



[主な内容] ▶3面 マイナンバーカードをつくりませんか ▶6・7面 夏休み攻略ガイド

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。



あなたの写真で みんなの記憶が甦る……

市史編さん事業にご協力ください

わたしたちのまちが歩んできた足跡を記録し、後世へ伝えるため、市は、およそ半世紀ぶりとなる市史の編さん事業を平成27年度から進めています。昔の景観や生活の様子に分かる写真は、立川・砂川の移り変わりを知るための重要な資料になります。立川・砂川に関する写真をお持ちの方がいらっしゃいましたら、ご連絡ください。

問市史編さん室市史編さん係 ☎(506)0021

写真説明等
くわしくは2面へ

かたらい夢みらい

新型コロナウイルス感染症がまん延して3回目の夏を迎えました。7月以降、全国的に感染者数が急激に増加しており、たいへん厳しい状況が続いています。この「かたらい夢みらい」でも何度も申し上げておりますが、引き続き、手洗いや消毒、マスクの着用など、基本的な感染防止対策の徹底をお願いします。

また、暑い日が続いており、熱中症にも注意が必要です。マスクの着用は飛沫拡散防止に効果がある一方で、高温・多湿な環境では熱中症のリスクが高くなります。屋外で人と十分な距離を保てる場合はマスクを外すなど、感染症と熱中症の両方を意識して対応しましょう。

さて、現在、市の「市史編さん事業」では、昔の写真を募集しています。古い写真は、昔の立川・砂川の生活の様子や時代の移り変わりなどを知る、貴重な資料となりえます。これを機に、私も久しぶりに昔のアルバムを開き、家族と語りたいと思います。古い写真をお持ちの方、ぜひ市史編さんにご協力ください。

立川市長 清水 庄平

市史編さん事業に ご協力ください

写真を探しています

市史編さん係は、現在、写真資料を集めています。古いものであれば、記念写真や家族写真からでも当時の服装や生活様式を知ることができ、資料として活用できます。

また、東日本大震災直後の立川市内の様子が分かる写真も募集しています。

これらの写真をお持ちの方は、ご連絡ください。



写真の内容

●立川や砂川で明治時代～昭和40年代に撮影されたもののうち、当時の様子が分かるもの

例：風景、街並み、建造物(店舗、工場、家屋ほか)、生活の様子(仕事、服装、食事、冠婚葬祭ほか)、年中行事・祭礼の様子など

●平成23年3月11日、東日本大震災発生直後の様子が分かるもの

例：JR立川駅前や周辺施設など

使用・取り扱い

- 原則として市が写真をお預かりし、複写後に原本を返却します(寄贈も受け付けています)。
- ご提供いただいた写真は、市史編さんの事業への活用や、市の刊行物、市ホームページ等に掲載させていただく場合があります。
- 写真を撮影した日時や場所等、当時の状況についてお話を伺う場合があります。

連絡の内容

写真をご提供いただける方は、次の内容をお知らせください。

- お名前
- ご連絡先(電話番号、Eメールアドレス等)
- 写真の枚数や媒体(プリント写真、デジタル写真、フィルム等)

ご注意いただくこと

- 撮影者(著作権者)本人、またはご家族の許諾を得た写真に限ります。
- 写真の内容によってはお預かりできない場合があります。

連絡先

市史編さん室市史編さん係

〒190-0022 錦町3-5-22 YAZAWA DEUX ビル2階 ☎(506)0021 ☎(525)1601

表紙写真の説明

- 1 新奥多摩街道日野橋ロータリーの東側から西に向かって(昭和40年代撮影)
 - 2 ①の写真と同じ位置から撮影した現在の様子
 - 3 五日市街道一番町と上砂町の境から(昭和36年ごろ撮影)
 - 4 かつて盛んだった養蚕。上砂町で蚕の餌となる桑の葉を与えている様子(昭和30年ごろ撮影)
 - 5 普濟寺(柴崎町)で開かれただるま市(大正4年1月16日撮影)
 - 6 高松町の染物店(昭和初期撮影)
- (①錦町在住・小川司さん提供 ③～⑥歴史民俗資料館提供)



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。

第1回市議会臨時会 新議員による初議会を開催

6月19日の市議会議員選挙後の新議員による令和4年第1回市議会臨時会が7月21日に開かれ、議長に木原宏議員、副議長に高口靖彦議員が選出されました。

市が提出した補正予算1件、契約1件、人事案件1件は、すべて原案どおり可決・同意されました。

なお、次の市議会定例会は9月6日(火)に開会予定です。

議長に木原宏議員 副議長に高口靖彦議員

新たな委員で4つの常任委員会と議会運営委員会がスタートしました。議長、副議長の経歴などは次のとおりです。

●議長 木原宏氏(46)砂川町4-31-3。平成19年初当選(5期目)。副議長、監査委員、文教委員会委員長などを歴任。



●副議長 高口靖彦氏(57)柏町4-15-24。平成18年初当選(5期目)。議会運営委員会委員長、厚生産業委員会委員長などを歴任。



●監査委員を任命しました
令和4年第2回市議会定例会で同意を得て、市長は8月1日に国立市在住の村木良造氏を監査委員に任命しました。また、令和4年第1回市議会臨時会で、

議員のうちから選任される監査委員に門倉正子氏(砂川町)を任命しました。

●5人圏企画政策課・内線2688
●生涯学習推進審議会 時9月1日(木)午後6時30分から場女性総合センター5階第2学習室
定5人圏生涯学習推進センター(527)5757

●育休等代替保育士(会計年度任用職員・月額報酬制)を募集
くわしくは市ホームページをご覧ください。

●業務内容 市立保育園における保育関連業務 応募資格 保育士資格を有する方 勤務先 羽衣保育園 勤務 週5日、午前8時30分～午後5時15分(原則) 報酬 月額23万7500円(任用開始後一定期間は給制) 募集人数 1人(選考) 応募方法 8月23日(火)までに、履歴書、職務経歴書、保育士証の写しを、直接、保育課庶務係(市役所1階22番窓口)内線1320へ

公開する会議日程

市は、開かれた市政を推進するため、審議会などの会議を公開しています。公開する会議の日程は、市ホームページでもお知らせしています。いずれも直接会場へ(先着順)。

●市議会政治倫理審査会 時8月23日(火)午前10時から場市役所3階議長応接室定5人圏議事事務局・内線3321

●農業委員会総会 時8月25日(木)午後3時から場市役所2階205会議室定4人圏農業委員会事務局・内線2654

●総合戦略・SDGs推進委員会 時8月30日(火)午後6時30分 場市役所2階205会議室定

「声の広報」「声の議会報」

目の不自由な方にCD(DAISY規格)をお届けしています

市は、目の不自由な方のために「声の広報」「声の議会報」を作成し、希望する方に郵送しています。ご家族やお知り合いに目の不自由な方がいましたら、ご利用をお勧めください。申込方法等くわしくはお問い合わせください。収録には、立川市朗読サークル「こえ」の皆さんのご協力をいただいています。原則として身体障害者手帳1級～4級の視覚障害のある方
☎声の広報=広報課・内線2744 ☎声の議会報=議会事務局・内線3322

今月の納期 8月31日水

▷市・都民税第2期分▷国民健康保険料第2期分▷後期高齢者医療保険料第2期分▷介護保険料第2期分

納付書裏面等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

8月15日(月)正午から、全国戦没者追悼式にあわせ、平和を願って1分間の黙とうをお願いします(総務課)

最大20,000円分の
マイナポイントがもらえる

マイナンバーカードを 作りませんか



マイナポイントとは

マイナポイントは、個人番号カード(マイナンバーカード)を普及させるための政府によるキャンペーンの1つです。申し込み時に選択したキャッシュレス決済サービス*1の提供事業者を通じて、買い物などに利用できる最大20,000円分のポイントが受け取れます。

対象は、9月末までにマイナンバーカードを申請した方です。マイナンバーカードが届いてから令和5年2月末までに手続きする必要があります。マイナポイントの申込方法は「マイナポイント事業」のホームページをご覧ください。

*1 電子マネー(交通系ICカードなど)や2次元コード決済(〇〇Payなど)、クレジットカードなど。一部のキャッシュレス決済サービスは事前登録が必要です。

マイナポイント第2弾の条件	もらえるポイント
マイナンバーカードを取得し、20,000円までのチャージまたは買い物をする	最大5,000ポイント(マイナポイント第1弾を申し込み済みの方を除く)
マイナンバーカードの健康保険証としての利用申し込みをする	7,500ポイント
公金受取口座を登録する	7,500ポイント

☎マイナンバーおよびマイナポイント制度に関すること=マイナンバー総合フリーダイヤル☎0120(95)0178(土曜・日曜日、祝日を含む、午前9時30分～午後8時) ▶マイナポイントの申し込みに関すること=立川市マイナポイントコールセンター・内線3206

マイナンバーカードの申請方法

くわしくは市ホームページをご覧ください。

☎市民課窓口係・内線1375

以下のいずれかの方法で、地方公共団体情報システム機構に申請

- ・スマートフォンやパソコンから(オンライン)*2
- ・街中の証明写真機から*2
- ・交付申請書の郵送

*2は2次元コード付きの交付申請書が必要です。

立川市から
交付通知書が
郵送で届く

市民課(市役所1階14番窓口)か窓口サービスセンター(日曜日のみ)で、原則として本人が受け取り
受取時に必要な本人確認書類や受取方法は、交付通知書に同封の案内をご確認ください。

●交付申請書を再送付します

マイナンバーカードをお持ちでない方(在留期限のある外国人の方、新生児等を除く)に、地方公共団体情報システム機構(J-LIS)から、交付申請書(2次元コード付き)が7月下旬から9月にかけて順次送付されています。早めに交付申請書が必要な方はお問い合わせください。

●出張申請受付窓口を開設します

写真撮影から交付申請までを行う出張窓口を開設します。市民でなくても可(代理申請は不可)。直接会場へ☎8月27日(土)・28日(日)、午前10時～午後4時☎ビックカメラ立川店地下1階(曙町2-12-2)☎2次元コード付き交付申請書(市ホームページからダウンロードしたものは不可)

●臨時交付窓口を開設しています

電子証明書の更新手続きも行えます☎マイナンバーカードを申請し、交付通知書をお持ちの方(原則として本人)☎8月20日(土)・28日(日)、9月10日(土)・17日(土)・25日(日)、午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く)☎市民課(市役所1階14番窓口)[市役所西側からお入りください]☎交付通知書、本人確認書類(2点)ほか(交付通知書に同封の案内をご参照ください)。代理での受け取り希望の方は、事前に持ち物をお問い合わせください

☎個人番号カード窓口予約システム(右2次元コードからアクセス可)からお申し込みください



新型コロナウイルスワクチン接種

1回目～4回目接種を実施しています

新型コロナウイルスワクチンは市内医療機関や集団接種会場で接種を受けられます。くわしくは市ホームページをご覧ください。
ファイザー社のワクチン接種をご希望の方はお早めにご予約をお願いします。



■4回目接種の対象が拡大されました

(医療従事者等の方・高齢者施設等従事者の方)

8月3日現在の接種対象者は、3回目接種から5か月が経過した方で、次のいずれかに該当する方です。②③の方は接種券発行申請が必要です。

- ①60歳以上の方
- ②18歳～59歳で、基礎疾患がある方、重症化リスクが高いと医師に認められた方
- ③18歳～59歳で、医療従事者等の方、高齢者施設等従事者の方

■接種の予約、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)

●立川市接種予約受付システム

<https://v-yoyaku.jp/132021-tachikawa>(土曜・日曜日、祝日を含む、24時間)



■接種券発行申請方法(4回目接種)

接種券発行申請書(市ホームページからダウンロード可)、被接種者の本人確認書類の写し、3回目接種記録が分かるものの写し(予防接種済み証など)、左記③の方は医療従事者等や高齢者施設等従事者であることが分かるもの(社員証の写し等)を、直接、または郵送で新型コロナウイルスワクチン接種担当(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内)へ。②の方は電話やインターネットでの申請もできます。



■立川南ワクチン接種センター(東京都大規模接種会場)(柴崎町3-16-25)

使用するワクチンなど、くわしくは都のホームページ等をご覧ください。

●東京都新型コロナウイルスワクチン大規模接種予約システム

☎0570(034)899(土曜・日曜日、祝日を含む、午前9時～午後6時)



■新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口

症状があり、かかりつけ医がいない方など

●東京都発熱相談センター ☎03(6258)5780、☎03(5320)4592

(土曜・日曜日、祝日を含む、24時間)

燃やせるごみの受け入れ先 が変わります

粗大ごみ処理券・し尿処理券の取り扱いを終了しました▽せんなりストアー(富士見町)☎ごみ対策課・内線6751

立川市クリーンセンター(11月18日(金)から、収集車による燃やせるごみの搬入先、粗大ごみ等の燃やせるごみ・動物死体の直接持ち込み先が、これまでの立川市清掃工場(若葉町4-11-19)(泉町2002番地)になります。直接持ち込みの受付時間は、午前8時30分〜正午、午後1時〜4時です(土曜・日曜日を除く)。搬入先の変更に伴い、収集車の移動ルート、時間も変わります。資源とごみは、収集当日の午前8時までに出してください。



令和5年度小・中学校 指定校の変更を希望する 方は手続きを

市教育委員会は、お住まいの地域ごとに指定する学校(指定校)を変更する制度(指定校変更制度)を実施しています。令和5年度に市立小・中学校に入学する児童・生徒の保護者で、指定校の変更を希望する方は、次の手続きをしてください。

- **小学校に入学予定の方** 8月上旬に指定校変更の希望調査票をご自宅に郵送しました。指定校変更を希望する方は、8月31日(水)(消印有効)までに、直接または郵送で学務課学務係(市役所2階61番窓口)に提出してください。
- **中学校に入学予定の方** 在籍の市立小学校を通じて(市立小

学校以外の方には郵送で)9月上旬に詳しいお知らせを配布します。

- **指定校変更の要件** 指定校を変更できるのは次のいずれかの場合です①指定校より自宅からの通学距離が短い隣接校に変更する②兄弟が在学する、もしくは卒業した学校に変更する③指定校変更により在学している小学校から、その小学校を通学区域とする中学校に入学する
- **指定校を変更できない場合があります** 三小、五小、西砂小五中は、教室に不足が生じることが見込まれるため、①の要件による指定校変更はできません。また、入学を希望した学校の教室数を超える児童・生徒数になる見込みの場合には、①の要件による指定校変更ができません。

ごみ出しが困難な方を支援しています

- **ごみ出しサポートシール事業** ふた付きの容器を用意した方に、市が「ごみ出しサポートシール」を発行します。サポートシールを貼ったふた付きの容器には収集日より前にごみを出すことができます☎ケアマネジャーやヘルパー、別居の家族から支援を受けており、ごみ出しが困難な世帯
 - **ごみ出しの支援** ごみ出しが困難な世帯の方に、玄関前からごみ集積所までのごみ出しの支援と、声かけによる見守りも行っています☎集合住宅にお住まいで、自らごみを出すことが困難であり、次のいずれかに該当する方のみで構成される世帯▶要介護3〜5の認定を受けている方▶身体障害者手帳1級・2級の方▶精神障害者保健福祉手帳1級の方▶上記の世帯に準じると市長が認める世帯
- 受付窓口** ▶ごみ対策課(総合リサイクルセンター)▶市役所(環境対策課(2階79番窓口)、障害福祉課(1階1番窓口)、高齢福祉課(1階3番窓口)、介護保険課(1階4番窓口))
- ☎ごみ対策課・内線6751

- **市立学校に入学を希望する外国人の方へ** 市立小・中学校に入学を希望する場合は手続きが必要ですが、ご相談ください。なお、現在市立小学校の6年生が市立中学校(指定校)に入学する場合は、手続きは不要です。
- ☎学務課学務係・内線2516
- **国民健康保険運営協議会 市民委員を募集**

職の方で前職がある場合はその職業)、保育希望の有無(ありの場合には子どもの年齢)、「国民健康保険制度と健康づくりについて思うこと」(800字以内)を書いて、直接、または郵送、ファクス、Eメールで保険年金課業務係(市役所1階6番窓口)内線1390☎(523)2145 hoken@city.tachikawa.lg.jpへ

立川市在宅レスパイト・就労等支援事業

市は、医療的ケアが必要な重度の障害児(者)に対し、訪問看護事業者の看護師が自宅に出向き、一定時間、家族の代わりに療養上の介助等を行うことで、家族の一時休息(レスパイト)や就労のための支援等を行う事業を10月から開始します。対象者等くわしくは市ホームページをご覧ください。

☎障害福祉課・内線1517

アール・ブリュット立川 2022

アール・ブリュットとは、正規の美術教育を受けていない方が、伝統や社会の潮流に流されることなく、独自の方法により制作した作品のことです。アール・ブリュット立川実行委員会と共催。
☎は申込制。そのほかは直接会場へ。

アール・ブリュット立川2022 ～高松からの風～

● **展示** 時 9月6日(火)～19日(月・祝)、午前9時～午後9時(12日(月)を除く)☎ **高松学習館** ☎(527)0014



ジブリの森の美術館II
鈴木伸明さん

● **ワークショップ「オリジナルコースター作り」** 時 9月11日(日)▷午前10時～正午▷午後1時30分～3時☎ **高松学習館**☎アール・ブリュット立川実行



委員会☎各20人(先着順)☎ **高松学習館** ☎(527)0014

● **映画会「バリアフルライフ」** 車いすユーザーが主人公のコメディ映画を上映します☎9月9日(金)▷午前11時～11時30分▷午後2時～2時30分☎ **高松学習館**☎各30人(先着順)☎ **高松学習館** ☎(527)0014



● **関連図書の展示とリサイクル本の配布** 時 9月6日(火)～19日(月・祝)、午前10時～午後7時(土曜・日曜日、祝日は午後5時まで) [12日(月)を除く]☎ **高松図書館** ☎(527)0015

誰でもアート

- たま fun とアートを楽しもう -

● **展示「アール・ブリュット立川展」** 時 8月30日(火)～9月3日(土)、午前10時～午後5時(最終日は午後1時まで)☎ **女性総合センター**☎生涯学習推進センター☎(528)6872

● **ワークショップ「魚の金彩屏風」** 企画・運営はアール・ブリュット立川実行委員会☎ 8月30日(火)午後1時30分～3時☎ **女性総合センター**☎500円(材料代)☎12人(申込順)☎ 8月10日(水)から生涯学習推進センター☎(528)6872へ



指先を華やかに！ ネイル体験

福祉ネイリスト実習生がご希望に応じてネイルアートやケアを行います
対65歳以上の市民の方**時**9月1日(休)午前10時～午後4時30分(1人30分)**場**子ども未来センター**師**日本保健福祉ネイリスト協会講師・遠山亜佐美さん**定**40人(申込順)
申南部東はごろも地域包括支援センター☎(523)5612へ

認知症だれでもカフェ 「認知症を知ろう」

30分のミニ講座の後、参加者同士の情報交換や専門家への質問・相談を開催します。オンライン会議ツール「Zoom」によるリモート配信も行います**対**認知症の方、家族**時**9月9日(金)午前10時～11時30分**場**子ども未来センター**師**立川病院認知症看護認定看護師・神山和子さん**定**15人(申込順)
申「9月9日認知症だれでもカフェ希望」、氏名、電話番号、このカフェに期待することをEメールで立川病院☎center-mt@tachikawa-hosp.gr.jpへ

にしすなカフェ (介護サロン)

折り紙教室を開催します。手先を使い簡単なものから難しいものまで折り紙の楽しさを学びましょう**対**65歳以上の市民の方と家族**時**9月10日(土)午前10時30分～正午**場**西砂第三学童保育所**師**折り紙インストラクター・太田陽一郎さん**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

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
対おおむね65歳以上の市民の方**時**8月16日(火)午後1時30分～3時30分**場**西砂会館**定**15人(申込順)
申にしすな福祉相談センター☎(531)5550へ

認知症パネル展

認知症の説明、市の事業、地域のサービス、介護保険事業所利用者による作品を展示します。各日先着20人にロバ隊長マスコットをプレゼント。直接会場へ**時**8月22日(月)～26日(金)、午前8時30分～午後5時**場**市役所1階多目的プラザ
申高齢福祉課介護予防推進係・内線1471

シルバー人材センター 入会説明会

会員登録の申し込みも受け付けます
対市内在住の原則60歳以上の方**時**・**場**▷8月19日(金)=女性総合センター▷9月7日(水)=シルバー人材センター柴崎本部(柴崎町1-17-7)、いずれも午後1時30分から
申前日までにシルバー人材センター柴崎本部☎(527)2204へ

いきいきシニアライフ

東京都シルバーパス更新手続きは 郵送方式で行います

感染症対策のため、今年度も更新手続きは、郵送方式で行います。「介護保険料納入(決定)通知書」等の所得確認書類の提示は不要です。



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、手続きをしてください。

●新規に東京都シルバーパスの取得を希望する方

70歳になる月の初日から、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。

申東京バス協会シルバーパス専用電話☎03(5308)6950〔土曜・日曜日、祝日を除く、午前9時～午後5時〕、市高齢福祉課業務係・内線1475

シルバー大学入学生を追加募集

9月開校のシルバー大学入学生を追加募集します。募集講座は下表のとおり。受講は1人2講座まで。

●対象 9月1日現在、60歳以上の市民の方。各講座を初めて受講する方で、社交ダンス、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(水)〔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緊急連絡先の方(本人以外)の氏名、間柄⑧緊急連絡先の方の電話番号、返信用宛先を書いて、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。応募者多数の場合は抽選となります。結果は8月下旬に返信します。

会場	講座名	日時	定員	教材費(年間)
柴崎福祉会館	初級英会話(柴崎)-1年生	第1・第3金曜日 午前	4人	600円
	立川の歴史と史跡探訪	第1・第3木曜日 午後	2人	—
	書道	第3水曜日 午後	2人	3,000円
	水彩画	第3木曜日 午後	8人	3,000円
	木彫り	第2金曜日 午前	6人	9,000円
	折り紙	第3火曜日 午後	8人	5,000円
	健康吹矢	第1・第3水曜日 午前	10人	12,000円
	社交ダンス-1年生	第1～第4水曜日 午後	男13人 女8人	10,000円
幸福社会館	陶芸-1年生	第2・第4水曜日 午前	9人	15,000円
	カラオケ	第1・第2月曜日 午後	20人	2,860円
曙福祉会館	トールペイント	第1金曜日 午後	9人	6,000円
	きり絵	第1火曜日 午後	9人	2,500円
多摩川緑地野球場	ターゲット・バードゴルフ	第1・第3木曜日 午前	12人	クラブは貸出可
市内農家ほか	園芸「野菜・花などの育て方と自然観察」	第2・第4水曜日 午後	3人	3,000円

初級英会話、社交ダンス、陶芸は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、木彫りは午前9時30分～正午、陶芸-1年生は午前9時15分～正午、ターゲット・バードゴルフの4月～7月と9月～11月は午前9時～11時。

熱中症にご注意!

- 日陰や「立川ひと涼みスポット」等を利用してこまめに休憩しましょう。「立川ひと涼みスポットマップ」を市の公共施設等で配布しています。
- 外出時は日傘・帽子を活用しましょう。
- 室内にいても水分をこまめにとりましょう。
- 無理をせず、適度にエアコンなどを使いましょう。
- 周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクを外しましょう。



立川 夏休み攻略ガイド

めいっばいあそぼう!

そうぞうりよくをひろげよう!

さんさんガーデン

8月21日(日)午前9時30分～午後8時

水かけあそびやミニ縁日など、夏らしいコミュニティプログラム*が盛りだくさんのお祭りが3年ぶりに開催。事前申し込みや参加費が必要なプログラムがあります。くわしくは「立川市子ども未来センター」のホームページをご覧ください。



*子ども未来センターを拠点に活動する市民団体が実施するプログラム
場：子ども未来センター
市民活動コーディネーター ☎(529) 8682

国営昭和記念公園

水あそび広場

「幼児プール」(深さ10～15cm)、「ミニメントプール」(深さ25cm)を開放します。公園の入園料のみでお楽しみいただけるほか、仮設遊具(別途有料)なども設置します(遊泳はできません)。くわしくは「国営昭和記念公園」のホームページをご覧ください。

▶期間=8月28日(日)まで ▶時間=午前9時30分～午後4時(土曜・日曜日、祝日は午後5時まで) ☎450円(公園入園料。中学生以下無料)

場・国営昭和記念公園 ☎(528) 1751

夏休みにできることは盛りだくさん。
おすすめのイベントや行き先を紹介します。
立川の夏を思いきり楽しもう。

あたらしいせかいにふれよう!

国立極地研究所 南極・北極科学館

南極や北極の新たな発見や観測の成果を知ることができます。隕石などの実物展示、南極・昭和基地のライブ映像や、オーロラの映像も。



▶開館日・時間=「国立極地研究所南極・北極科学館」のホームページ(右2次元コードからアクセス可)をご覧ください。
場・国立極地研究所 南極・北極科学館(緑町10-3)



立川防災館

地震体験や消火体験などをとおして防災について学べます。夏休み特別企画パネル展示「集まれいろんな消防車」も。



▶開館日・時間=午前9時～午後5時。休館日は「立川防災館」のホームページ(右2次元コードからアクセス可)をご覧ください。
場・立川防災館(泉町1156-1) ☎(521) 1119



立川まんがぱーく

押し入れのような空間や畳の上で自由にまんがの世界に没頭しよう。約4万冊のまんがと2,500冊の絵本があります。
▶開館時間=午前10時～午後6時(8月31日(日)までの夏休み期間中は整理券配布。1日2回の入替制) 子ども未来センター2階 ☎400円(入館料。小・中学生200円、未就学児無料)
場立川まんがぱーく ☎(529) 8682



とことんしらべよう!

自由研究は図書館で解決

自由研究を何にするか迷ったら、お近くの図書館へ。昆虫の飼ひ方、リサイクル、さまざまな実験など、きっと役に立つ本があります。図書館の人に相談もできます。各館の開館時間は「立川市図書館」のホームページをご覧ください。

●戦争と平和に関するブックリストを配布中
今年は「立川市平和都市宣言」から30年。図書館では、戦争と平和について考えるための資料集「Peace2022」を配布しています。児童書のコーナーからもテーマごとに本を紹介しています。
場中央図書館 ☎(528) 6800

地域学習館 夏休み学習スペース

夏休みの間、地域学習館(下表)のロビー、教室等を学習スペースとして開放します(8月31日(日)まで(8月8日(月)・22日(月)を除く)、午前9時～午後4時30分) 各地域学習館

学習館名	電話番号	定員
柴崎	☎(524) 2773	24人
砂川	☎(535) 5959	20人
西砂	☎(531) 0431	10人
高松	☎(527) 0014	6人
幸	☎(534) 3076	5人

錦学習館は改修工事のため開設しません。

りょうりにちょうせん!

夏休みレシピコンテスト

8月に手に入る立川産の野菜を使ったレシピを考えて、コンテストに応募しよう。最優秀賞・優秀作品はコトリンク1階ジバー・カフェの期間限定メニューに採用されます。

立川産の野菜はコトリンク1階の一かる・バザールや市内農家の軒先販売で購入できます。

▶応募方法=料理の写真とレシピの電子データ(書式自由。レシピの分かりやすさも審査の対象)、住所、氏名をEメールで一かる・バザール nowcall@tachi-machi.comへ。専用フォーム(右2次元コードからアクセス可。Googleアカウントが必要)からも応募できます。

☎子どもクラス=小学生以下 ▶一般クラス=中学生以上 ☎8月31日(日)まで 場の一かる・バザール/ジバー・カフェ(まちづくり立川) ☎(548) 2511



「立川印」のほりが目印!



さがしてみよう!立川の夏のいきもの

★…レア度(★が多いほど見つけにくい)

アブラゼミ



☆☆☆
鳴くのはオスだけで、ジ〜、ジリ、ジリ……と大きな声で鳴きます。7月から8月のはじめにかけて、日が沈んだころに木の多いところに行くくと羽化が見られます。

羽化

ヤマトタマムシ



☆☆☆
キラキラに光る美しい甲虫。オスは、よく晴れた暑い日の昼ごろに、エノキやケヤキなどの高い木の上の方を飛び回っています。

アオサギ



☆☆☆
水辺にいる青みがかった灰色の大きな鳥。飛んでいる姿もかっこいい。

カブトムシ



☆☆☆
メスに角はありませんが、するどい爪で力強くしがみつきます。幼虫は落ち葉や木などがつまみ上げられて腐ったところで育つので、畑のそばにある灯りにもよく飛んできます。

キツネノカミソリ



☆☆☆
真夏に咲く、きれいな朱色の花。毒があるので、口には入れず、さわったあとはよく手を洗おう。

国営昭和記念公園 夏のネイチャープログラム

●ネイチャーエクスト★水辺の住人を救え!
セルフガイドシートを活用して園内を巡る謎解き冒険プログラム ☎小学生以上(小学1年～4年生は保護者同伴) ☎8月11日(休) 朝 ▶午前10時30分～正午 ▶午後1時～2時30分(雨天中止) 場国営昭和記念公園(花木園展示棟で当日受付) ☎1シート300円(参加費) ☎各7組(先着順) 場国営昭和記念公園 ☎(528) 1867

●セミの抜け殻標本づくり
セミの抜け殻を探し、種類を調べて標本を作ります。事前申込制 ☎小学生以上(小学1年～4年生は保護者同伴) ☎8月20日(土)・21日(日)・28日(日)、午前10時～正午(雨天中止) 場国営昭和記念公園 ☎1作品800円(材料代) ☎各7組(申込順) 場国営昭和記念公園 ☎(528) 1867

☆☆☆
オスは弓のようになった立派なあごが特徴。メスには小さなあごしかありません。クヌギ、コナラ、ヤナギなどの樹液に集まり、街灯にもよく飛んできます。

アカハネナガウンカ



☆☆☆
オレンジ色の体とその倍以上もある大きなはねが特徴。正面から見ると寄り目をしているような面白い顔に見えます。



皆さんが市内で撮影した生き物の写真で作るウェブ図鑑。写真をどんどん投稿して、一緒にウェブ図鑑を作り上げよう。撮影した生き物の種類が分からなくても、データベースの管理人が種類を確定します。昆虫、野鳥、野草、魚貝、両生・は虫類、ほ乳類(野生)の写真を投稿できます。

<https://www.ikimono-tachi.jp>
こちらからアクセス



場環境対策課環境推進係・内線2244



健康

風しんの予防接種を受けましょう

●子どもの予防接種 麻しん風しん混合(MR) ①▷第1期=1歳以上2歳に至るまで。通年接種できます▷第2期=平成28年4月2日~平成29年4月1日生まれの方(令和5年度に小学校に就学する方)。公費で接種できる期間は令和5年3月31日(金)までです。問診票がない方はご連絡ください。
●大人の風しんの抗体検査・予防接種費用を助成 ②▷抗体検査=19歳以上の市民で、次のいずれかに該当する方①妊娠を予定または希望している女性②妊婦の同居者③上記①の同居者▷予防接種=抗体検査の対象者のうち、抗体検査の結果、抗体価が低かった方③▷麻しん風しん混合ワクチン=5,000円▷風しん単抗原ワクチン=3,500円(いずれも自己負担額。抗体検査は無料)④令和5年3月31日(金)までに市内の指定医療機関で予約して受診してください。受診の際、本人確認書類の提示が必要です。指定医療機関は市ホームページをご覧ください。
●成人男性の風しん抗体検査のクーポン券を未使用の方へ 昭和37年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男

性を対象に、風しん抗体検査と抗体価が低かった方への予防接種を無料で実施しています。対象者へは令和4年4月にクーポン券(有効期限は令和5年3月31日(金))を再度送付しているので、受診してください。なお、対象者でクーポン券をお持ちでない方は、電話か電子申請でお申し込みください。指定医療機関は「厚生労働省」のホームページをご覧ください。
⑤健康推進課予防健診係 ☎(527)3272

ラフ&タフ体操教室「カラダも気持ちもスッキリ体爽！」

運動が苦手、体力の衰えを感じる、膝が痛い等で思うように運動ができない方、ストレッチやリズム体操で健康づくりを始めましょう
⑥次の要件を満たす市民の方▷10月1日現在、40歳~64歳▷これまでの参加が3回まで(初めての方を優先)⑦10月~令和5年3月の原則月3回の①火曜日、午後1時30分~3時②水曜日、午前9時30分~11時(いずれも全18回)⑧立川競輪場⑨各20人(抽選)⑩8月10日(水)~9月16日(金)(必着)に、「ラフ&タフ体操教室希望」、希望の番号(第2希望まで)、住所、氏名、生年月日、電話番号を、電話、またははが



きで健康推進課保健事業係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内) ☎(527)3272へ。抽選結果は9月下旬にお知らせします

生活習慣病予防教室「男を上げる! しぶとい脂肪にサヨナラだ！」

体型が気になり始めた男性のための筋力アッププログラム。健康づくりのミニ講座を受け、効果的な筋トレを学びます。体成分測定も⑪30歳~64歳の男性市民で医師から運動を制限されていない方⑫9月15日・29日の木曜日、午後8時~9時15分(全2回)⑬泉市民体育館⑭トレーニング指導士・西村武士さん⑮20人(申込順)⑯8月10日(水)から電話か電子申請で健康推進課保健事業係 ☎(527)3272へ



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ありません。

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=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=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」 ☎03(5272)0303 救急相談センター ☎(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 Q & A 578

Q 喫煙は歯周病に影響がありますか?

A 大いにあります。喫煙すると歯周病に「かかりやすい」、歯周病にかかったことに「気づきにくい」、歯周病が「治りにくい」……この3つが喫煙と歯周病の関係の特徴です。
●かかりやすい 生体の本来の免疫機構が喫煙により妨げられるため、歯周病にかかりやすくなります。
●気づきにくい ニコチンの血管収縮作用により炎症症状が出にくく、歯周病が進行しても、出血、腫れ、歯茎の赤みなどの自覚症状が発現しづらくなります。そのため発見が遅れてしま

い、気づいたら重度の歯周病になっていた、ということもあります。
●治りにくい 喫煙者の歯茎は硬いため沈着物の除去が難しく、歯周組織の修復も妨げられるため、歯周病の治療効果があがりにくいといわれています。
以上のようなことから、禁煙が望ましいのですが、それが難しい場合は成人歯科健診や歯科医院を受診し、定期的な歯周病のチェックやクリーニングを行うことをお勧めします。
《立川市歯科医師会・福島直人》

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

- 保健・栄養相談 保健師・管理栄養士が相談に応じます
▶受付日時=8月18日(木)午後1時20分~2時50分
●栄養相談 管理栄養士が相談に応じます
▶受付日時=9月6日(火)午前9時20分~10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

- 健康会館=8月31日(水) ●砂川学習館=9月7日(水)
●健康会館=9月28日(水) ●西砂学習館=10月5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
8月31日、9月28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⑬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⑭健康推進課①☎(527)3272、②③☎(527)3234

スポーツ

体力年齢測定会

⑮20歳~79歳の市内在住・在勤・在学で、医師から運動を制限されていない方⑯9月4日(日)午前9時30分から(受け付けは午前9時20分まで)⑰泉市民体育館⑱9月1日(木)(必着)までに泉・柴崎市民体育館にある申込用紙を両体育館に直接提出、またははがきに「体力年齢測定会」、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、在勤の方は勤務先名・所在地を書いて、スポーツ振興課(〒190-0015泉町786-11泉市民体育館内) ☎(529)8515へ。なお、当日の申し込みも受け付けます

市民体育大会

参加資格、申込方法、費用等は「立川市体育協会」のホームページをご覧ください。

- ゲートボール(オープンの部) ⑲ 9月4日(日)午前9時から⑳場砂川中央地区北多目的運動広場㉑立川市ゲートボール協会・井上さん ☎(523)7132
●ソフトテニス(一般の部) ⑳ 9月11日(日)午前9時から㉒場泉町庭球場㉓立川市ソフトテニス連盟・鎌田さん ☎tachikawa.softtennis@gmail.com
●クレー射撃 ㉔ 9月18日(日)午前8時30分から㉕場山梨県大月国際クレー射撃場㉖立川市クレー射撃協会・須崎さん ☎(522)3457
●テニス(シングルス) ㉗ 9月23日(金・祝)~10月9日(日)㉘市内各庭球場㉙立川市テニス連盟・山崎さん ☎(536)6798

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

- 介護職員初任者研修 社会福祉法人三多摩福祉会が主催。週2日(水曜・金曜日)の通学コース。東京都介護職員資格取得支援事業を利用すると無料で受講できます⑳15歳以上で、東京近郊に在住・在勤の通学可能な方㉑9月9日(金)~11月25日(金)、午前9時から㉒場地域保健企画ビル(錦町1-17-15)ほか㉓99,940円(受講料、教材費)㉔24人(申込順)㉕同会・蓮沼さん ☎(529)7142へ
●視覚障害者と遊ぼう 楽しもう 触れ合おう あそぼう会が主催。普段は接する機会が少ない視覚障害者の方と触れ合いませんか。視覚障害者の暮らしや工夫などをお伝えします。直接会場へ㉖8月28日(日)午前10時~11時30分㉗子ども未来センター102会議室㉘22人(先着順)㉙奥澤さん ☎080(5530)8243
●布アートを作る~ボランティア活動に生かします 文化・芸術いきいきネットワークが主催。手触りのよい布を型紙にそって切り、貼り絵の要領でカボチャ、柿、キキョウの3作品を作ります。布や額は用意します㉚9月11日・25日、10月2日

の日曜日、午後1時30分~3時30分(全3回)㉛場柴崎学習館㉜1回1,000円(材料代)㉝20人(申込順)㉞はさみ㉟8月10日(水)から稲葉さん ☎(536)6532へ
●小学生ソフトテニス教室 立川市ソフトテニス連盟が主催。ソフトテニスを通じ、あいさつ、持久力、集中力を習得します。直接会場へ(現地受付)㊱市内在住・在学の小学生㊲9月3日・10日・17日、10月1日・8日・15日・29日、11月5日の土曜日、午後1時~3時㊳自治大学校テニスコート㊴各回50円(傷害保険料ほか)㊵40人(先着順)㊶同連盟・鎌田さん ☎080(6536)0409

会員募集

- 立川子ども新体操クラブ 体が硬くても大丈夫。月1回のバレエレッスンもあります。一緒に楽しく踊りましょう㊷3歳~中学生の女の子㊸毎週火曜日、午後5時~6時45分㊹場八小体育館㊺2,000円㊻5,000円㊼村上さん ☎090(2449)1260へ
●ママさんバレーボール「華友クラブ」一緒にママさんバレーを楽しみませんか。長期間のブランクがある方、体を動かしたい方、小さなお子さん連れの方、以前に他チームにいた方なども歓迎です㊽毎週火曜・金曜日、午後7時~9時㊾四中体育館㊿藤枝さん ☎090(3902)1641へ

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）

発見！私に似合う色

今の自分に似合う色を発見し、気持ちを明るく前向きにします。9月12日・26日の月曜日、午前10時～正午（全2回）**場**女性総合センター**師**カラーアドバイザー・うえだりほなさんほか**費**1,300円（材料代ほか。18歳未満は300円）**定**15人（申込順）**申**8月10日（水）から生涯学習推進センター**☎**（528）6872へ

パソコン講座「Word入門」

文書の編集、表・各種の線の作成、ページ設定、イラストの挿入などを学びます。対文字入力ができる方。9月13日（火）～15日（木）、午前10時～正午（全3回）**場**西砂学習館**師**生涯学習市民リーダーの皆さん**費**1,500円（資料代ほか）**定**10人（申込順）**保**若干名（1歳～学齢前）**持**パソコン（Word2013以降）**申**8月10日（水）から西砂学習館**☎**（531）0431へ

3.11から11年。未来を見つめて！

話題を呼んだ『海を撃つ』の作者・安東量子さん。原発事故後の福島で、被災者や国内外の専門家などと対話（ダイアログ）を重ねてきました。東日本大震災から11年たった今、その意義と未来への展望を伺います。企画・運営はももたろうの会。9月17日（土）午後1時30分～3時30分**場**女性総合センター**師**NPO法人福島ダイアログ理事長・安東量子さん**定**30人（申込順）**保**5人（1歳～学齢前）**申**8月10日（水）から男女平等参画課**☎**（528）6801へ

男性のための料理教室

一人暮らしになったときに食事に困らないように、孤立しないように、料理を覚えて顔見知りをつくりましょう。企画・運営は、栄町地区グッドネイバーをすすめる会。10月21日、12月16日、令和5年2月17日の金曜日、午前10時～午後1時30分（全3回）**場**幸学習館**師**管理栄養士・植松智子さん**費**1回300円（材料代）**定**5人（申込順）**持**エプロン、三角巾、タオル**申**8月10日（水）から幸学習館**☎**（534）3076へ

女性の想い、日本の原風景～
たいとう 擡頭する女性歌人たち

女性の作品を中心に詩、歌詞を楽しく学び鑑賞します。企画・運営はチームいま好き。9月20日（火）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**15人（申込順）**保**5人程度（1歳～学齢前）**申**8月10日（水）から男女平等参画課**☎**（528）6801へ

肩こり・腰痛を慢性病にしないために

肩こり・腰痛の予防や痛みの軽減・改善のための運動を学びます。9月10日（土）午前10時～11時30分**場**女性総合センター**師**理学療法士・藤田大樹さん**定**20人（申込順）**保**5人程度（1歳～学齢前）**持**運動しやすい服装、フェイスタオル、バスタオル、上履き、飲み物**申**8月10日（水）から生活安全課消費生活センター係**☎**（528）6801へ

アロマでせっけんづくり

看護教員や看護学生と一緒にせっけんづくりを通して手洗いの大切さを考えます。3歳～小学生と保護者。8月25日（木）午前10時～正午 午後1時～3時**場**東京医療保健大学国立病院機構立川キャンパス（緑町3256）**費**1人500円（材料代）**定**各20組（申込順）**持**エプロン、タオル、飲み物**申**8月10日（水）から申込フォーム（右下2次元コードからアクセス可）から申し込んでください**☎**東京医療保健大学**☎**（521）7201、市健康推進課保健事業係**☎**（527）3272

東京女子体育大学公開講座

いずれも**場**東京女子体育大学（国立市）**費**200円（傷害保険料）**申**講座名、住所、氏名（ふりがな）、年齢、学年、性別、電話番号をはがき、ファクス、Eメールで、同大学地域交流センター（〒186-8668住所記入不要）**☎**（572）4324**fax**（572）4317**e**chiiki@twcpe.ac.jpへ**申**市生涯学習推進センター**☎**（528）6872

- 子どもと一緒に防災を学ぶ 災害に備える心構えや方法について、クイズや体験を通して、親子で学びます。4歳～7歳の子どもと保護者。9月17日（土）午後2時～3時30分**師**同大学准教授・村石理恵子さん**定**20組*
- 脳トレムーヴメント さまざまな運動の組み合わせを楽しんで脳を活性化

化します。18歳以上の方。9月17日（土）午後1時～3時**師**ムーヴメントディレクター・長谷川しのぶさん**定**30人*
*開催1か月前に定員を超えた場合は抽選、超えない場合は1週間前まで申込順

市民企画講座スタッフ募集

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か、市ホームページ（右下2次元コードからアクセス可）をご覧ください**☎**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事務室内）**☎**（528）6872

催し

柴崎福祉会館コンサート

国立音楽大学の皆さんがピアノ、バイオリン、打楽器カフォンでサウンド・オブ・ミュージック、ディズニーから劇中歌を、サクソフォンカルテットがジブリメドレーなどを披露します。9月17日（土）午後1時30分から**場**柴崎福祉会館**定**60人（申込順）**申**8月15日（月）から柴崎福祉会館**☎**（523）4012へ

普通救命士講習会

立川市体育協会と立川消防署の共催。費用、申込方法等くわしくは「立川市体育協会」のホームページをご覧ください。10月9日（日）午前9時～正午（午前8時30分から受け付け）**場**泉市民体育館**定**30人（申込順）**申**立川市体育協会**☎**（534）1483

交通安全講習会

歩行者と自転車が交通事故にあわないために気をつけるポイントを、DVDと講話で学びます。直接会場へ。時・場下表のとおり。時間はいずれも午後4時～5時（午後3時30分から受け付け）**申**立川国立地区交通安全協会事務局**☎**（522）7259

日時	会場	定員（先着順）
8月25日（木）	女性総合センター5階第3学習室	40人
29日（月）	市役所1階101会議室	50人
30日（火）	たましんRISURUホールサブホール	40人

フレッシュ名曲コンサート
大崎由貴 ピアノ プレ・コンサート

第18回東京音楽コンクールピアノ部門で最高位を受賞した、大崎由貴さんのコンサート。曲目は、ショパン「3つのワルツ」、ベートーヴェン「ピアノソナタ第23番 熱情」ほか。東京都歴史文化財団と共催。入場無料。要申し込み（全席指定）**対**小学生以上の方。9月9日（金）午後6時30分開演**場**たましんRISURUホール小ホール**定**210人（申込順）**申**たましんRISURUホール**☎**（526）1311へ

社会を明るくする運動 映画上映会「ふみ子の海」

昭和初期の視覚障害者の少女の人生を通して、生きづらさを抱えながら生きていく人々を包み込む地域社会についての理解を深めます。8月27日（土）午前10時30分から 午後2時から**場**女性総合センター**定**各20人（申込順）**申**8月19日（金）までに福祉総務課・内線1493へ



立川名画座通り映画祭2022

立川駅南口にあった名画座に思いをはせ、上映会をします。いずれも**場**柴崎学習館**申**8月10日（水）から柴崎学習館**☎**（524）2773へ

- 「ひまわり」 ソフィア・ローレン主演の名作。市民推進委員会と共催。9月16日（金）午前10時～正午（赤ちゃん連れ優先、ベビーカー可）午後2時～4時**定**各50人（申込順）
- 自主制作の短編作品 くわしくは「立川名画座通り映画祭」のホームページをご覧ください。9月17日（土）午前10時～午後6時 9月18日（日）午前10時～午後6時**定**各100人（申込順）

地域猫活動学習会「一緒に考えてみませんか？地域猫活動のイロハ～頻発する動物諸問題まで」

飼い主のいない猫対策として市内で取り組まれている地域猫活動や、多頭飼いや飼育崩壊などの問題について学びます。9月10日（土）午後2時～4時30分**場**女性総合センター5階第3学習室**師**すみだ地域ねこの会・庄司直子さん**定**40人（申込順）**申**環境対策課環境推進係・内線2244へ

たちかわ創造舎 イベント紹介
Tachikawa Culture Factory

●たまら이드 調布飛行場内にあるプロペラカフェでランチをして、多摩川サイクリングロードをのんびりと走ります。対中学生以上の方。9月10日（土）午前9時30分スタート**場**たちかわ創造舎集合・解散**費**6,800円（昼食代、保険料。中高生4,000円）**定**10人（申込順）**申**たまら이드実行委事務局**☎**03(3429)8970

●イギリス製の折りたたみ自転車・プロンプトンのファン・ミーティング プロンプトンの愛好者が集うミーティング。情報交換や写真撮影など、参加者同士の交流が楽しめます。直接会場へ。9月10日（土）午前10時～正午**場**たちかわ創造舎校庭**☎**brompton.in.palace@gmail.com

☎（595）6347
HP「たちかわ創造舎」で検索

ホームゲームを応援しよう!!

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、「立川アスレティックFC」のホームページをご覧ください。

TACHIKAWA ATHLETIC F.C. ●立川アスレティックFC シュライカー大阪戦= 8月20日（土）午後1時試合開始**場**アリーナ立川立飛

お知らせ

中小企業のCO2削減対策に補助金を交付

市は、温暖化防止のため、施設改修によって積極的なCO2削減に取り組む中小企業に、補助金を交付しています。申請方法等くわしくは市ホームページをご覧ください。

●**補助対象** ▶事業者=市内で操業している市税を滞納していない中小企業(対象事業について、市や都から補助を受けている場合を除く)▶条件=▷省エネルギー診断に基づいて行う改修で令和5年2月末までに工事を完了する▷過去1年間のエネルギー使用量等のデータを把握しているなど▶対象設備の例=業務用エアコン、高効率照明器具、省エネ型業務用冷蔵庫などの設備改修

●**補助金額** 補助対象経費の3分の1以内(上限50万円。予算がなくなり次第終了)

🏠環境対策課温暖化対策係・内線2243

市内事業者向け講習会

石綿(アスベスト)に関する大気汚染防止法・環境確保条例の規制について解説します🏠市内入札参加資格登録事業者(工事)の方🕒9月7日(水)午後2時45分~5時📍市役所🏢東京都多摩環境事務所担当者ほか👤60人(申込順)📅8月26日(金)までに、会社名、参加者名を、ファクスまたはEメールで品質管理課・内線2453☎(521)2568📧hinshitsukanri@city.tachikawa.lg.jpへ

蛍光灯は有害ごみで出してください

蛍光灯などに使われている水銀は有害な物質です。水銀含有製品が不適切に処理されて水銀が排出されると、人の健康や自然環境に重大な影響を及ぼす危険があります。蛍光灯など、水銀を使用している製品を出すときには、必ず「有害ごみ」として出してください🏠ごみ対策課・内線6754

緑のカーテン用の種を集めます

夏の暑さをしのぐ緑のカーテン用のゴーヤやアサガオなどの種を集めます。市役所1階総合案内に「緑のカーテンたねボックス」を設置します。集めた種は「くらしフェスタ」などのイベントで希望者に配布する予定です🏠環境対策課環境推進係・内線2244

市営葬儀の基礎知識について説明します

立川市斎場指定管理者のシルバー人材センターが市営葬儀の基礎知識を個別に説明します🕒①8月22日(月)▷午後2時から▷午後3時から②8月26日(金)▷午後2時から▷午後3時から📍①柴崎福祉会館②幸福社会館👤各2組(申込順)📅立川市斎場☎(524)1998へ

36歳~51歳のちょっと「はたらく」相談

「長く働ける仕事を探したい」「自分にあった仕事に就きたい」など、ご相談ください。直接会場へ。予約もできます。くわしくは「シャフト・プログラム」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)👤36歳~51歳の方、家族の方🕒8月26日、10月28日の金曜日、午前10時~午後3時(1時間ごとに受け付け)📍窓口サービスセンター🏠認定NPO法人育て上げネット☎(527)6051、市産業振興課商工振興係・内線2644



節電にご協力を

市は、「立川市夏の節電対策2022」を策定し、生活習慣としての節電に全市的に取り組んでいます。熱中症などに十分注意の上、できる範囲での節電にご協力ください。

●**家庭でできる夏の節電対策** 家庭で無理なく取り組むことができる夏の節電メニューや、夏を涼やかに過ごすための昔ながらの知恵や取り組みを、市ホームページなどで発信しています。また、涼しい場所をみんなで過ごす

「クールシェア」「立川ひと涼みスポット」の利用などで家庭や地域の節電に取り組んでみましょう。

🏠環境対策課温暖化対策係・内線2243

子ども・子育て

糸を作る蚕のひみつ~大学生とゲームをしながら楽しく学ぼう

立川市の昔の産業の一つである養蚕業について、大学生が考えたオリジナルゲームを通して学びます👤小学生(保護者同伴可)🕒9月4日(日)午後1時~3時📍錦児童館🏢立川民俗の会会長・豊泉喜一さん、東京学芸大学の皆さん👤20人(申込順)🕒動きやすい服装、上履き📅8月10日(水)から直接、錦児童館へ🏠錦学習館☎(527)6743

あかちゃん工作会「くるまをつくろう」

色を塗ったりシールを貼ったりして、自分だけの車を作ります👤2歳~4歳の子ともと保護者🕒9月3日(土)午後2時~3時📍上砂会館👤10組(申込順)📅8月10日(水)から上砂図書館☎(535)1531へ

いちごクラブplus

身長・体重測定。希望者は足形スタンプも👤市内在住の0歳~1歳6か月の子ともと保護者🕒9月7日(水)午後0時30分~2時📍子ども未来センター👤24組(申込順)📅8月12日(金)午前10時から子育て支援事務室☎(529)8664へ

働くママが知っておきたい社会保険と扶養のしくみ

毎日の生活に必要な保険制度や扶養について学びます👤子育て中の女性、就労を考えている女性🕒9月9日(金)午後1時30分~3時30分📍女性総合センター🏢特定社会保険労務士・櫻井三樹子さん👤30人(申込順)👤5人程度(1歳~学齢前)📅8月10日(水)から生活安全課消費生活センター係☎(528)6801へ

ペアレントプログラム

子どもの発達を理解し、行動への見方を変えることで、よりよいコミュニケーションをとれるよう、関わり方のコツを学びます👤おおむね4歳~10歳の子どもの保護者🕒9月15日・29日、10月13日・27日、11月10日・24日、12月22日の木曜日、午前10時~正午(全7回)📍砂川学習館🏢ペアレントプログラムリーダー・中村ひとみさん👤8人(抽選)👤8人程度(1歳~学齢前)📅8月10日(水)~9月1日(水)に子ども家庭支援センター☎(528)6871へ

「思いが伝わる」子育て夫婦のコミュニケーション講座

「私」を主語にして相手の行動を促す「メッセージ」で話す、「間」を感じる、言われてうれしい言葉を話すなど、ほんの少しの意識の変化で「思いが伝わる」コミュニケーションを体感します。企画・運営は生涯学習市民リーダーの会👤夫婦(1人でも可)🕒10月1日(土)午後2時~4時📍女性総合センター🏢コミュニケーション傾聴士・石原久仁子さん👤400円(資料代など)👤10組(申込順)👤若若干名(1歳~学齢前)🕒筆記用具📅8月15日(月)から生涯学習推進センター☎(528)6872へ

ヨガ教室

いずれも📍子ども未来センター🏢ヨガインストラクター・愛さん📅8月22日(月)午前10時から子育て支援事務室☎(529)8664へ
●**パパ&ベビーヨガ** 🏠市内在住のおおむね1歳~2歳のあんよができる子どもと保護者🕒9月17日(土)午前11時15分~正午👤7組(申込順)
●**ベビーちゃんと一緒にパバママヨガ** 🏠市内在住の令和4年3月17日以降生まれの乳児(第1子に限る)と両親🕒9月17日(土)午後1時30分~2時15分👤6組(申込順)
●**Happyマタニティヨガ** 🏠市内在住の妊娠16週以上の方(子どもの同伴不可)🕒9月17日(土)午後2時45分~3時30分👤8人(申込順)

Instagram ハッシュタグキャンペーン #Tag Collection (タグコレ)

「#Tag magazine」は「通いたくなるまち」「住みたくなるまち」を応援するフリーマガジン。本誌の連動企画として、「#Tag Collection (タグコレ)」を開催します。「私の、これくらい。」をテーマに「立川の今」を感じる写真をInstagramに投稿してみませんか。入賞者の写真は来春発行の同誌面に掲載します。

▶応募期間=8月10日(水)~9月26日(月)

●プロカメラマンによる撮影講座も開催

🕒9月6日(火)午後6時30分~8時30分

📍コトリンク3階BALL.HUBたちかわ



申込方法等、くわしくは「#Tag Magazine」のInstagram(上2次元コードからアクセス可)をご覧ください。

🏠広報課シティプロモーション推進係・内線2657

10月1日(土)・2日(日) 第10回近代3種日本選手権大会兼第17回JOCジュニアオリンピックカップに参加してレーザーラン競技を体験しよう!

近代五種からフェンシング、馬術を除いた競技が近代3種で、さらに水泳を除いた射撃(レーザーピストル)とランニングによる競技をレーザーランといいます。近代3種は近代五種協会への登録が必要です。

●**日程** 近代3種(水泳)・レーザーランは10月1日(土)午前8時~午後4時ごろ、近代3種(レーザーラン)は10月2日(日)午前8時~午後1時ごろ

●**会場** 立川公園陸上競技場(レーザーラン)・柴崎市民体育館(水泳)

●**申込方法** ▶市内在住の小学3年生~中学生=市民枠として参加費が無料になります👤近代3種・レーザーラン合わせて100人(申込順)📅9月5日(月)(必着)までに申込書(市ホームページからダウンロード可)を、郵送、ファクス、Eメールで、スポーツ振興課・内線4413☎(534)5169📧sports@city.tachikawa.lg.jpへ▶高校生以上や市外の方=申込方法等、くわしくは「公益社団法人日本近代五種協会」のホームページをご覧ください。

募集

「てまえどりPOPによる食品ロス削減の啓発」協力店

市は、「てまえどりPOPによる食品ロス削減の啓発」を、環境省が定めるフードロス削減月間(10月1日(土)～31日(月))にあわせて実施します。これは、市が作成した「すぐに食べるときは手前の商品から取って」というPOPを市内店舗内の商品の棚に配置してもらい、消費者への啓発を図るものです。商品棚のPOP配置にご協力いただける店舗を募集します▶募集期間=9月16日(金)まで▶応募方法=申込用紙(市ホームページからダウンロード可)を直接、または郵送、ファクス、Eメールでごみ対

策課(〒190-0034西砂町4-77-1総合リサイクルセンター内)内線6757Fax(531)5800Egomitaisaku@city.tachikawa.lg.jpへ

外国人のための日本語教室(西砂教室)ボランティア講師

市は、立川国際友好協会の協力を得て、外国人や外国出身の方のための日本語教室を開講しています。受講者に日本語を教えるボランティア講師を募集しています。オンライン授業もあります▶毎週土曜日、午後7時～8時30分(年40回)▶場西砂学習館▶氏名、連絡先をEメールで立川国際友好協会西砂教室Erecept@tifa-n.netへ▶市市民協働課多文化共生係・内線2632

品 官公署・その他

はたらく消防の写生会作品展

立川市と国立市の小・中学校26校で行った「はたらく消防の写生会」で入賞した作品を展示します。直接会場へ▶8月11日(木・祝)～14日(日)、午前10時

～午後7時30分(最終日は午後5時まで)▶場伊勢丹立川店5階特別室(曙町2-5-1)▶立川消防署予防課防火管理係☎(526)0119



ガールズ トラックサイクリングキャンプ in 立川競輪場

自転車競技に興味をもってもらい、楽しんでいただくための体験イベントを、公益財団法人JKAと協働して開催します▶自転車に乗れる小学5年生～高校生の女子▶9月17日(土)・18日(日)、午前9時～午後5時▶場立川競輪場▶各20人(抽選)▶持運動着、飲み物(自転車は貸し出します)▶8月25日(木)までに「トラックサイクリングキャンプ」のホームページから申し込んでください▶立川競輪場☎(524)1121

©トラックサイクリングキャンプ

報知ゴールドカップ第14回山口健治杯 日本名輪会カップ(FI)開催!

8月22日(月)～24日(水)

立川競輪場では白熱したレースだけでなく、家族で楽しめるイベントなどを開催しています。くわしい内容は「たちかわ競輪」のホームページをご覧ください。

イベント

- 地元選手トークショー
- 射的&オリジナル缶バッジ作り
- 激辛フェア

競輪事業は地域や 社会に貢献しています

競輪の売り上げの一部は、市の一般会計へ繰り出すとともに、公益財団法人JKAを通じてのものづくり、スポーツ、社会福祉等のさまざまな分野の事業を支援する等、広く社会に還元しています。令和5年度向け補助事業も9月22日(木)まで募集しています。

来場プレゼント

8/22～24 クーラータオル
各日先着200名様

8/24 モナカアイス
先着100名様

立川競輪場☎(524)1121

たちかわ競輪開催日

- 立川FI(第14回山口健治杯)=8月22日～24日
- 富山記念*=8月22日・23日 *は場外発売

開催案内・レース結果 ☎0180(994)223～5

くらしの相談日程 市役所☎(523)2111

☎=予約制 ◻=直接会場(先着順) ☎=電話相談 祝日はお休み

相談項目	相談日	時間	場所	連絡先	
☎法律相談 相続・金銭貸借等、民事的な法律全般	第1～第4月曜日	9:30～正午	市民相談室	市民相談係 ☎(528)4319	
	第1木曜日	13:30～16:30	女性総合センター5階		
	第2木曜日		たましんRISURUホール5階		
	第3木曜日		市民相談室		
	第4木曜日		立川タクロス1階		
☎相続・登記・成年後見等相談	第1・第3・第4火曜日	13:30～16:30	市民相談室		
☎税務相談 所得税、相続税、贈与税等	第2・第4水曜日	13:30～16:25	市民相談室		
☎家事相談 夫婦間、親子間、離婚問題等	第1～第4木曜日 第1・第3火曜日	9:20～正午	市民相談室		
	第2・第4火曜日	13:30～16:10			
☎不動産相談 不動産の売買、賃貸借契約等	第2・第4水曜日	13:30～16:30			
☎交通事故相談	第1水曜日	13:30～16:00			
☎行政手続相談 在留資格・帰化、相続・遺言	第2火曜日	9:20～正午			
☎犯罪被害者等支援相談	月曜～金曜日	8:30～17:00 (正午～13:00を除く)			市民相談室
☎公益通報者保護相談 (外部通報窓口)					
☎人権悩みごと相談 不当な扱い、いやがらせ等	第1水曜日	9:30～11:45			
☎行政相談 国等への苦情、要望等	第3水曜日				
☎消費生活相談 契約トラブル、商品知識、架空請求、多重債務	月曜～金曜日 (第3木曜日は休館、電話相談のみ)	9:00～16:00		消費生活センター ☎(528)6810	
☎カウンセリング相談	火曜・水曜・土曜日 (土曜日は電話相談のみ)	13:00～17:00		男女平等参画係 ☎(528)6801	

相談項目	相談日	時間	場所	連絡先
総合福祉センターでの各種相談	☎成年後見相談	第2土曜日	総合福祉センター	地域あんしんセンターたちかわ ☎(529)8319
	☎法律相談	第3土曜日 (祝日の場合は第4土曜日)		社会福祉協議会 ☎(529)8300
	☎アルコール相談	第2・第4水曜日		くらし・しごとサポートセンター ☎(503)4308
	☎くらしや仕事の相談	月曜～金曜日		立川麦の会 ☎(537)3905
	☎精神障害者の家族相談	第2月曜日(祝日の場合は第3月曜日)		生活福祉課・内線1545
☎女性相談	月曜～金曜日	8:30～17:00 (正午～13:00を除く)	子育て推進課	手当・医療費給付係・内線1345
☎母子相談 ひとり親家庭の相談	月曜～土曜日	9:00～17:00	子ども未来センター	子ども家庭支援センター ☎(529)8566
☎子ども未来センターでの各種相談	☎子ども総合相談 子どもに関する相談でどこに相談したらいいかわからないとき		月曜～土曜日	子ども家庭相談係 ☎(528)6871
	☎子育て家庭の相談 子育ての悩み等		月曜～金曜日、第1・第3土曜日	発達支援係 ☎(529)8586
☎発達相談 子どもの発達が気になるとき	月曜～土曜日		教育支援課 ☎(527)6171	
☎就学相談	月曜～金曜日、第2土曜日*			
子育てひろば	☎乳幼児期の相談	月曜～金曜日 (一部午後あり)	子育てひろば(児童館ほか)	子育てひろば係 ☎(528)4335
☎外国人相談 在留資格、日常生活等	中国語	第1・第2・第4土曜日	女性総合センター5階	たちかわ多文化共生センター ☎(527)0310
	英語	第3・第5土曜日		
* 4月～8月のみ、第4土曜日も行います。				



くらいが、一番いい



写真は随時募集中!
くわしくは、市ホームページへ



「風物詩」

ペンネーム pushbookさん

3年前の国営昭和記念公園花火大会の写真です。台風やコロナの影響で延期や中止が続いているようですが、来年こそは開催されることを願っています。

救助を究めた隊員たち。
絶壁15メートル、わずか8秒。



第50回 50th National Rescue Meet In TOKYO 全国消防救助技術大会 in 東京・立川

2022.8.26 [金]
午前9時～午後4時30分

陸上の部 立川立飛特設会場 (泉町935)
水上の部 東京消防庁第八消防方面訓練場 (泉町1156-1)

同時開催イベント

第50回大会記念
RESCUE EXPO in 立川
2022.8.25 [木] 午後1時～5時
8.26 [金] 午前9時～午後4時
アリーナ立川立飛 (泉町500-4) ほか

レスキュー隊員が日ごろの訓練成果を競う全国大会の記念すべき第50回が、立川市で開催されます。消防、防災、救助の最新情報に触れられる記念イベントも同時開催。いずれも入場無料、直接会場へ(新型コロナウイルス感染症の状況により、開催方法を一部変更する場合があります)。

〒201-8503 立川市立飛特設会場 03(3212)2111、市防災課・内線2535



ロープ応用登はん

登はん者と補助者が協力し、身体のみで15メートルのロープを登ります。

《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