



## 子ども・子育て

### たかまつクリスマスお楽しみ会

①マークの催しは申込制(申込順)。そのほかは直接会場へ(先着順)。

①映画会「ボスベイビー」 時12月10日(土)午後1時30分～3時15分 場高松学習館 定40人 申11月25日(金)から高松学習館 ☎(527)0014へ

●おはなし会 対4歳以上の子どもと保護者 時12月11日(日)午前11時～11時15分 場高松学習館 定5組 高松図書館 ☎(527)0015

●乳幼児向けおはなし会 対4歳未満の子どもの保護者 時12月18日(日)午前11時～11時15分 場高松学習館 定5組 高松図書館 ☎(527)0015

### おもちゃの病院

壊れたおもちゃを修理します。1世帯2点までで先着35点です。壊れた部品などもお持ちください。部品代がかかる場合は実費負担です。直せない

ものもあります。直接会場へ 対市内在住の方 時12月10日(土)午後1時～3時 場女性総合センター 生活安全課消費生活センター係 ☎(528)6801

### 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12月14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10組(申込順) 申11月26日(土)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ

### 産後の骨盤ケア

産後の尿漏れやおなかの引き締め効果があります 対市内在住の生後3か月～5か月の乳児と母親 時12月14日(水)午後2時30分～3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10組(申込順) 申11月26日(土)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ

## シニア

### ゆる～く挑戦♪筆ペン年賀状

対65歳以上の市民の方 時12月16日(金)午後2時～3時30分 場子ども未来センター 師書道師範・小林悦子さん 定15人(申込順) 持筆ペン、年賀はがき1枚 申11月25日(金)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



### いきいき体操! ～おはなしと体操

対60歳以上の市民の方 時12月16日(金)午後1時30分～3時30分 場柴崎福祉会館 師順天堂大学名誉教授・武井正子さん 定20人(申込順) 持動きやすい服装、室内用運動靴、タオル、筆記用具 申11月25日(金)から柴崎福祉会館 ☎(523)4012へ

### ツボ刺激で免疫力アップ～大空カフェ

ツボ体操と簡単ヨガを行います 対市民の方 時12月17日(土)午前10時～11時30分 場かみすな福祉相談センター 定20人(申込順) 持飲み物 申かみすな福祉相談センター ☎(537)7799へ

### 触って覚える♪スマホのきほんLINE体験

貸し出しのスマートフォンを使って、LINEの使い方を学びます 対65歳以上の市民の方 時12月23日(金)①午前10時～正午②午後2時～4時 場子ども未来センター 定各20人(抽選) 申12月10日(土)(消印有効)までに、往復はがきに「LINE体験希望」、希望時間(①か②)、住所、氏名、電話番号、返信用宛先を書いて、南部東はごろも地域包括支援センター(〒190-0021羽衣町1-12-18) ☎(523)5612へ

### 出張 暮らしの保健室「在宅療養の備え」

訪問看護や訪問薬局について学びます 対65歳以上の市民の方 時12月21日(水)午後2時30分～3時30分 場柴崎学習館 定15人(申込順) 申11月28日(月)午前9時から南部西ふじみ地域包括支援センター ☎(540)0311へ

### にしすなカフェ(介護サロン)

初心者向けにスマホ教室を開催 対65歳以上の市民の方、家族 時12月10日(土)午前10時30分～正午 場西砂第三学童保育所 定20人(申込順) 持飲み物 申にしすな福祉相談センター ☎(531)5550へ

## 落書き消してきれいなまちに

立川駅周辺安全・安心まちづくり協議会は10月21日、地域団体や企業の皆さん、立川警察署などにご協力いただき、市内の環境浄化活動を行いました。当日は、約60の方が参加し、立川駅周辺の道路や建物の壁面などに描かれた落書きを薬剤やタオルを使って消したほか、ゴミ拾いをしました。特に落書きは、まちの景観を損なうだけでなく、治安の悪化につながる可能性もあります。落書きをしている人を見かけたら、お近くの警察署にご連絡ください。



問市生活安全課・内線2547、立川警察署 ☎(527)0110

## 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

●シルバー人材センター会員作品展  
立川市シルバー人材センター会員互助会が主催。会員が制作した絵画、写真、手工芸品などを展示します。直接会場へ 時11月22日(火)～27日(日)、午前9時～午後4時(初日は午後1時から、最終日は正午まで) 場柴崎学習館 同会 ☎(527)2297

### 会員募集

●詩吟 嶺雪会 漢詩や和歌を通じて作者の心や歴史を学び、丹田呼吸法で免疫力を高めます 時毎月第1・第3木曜日、午後1時～3時30分 場グリーンセンター(清掃工場内) 入3,000円 月1,500円(ほかに教材費として1,000円) 申小谷野さん ☎080(1254)0651へ

●俳句 松の会 楽しく俳句を始めませんか。老若男女、初心者どなたでも大歓迎です。お試し・見学可 時毎月第2日曜日、午後1時～4時 場高松学習館 月1,000円 申石井さん ☎(526)1624へ

●カラオケ富士 好きな歌と一緒に歌いましょう 対60歳以上の方 時月2回、午後1時～3時50分 場柴崎福祉会館 定10人(申込順) 申名取さん ☎(523)8510へ

●カラオケの会 令和 好きな歌と一緒に歌いましょう 対60歳以上の方 時毎月第1木曜日、第2・第3土曜日、午後1時～4時50分 場柴崎会館 定10人(申込順) 申名取さん ☎(523)8510へ

●カラオケサークル なむみん 全50曲、2曲連唱 対60歳以上の方 時月3回

の土曜日、午後1時～5時 場滝ノ上会館 申遠藤さん ☎090(7900)7108へ

●風(オカリナ) オカリナを楽しく吹けるようになることを目標に、講師の片岡みゆきさんから学びます 対18歳以上の方 時毎月第1・第3木曜日、午後1時30分～3時30分 場西砂学習館 月3,000円(楽器を持っていない方はほかに楽器代がかかります) 定5人(申込順) 申松坂さん ☎(531)9667へ

●リズム気功リラクセス 自然治癒力と免疫力が向上します。音楽にあわせて自分のペースでできる気功です 時毎月第1・第3月曜日、午前10時30分～正午 場高松学習館 入1,000円 月1,500円 申長澤さん ☎(535)8998へ

●昭和歌謡会 会員が主役で役員はボランティアで運営しています。飛び入りもできます 対市内在住で60歳以上の方 時月2回(不定期)、午後1時～4時 場柴崎福祉会館 定5人(申込順) 申勝見さん ☎080(3909)4897へ

●柴の会 美しいペン字を身につけ、心がこもった手書きの賀状を書いてみましょう 時月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(ほかに書籍代として1,000円) 申山本さん ☎080(4171)9555へ

●高松書道友の会 書道(楷書、行書、かな)の入門から中級まで。初心者でもやさしく学べます 時毎月第2・第4火曜日、午後1時30分～3時30分 場高松学習館 入1,000円 月2,500円 申蘇武さん ☎(531)7435へ

●立川市尺八友の会 尺八曲、歌謡曲、唱歌等を練習します。琴と三味線の合奏も行い、学習館まつりや市民文化祭に参加します。初心者歓迎。尺八の貸し出しあり 時毎月第1・第3月曜日と第2・第4火曜日、午後1時30分～3時30分 場柴崎学習館 月1,000円 定5人(申込順) 申尾崎さん ☎(522)2614へ

## 遊びにおいでよ 児童館

### クリスマス行事特集

①マークのある催しは申込制です(申込順)。未就学児は保護者同伴。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。

#### 富士見児童館 ☎(525)9020

①50th フジミスノーパーティー 対小学生～中学生 時12月17日(土)午後2時～5時 定50人 申12月1日(木)～16日(金)に

#### 錦児童館 ☎(525)6684

①まんぼうクリスマス 対小学生 時12月17日(土)午後1時～5時 定160人 申12月2日(金)～16日(金)に

#### 羽衣児童館 ☎(526)2336

①羽衣ウィンターパーティー2022 対小学生～高校生世代 時12月24日(土)午後2時30分～5時 定50人 申12月1日(木)～23日(金)に

#### 高松児童館 ☎(528)2925

①クリスマス会 対小学生～高校生世代 時12月17日(土)午後3時～4時30分 定50人 費100円(参加費) 申12月3日(土)～14日(水)に

#### 幸児童館 ☎(537)0358

①クリくるパーティー 対乳幼児～高校生世代 時12月23日(金)①乳幼児

の部＝午前10時30分～11時30分②小学生以上の部＝午後2時30分～4時 定①30組②50人 申12月10日(土)～22日(木)に

#### 若葉児童館 ☎(536)1400

①もっと2クリスマス 対小学生～高校生世代 時12月24日(土)午後2時～3時30分 定25人 申12月10日(土)～22日(木)に

#### 上砂児童館 ☎(535)1557

●お楽しみクリスマス会 直接会場へ 対小学生～高校生世代 時12月21日(水)午後3時～4時 定20人(先着順)

#### 西砂児童館 ☎(531)0433

①にしすな☆クリスマス 対小学生 時12月25日(日)①午後1時～2時②午後2時15分～3時15分③午後3時30分～4時30分④午後5時～6時(④のみ、保護者のお迎えが必要) 費100円(参加費) 定各30人(④のみ抽選) 申12月3日(土)～16日(金)に

電話での申し込みはできません。直接、各児童館へ