

[主な内容] ▶2面 子育て世帯への臨時特別給付 ▶6・7面 SDGsを知ろう!

新型コロナウイルス感染症の影響による催し等の中止や延期、各施設の開館状況等の情報は、市ホームページをご覧ください。各問い合わせ先へ。

今が旬!

立川自慢の うどを召しあがれ

うどは12月～4月に旬を迎えます。立川のうどはアクが少なく、春を予感させる爽やかな香りとシャキッとした食感が魅力です。地元の味をぜひご賞味ください。

圃産業観光課農業振興係・内線2650

「うど」ってなに?

うどは日本原産の野菜です。山野で光を浴びて育つ山うどと、光が入らない地下3m～4mの「室」で育てる白うどがあります。立川のうどは白うどで、都内1位である年間約53トンが生産されています。

うどの美味しい食べ方

うどは穂先から根元までさまざまな方法で美味しく食べられます。定番の酢味噌和えや天ぷら、きんぴらは絶品。やわらかい枝や穂先は、野菜スティックのようにマヨネーズをつけて食べるのもおすすめです。

立川のうどはここで買える!

ファーマーズセンターみのーれ立川

- 営業時間 午前10時～午後5時
- 定休日 12月31日～1月4日
- 所在地 砂川町2-1-5
- 電話 ☎(538)7227

幸町店でも取り扱いがある場合があります。在庫状況等は上記店舗にお問い合わせください。

うどの怪獣「ウドラ」も活躍中

立川市キャラクター「くるりん」と仲良しな、うどをモチーフにした怪獣「ウドラ」が、立川市公認なりそこねキャラクターとして活躍しています。

このページのどこかに隠れているかも……?

子育て世帯への臨時特別給付(現金10万円)を一括支給

子育て世帯に対する国の支援策の一環として、立川市は、対象児童1人につき10万円を現金で一括支給します。なお、右表①の方に送付した通知には、先行給付金として5万円を支給すると記載しましたが、10万円を一括支給します。

■対象児童

平成15年4月2日～令和4年3月31日に生まれた子ども

■支給対象者

右表①～④のいずれかに該当する方(所得が児童手当の所得制限限度額以上の方を除く)

■申請方法

申請が必要な方には、送付する通知に申請書を同封します。申請は1月4日(火)から

受け付けます。子育て推進課(市役所1階21番窓口)の窓口でも受け付けますが、できる限り郵送での申請にご協力ください。

■注意事項

▶児童手当を受給中で現況届を未提出の方は現況届を提出してください▶支給対象者で通知が届かない場合はお問い合わせください▶配偶者等からの暴力を理由に避難している方は、手続きにより給付金を受け取れる場合があるのでお早めにご相談ください

☎事業の概要=内閣府コールセンター☎0120(526)145〔午前9時～午後8時。土曜・日曜日、祝日を含む。12月29日～1月3日は除く〕▶支給・申請方法=市子育て推進課手当・医療費給付係・内線2639

支給対象者	通知の発送	申請・支給方法
①令和3年9月分の児童手当を立川市で受給している方	12月15日(水)から順次	申請は不要です。12月27日(月)に児童手当の振込口座へ支給します。
②公務員であり令和3年9月分の児童手当を職場で受給している方	12月24日(金)から順次	市が所得情報と口座情報を確認できる方は申請不要で、1月18日(火)に支給します。それ以外の方は通知に同封する申請書で申請が必要です。
③令和3年9月30日時点で平成15年4月2日～平成18年4月1日生まれの高校生等を養育している方	随時	市が所得情報と口座情報を確認できる方は申請不要で、随時支給します。それ以外の方は通知に同封する申請書で申請が必要です。
④令和3年9月1日～令和4年3月31日に生まれた子どもを養育する方	随時	市が所得情報と口座情報を確認できる方は申請不要で、随時支給します。それ以外の方は通知に同封する申請書で申請が必要です。

会議、講演会等に手話通訳等を希望する方は開催1週間前までに各問い合わせ先、または下記ファクスまでお申し込みください。

立川市学校施設標準仕様(素案)にご意見をお寄せください

小・中学校の建替えを順次進めていくにあたり、学校施設を整備する上での基本的な方針と普通教室等の標準的な仕様などを定めた立川市学校施設標準仕様(素案)を作成しました。この素案についてご意見を募集します。くわしくは市ホームページのほか、市役所(教育総務課(2階63番窓口)、市政情報コーナー(3階)、窓口サービスセンター、子ども未来センター、女性総合センター、各小・中学校各連絡所、各地域学習館、各図書館、各学習等供用施設)でご覧になれます。

●ご意見の提出方法

1月12日(水)～(必着)までに、直接、または住所、氏名を書いて、郵送、ファクス、Eメールで教育総務課・内線2474 Fax(528)1204 kyoukuso@city.tachikawa.lg.jp

●意見の提出方法

1月12日(水)～(必着)までに、直接、または住所、氏名を書いて、郵送、ファクス、Eメールで教育総務課・内線2474 Fax(528)1204 kyoukuso@city.tachikawa.lg.jp

文化功労者 顕彰 須田立雄さんが市長を表敬訪問

市内在住の須田立雄さんが、11月、文化功労者として顕彰されました。骨代謝研究を黎明期から支え、ビタミンDに着目した研究を進め、骨粗しょう症の基本的な治療薬となる合成誘導体を考案するなど、斯学の発展に多大な貢献をしたことが称えられたものです。須田さんは、12月8日に市長を表敬訪問し、顕彰を報告されました。市長は、「このたびの顕彰は、須田さんの不断の研究の成果で、私たち立川市民にとって誇りです」と祝意と敬意を示しました。



立川市学校施設標準仕様(素案)にご意見をお寄せください

第二小学校等複合施設整備の基本計画策定に向けた意見交換会

市は、第二小学校・高松児童館・曙学童保育所複合施設の整備(新築工事)に向けた基本計画策定にあたり、市民の皆さんと意見交換会を開催します。駐車場はありません。

対二小の児童または二小に入学予定の子どもの保護者、高松児童館・曙学童保育所の利用者、近隣にお住まいの方

1月22日(土)午後1時30分～3時 1月27日(木)午後7時～8時30分

場二小体育館各100人(申込順)保各4人(1歳～学齢前)

持上履き 1月14日(金)(保育を希望する方は1月7日(金)までに、電話、または氏名、電話番号、参加希望日、保育の有無(ありの場合は人数と年齢も)

市民の皆さんの声を市政に反映させるとともに、地域づくりや市政を身近に感じていただくため、市長との意見交換会を開催します。

大学生世代 オンライン会議 ツール「Webex」を使用します

対市内在住の大学(院)生・大学生世代の方、多摩地域の大学に通学する大学(院)生の方

1月22日(土)午前10時～11時30分 1月17日(月)までに、電話、または住所、氏名、電話番号、Eメールアドレス、大学(院)生の方は学校名を書いて、ファクス、Eメールで申し込んでください。

すべての市民の方 直接会場へ 1月22日(土)午後1時30分～2時30分 柴崎学習館 5人程度(1歳～学齢前)

希望する方は、1月14日(金)までに、電話、またはファクス、Eメールで申し込んでください

申・企画政策課・内線2668 Fax(521)2653 kikaku seisaku@city.tachikawa.lg.jp

公開する会議日程

いずれも直接会場へ(先着順) 1月13日(木)午後1時から市役所3階302会議室

を書いて、ファクス、Eメールで、教育総務課・内線2474 Fax(528)1204 kyoukuso@city.tachikawa.lg.jp

市長と語りつづいて市長との意見交換会

市民の皆さんの声を市政に反映させるとともに、地域づくりや市政を身近に感じていただくため、市長との意見交換会を開催します。

大学生世代 オンライン会議 ツール「Webex」を使用します

対市内在住の大学(院)生・大学生世代の方、多摩地域の大学に通学する大学(院)生の方

1月22日(土)午前10時～11時30分 1月17日(月)までに、電話、または住所、氏名、電話番号、Eメールアドレス、大学(院)生の方は学校名を書いて、ファクス、Eメールで申し込んでください。

すべての市民の方 直接会場へ 1月22日(土)午後1時30分～2時30分 柴崎学習館 5人程度(1歳～学齢前)

希望する方は、1月14日(金)までに、電話、またはファクス、Eメールで申し込んでください

申・企画政策課・内線2668 Fax(521)2653 kikaku seisaku@city.tachikawa.lg.jp

公開する会議日程

いずれも直接会場へ(先着順) 1月13日(木)午後1時から市役所3階302会議室

1月27日(木)午後1時30分から市役所1階101会議室各20人

人間教育総務課庶務係・内線2465

総合教育会議 1月13日(木)午後3時30分から市役所3階302会議室 20人

企画政策課・内線2692

国民健康保険運営協議会 1月17日(月)午後1時30分～3時 市役所1階101会議室 5人

国民健康保険運営協議会 1月17日(月)午後1時30分～3時 市役所1階101会議室 5人

問保険年金課業務係・内線1390

保育のあり方検討委員会 1月17日(月)午後6時30分から市役所2階208・209会議室 3人

人間保育課保育指導支援係・内線1320

学校給食運営審議会 1月20日(木)午後3時から学校給食共同調理場研修室 5人

人間学校給食課(529)3511

生涯学習推進審議会 1月21日(金)午後6時30分から女性総合センター5階第2学習室

定5人 生涯学習推進センター(527)5757

今月の納期 12月27日

固定資産税・都市計画税第3期分 国民健康保険料第6期分 後期高齢者医療保険料第6期分 介護保険料第6期分

納付書裏面に記載の場所で納付してください 市税=収納課管理係・内線1240、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、介護保険料=介護保険課介護保険料係・内線1446

コンビニやスマホ決済アプリ での納付をご利用ください

後期高齢者医療保険料、
介護保険料のコンビニ納
付が始まります

令和4年1月以降に発行する
バーコードが印字してある納付
書から、後期高齢者医療保険料
（普通徴収分）、介護保険料（普
通徴収分）が新たにコンビニエ
ンスストアでも納付できるよう
になります。

バーコード付き納付書の
スマホ決済アプリでの納
付が始まります

令和4年1月からバーコード
が印字してある納付書は、スマ
ートフォン（スマホ）決済アプリ
でも納付ができるようになります。
支払い手数料はかかりませ
ん。領収書は発行しませんので
ご注意ください。

●スマホ決済アプリで納付でき
るもの 市・都民税（普通徴収
分）、固定資産税・都市計画税

市議会議員選挙の投票日
は6月19日（日）です

任期満了（令和4年7月13日）
に伴う市議会議員選挙の日程は
▼告示日 6月12日（日）▼投
開票日 6月19日（日）に決まり
ました。

選挙管理委員会事務局・内線
1631

固定資産税（償却資産税）、軽自
動車税（種別割）、国民健康保険
料（普通徴収分）、後期高齢者医
療保険料（普通徴収分）、介護保
険料（普通徴収分）

●納付に使用できるスマホ決済
アプリ PayPay、LINE
E Pay、auPAY、JIC
oin Pay、d払い

注意ください

次のいずれかに該当する納付
書はコンビニ、スマホ決済アプ
リで納付できません▼バーコー
ドの印字がない▼納付期限を
過ぎていない（期限後は、市役所
窓口サービスセンター、各連絡
所で納付できます）▼破損や汚
れなどによりバーコードを読み
取れない▼金額を訂正した▼納
付書1枚当たりの納付金額が30
万円を超えている

●保険年金課・内線1406、
介護保険課・内線1446、収
納課・内線1240

広域連携サミットへ傍聴
者を募集

立川市と近隣8市（昭島市、
小平市、日野市、国分寺市、国
立市、福生市、東大和市、武
蔵村山市）の市長が一堂に会し、
広域的な行政課題について話し
合う広域連携サミットの傍聴者
を募集します。サミットのテー
マは、「ポスト・コロナを見据

えた地域連携について」。市域
を越えることによりできる、行
政サービスの向上や魅力あるま
ちづくりについて一緒に考えて
みませんか。直接会場へ。車で
の来場はご遠慮ください。

時1月24日（月）午前10時30分～
正午 会場 たましんRISURUホ
ール小ホール 50人（先着順）
企画政策課・内線2692

市民表彰・自治表彰

12月1日、行政・防災・公益
などで業績顕著な方や団体を、
立川市表彰条例に基づいて表彰
しました。

●市民表彰 ▼萬田和正（立川
市自治会連合会会長）▼小林三
郎（立川市消防団員）▼山田春
紀（立川市入札等監視委員会
委員）▼伊藤正人（人権擁護委
員）▼長谷川勇基（東京2020
パラリンピック・車いすラグビ
ー第三位）▼古谷美穂子、石原
一生（学校薬剤師）▼株式会社立
飛ホールディングス、株式会社
ミスター・クリーン（德行）
●自治表彰 ▼田中健一（立川
市教育委員会委員）

《敬称略・順不同》

技能功労者褒賞

12月1日、同一の業種に30年
以上従事した55歳以上の方で、
その優れた技術で市民生活に貢
献された方に対し、技能功労者
として褒賞を授与しました。

▼浅川寿（電気工事士）▼石田進
（大工職）▼泉守（電気工事士）
▼伊藤奨（理容師）▼林部純一
郎（設備工事業）▼吉澤春男（土
工・ブロック工）▼吉澤春吉（造
園工）▼吉澤英雄（造園・植木
職） 《敬称略・五十音順》



●産業観光課商工振興係・内線
2645

屋外体育施設のネーミング ライツスポンサーを募集

市は、新たな財源の確保と地
域の活性化などを目的に、屋外
体育施設へのネーミングライツ
（施設命名権）スポンサーを募集
しています。くわしくは、行政
経営課（市役所2階43番窓口）、
スポーツ振興課（泉市民体育館）
で配布している募集要項をご覧
ください（市ホームページから
ダウンロードも可）。

●対象施設・最低制限価格 ▼
立川公園野球場（錦町6-29-62）
年額150万円 ▼泉町庭球場

（泉町786-7）年額50万円
▼錦町庭球場・錦町フットサル
場（錦町5-20）年額50万円

●契約期間 3年以上5年以内
●選定方法 命名権料を基本に、
▽経営の安定性▽市内事業拠点
の有無▽愛称名の妥当性▽地域
貢献・スポーツ活動の実績▽そ
の他の提案の視点を加え、総合
的に判断し決定します。

●応募受付期間 1月17日（月）
～21日（金）
行政経営課・内線2703

東京都柔道整復師会と防 災協定を締結

市は、「災害時における応急
救護活動についての協定」を公
益社団法人東京都柔道整復師会
多摩中央支部と結びました。
この協定により、災害時に応
急救護活動についての協力を受
けることができるようになります。

防災課・内線2535

新型コロナウイルスワクチン接種情報

追加（3回目）接種の接種時期

2回目接種から原則8か月経過後以降に1回
の追加（3回目）接種を行います。2回目の接種
日から8か月を経過する方に順次、接種券を送
付します。予約方法などは接種券に同封する案
内や今後の「広報たちかわ」、市ホームページ
でお知らせします。

1・2回目接種をしていない方

新たに12歳を迎える方や、まだ接種がお済み
でない方を対象に、1・2回目の接種も継続し
て実施しています。コールセンターに電話、ま
たは立川市接種予約受付システムで予約してく
ださい。なお、接種券は再発行が可能です。

接種・予約のお問い合わせ

●立川市新型コロナウイルスワクチン接種
予約センター（コールセンター）
☎0120(741)567
〔土曜・日曜日、祝日を除く、午前8時30分～午
後5時30分〕

インターネットを利用できる方は

●接種の予約
立川市接種予約受付システム
〔土曜・日曜日、祝日を含む、24時間〕
●ワクチン接種の最新情報
立川市ホームページ



中学生の主張・作文が表彰されました



中学生の主張大会

第41回中学生の主張大会が11月3日、たましんRISURUホールで行われました。当日は市内中学生3091人の応募から選ばれた中学生15人が、日常生活において、家族や友人、社会との関わりの中で気付き、考えたことを発表しました。入賞

者は次のとおりです。

- 市長賞Ⅱハーマントリーディラン(三中2年) 議長賞Ⅱ清水芽依(三中1年)、長田凜音(四中1年) 教育長賞Ⅱ小松未来(二中3年)、立石颯大(五中3年) 特別賞(中学校PTA会長賞)Ⅱ山崎真知(五中3年) 青少年問題協議会会長賞Ⅱ林晃平(一中2年)、黒澤心春(一中3

- 年)、石井陽貴(二中1年)、佐藤日菜子(二中2年)、宮嶋恵(三中3年)、永島花菜(六中3年)、福田こころ(七中3年)、真宗来未(八中3年)、土屋美咲(九中3年)

《敬称略・各賞学校順》
関子ども育成課青少年係・内線1305

「税についての作文」「税の標語」表彰

次代を担う中学生の皆さんに税への関心と理解を深めてもらうことを目的としているコンク

- ールで、市内の中学生が次のとおり受賞しました。
- 税についての作文 市長賞Ⅱ清水愛実(八中3年) 教育長賞Ⅱ釋迦野結夏(四中3年)
- 税の標語 市長賞Ⅱ北原煌明(七中1年) 身に付けよう税の知識や 正しい納税

《敬称略》
関課税課諸係・内線1201

全国中学生人権作文コンテスト

中学生が人権尊重の大切さを考え、豊かな人権感覚を身に付

- けることを目的に行われる全国中学生人権作文コンテストで市内中学生が次のとおり入賞し、立川地区人権擁護委員会による表彰式が行われました。
- ▼東京都大会奨励賞(立川地区人権擁護委員会優秀賞)Ⅱ湯浅美桜(七中2年) 東京都大会作文委員会賞(立川市長賞・立川地区人権擁護委員会最優秀賞)Ⅱ1名 東京都大会作文委員会賞(立川地区人権擁護委員会優秀賞)Ⅱ遅茜月(八中2年) 多摩西人権擁護委員協議会長賞(立川地区人権擁護委員会入選)Ⅱ日野菜那(一中2年)、木村優斗(六中2年)、春山瑠菜(六中2年) 立川地区人権擁護委員会佳作Ⅱ浅岡真奈海(七中2年)、木賀彩音(七中2年)、中田桃子(八中2年)、吉村旭陽(九中1年)、ほか1名

《敬称略・各賞学校順》

第41回中学生の主張大会

「ハーフは日本人じゃないの?」

ハーマントリーディラン(三中2年)



新型コロナウイルスが流行している中、二〇二〇オリンピックが開催された。家族と一緒にオリンピックをテレビで見ている時、どの国の選手もどの競技も、アスリート一人一人が輝いて見えた。国として色々なことを背負いながら闘っている姿がとってもカッコイイと思った。同時にニュースなどでは、オリンピックの選手に対する差別・偏見があることに気付いた。その中の一つに大坂なおみさんは日本人なのかと疑問視する声や最後の聖火ランナーにふさわしくないという記事を見た。そこで、ハーフといわれている僕は、家族と一緒に今まで感じてきた差別や偏見、また生活の中で起きた不自由について話し合ってみた。

僕がこれまでの生活の中で不自由や偏見を感じたこと、第一位は、名前についてだ。例えば自己紹介のときに名前を言うとみんなはカタカナの名前に聞きなれていないため、必ず聞き返してくる。又、必ずどこのハーフなのか聞かれる。他にも文字数制限のあるほとんどの書類には名前が入りきらない。学校で使っているクロムブックにも名前が全部入りきらない。マークシート式テストを受けた時には名前が全部入らず、とても焦った。又、ローマ字と英語表記がちがいが、全く別の名前になってしまうこともある。僕の名前はディラン、英語で「DYLAN」と書くのに、日本ではいつもローマ字で書かされる。ローマ字で書くとき「DELAN」と書かないといけない。これだと僕の名前ではない。名前がカタカナだというだけで色々な手続きや名前の記入がスムーズにできず不自由を感じる。第二位は、ハーフだから〇〇。これはハーフだから英語ペラペラだね。ハーフだから英語のテスト一〇〇点だねと決めつけられることなどだ。

これはかなりのプレッシャーを感じている。日本で育ち、日本の学校に通い日本語でこの文章を書いている僕が、学んできた事はみんなと同じだ。父との会話で聞いたり話したりすることは確かにみんなより出来るかもしれないが、文法はさっぱり分からなかった。だから僕はハーフなのでできないの?とやわやわに必死に勉強をしている。第三位は、純粋な日本人ではないと思われられる事。言葉で表わすのがとても難しいのだが、国籍もパスポートも日本だけれど、普段のかかわりの中でふと日本人ではなく、ハーフという区分にされているように感じる事がある。

しかし、僕は今まで周りの人たちからイヤだなと思った言葉をかけられた事がない。僕は友人や先生、仲間に恵まれているのだと思った。ハーフだから〇〇だね、という言葉は僕に直

《敬称略・各賞学校順》
関課税課諸係・内線1201



立川市人権作文表彰式の様子

《敬称略・各賞学校順》

小・中学校給食の食料納入事業者の指定申請を受け付け

令和4年度の小・中学校給食の食料納入事業者の指定申請を受け付けます。申請方法等、くわしくは市ホームページをご覧ください。

- 選考基準 都内か近県に営業所があり、定められた時間に配達できる▽2年以上営業活動をしていて経営状況が良好▽食材料の取り扱いが安全かつ衛生的である、など。
- 受付期間 1月6日(木)〜31日(月)
- 受付場所 学校給食課(学校給食共同調理場内)
- 同学校給食課管理係 ☎(529)3511

《敬称略・各賞学校順》
関課税課諸係・内線1201

償却資産の申告をお願いします

令和4年1月1日時点で償却

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

特集 立川から、持続可能な世界を目指して SDGsを知ろう!

最近、テレビや新聞などで、SDGs(エスディー・ジーズ)という言葉を目にしたことはありませんか。SDGsとは、「人間が地球上で暮らし続けていくために取り組まなければならない、世界共通の目標」のことです。未来を担う子どもたちのために、SDGsについて理解を深め、できることから始めてみませんか。
企画政策課・内線2692

SDGsってなに?

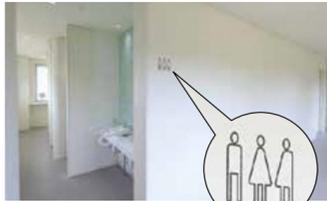
SDGsとは、Sustainable Development Goalsの略称で、日本語では「持続可能な開発目標」と訳されます。貧困や紛争、気候変動など、世界が直面しているさまざまな問題を解決し、将来にわたって地球上で暮らし続けることができるようにするため、2015年の国連サミットで採択されました。
「誰ひとり取り残さない」という共通理念のもと、右図のような17のゴール(目標)と、それを達成するための169のターゲット(より具体的な目標)が設定されています。SDGsは、開発途上国だけでなく、先進国を含むすべての国々が協力し、2030年までに達成することを目指しています。



カラーホイールは、17のゴールが相互につながり関係しあっていることを表しています▲

SDGs推進委員会を設置しました

SDGsを実現するためには、国や自治体だけでなく、企業や地域団体、市民の皆さんなど、さまざまな主体が連携し、一体となって取り組むことが必要です。そのため、市はSDGs推進委員会を設置し、市内の企業や地域団体の皆さんと、SDGsに関する取り組みや課題について意見交換などを行っています。



▲10月14日に開催された第1回SDGs推進委員会の様子

◀11月25日には国際基督教大学のオールジェンダートイレを視察しました

SDGs推進委員会は、地域で活躍する方を中心に、各ゴールと関連の深い団体から委員をお招きしています。また、SDGsのゴールの1つであるジェンダー平等の観点から、半数以上を女性が占めています。委員会を契機として、分野を超えた連携を推進し、SDGsの実現を目指していきます。

企画政策課 岡本さん



市の取り組みを紹介します

生ごみをたい肥にして活用



大山自治会の皆さんにご協力いただき、分別した生ごみをたい肥の発酵促進剤としてリサイクルしています。できたたい肥は、大山自治会や保育園、小・中学校などの花壇で活用されています。



みの一れ立川で地産地消を推進



みの一れ立川では、高品質で新鮮な立川産農産物を販売しています。併設された畑や広場では、親子農業体験などのイベントが行われ、市民の方が農業に触れ交流する場としても活用されています。



体操を通じた介護予防の促進



たちかわ健康体操とラジオ体操を組み合わせた体操教室を開催し、介護予防を推進しています。また、体操をしたいグループが主体的・継続的に活動できるよう、支援も行っています。



地域で支えあう子育て支援



子育て中の保護者が孤立せずに安心して子育てができるよう、講座や交流会を開催しています。また、子育て支援情報を提供したり、関係団体との交流の機会を設けたりもしています。



できることから始めよう! / 気軽にできるSDGsアクション

普段の何気ない生活の中でもSDGsの実現につながる行動はたくさんあります。自分にできることを探して、まず行動してみましょう。

カバンにはいつもマイバッグとマイボトルを

日ごろからマイバッグやマイボトルを持ち歩きましょう。プラスチックごみの削減だけでなく、節約にもつながります。



移動は徒歩や自転車で

徒歩や自転車など、環境にやさしい移動手段にしてみませんか。適度な運動は健康づくりやストレス解消にも効果的。



食材は捨てるに使いきる

買いすぎや作りすぎに注意しましょう。すぐに使わない食材は冷凍したり、野菜の皮を捨てずにきんぴらにしてみても。



節電・節水を意識しよう

エアコンの設定温度を冬は低め、夏は高めにしてみましょう。お風呂の水を洗濯に再利用するのも有効です。



性別による先入観を捨てよう

「男性だから」「女性だから」と無意識に役割を決めつけていませんか。家庭や職場、学校などでの行動を見直してみましょう。



このほかにもできることがないか考えて、書き出してみましょう。

-
-
-
-
-
-
-



SDGsについてもっと知りたい方は

- 立川市
市のSDGsに関する取り組みやSDGs推進委員会に関する記事を掲載しています。
- 総務省
SDGsの各ゴール・ターゲット等について、くわしくまとめられています。
- 国際連合広報センター
【ナマケモノにもできるアクション・ガイド】日常生活でできる取り組みの実例を紹介しています。
- 【ゴー・ゴールズ! すぐろくでSDGsを学ぼう】すぐろく形式で子どもも大人も楽しく学べます。

健康

20歳以上の無料歯科健診

歯周組織の検査や現在歯の確認をする無料歯科健診が年度に1回、指定歯科医療機関で受診できます。75歳以上の方は飲み込みの力などもチェックします。指定歯科医療機関で直接申し込みもできます。指定歯科医療機関は、市ホームページをご覧ください📄20歳以上の市民の方(歯科で治療中の方は除く)☎電話か電子申請で健康推進課予防健診係☎(527)3272へ

胃がんリスク検査

血液検査でピロリ菌の感染の有無と胃の粘膜の萎縮度を調べ、胃の健康度を判定します📄50歳～54歳の市民の方。ただし、以下のうち1つでも該当する場合は対象外です▶勤務先等で胃がんリスク検査(ABC検診)を受ける機会がある▶過去に胃がんリスク検査(ABC検診)を受けたことがある▶過去にピロリ菌除菌治療を受けたことがある▶胃・十二指腸の疾患で治療中または手術歴がある▶プロトンポンプ阻害薬(制酸剤)を服用してから2か月経過していない▶腎

不全または腎機能障害がある📄3月31日(木)まで場市内指定医療機関費500円(住民税非課税世帯、生活保護世帯等の方には免除制度あり)☎電話、電子申請、または「胃がんリスク検査」、住所、氏名、生年月日、電話番号を書いて郵送で健康推進課予防健診係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内)☎(527)3272へ

共催。市外の方、匿名での参加も可。直接会場へ📄1月16日(日)午後2時～4時📄女性総合センター📄健康推進課保健事業係☎(527)3272

スポーツ

小学生ソフトテニス教室

直接会場へ📄市内在住の小学生📄場▶1月15日～29日の土曜日(予備日2月5日)=自治大学校庭球場▶1月23日(日)=泉町庭球場、いずれも午後1時～5時(全4回)費50円(保険料)📄ラケット(貸出あり)、テニスシューズ📄立川市ソフトテニス連盟・鎌田さん📄kamata.yukio@gmail.com



日本脳炎予防接種

平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方は、積極的勧奨の差し控えにより接種機会を逃している場合があります。20歳まで公費で接種できます。接種を希望する方で、問診票がない場合はご連絡ください📄健康推進課予防健診係☎(527)3272



わかちあいの会

身近な人を自死(自殺)で亡くした方が、語り合い、支え合う場です。昭島市と

市民体育大会の結果

●ゲートボール(地区対抗の部)▶優勝=砂川体育会▶準優勝=若葉町体育会▶第3位=富士見町体育会📄立川市体育協会☎(534)1483

休日・夜間診療

- 事前に連絡の上、保険証を持参してお越しください。
- 新型コロナウイルス感染症に関する診療や検査等はいりません。感染が疑われる場合は4面の「新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口」をご覧ください。

休日急患診療所(内科・小児科) ☎(526)2004
健康会館1階▶日曜日・祝日、12月29日(水)～1月3日(月)=午前9時～午後8時45分(受付時間)

歯科休日応急診療所 ☎(527)1900
健康会館2階▶日曜日・祝日、12月29日(水)～1月4日(火)=午前9時～午後4時45分(受付時間)

立川市・立川病院 小児科救急室 ☎(523)2677
立川病院内▶月曜～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」救急相談センター ☎03(5272)0303 ☎(521)2323
携帯電話・プッシュ回線からは☎#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

- 栄養相談 管理栄養士が相談に応じます▶受付日時=1月11日(火)午前9時20分～10時50分
- 医師・保健・栄養相談 医師・保健師・管理栄養士が相談に応じます▶受付日時=1月20日(木)午後1時20分～2時50分

②親と子の健康相談 個別予約制。電話で健康推進課へ

- 砂川学習館=1月5日(水)
 - 西砂学習館=2月2日(水)
 - 健康会館=1月26日(水)
 - 健康会館=2月16日(水)
- ▶受付時間=午前9時30分～10時45分
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。
1月26日、2月16日の午前10時～10時30分は、8～10か月児を対象とした離乳食後期教室を開催📄各12組(申込順)

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。

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、②③☎(527)3234

消費者の目 身に覚えのない商品が届いた 第203回

「昨日、自宅に私宛ての小包が届きました。中身は健康食品のようですが、身に覚えがありません。どうすればよいですか」という相談がありました。

特定商取引法*が改正され、令和3年7月6日から消費者は自分宛てに届いた身に覚えのない商品(売買契約をしていない商品)について、事業者から代金を請求されても支払う必要はなく、商品をすぐに処分できるようになりました。海外から送られた商品についても適用されます。配達時、注文した覚えがない商品と気づいた場合は、送り状を写真に残し、配達員に覚えがない旨を伝え、受け取らないようにしましょう。特に、代引配達の場合、代金を払ってしまうとお金を取り戻すことは困難です。

様の相談が寄せられますが、実は①知人等からの贈答品だった②本人が以前注文した商品を忘れていた③1回限りと思っていたが定期コースだった、ということもあります。②や③のように、いったん売買契約が成立していると、受取拒否をしても代金の支払いを免れることにはなりません。販売会社に止めたい旨を伝えましょう。場合によっては解約に向けた話し合いが必要となります。

日頃から注文した商品や配達日等をメモに残して家族と共有するとともに、注文確認メール等を保存するなど、配達物について意識することを心がけて、トラブルを未然に防ぎましょう。

*訪問販売や電話勧誘販売、通信販売など特定の取引に関する法律

なお、消費生活センターには同

困ったときは **立川市消費生活センターへ ☎(528)6810**

東京2020パラリンピック競技大会

車いすラグビー銅メダル 長谷川勇基選手が市長を表敬訪問



東京2020大会で車いすラグビー混合に出場し、銅メダルに輝いた市内在住の長谷川勇基選手が、12月1日に市長を表敬訪問しました。

長谷川選手は大会を振り返り、「初出場での銅メダルはうれしい半面、まだ上を目指す使命があると実感しました。来るパリ2024大会では金メダルを目指して頑張ります。また、少しでもパラスポーツを楽しんでいただければ幸いです」とお話しいただきました。なお、長谷川選手は市民表彰を受けられました。



ホームゲームを応援しに行こう!

市内で開催される公式戦日程をお知らせします。開催形式が変更になる場合があります。くわしくは、「アルバルク東京」のホームページをご覧ください。



- アルバルク東京 ▶宇都宮ブルックス戦=12月29日(水)午後7時5分試合開始▶大阪エヴェッサ戦=1月22日(土)・23日(日)、午後3時5分試合開始📄アリーナ立川立飛

市民体育館

1月の個人利用日

▶午前=午前9時～正午▶午後I=午後0時30分～3時30分▶午後II=午後4時～7時▶夜間=午後7時30分～10時30分

入場・時間制限等があります。くわしくは各体育館のホームページをご覧ください。

泉市民体育館 ☎(536)6711

- 1月9日・15日・23日は大会のため、体育室の個人利用はできません。
- 第1体育室(卓球・バドミントン・ミニテニス)=5日・6日・12日・19日・26日
- 第2体育室(卓球・バドミントン)=10日・17日・24日・31日

柴崎市民体育館 ☎(523)5770

- 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7日・8日・10日・14日・16日・21日・22日・28日

講座

★マークはたちかわ☆きらきらカード対象の「市民企画講座」です。
♥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。

講演会「立川駅前の発展～立川駅の変遷をみつめて」

変化が目まぐるしい立川駅前の様子を中心に、立川の発展の歴史を学びます
対小学生以上の市民の方(小学生は保護者同伴)時1月15日(土)午後1時30分～4時場女性総合センター立川民俗の会会長・豊泉喜一さん、立川市文化財保護審議会委員・白川重敏さん定35人(申込順)申12月25日(土)から歴史民俗資料館☎(525)0860へ

中央線沿線物語～「立川・国立・国分寺」文化圏を巡る

中央線沿線の立川、国立、国分寺の街と人の歴史を「地域学」として学びます
時2月6日(日)午後2時～4時場女性総合センターNPOフォーラム自治研究理事長・嶋津隆文さん定70人(申込順)保若干名(1歳～学齢前)申12月27日(月)から生涯学習推進センター☎(528)6872へ

親が変われば、子どもも変わる～就職氷河期世代の保護者向けセミナー

働けない状態や、働き方に不安のある子との付き合い方、働き方について一緒に考えます
対おむね40代の子の保護者時1月22日(土)午後2時～4時場たましんRISURUホール5階第6・第7会議室定10人(申込順)申認定NPO法人育て上げネット☎(527)6051へ。「シャフト・プログラム」のホームページからも申し込みます
市産業観光課商工振興係・内線2645



源氏語り「光源氏の一生」

平安装束を身にまとった講師が原文を朗読し、スライドを使って関連場面などを解説します
時1月23日(日)午後2時～3時30分



場若葉会館しづの源氏語りの会・友家しづさん定30人(申込順)申12月25日(土)から若葉図書館☎(535)8841へ

炭づくりから里山を考える

里山の現状や保全について学びます。炭の脱臭剤やせっけんも作ります
対市内在住・在勤・在学の方時1月29日(土)午前9時40分～正午場女性総合センター大妻女子大学准教授・甲野毅さん定12人(申込順)申電話、または「炭づくりから里山を考える」、住所、氏名、連絡先を書いてEメールで環境対策課・内線2244☎kankyoutaisaku@city.tachikawa.lg.jpへ

女性のためのReStart講座「一歩前に踏み出すためのセルフコーチング」

心に秘めた希望、願望、能力、スキルを発見し、自己肯定感を高めます
対女性時2月10日・24日の木曜日、午前10時30分～午後0時30分(全2回)場女性総合センター定20人(申込順)保5人(1歳～学齢前)申12月27日(月)から株式会社シーズプレイス☎(512)9958へ(右2次元コードからも申し込み可)市男女平等参画課☎(528)6801



労働セミナー「働く人のための企業分析」

労働条件交渉に役立つ経営分析の基礎知識を学びます
時2月2日・9日の

水曜日、午後6時30分～8時30分(全2回)場国分寺労政会館(国分寺市南町3-22-10)師明治大学大学院教授・山口不二夫さん定50人(申込順)申東京都労働相談情報センター国分寺事務所☎042(323)8511へ
市産業観光課商工振興係・内線2645

講座情報誌「きらり・たちかわ」冬号を発行しました

たちかわ市民交流大学は、「きらり・たちかわ」冬号を発行しました(3月、6月、9月、12月に発行)。各地域学習館、市役所、図書館などで配布しています。目が不自由でご希望の市民の方には録音したCDを無料でお送りします
生涯学習推進センター市民交流大学係☎(528)6872



市民企画講座スタッフを募集

たちかわ市民交流大学の講座の企画・運営や情報誌「きらり・たちかわ」の取材・編集などを行います。講座当日のお手伝いなど、気軽に参加できるサポーター制度もあります。くわしくは、各地域学習館、生涯学習推進センター(女性総合センター1階)で配布している案内書をご覧ください
市市民交流大学市民推進委員会事務局(生涯学習推進センター内)☎(528)6872

催し

ファーレ立川アートオンラインツアー in English

「おさんぽTOKYO ファーレ立川アートオンラインツアー」の参加者を募集します。オンライン会議ツール「Zoom」を使用した全編英語でのツアーです。立川が世界に誇るアート作品の解説を英語で楽しめます
時1月30日(日)午後1時～3時費1,000円(参加費)定30人(申込順)申1月20日(土)までに「おさんぽTOKYO」のホームページからメー

ルフォームで申し込んでください
立川市地域文化振興財団☎(526)1312

まるこたぬコンサート

まどかまるこさんのボーカル兼バイオリンと、たぬさんのギター演奏をお楽しみください
対小学生以上の方時1月23日(日)午後2時～3時30分場幸学習館定50人(申込順)保若干名(1歳～学齢前)申12月28日(火)から幸学習館☎(534)3076へ



ワーク・ライフ・バランス推進事業所認定式&ミニセミナー

取組事例の発表やセミナー「どうする?自社の男性育休推進」も行います
時2月8日(火)午後1時30分～3時30分場女性総合センター1階ホール定40人(申込順)保5人(1歳～学齢前)申12月27日(月)から男女平等参画課☎(528)6801へ

冬の立川を彩るイルミネーション



たちかわきらきらイルミネーション
●Tachikawa 燦爛 Illumination
時1月10日(月)祝まで、午後4時30分～深夜0時場JR立川駅北口ペデストリアンデッキ、サンサンロード(曙町)立川商工会議所☎(527)2700
●子ども未来センターのイルミネーション
時1月31日(月)まで、午後4時30分～10時場子ども未来センター芝生広場市地域文化課・内線4501

猫の譲渡相談会

直接会場へ時1月12日(水)午後1時30分～3時30分場市役所1階多目的プラザ環境対策課環境推進係・内線2244

PLAY! MUSEUM「柚木沙弥郎 life・LIFE」関連イベント つきよのおんがくかい@PLAY!

たちかわ交流大使を務めるジャズピアニストの山下洋輔さんが文を、染色家の柚木沙弥郎さんが絵を手がけた絵本『つきよのおんがくかい』。物語の中で動物のミュージシャンたちと約束した再セッションを、柚木沙弥郎さんの展覧会にあわせて開催します。出演は、山下洋輔さん(ピアノ)、戸坂那姫さん(ベース)、竹村紫乃さん(ドラムス)、太田憲人さん(サクソ)。オンラインチケットを「PLAY!」のホームページで発売中です。定員に達した場合は締め切ります。
時1月28日(金)午後7時～8時(午後6時30分開場)場PLAY! PARK(緑町3-1 GREEN SPRINGS W3 3階)費3,200円(税込、ワンドリンクつき。大学生2,000円、高校生1,000円、小・中学生500円、未就学児無料。PLAY! MUSEUM「柚木沙弥郎 life・LIFE」展の入場料は含みません)
申PLAY! PARK☎(518)9627、市産業観光課観光振興係・内線2658



『つきよのおんがくかい』原画 1999年 木城えほんの郷蔵

たまがわ・みらいパークの催し

場たまがわ・みらいパーク申マークの催しは電話、または参加者名・電話番号を書いてファクスで☎・Fax(848)4657へ(申込順)。そのほかの催しは直接会場へ
1月25日(火)は休館日です。
●たまみら朝市とフリーマーケット
時1月16日(日)午前10時～11時(売り切れ次第終了)
申学び舎～日本語の読解力を伸ばそう
対小・中学生時1月6日～27日の木曜日、午後4時30分～7時30分1月8日～29日の土曜日、午前9時30分～11時30分費各コース月2,000円定木曜コース=小学生2人、中学生2人土曜コース=小学生3人持筆記用具申1月5日(水)までに

申ふれあいサークル 高齢者向けの健康体操時1月8日(土)午後1時30分～3時30分定5人持動きやすい服装、飲み物申1月6日(木)までに
申みんなのサロン 高齢者向けの健康体操時1月15日(土)午前10時～11時定5人持動きやすい服装、飲み物申1月13日(木)までに
申竹細工 対小学3年生以上の方時1月16日(日)午後1時30分～4時費1個500円(材料代)定3人持汚れてもよい服装、手袋(軍手)申1月5日(水)～9日(日)に
申サボシヨク弁当 時2月13日(日)正午～午後1時30分費300円(小・中学生100円)定30人持持ち帰り用の袋申1月13日(木)から

シニア

北欧生まれのニュースポーツモルック

木製のモルック(投げ棒)を投げ、スキットル(点数が書かれたピン)を倒して50点を先取したチームが勝つという、フィンランド生まれの環境に優しいスポーツです。対58歳以上の市民の方。時1月27日～2月17日の木曜日、午前10時～正午(全4回)場柴崎福祉会館。師日本ユニバーサルモルック協会・山口順さん、酒井千晶さん。定24人(申込順)持動きやすい服装、筆記用具。申12月25日(土)から柴崎福祉会館 ☎(523)4012へ

正しいケアで「ストップ!肌トラブル」

高齢者に特有の肌の悩みについて、ケアの仕方を学びます。対65歳以上の市民の方。時1月20日(木)午後2時～3時30分。場子ども未来センター。師皮膚・排泄ケア認定看護師・中野恭子さん。定15人(申込順)申12月27日(月)午前9時から南部東はごろも地域包括支援センター ☎(523)5612へ

出張 暮らしの保健室「がんになっても慌てない」

看護師と薬剤師が出張して、ミニ講座、健康相談を行います。対市民の方。時1月22日(土)午前10時～11時。場サンクタスキッズルーム(緑町7-2)定15人(申込順)申12月25日(土)から中部たかまつ地域包括支援センター ☎(540)2031へ

にしすなカフェ(介護サロン)

日常の動作に必要な筋肉を効果的に鍛えます。対65歳以上の市民の方と家族。時1月8日(土)午前10時30分～正午。場西砂第三学童保育所。師リハビリ型デイサービス運動指導員・須藤賢佑さん。定10人(申込順)持動きやすい服装、飲み物。申にしすな福祉相談センター ☎(531)5550へ

みんなで一緒に♪のびのびストレッチ!

腰痛や膝痛を軽減するストレッチや筋トレを学びます。椅子に座って行うこともできます。対65歳以上の市民の方。時1月26日(水)午後2時～3時。場柴崎学習館。師健康運動指導士・田中暁さん。定20人(申込順)申南部西ふじみ地域包括支援センター ☎(540)0311へ

子ども・子育て

オンラインBPプログラム「赤ちゃんがきた!」

初めて赤ちゃんを育てている母親同士で子育て仲間をつくります。オンライン会議ツール「Zoom」を使った講座です。対市内在住で生後2か月～5か月の乳児(第1子に限る)と母親。時1月25日～2月15日の火曜日、午後2時～4時(全4回)師オンラインBPファシリテーター・松原玲子さん。費1,100円(資料代)定8組(申込順)申1月7日(金)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ

おむつはずし講座

対市内在住でおむつはずしを考えている1歳以上の幼児の保護者(子ども同伴も可)時1月28日(金)午前10時～10時45分。場子ども未来センター。師助産師・河房子さん。定5人(申込順)申1月7日(金)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ

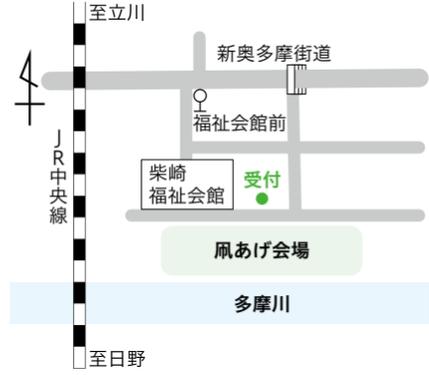


ママ&ベビーヨガ

出産後のママの心身を整えながら赤ちゃんとふれあいます。対市内在住の生後3か月～8か月の乳児と母親。時1月26日(水)午後1時30分～2時15分。場子ども未来センター。師ヨガインストラクター・愛さん。定8組(申込順)申1月7日(金)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ

新春子ども凧あげ大会

広い河原で凧をあげましょう。昔遊びも体験できます。直接会場へ。時1月16日(日)午前10時～午後1時(雨天中止)場多摩川河川敷市民運動場。師自作・市販の凧(希望者にはビニール凧の材料を50円で販売(先着400セット))。場立川市地域文化振興財団 ☎(526)1312



親子ではじめてのプログラミング

コンピューターや身の周りの機械がどのように動いているのか基本的な仕組みを学び、BASIC言語で簡単な計算やゲーム作りをします。対小学生(保護者の同伴可)時1月23日、2月6日の日曜日、午前9時30分～11時30分(全

2回)場高松学習館。師元システムエンジニア・梅田茂之さん。費2,500円(材料代ほか)定6人(申込順)申12月25日(土)から高松学習館 ☎(527)0014へ

子育て情報誌「ほほえみ」vol.67を配布しています

「ほほえみ」は市内在住の未就学児がいる母親たちが作っている子育て情報誌。今回は保育園入園を考えるママたちの疑問・質問に元園長などが答える座談会を特集しています。配布場所=子ども家庭支援センター、子ども未来センター、子育てひろば、市役所、幼稚園、保育園、児童館、学習館、図書館ほか。場子育て支援事務室 ☎(529)8664



図書館ポシェットをつくらう

図書館の利用カードが入る大きさのポシェットをフェルトで作ります。対4歳以上の子ども(未就学児は保護者同伴)時1月23日(日)午後2時～3時30分。場錦学習館。定10人(申込順)申12月25日(土)から錦図書館 ☎(525)7231へ

遊びにおいでよ 児童館

ジャンボすごろく大会&鏡開きの集い

鏡開きの由来のお話を聞いて、その後はみなでお汁粉を食べ、ジャンボすごろくで遊びます。対小学生。時1月15日(土)午後2時～3時。定30人。場・間上砂児童館 ☎(535)1557



- 申マークの催しは各児童館へ直接申し込んでください(申込順)。そのほかは直接会場へ(先着順)。このほかの催しは、市ホームページまたは児童館のおたよりをご覧ください。
- 申書道教室 対小・中学生。時1月5日(水)・6日(木)▷午後1時30分～3時▷午後3時15分～4時45分。場西砂児童館。定各4人。申12月28日(火)までに西砂児童館 ☎(531)0433へ

- 申伝承あそび「always 7日目の朝日」 対小学生～高校生世代。時1月7日(金)午前10時30分～正午。場富士見児童館。定30人。申12月25日(土)～1月6日(木)に富士見児童館 ☎(525)9020へ
- お正月遊び 対小学生～高校生世代。時1月9日(日)▷午前10時30分～11時30分▷午後2時～3時。場・高松児童館 ☎(528)2925

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

●集まれ! 外国ルーツの子ども達～アートで多文化共生を 立川国際友好協会が主催。外国にルーツがある子どもを対象にしたアート(布絵)を楽しむ会を開催します。協力は帰国子女で高校3年生の永井駿晴さん。対外国にルーツがある市内の小・中学生。時1月10日(月・祝)、午後2時～3時。場柴崎会館。定10人(申込順)申赤嶺さん ☎090(6002)3533

会員募集

●高松囲碁サークル 講師の指導(布石、定石、詰碁)と、講師、会員等の対局

で脳トレをしています。椅子席で女性会員もいます。60歳以上の方歓迎。対初級者から2段・3段の方。時毎週木曜日、午前9時～正午。場高松学習館。入1,000円。月1,500円。申神尾さん ☎(531)3211

●つづれ会 昔の思い出や、今思っていることなどを書いて発表し、合評します。年に1回冊子を発行します。時毎月第3金曜日、午前9時30分～正午。場柴崎学習館。月1,500円。申山崎さん ☎(535)8113

●西砂書道愛好会 30年以上続いている書道愛好会です。初心者も基礎から丁寧に学ぶことができます。時毎月第2・第4木曜日、午前10時～正午。場西砂学習館。月3,000円。申川又さん ☎(531)2632

●毛筆筆の会 講師の指導のもと、大筆で楷書、行書を中心に学びます。時毎月第1・第3水曜日、午前10時～正午。場高松学習館。入1,000円。月2,500円。申橋本さん ☎(536)9584

●歌声「和音」 童謡、唱歌、歌謡曲などジャンルを問わず誰でも知っている歌を一緒に楽しく歌い、元気になりましょう。時・場▷毎月月末に1回、午後2時～3時30分=こぶし会館▷原則第1・第3日曜日、午前10時～11時30分=西砂学習館。費1回300円。申松本さん ☎090(4532)6132

●導引養生功砂川 呼吸法とゆっくりとした動作で免疫を高め、身心の健康をめざします。見学は事前に連絡の上、動きやすい服装で。時毎週火曜日、午前10時～正午。場砂川学習館。入1,000円。月3,000円。定15人(申込順)申大池さん ☎080(9522)9004

●柴崎民謡愛好会 民謡は心のふるさとであり、地方郷土から生まれた語り部です。故郷の唄をうたって元気になりましょう。時毎月第1・第3金曜日、午後1時～3時。場柴崎会館。月2,000円(ほかに雑費として500円)定10人(申込順)申船木さん ☎(523)0006

●民謡太鼓愛好会 民謡にあわせて太鼓伴奏の練習をしています。太鼓を通じて交流を深めましょう。時月3回の火曜日、午前10時～正午。場柴崎会館。月2,000円(ほかに雑費として500円)申船木さん ☎(523)0006

●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・体験可。時毎月第1・第3金曜日、午後6時～7時30分。場高松学習館。月4,000円。申高見さん ☎090(3104)1016

●時事英語～アフリカと日本の絆 タイム誌とPBS(アメリカ公共放送)を教材に、受験や就職、老後に生きるグローバル英語を学びます。対高校生以上の方。時・場▷毎月第2・第4火曜日、午前9時30分～正午=柴崎学習館▷毎月第2・第4土曜日、午後3時～4時=女性総合センター▷毎月第2・第4土曜日、午後6時～7時=柴崎学習館。月3,000円。定各3人(申込順)申熊田さん ☎(531)1887

お知らせ

大田市・立川市の食材を使っておせちを量り売ります



時12月29日(水)～31日(金)、午前11時～午後7時(最終日は午後5時まで) 場立川市・大田市観光情報プラザ 同プラザ ☎(519)3086

年末年始の食卓には立川産農畜産物をご利用ください

白菜や大根、八つ頭など、市内で採れた新鮮な農畜産物を販売します。

●歳末大売り出し 12月28日(火)～30日(木)▷ファーマーズセンターみののれ立川=午前10時～午後5時▷みののれ立川幸町店=午前9時30分～午後4時(幸町店の年末営業最終日は午後1時まで)

●年末年始の営業(2店舗共通)▷年末営業=12月30日(木)まで▷新年営業=1月5日(水)から 同ファーマーズセンターみののれ立川 ☎(538)7227、みののれ立川幸町店 ☎(535)3711、市産業観光課農業振興係・内線2650

防犯パトロール用品を貸し出します

市は、市内で防犯活動を行う市内在住・在勤の方で構成される5人以上のグループに、



2週間を限度に「防犯パトロール用品」を貸し出しています。年末年始の地域パトロール等にご活用ください。品目は、腕章、ベスト、誘導灯、拡声器、懐中電灯、防犯ブザーです 同生活安全課生活安全係・内線2546

「たちかわ若者サポートステーション」の出張相談

15歳～39歳の方の就労に関する相談に応じます。直接会場へ時1月13日(木)午前9時30分～午後4時30分 場市役所1階多目的プラザ 同たちかわ若者サポートステーション ☎(529)3378、市子ども育成課青少年係・内線1306

無料法律相談会

法テラス(日本司法支援センター)と弁護士会多摩支部の共催 同市内在住・在勤の方 時1月31日(月)午前8時50分～正午(1人30分) 場市役所3階市民相談室 定5人(申込順) 申市生活安全課市民相談係 ☎(528)4319へ

スプレー缶、カセットボンベは穴を開けずにスプレー缶の日に出してください

中身が残ったままのスプレー缶、カセットボンベは、収集・処理する際に発火し、火災事故が発生する原因となります。必ず中身を使いきり、穴を開けずに45リットルまでの透明または半透明の袋に入れ、水曜日の「スプレー缶の日」に出してください 同ごみ対策課・内線6753

「ねんきんネット」をご利用ください

「ねんきんネット」は、パソコンやスマートフォンから、ご自身の年金記録の確認や、将来の年金見込額の試算などが手軽に確認できるサービスです。くわしくは、お問い合わせいただくか、「日本年金機構」のホームページから「ねんきんネット」を検索し、ご覧ください。登録には、基礎年金番号が必要で 同日本年金機構立川年金事務所 ☎(523)0352

ライター、リチウムイオン電池、モバイルバッテリーは有害ごみで出してください

ライター、リチウムイオン電池、モバイルバッテリーは、発火しやすく火災事故につながる恐れがあります。必ず使いきった状態で、45リットルまでの透明または半透明の袋に入れて「有害ごみ」と明記して出してください 同ごみ対策課・内線6753

落ち葉・枝などの野外焼却は禁止されています

落ち葉や庭木の枝などを廃棄物として野外で焼却することは、都の条例などで禁止されています。落ち葉は透明

または半透明の袋に入れて「燃やせるごみの日」に、せん定枝は直径15cmまでの枝を長さ50cmまでの束にして1回5束を限度に「せん定枝の日」に出してください。なお、せん定枝は総合リサイクルセンターに直接持ち込むこともできます 同環境対策課・内線2248、ごみの出し方はごみ対策課・内線6754

姉妹市サンバーナディノ市への令和4年度派遣を見送り

立川市とアメリカ合衆国カリフォルニア州サンバーナディノ市は、昭和34年に姉妹市提携を結び、昭和37年から、両市の高校生を相互に派遣する高校生交換事業を行ってきました。令和4年度の派遣は、新型コロナウイルス感染症の影響により、昨年度同様見送ることになりました。令和5年度の派遣については、感染状況を踏まえて検討します 同立川・サンバーナディノ姉妹市委員会事務局(市民協働課内)内線2632

たちかわ競輪開催日

- 立川FIIガールズ=12月28日～30日
- 静岡GP*=12月28日～30日
- GIII・開設70周年記念鳳凰賞典レース=1月4日～7日 *は場外発売

開催案内・レース結果 ☎0180(994)223～5

たちかわ競輪

開設70周年記念競輪鳳凰賞典レース(GIII)

場内イベント&ファンサービス

1月4日(火)～7日(金)

新年のスタートを飾るビッグレース

国内のトップ選手が集まり白熱したレースを繰り広げるほか、「立川プロスポーツデー」を同時開催します。くわしくは「たちかわ競輪」のホームページをご覧ください 同立川競輪場 ☎(524)1121



ほかにも楽しみがいっぱい

- ▶入場者先着プレゼント=オリジナルマスクなど
- ▶ケータリングカフェ=焼きそば、たこ焼きなど
- ▶抽選会=オリジナルグッズ等が当たる

同時開催～立川プロスポーツデー～

市内で活動するプロスポーツ6団体が協力して、次のイベントを行います。

- バーチャル自転車ZWIFT体験
- 各競技グッズ・パネル展示
- 選手対決イベント&トークショー(1月5日・6日)
- チアパフォーマンス(1月7日)



参加団体

- たちかわ競輪日本競輪選手会立川地区
- アルバルク東京
- 石川ボクシングジム立川
- TACHIKAWA DICE
- 立川・府中アスレティックFC
- 東京ヴェルディビーチサッカー

道路の雪かきにご協力ください

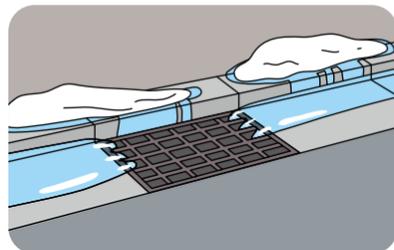
降雪時に、市ですべての道路を一斉に除雪することは難しいため、自宅前や店舗の前などの雪かきにご協力をお願いします。なお、雪かきの際は足元が滑りやすいので、自身の安全に注意を払い、通行する人や車にも十分配慮してください。

- 雪は道路の脇に寄せ、車道に捨てないでください。自動車の通行の妨げやスリップの原因になります。

- 雪を排水溝の上部に捨てないでください。排水溝が雪でふさがっていると、解けた水が流れません。



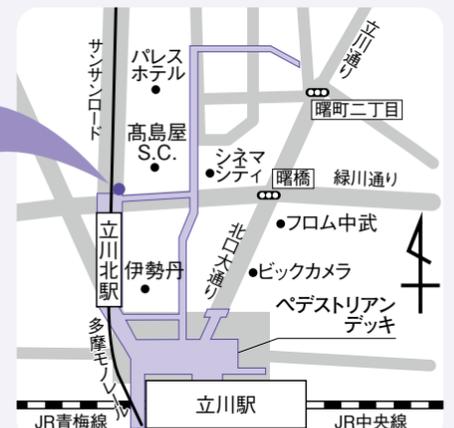
同道路課維持係・内線2401



立川駅北口デッキ 避難用スロープがあります

地震などで停電し、サンサンロード南側のエレベーターが使用できなくなったとき、隣にあるスロープの扉が開きます。車椅子利用者など、階段を降りることができない方は避難用スロープをご利用ください。

同道路課施設係・内線2397





人口と世帯



●住民基本台帳記録数 (前月比)	
人口	185,126 (-37)
男	91,890 (-42)
女	93,236 (+5)
世帯	94,662 (+33)

令和3年
12月1日現在

立川市消防団 自分たちのまちを、自分たちで守る

市消防団は、生業をもつ傍ら、自衛の精神で活動しています。担当地域に火災があれば昼夜を問わず出動し、消防署とともに消火活動にあたります。また、土のうを積むなどの水害への対応や、訓練の指導、歳末警戒なども行っています。

☎防災課・内線2531

消防出初式 1/9日

一斉放水などの消防演技、市吹奏楽団の演奏のほか、防災の展示もします。直接会場へ。

時 1月9日(日)午前10時30分～正午 場 国営昭和記念公園みどりの文化ゾーンゆめひろば(荒天時は市役所1階101会議室で式典のみ行います)



歳末特別警戒を実施 12/28日～30日

市消防団が市内を消防車で巡回し、火災予防を呼びかけます。

時 12月28日(火)～30日(木)、午後8時ごろ～10時ごろ



市消防団員を募集

市消防団は、五日市街道を中心に10個の分団があり、市内全域で活動しています。募集内容など、くわしくはお問い合わせください。

《広告欄》

※広告に関するお問い合わせは…総合広告代理店 フレックス株式会社 ☎042(528)1611へ