



子ども・子育て

産後の即効くびれ講座

呼吸法を使って、サイズダウンを目指します対市内在住の生後2か月～7か月の乳児と母親時7月22日(金)午前10時30分～11時15分場子ども未来センター師日本産後ダイエツトトレーナー・平川裕樺さん定8組(申込順)申6月27日(月)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に触れ合います対市内在住の生後3か月～8か月の乳児と母親時7月27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ストラクター・愛さん定8組(申込順)申6月27日(月)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ

子育て中の方のためのパソコン講習(初級)

マザーズハローワーク立川と共催対マザーズハローワークで就職活動中の女性時7月25日(月)～29日(金)、午後1時15分～4時45分(全5回)場女性総合センター定10人(抽選)保5人(3か月～学齢前)申6月28日(火)・29日(水)に直接、マザーズハローワーク立川(曙町2-7-16鈴春ビル5階) ☎(529)7465へ問市男女平等参画課 ☎(528)6801

親子で学ぶ下水道の仕組み

下水道の仕組みについて、管路管理総合研究所の職員から講義と実験で学びます対小学1年・2年生と保護者時8月7日(日)午前11時～正午場高松学習館定15組(申込順)申7月10日(日)から高松図書館 ☎(527)0015へ



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、参加者名、電話番号を、電話、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

7月26日(火)は休館日です。

●たまみら朝市とフリーマーケット 時7月17日(日)午前10時～11時(売り切れ次第終了)

申夏休みたまみら♡子ども食堂 対小・中学生時7月27日(水)～8月5日(金)、午前11時30分～午後0時45分(土曜・日曜日を除く)費100円(材料代)定各20人持タオル申7月1日(金)～15日(金)に

申のびのび健康体操 対60歳以上の女性時7月1日・8日・15日の金曜日、午前10時～11時費月1,000円定5人持動きやすい服装、飲み物、タオル申6月29日(水)までに

申たまみら書道・ペン習字教室 対小学3年生以上の方時7月2日・16日の土曜日、午後1時30分～3時30分費月500円(材料代。小・中学生は無料)定10人申前日までに

産後の骨盤ケア

ポールに座りながら骨盤底筋群を意識する運動。産後の尿漏れやお腹の引き締めに効果があります。赤ちゃんとの触れ合い遊びも対市内在住の生後3か月～5か月の乳児と母親時7月27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ストラクター・愛さん定8組(申込順)申6月27日(月)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ

一緒にあそぼ！わらべうたセラピー

子どもと遊びながら、わらべうたを使ったセラピーを学びます対3歳以下の子とと保護者時7月24日(日)午後2時～3時場若葉会館師わらべうた実践家・久津摩英子さん定10組(申込順)保6人(4歳～学齢前)申6月25日(土)から若葉図書館 ☎(535)8841へ

パパママ講座「親子体操」

子育てひろば指導員から親子でできる体操を学びます対1歳6か月～3歳の幼児と保護者(保護者は父親を含む2人を原則。祖父母可)時8月6日(土)午前10時～11時30分場砂川学習館定7組(抽選)持バスタオル、飲み物申7月29日(金)までに子育て推進課子育てひろば係 ☎(528)4335へ

子育て情報誌「ほほえみ」vol.68を配布しています

情報誌「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。今回は幼稚園座談会特集です▶配布場所＝子ども家庭支援センター、子ども未来センター、市内子育てひろば、市役所、幼稚園、保育園、児童館、学習館、図書館ほか問子育て支援事務室 ☎(529)8664

ふたごちゃんを迎えるためのファミリー講座

オンライン会議ツール「Zoom」を使用して、多胎の妊娠・出産についての知識を学びます。先輩ママ・パパの体験談も。SwingRing～ふたご応援プロジェクトと共催対多胎児を妊娠中の方、家族時7月2日(土)午前9時30分～正午師多摩多胎ネット代表・太田ひろみさん費市民の方は無料(市外の方は1家族800円)定15人(申込順)申同プロジェクトのFacebookから申し込んでください(右2次元コードからアクセス可)問市子ども家庭支援センター ☎(528)6871



シニア

にしすなカフェ(介護サロン)

高齢者専門に宅配をしているお弁当屋さんから、夏場の「かくれ脱水」について学びます対65歳以上の市民の方と家族時7月9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



遊びにおいでよ 児童館



夕涼み会

工作や大型のゲームをします対乳幼児～高校生世代(未就学児は保護者同伴)時7月27日(水)午後4時30分～6時場幸児児童館定50人(申込順)申7月9日(土)～26日(火)に幸児児童館 ☎(537)0358へ



- まんぼうゆうれい学校 対小学生時7月23日(土)午後1時～5時場錦児童館定60人(申込順)申6月25日(土)～7月22日(金)に錦児童館 ☎(525)6684へ
- パパママの日 対乳幼児と保護者時7月23日(土)午後6時～7時場西砂児童館費50円(参加費)定15組(申込順)申7月9日(土)～21日(休)に西砂児童館 ☎(531)0433へ
- きりえに挑戦!! 対小学生～高校生世代時7月29日(金)午後2時～4時30分場高松児童館定10人(申込順)申7月9日(土)～24日(日)に高松児童館 ☎(528)2925へ

電話での申し込みはできません。直接、各児童館へ

清掃工場周辺のダイオキシン類調査

環境基準を満たしています

市は、東京都の測定日にあわせ、令和3年度の5月、8月、11月、2月に、市清掃工場周辺における大気中のダイオキシン類調査を実施しました。いずれの測定地点でもダイオキシン類対策特別措置法に基づく環境基準(1 m³中0.6pg-TEQ以下)を満たしています(下表)。

問清掃事務所 ☎(536)2921

ダイオキシン類調査結果(大気)

単位：pg-TEQ/m³

調査地点		令和3年度					基準値
		5月 測定値	8月 測定値	11月 測定値	2月 測定値	年 平均値	
立川市	第八小学校	0.013	0.013	0.015	0.015	0.014	0.6以下
	旧若葉小学校	0.013	0.012	0.016	0.011	0.013	
	立川第四中学校	0.014	0.014	0.011	0.011	0.013	
	若葉児童館	0.015	0.012	0.012	0.013	0.013	
	4地点平均	0.014	0.013	0.014	0.013	0.013	
小平・衛生組合・村山	東大和市立第二小学校	／	0.013	／	0.0097	0.011	0.6以下
	小平市上水新町地域センター	／	0.0094	／	0.0093	0.0094	
	小平市中島地域センター	／	0.013	／	0.0099	0.011	
	3地点平均	／	0.012	／	0.0096	0.011	