11月5日・12日の木曜日▷午後1時30分～2時30分▷午後2時30分～3時30分(いずれも全6回)📍若葉会館👤育児アドバイザー・瀧昌江さん費1,600円(体操用ゴムバンド代)👤各8組(申込順)🕒動きやすい服装、バスタオル、飲み物📅9月10日(木)から幸学習館☎(534)3076へ

パパ&ベビーヨガ

パパと赤ちゃんがふれあう講座です📅市内在住の1歳前後～2歳前後のあんよができる子どもと保護者🕒10月3日(土)午前10時30分～11時15分

場子ども未来センター

👤ヨガイストラクター・愛さん👤5組(申込順)📅9月10日(木)午前10時から子育て支援事務室☎(529)8664へ

いちごクラブplus

身長、体重測定をします📅0歳～1歳6か月の子どもの保護者🕒10月7日(水)▷午後1時30分～1時45分▷午後2時15分～2時30分📍子ども未来センター👤各5組(申込順)📅9月10日(木)午前10時から子育て支援事務室☎(529)8664へ

妊娠・出産前のパパ教室「産前からできることを知ろう・学ぼう」

出産とママの体について学び、ワークシヨップを通じて、夫婦の想いや気持ちを確認・共有しながら子育てを考えます📅妊娠中のママ、パパ🕒▷10月

3日(土)午後2時～4時▷10月24日(土)午前10時～正午📍総合福祉センター👤ファザーリングジャパン多摩支部代表・野崎聡司さん費1人500円(受講料)👤各15組(申込順)📅立川市社会福祉協議会☎(540)0210へ

小学校演劇体験「劇場版宝島」

ホール公演にあわせてオンライン配信も実施します。くわしくは「立川市地域文化振興財団」のホームページをご覧ください(下2次元コードからアクセス可)📅市内在住の小学生と保護者(未就学児入場不可)🕒10月18日(日)午後3時開演📍たましんRISURUホール大ホール費1人200円👤555人(申込順)📅9月16日(水)からたましんRISURUホール受付☎(526)1311へ📍立川市地域文化振興財団☎(526)1312



アール・ブリュット立川2020

アートは心をトキハナツ

多摩地域で活動する、障害のある才能豊かな作家のアート展です。魂を込めて表現された「こころが描くアート」は、観る人に感動を与えます。くわしくは「アール・ブリュット立川」のホームページをご覧ください。直接会場へ🕒9月16日(水)～21日(月・祝)、午前10時～午後7時30分(最終日は午後5時まで)📍伊勢丹立川店7階催物場ほか📍アール・ブリュット立川実行委員会☎080(4000)5197、市地域文化課・内線4502



たちかわ創造舎

Tachikawa Culture Factory

イベント紹介

問☎(595)6347
HP「たちかわ創造舎」で検索

- ほうかごシアター「長靴を履いたネコ」** 子どもも大人も気軽に楽しめるお芝居を上演。人間のこぼ話を話すネコが、知恵をつかってご主人のために大活躍するお話です。日時、上演方法などくわしくは「たちかわ創造舎」のホームページをご覧ください。また、YouTubeたちかわ創造舎チャンネルでは過去の作品を公開中です。
- たちかわサイクリングゲームス「グラス・パンプ」** 木製オリジナル・パンプトラックの特設コースを走行することで、バイクコントロールが向上します。マウンテンバイク、ロード系の自転車など、どんな車種でも参加可能。直接会場へ。自転車の貸出あり(1台500円)📅9月26日(土)午前10時から📍多摩川緑地(左岸)費3,000円(参加費)