



[主な内容] ▶2面 市長と語ろう! ▶5面 立川市民文化祭 ▶6・7面 下水道歴史アクリズ

たちかわまちの案内人 まちを歩こう!



くわしくは2面へ

かたらい夢みらい

夏の厳しい暑さも和らぎ、少しずつ外でも過ごしやすい気候になってきました。これから秋にかけては、ウォーキングや散歩により季節です。

私のお勧めは、西砂町の殿ヶ谷緑道です。かつて殿ヶ谷分水だったこの道は、緑が多く、自然を感じながらゆっくり歩くことができます。市民の皆さんも、おひとりおひとりにお気に入りスポットがあるのではないのでしょうか。

まち歩きも、歴史や文化に親しい方と一緒に巡ると、いつもとは違った景色に見えることがあります。本市では「たちかわまちの案内人」というボランティア団体が活動しています。市の新任職員も、入庁直後の研修で、まちの案内をしていただいています。皆さんも、「まち歩き」に参加して、まちの新しい一面を見つけてみませんか。

さて、今年度も「市長と語ろう!」と題し、市民の皆さんとの意見交換会を開催します。私にとって、市民の皆さんのご意見を直接聞くことができる貴重な場であり、また、皆さんに市政を知っていただく機会になっています。ぜひご参加ください。

立川市長 清水 庄平

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。

9月19日（月・敬老の日）は市内4か所にある福祉会館を開館します。入浴施設も利用できます。問柴崎福祉会館（523）4012

拡充型放課後子ども教室
説明会

子どもたちの安全な居場所づくりのため、「拡充型放課後子ども教室」を実施しています。令和5年度からスタートする五小、六小、十小、南砂小で、下表のとおり説明会を開催します。各回とも同内容です。直接会場へ持参スリッパ

日 時	場 所
9月24日(土)午前10時から	南砂小体育館
10月1日(土)午前10時から	五小体育館
10月22日(土)午前10時から	六小体育館
10月22日(土)午後2時から	十小体育館

マイナンバーカードをつくりませんか

最大2万円分のマイナポイントの申し込みができるのは、9月末までに個人番号カード（マイナンバーカード）を申請した

祝 新記録！世界陸上オレゴン

1,600メートルリレー4位入賞
中島佑気ジョセフ選手が
市長を表敬訪問

立川市出身のアスリート・中島佑気ジョセフ選手（東洋大学）が、9月2日に市長を表敬訪問しました。中島選手は、第18回世界陸上競技選手権大会（オレゴン22）の1,600メートルリレー決勝で、日本新記録・アジア新記録を樹立するとともに過去最高の4位入賞を達成。さらなる高みを目指す若き“マイル侍”に、市長はエールを送りました。



受付中
中小事業者物価高騰等
緊急支援金

コロナ禍における原油価格・物価高騰等の影響を受けている中小事業者に、支援金を支給します。申請方法等詳しくは、市ホームページをご覧ください。



- 主な要件 ▶中小事業者である▶令和4年1月1日時点で市内で事業を営み、事業を継続する意向がある個人または法人（いずれも市内に事業所があるもの）▶市税を滞納していない、など
 - 支給額 令和3年の確定申告における「水道光熱費」「燃料費（ガソリン、灯油、重油、軽油）」の合計金額の30%に相当する額
 - 受付期間 12月23日（金）（消印有効）まで
- 問産業振興課商工振興係（中小事業者物価高騰等緊急支援金担当）内線2246

「立川市錦町庭球場・錦町フットサル場」の新愛称が決定

市は、新たな財源の確保とスポーツの振興を図ることを目的として「立川市錦町庭球場・錦町フットサル場」のネーミングライツポンスponsorを募集していましたが、このたび、次のとおり決定しました。市の案内物や看板は、新愛称を順次使用していきます。

- 施設の愛称 明治安田TAC HIKAWAフィールド
- 事業者名 明治安田生命保険相互会社

- 契約金額 年額50万円
 - 契約期間 10月1日～令和7年9月30日（3年間）
- 問行政経営課・内線2703

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金の申請締め切りは、9月30日（金）（消印有効）です。確認書をお持ちの方は、内容を確認の上、同封の返信用封筒で返送してください。家計急変世帯に該当する方は、申請用紙（市ホームページからダウンロード可）に必要書類を添えて郵送してください。

給付金は、市が確認書または申請書を受領してからおよそ3週間で指定の口座に振り込みます。

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金の申請は9月末までです

新型コロナウイルスワクチン接種

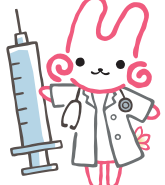
今後の接種についてのお知らせ

新型コロナウイルスワクチンは市内医療機関等で接種を受けられます。接種対象者の減少に伴い、接種実施医療機関を縮小しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。問コールセンター



■小児（5歳～11歳）の方向け3回目接種が始まります
2回目接種から5か月が経過した5歳～11歳の方を対象として、3回目接種が開始されます。2回目接種から5か月を経過するころに、接種券を順次送付します。接種開始時期や実施医療機関など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

■オミクロン株対応ワクチンについて
今秋以降、オミクロン株に対応したワクチン接種が予定されています。接種対象は、2回目までの接種を終えた方で検討されています。詳しくは今後の「広報たちかわ」や市ホームページでお知らせします。



- 接種の予約・相談、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〕
- 立川市接種予約システム
<https://v-yoyaku.jp/132021-tachikawa>
〔土曜・日曜日、祝日を含む、24時間〕



- 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、詳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〕



日傘や帽子等の活用、こまめな水分補給、状況に応じてマスクを外すなど、熱中症にご注意ください(健康推進課)

ひとり親家庭の方へ

各種支援制度のお知らせ

問子育て推進課(市役所1階21番窓口)内線1345

市は、ひとり親家庭を支援するため、就労に関する給付金の制度や相談窓口を設けています。

修学費用の貸付制度

子どもが高校や専門学校、大学などに進学予定で、修学費用の貸し付けを受けようと考えているひとり親家庭の方は、事前に予約の上、お早めにご相談ください。

貸し付けには▼東京都育英資金▼日本学生支援機構▼国の教育ローン▼金融機関の教育ローン▼東京都母子及び父子福祉資金▼立川市くらし・しごとサポートセンターの教育支援資金などの制度があります。貸付要件、募集期間、貸付限度額、利子の有無など、制度によって異なります。また、貸付制度によっては一定の収入がある連帯保証人が必要です。

就労支援

就労に必要な訓練のために給付金を支給します。事前にご相談ください。

●高等職業訓練促進給付金

看護師、介護福祉士等の国家資格取得のために修業する場合に給付されます。なお令和3年度に引き続き、修業期間が6か月以上の資格(シスコシステムズ認定資格等)も一部対象になります▼対象Ⅱ20歳未満の児童を扶養しているひとり親家庭の母または父で、次のすべての要件を満たす方▼児童扶養手当の支給を受けている、または同等の所得水準▼1年制以上の養成機関において、国家資格取得の見込みがある▼就業または育児と修業の両立が困難であると認められる▼過去にこの給付金等を受給していない▼対象資格Ⅱ看護

新しい乳医療証、子医療証を送付します

市は10月1日(土)から利用できる新しい医療証(うぐいす色)を9月16日(金)に発送する予定です(子医療証は所得制限超過者を除く)。10月1日(土)を過ぎても届かない方はお問い合わせください。有効期限が切れた医療証は、ご自身で破棄してください。

昨年、所得制限超過で子医療証の交付を受けられなかった方も、所得状況によっては交付の対象となる場合があります。お早めにお問い合わせください。

問子育て推進課手当・医療費給付係・内線1346



ひとり親家庭相談

母子・父子自立支援員がひとり親家庭の皆さんの悩みや問題を一緒に考え、問題解決のお手伝いをします。相談は無料で、個人の秘密は守られます。離婚前の相談にも応じます。相談の際は母子・父子自立支援員まで。

年金生活者支援給付金を支給します

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するため、年金に上乗せして支給されるものです。

●対象

老齢基礎年金を受給している方Ⅱ次の要件をすべて満たしていることが必要です▼65歳以上▼世帯員全員の市民税が非課税▼年金収入額とその他の所得額の合計が約88万円以下▼障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方Ⅱ前年の所得額が約47.2万円以下

●請求手続き

既に年金を受給していて、新たに年金生活者支援給付金の対象となる方Ⅱ日本年金機構から請求手続きの案内が届きます。給付金の受け取りを希望する方は、同封のはがき(年金生活者支援給付金請求書)を投函してください(令和5年1月4日(水)までに請求手続きが完了すると、令和4年10月からさかのぼって給付金を受け取ることができま)▼これから年金を受給する方Ⅱ年金請求と併せて年金事務所でお手続きください▼既に本給付金を受け取っている方Ⅱ手続きの必要はありません

なお、日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください。

問日本年金機構「給付金専用ダイヤル」☎0570(05)4092(ナビダイヤル)、日本年金機構立川年金事務所☎(523)0352

責任と愛情をもって終生飼いましょう

9月20日
~26日

動物愛護週間

問環境対策課・内線2244



どうぶつ愛護フェスティバル

テーマは「子どもも大人も一緒に考えよう、私たちと動物」。くわしくは「動物愛護週間中央行事実行委員会」のホームページをご覧ください。

●動物愛護管理功労者表彰式、講演など オンライン開催時9月24日(土)午後1時~4時15分

●動物愛護セレモニーなど 直接会場へ時10月1日(土)午前11時~午後4時場地上野恩賜公園野外ステージ

問同委員会(日本動物愛護協会内)☎03(3478)1886

- 不妊・去勢手術 繁殖を望まない場合は実施しましょう。性質がおとなしくなったり、病気の予防にもなります。
- 猫の飼育は屋内で 上下運動ができるように家具の工夫をし、専用のトイレ、つめとぎなどを用意しましょう。
- 犬の散歩はルールを守って 犬の散歩をするときは、リードでつなぎましょう。オシッコはすぐに水で流し、フンは家まで持ち帰りましょう。また、狂犬病の予防接種を必ず受けさせましょう。
- 迷子の防止 飼い主が分かるように鑑札や名札、マイクロチップを装着しましょう(6月1日から、ペットショップ等で販売される犬や猫にはマイクロチップの装着が義務づけられています)。
- 災害に備えて 避難する場合は、事情の許す限り動物を同行してください。動物のための防災用品(5日分以上のエサと水など)も用意しましょう。

9月19日（月・敬老の日）は、**国営昭和記念公園の無料入園日です（65歳以上の方限定。駐車料金別途必要）**国営昭和記念公園管理センター ☎（528）1751



全体行事（市民文化フェスティバル）

催し名	日時	場所	問い合わせ先
「バレエ」 「モダンダンス」	11月 6 日(日) 午後 3 時30分～ 5 時	たましんRISURU ホール大ホール	バレエ実行委員会 本村さん ☎090(3136)0937
展示	11月12日(土)・13日(日) 午前10時～午後 4 時	たましんRISURU ホール展示室	展示実行委員会 本村さん ☎090(3136)0937
公演	令和 5 年 2 月12日(日) 午前11時30分～午後 4 時	たましんRISURU ホール大ホール	公演実行委員会 本村さん ☎090(3136)0937

地域文化祭

	内容	日時	場所	問い合わせ先
柴崎町	作品展示、公演 ほか	中 止		
羽衣町	作品展示、演芸	10月22日(土)午後 1 時～ 8 時 10月23日(日)午前10時～午後 5 時	羽衣中央会館	羽衣町文化会 高橋さん ☎（522）5227
錦町	作品展示	10月 8 日(土)・ 9 日(日) 午前10時～午後 4 時	たましん RISURUホール 展示室	錦町文化会 尾崎さん ☎（525）2344
	芸能	令和 5 年 2 月19日(日) 午前10時～午後4時	錦学習館	
栄町	作品展示、演芸	10月22日(土)・23日(日) 午前10時～午後 4 時 (22日は午後 1 時から)	さかえ会館	栄町文化会 本村さん ☎090(3136)0937
	歌謡祭	令和 5 年 3 月 4 日(土) 午前10時～午後 4 時		
西砂川地区	作品展示	中 止		
	演芸発表会			
富士見町	作品展示	10月22日(土)・23日(日) 午前10時～午後 4 時 (23日は 午後 3 時まで)	滝ノ上会館	富士見町文化会 峯岸さん ☎090(2632)0405
	公演	令和 5 年 3 月 4 日(土)午後 1 時 ～ 5 時 3 月 5 日(日)午前10時～午後 4 時		
高松町	作品展示	10月29日(土)・30日(日) 午前10時～午後 8 時 (30日は 午後 3 時まで)	高松会館	高松町文化会 比留間さん ☎（523）0041
	演芸	11月 6 日(日) 午前10時～午後 4 時		
柏町地区	作品展示	11月26日(土)・11月27日(日) 午前10時～午後 4 時30分 (26 日は午後 1 時から)	こぶし会館	柏町地区文化会 増田さん ☎090(3220)2384
	芸能	11月27日(日) 午前10時～午後 4 時30分		
	新春カラオケの 集い	令和 5 年 2 月19日(日) 午前10時～午後 4 時50分		
幸町地区	作品展示・芸能	11月26日(土)午後 1 時～ 4 時30 分 11月27日(日)午前 9 時30分～午 後 5 時	幸学習館	幸町地区文化会 須崎さん ☎（535）0337
曙町	芸能	令和 5 年 2 月 5 日(日) 午前10時～午後 4 時	女性総合セン ターホール	曙町文化会 久保さん ☎（522）4639
若葉町	作品展示・演芸	令和 5 年 3 月 4 日(土)・ 5 日(日) 午前10時～午後 4 時	若葉会館	若葉町文化会 本木さん ☎090(7000)8370

専門文化団体による公演、展示

催し名	日時	場所	問い合わせ先
立川連合水墨画展	10月 5 日(水)～ 9 日(日) 午前10時～午後 5 時	柴崎学習館	立川市連合水墨画会 酒井さん ☎090(4819)6193
立川謡曲大会	10月16日(日) 午前10時～午後 4 時	柴崎会館	立川謡曲会 木戸口さん ☎090(6341)7230
ALOHA SMILE DAY	10月16日(日) 午前10時30分～午後 4 時 30分	たましんRISURU ホール大ホール	立川フラ・ハワイアン 連盟 鵜浦さん ☎090(7277)8531
華道展	10月22日(土)・23日(日) 午前10時～午後 5 時 (23日 は午後 4 時まで)	柴崎学習館	立川市華道連盟 橋本さん ☎（522）8696
書道展	10月22日(土)・23日(日) 午前10時～午後 6 時 (23日 は午後 5 時まで)	たましんRISURU ホール展示室	立川書道連盟 岩井さん ☎090(8585)5594
箏・三絃・尺八に よる三曲演奏会	10月23日(日) 正午～午後 4 時30分	たましんRISURU ホール小ホール	立川市三曲連盟 小倉さん ☎（522）5298
市民盆栽展	10月28日(金)～30日(日) 午前10時～午後 5 時 (28 日は正午から、30日は午 後 2 時30分まで)	女性総合センター ギャラリー	立川盆栽会 鈴木さん ☎（523）3357
立川市民合唱祭	10月30日(日) 正午～午後 4 時30分	たましんRISURU ホール大ホール	立川市合唱連盟 山本さん ☎090(7217)8307
菊花展	11月 1 日(火)～15日(火) 午前 9 時～午後 3 時30分	諏訪神社境内	立川菊花愛好会 勝地さん ☎（573）3173
立川おはやし大会	11月 3 日(木・祝) 午前10時～午後 4 時	たましんRISURU ホール小ホール	立川おはやし保存会 岡部さん ☎090(3510)7333
奇術発表会	11月 3 日(木・祝) 午後 1 時～ 3 時30分	女性総合センター ホール	立川市奇術愛好会 田中さん ☎（559）0478
茶会	11月6日(日) 午前10時～午後 3 時	女性総合センター 5 階	立川市茶道連盟 渡邊さん ☎（525）2409
民踊舞踊連合会 会員の集い	11月12日(土) 正午～午後 4 時	たましんRISURU ホール大ホール	立川市民踊舞踊連合会 小川さん ☎（524）2891
歌まつり	11月20日(日) 午前10時～午後 5 時	柴崎学習館	立川市カラオケ連盟 本村さん ☎090(3136)0937
立川市吹奏楽団 ファミリーコン サート	11月20日(日) 午後 3 時～ 4 時30分	たましんRISURU ホール大ホール	立川市吹奏楽団 阿部さん(渡辺さん方) ☎（527）4801
立川落語会 発表会	11月26日(土) 正午～午後 5 時	女性総合センター ホール	立川落語会 梅田さん ☎090(4725)6782
立川管弦楽団 定期演奏会	11月27日(日) 午後 2 時～ 4 時30分	たましんRISURU ホール大ホール	立川管弦楽団 古谷さん ☎（535）6586
立川市ギター倶楽 部 定期演奏会	12月 4 日(日) 午後 1 時30分～ 4 時	たましんRISURU ホール小ホール	立川市ギター倶楽部 平澤さん ☎（524）6354

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、入場を制限する場合があります。また、プログラムの変更・中止の可能性もあるので、来場の際は問い合わせ先にご連絡ください。

9月10日は
下水道の日



オスイちゃんで行く!

下水道ヒストリアクイズ

今や私たちの生活に欠かせないものとなっている下水道は、歴史と共に大きく、その形を変えてきました。いろいろな国と時代の下水道に行けちゃうオスイちゃんと一緒に、下水道の歴史を紐解くクイズの旅に出かけましょう。あなたはいくつ正解できますか。

関下水道管理課庶務係・内線2200

Q1

世界で一番古いトイレはどこで生まれた?

- 1 今のモロッコ
- 2 今のナイジェリア
- 3 今のイラク



現在発見されている世界で一番古いトイレは、紀元前2200年ごろに現在のイラクで栄えた古代オリエント文明の遺跡テル・アスマルにあるアッカド王朝時代の宮殿のトイレといわれています。レンガを椅子のような形に組んで作られた下水道につながった水洗式トイレでした。

③正解

Q3

下水道の技術が、14世紀のヨーロッパで急速に発達したのはなぜ?

- 1 病気がまんえんしたから
- 2 下水道事業がもうかるから
- 3 芸術的だと考えられたから



③正解

Q4

明治時代にできた日本最初の近代的な下水道は、現在のどこ?

- 1 大阪府の難波
- 2 愛知県の名古屋
- 3 東京都の神田

明治時代に入り、コレラが大流行したことで、日本政府は1883(明治16)年、オランダ人ヨハネ・デ・レーケの指導のもと、レンガ積み「神田下水」に着手しました。神田下水の一部は今でも現役の下水道管として使用されています。

③正解



神田下水

都市の人口が増え、汚水が街のあちこちに捨てられるようになったことで、街が汚くなり、ペストなどの伝染病が流行しました。この影響で、街をきれいに保つために下水道が整備され、ヨーロッパの技術は発達していきます。

①正解



中世期の汚水処分



＼探してみようよ!／
くるりんマンホール!

市内の6か所に、市の公式キャラクター「くるりん」がデザインされたカラーマンホール鉄蓋が設置されています。3種類あり、どれも気分が和む、かわいらしいデザインです。街を歩いているときに探してみては。

設置場所等くわしくは市ホームページ(右2次元コードからアクセス可)をご覧ください。



Q2

日本の下水道は何時代から始まった?

- 1 弥生時代
- 2 古墳時代
- 3 安土桃山時代



弥生時代に、環濠集落という、周囲に堀を張り巡らせた集落ができました。堀の役割には、敵の攻撃の防御や家畜が逃げるのを防ぐなどのほかに、用水、排水も含まれていたと考えられています。なお、②の古墳時代には、建物の屋根から落ちる雨水を受ける溝が存在していました。

①正解

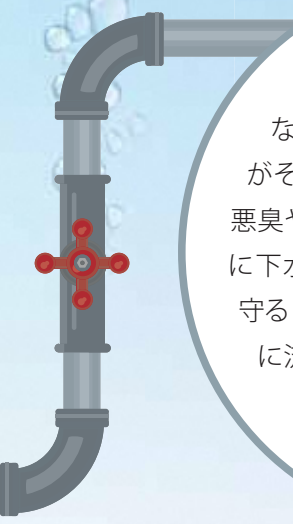


Q2については諸説あります。

Q5

今の下水道にはどんな役割があるでしょうか

- 1 街をきれいに保つ
- 2 街を浸水から守る
- 3 水環境を守る



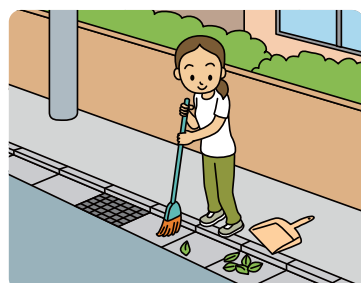
下水道には、次のような役割があります▶汚れた水がそのまま街に流れないようにして、悪臭や害虫の発生を防ぐ▶雨水をすぐに下水道へ流すことで、浸水から街を守る▶下水をきれいにしてから川や海に流し、水の環境をきれいに保つ

②正解

下水道を守るために 皆さんへのお願い

雨水ますの周囲はきれいに

▶浸水の危険があるので雨水ますや側溝の上に物を置かないでください。また、普段から雨水ます周辺の清掃をお願いします▶たばこの吸い殻などのごみは捨てないでください



雨水浸透施設を設置しましょう

市は、地下水の涵養による水循環の保全や下水道への負担の軽減のため、雨水浸透施設(下写真)の設置を建物の新築や建て替え時にお願いしています。また、既存住宅に雨水浸透施設を設置する個人を対象に補助金制度を設けています(上限20万円。付帯工事を含む)。なお、助成を受けるためには一定の条件があります。

くわしくは、市ホームページ(右2次元コードからアクセス可)をご覧ください。



●助成対象施設



雨水浸透管



雨水浸透ます

関下水道管理課排水設備係・内線2212

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 ……

- がん哲学外来 がんカフェ立川駅前 立川駅前キリスト教会が主催。がん患者や周辺にいる方などが、互いに寄り添い、心が軽くなるような居場所を目指しています。宗教の勧誘や布教、商品販売は一切ありません毎月第3土曜日、午後1時30分～3時立川駅前キリスト教会(錦町2-1-21)1回300円(資料代ほか)25人(申込順)高田さん☎(525)2615へ
- シニア水中ウォーキング教室 立川市水泳協会が主催市内在住・在勤の60歳以上の方10月5日～11月30日の水曜日、午前11時～正午(11月23日を除く、全8回)泉市民体育館プール15人(抽選)9月20日(火)(必着)までに往復はがきに、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、返信用宛先を書いて立川市水泳協会(〒190-0003米町6-25-21-108)☎(519)4115へ(電話は月曜日のみ)
- 借地借家人のための法律セミナー 東京多摩借地借家人組合が主催。底地買い、地上げ、明け渡し、原状回復等、借地借家人のためのやさしい法律の学習会と相談会9月24日(出)午後1時30分～4時立川市RISURUホール5階第6会議室20人(申込順)細谷さん☎(526)1094へ
- レディース健康マージャン入門講座 いきいき健康麻将・立川南が主催。頭の体操として、健康的なマージャンを基礎から学びますマージャン初心者の女性10月4日～12月20日の第1・第3火曜日、午後2時～4時(全6回)さかえ会館8,000円(用具代ほか)16人(申込順)高橋さん☎090(9760)9385へ
- ジョイフルシャウト ゴスペルコンサート2022 ジョイフルシャウト・ゴスペルクワイアが主催。今年は10周年記念。「新しいことが起こる」Make a Joyful Shoutを

テーマに日本語ゴスペルの素晴らしさをお届けします9月23日(金・祝)午後1時30分開演(午後1時開場)くにたち市民芸術小ホール(国立市富士見台2-48-1)1,000円250人(申込順)西野さん☎090(3514)4598へ

…… 会員募集 ……

- 立川サタディダンスサークル プロ講師の丁寧な指導とすてきな音楽でダンスを楽しめます。初心者歓迎①月2回～3回の土曜日、午後6時20分～8時30分②月2回の月曜日、午後1時20分～3時50分③さかえ会館、高松学習館④高松学習館1,000円⑤3,000円3人(申込順)奥山さん☎080(3009)8519へ
- フラダンスサークルKa Pua 楽しく踊りましょうフラダンス未経験の方(経験者はご相談ください)①月3回の金曜日、午前9時15分～10時15分②月3回の水曜日、午後7時～8時③たましんRISURUホール、子ども未来センター④2,000円(ほ

- かに会場代として500円～1,500円)5人(申込順)菱山さん☎090(8311)0410へ
- 暮空 30代～80代で囲碁の対局を楽しんでいます。不定期に暮空オープンという大会も開催。見学可(申込不要)碁碁碁初段以上の方④毎週水曜日、午後6時～8時45分⑤高松学習館1,000円⑥1,000円⑦石井さん☎(848)2390へ
- シルバージャズダンスクラブ 楽しいジャズダンスを通じて、心身共に若さと健康を保ちましょう。見学可60歳以上の方④毎週水曜日、午前10時～正午⑤子ども未来センター⑥3,000円6人(申込順)久保田さん☎(529)6069へ
- 楽しい韓国語教室 韓国語を学ぶサークルです。日本人の講師から楽しく学びます韓国語初心者の方④月2回の月曜日、午前10時～11時30分⑤女性総合センターほか④4,000円20人(申込順)岡谷さん☎090(4392)3472へ
- 松中シスターズ 明るく元気なパレーボールチームです。男女問わず参加できま

- す。見学・体験可小学生④毎週水曜日、午後6時30分～9時⑤毎週土曜日、午前9時～午後5時⑥松中小体育館1,000円⑦2,000円⑧藤井さん☎090(9379)1436へ
- 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・体験可毎月第1・第3金曜日、午後6時～7時30分④高松学習館④4,000円⑤高見さん☎090(3104)1016へ
- 混声合唱団<つばさ> 活動時間が夜なので、昼間お仕事の方も参加が容易です。見学可。初心者歓迎④月3回～4回の木曜日、午後7時～9時⑤栗崎学習館⑤5,000円⑥石井さん☎080(3421)0658へ
- 立川樺ソフトボールクラブ 一緒にグラウンドでボールを追いかけて汗を流しませんか。毎月、市外のチームと交流試合をします⑥60歳以上の市民の方④毎週水曜・土曜日、午前9時～正午⑤泉町野球場、砂川中央地区北野球場ほか④8,000円⑥長島さん☎090(8729)0272へ

 健康

ラジオ体操・みんなの体操指導者講習会

「ラジオ体操・みんなの体操」を正しく学んで、地域に広めましょう。受講した方は、全国ラジオ体操連盟公認のラジオ体操指導員の資格の申請ができます(認定料2,000円) ㊦令和4年3月31日現在、18歳以上の市内在住・在勤・在学中、医師から運動を制限されていない方 ㊨10月23日(日)午前10時～11時30分 ㊩泉市民体育館 ㊪元NHKテレビ体操実技者・藤元直美さんほか ㊫50人(申込順) ㊬9月12日(月)～30日(金)に、電話か電子申請で健康推進課保健事業係 ☎(527)3272へ

大人の食育講座「備えて安心! 防災料理のススメ」

『防災レシピ』の著者で、テレビでも活躍中の講師から、家庭にあるものを上手に使って、手軽に、気軽に、「もしも」のときに備える防災料理を学びます ㊦74歳以下の市民で医師から食事制限をされていない方 ㊨10月21日・28日の金曜日、午前9時30分～11時30分(10月21日は正午まで。全2回) ㊩健康会館 ㊪栄養士・飯田和子さん ㊫200円(材料代) ㊬15人(申込順) ㊬9月12日(月)から健康推進課保健事業係 ☎(527)3272へ

お悩み解消!! 身体メンテナンスのススメ～10年後のあなたが変わる新習慣

血圧やコレステロールが高めの方、体重管理等に悩みがある方必見。測定や記録を通じて自分の体を「見える化」し、運動や食生活について学ぶ体験型の教室です。日程・内容は下表のとおり ㊦30歳～64歳の市民で、医師から運動を制限されていない方 ㊩健康会館 ㊫16人(申込順) ㊬9月12日(月)から電話か電子申請で健康推進課保健事業係 ☎(527)3272へ

日程	内容
10月24日(月)	基礎講座・測定会
10月31日(月)	個別面談
11月7日(月)	栄養講座
11月28日(月)	栄養講座
12月5日(月)	運動講座・歯科講座
12月12日(月)	運動講座
12月19日(月)	運動講座・修了講座
令和5年2月27日(月)	運動講座・フォロー講座

時間は午前9時30分～11時30分。10月31日(月)は午前9時30分～午後4時のうち指定された時間(約30分)

はじめてのヨガ

企画・運営は健康ささえ隊。たちかわ健康ポイント対象事業です ㊨10月5日・12日の水曜日、午前10時～正午(全2回) ㊩健康会館 ㊪ヨガインスト

ラクター・内田真珠さん ㊫10人(抽選。初めての方優先) ㊨運動しやすい服装、スリッパ、タオル、飲み物 ㊩9月20日(火)(必着)までに、はがきに「はじめてのヨガ希望」、住所、氏名、電話番号、生年月日を書いて健康推進課地域支援係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内) ☎(527)3632へ

らくらくゴックン(離乳食準備教室)

スムーズに離乳食が始められるように、進め方や気をつけるポイントなどを学びます ㊦・㊨これから離乳食を始める▷令和4年5月～6月生まれの乳児と保護者=10月14日(金)▷令和4年6月～7月生まれの乳児と保護者=11月11日(金)、いずれも午前10時～11時30分 ㊩健康会館 ㊫各10組(申込順。第1子優先) ㊬9月12日(月)から電話か電子申請で健康推進課母子保健係 ☎(527)3234へ



胃がん・大腸がん・肺がん集団検診(後期)

対象と費用は下表のとおり。午前中の指定した時間に検診車で実施します ㊨・㊩▷11月11日(金)=若葉会館▷11月13日(日)=市役所▷11月14日(月)=健康会館▷12月3日(土)=砂川学習館▷12月4日(日)=市役所 ㊫各35人程度(申込順) ㊬9月12日(月)から各検診日の7週間前までに、電話か電子申請で健康推進課予防健診係 ☎(527)3272へ

検診	費用	対象
胃がん(エックス線)	1,200円	40歳以上の市民の方
大腸がん	300円	
肺がん	エックス線のみ800円、エックス線と喀痰1,000円	15歳～39歳の市民の方
結核	無料	

胃がん検診は、昨年度内視鏡検診を受診した方は受診できません

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 こども救急室 ☎(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。

 スポーツ

泉体育館DAY

水泳、バドミントン、ミニテニス、ボウリング、ターゲット・バードゴルフなど、さまざまなスポーツを体験します。どなたでも自由に参加・見学できます。直接会場へ ㊨10月10日(月・祝)午前9時～午後3時20分(雨天の場合、体育館のみ実施) ㊩泉市民体育館、泉町野球場、泉町ゲートボール場 ㊪室内用運動靴 ㊫立川市体育協会 ☎(534)1483

100トレ体操講習会

「100トレ体操」は、健康寿命を延ばしQOLを保つことを目的に開発された運動プログラムです。人が人らしく生きるための3要素「一生涯自分の脚で歩く」「自分の力で食べる」「自分自身で排泄をコントロールする」を同時に鍛えられる体操を行います。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 ㊦おおむね60歳以上の方 ㊨10月28日(金)、11月19日(土)、午後1時30分～3時30分 ㊩泉市民体育館 ㊪フィジカルトレーナー・中野ジェームズ修一さん ㊫各100人(申込順) ㊩立川市体育協会 ☎(534)1483

健康 Q & A 579

Q リフィル処方とはどのような制度ですか？

A リフィル処方とは、医師と薬剤師が適切な連携の下、処方箋を反復して利用できるもので、4月から導入された新しい制度です。
リフィル処方を受けられるのは、慢性的な疾患で症状が安定しているなど、医師が問題ないと判断した場合のみです。処方箋を反復して利用できる回数や1回当たりの投与期間と総投与期間は、医師が医学的に問題ないと判断した回数、期間となります。
また、すべての薬がこの制度の対象ではありません。投薬制限のある薬や湿布などは対象外です。
2回目以降は、指定された期間に薬局に行き、薬剤師が薬を渡す際に服薬状況や体調の変化などについて確認して、必要に応じて受診を推奨します。
くわしく知りたい方は、かかりつけの薬局で確認してください。
《立川市薬剤師会・安藤裕生》

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
- 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=9月15日(木)午後1時20分～2時50分
 - 栄養・運動相談** 管理栄養士・運動指導者が相談に応じます。
▶受付日時=10月4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**=9月28日(水)
 - 西砂学習館**=10月5日(水)
 - 健康会館**=10月26日(水)
 - 砂川学習館**=11月2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。
9月28日、10月26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

「立川シティハーフマラソン ONLINE」

参加者募集

11月1日🔥～15日🔥

令和5年3月12日(日)の「立川シティハーフマラソン2023」に先立ち、今年度もONLINEマラソンを開催します。期間内に累積でハーフマラソン(21.0975km)の距離をランニング、またはウォーキングします。スマートフォンの各種ランニングアプリでGPS機能を使用して距離や時間を計測。いつでも、どこでも参加可能です。小学生は、必ず保護者が申し込み、ペアで参加してください。申込方法等、くわしくは「立川シティハーフマラソン」のホームページをご覧ください。

- 実施期間** 11月1日(火)～15日(火)
 - 申込期間** 9月15日(木)～10月15日(土)
- ㊩▷申し込みについて=エントリーセンター ☎0570(039)846▷運営について=立川シティハーフマラソン事務局(立川市体育協会内) ☎(534)1483





講座



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。

書いてみようかな…そんなあなたへの文章講座

自分の作品を書き、講師の添削、参加者の意見なども参考にして推敲し、仕上げます。企画・運営はチームいま好き対女性時10月11日、11月15日、12月13日の火曜日、午後1時30分～3時30分（全3回）場女性総合センター師フリーライター・蜂須賀裕子さん定15人（申込順）保5人程度（1歳～学齢前）申9月12日（月）から男女平等参画課 ☎（528）6801へ

乙女たちの護身術

護身術と今の女性や子どもを取り巻く社会の状況等を学びます。座学で護身の基本と心理的圧迫に対する対処法を学んだ後、身体的圧迫に対する実技を行います（身体的な接触は伴いません）。企画・運営はBody and Soul対中学生以上の女性時10月8日（土）午後1時30分～3時30分場女性総合センター師護身術インストラクター・森山奈央美さん定15人（申込順）保5人程度（1歳～学齢前）申9月12日（月）から男女平等参画課 ☎（528）6801へ

砂川闘争を知ろう



「流血の記録砂川」を鑑賞した後、当時の状況を聞き、ゆかりの地を歩きます対この講座に初参加の方時10月8日（土）午後1時～4時場砂川学習館ほか師砂川を記録する会・島田清作さんほか定15人（申込順）申9月13日（火）から砂川学習館 ☎（535）5959へ

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1人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、学校名を、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 echiiki@twcpe.ac.jpへ問市生涯学習推進センター ☎（528）6872

●幼児講座「歌あそびリズムあそび」ピアノにあわせて歌ったり踊ったり、みんなで楽しく音楽遊びをしましょう対2歳以上の幼児と保護者（子どものみも可）時10月16日（日）午前10時～

11時30分師同大学教授・三好優美子さん、柳田憲一さん定15組*

●共通講座「はじめてのキャンプ」親子でテントやタープの使い方をマスターしましょう対小学生以上の子どものと保護者時10月16日（日）午後1時～4時師同大学准教授・永井将史さん、同大学講師・酒井紳さん定10組*

※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

砂川めぐり～身近な場所を歩こう

砂川町・上砂町周辺を講師とともに歩きます対小学生以上の方（小学生は保護者同伴）時10月2日（日）午後1時～4時30分ごろ（小雨実施）場砂川学習館集合、上砂会館解散師立川市文化財保護審議会副会長・小坂克信さん定15人（申込順）時雨具、帽子、飲み物、カメラ（お持ちの方）申9月10日（土）午前10時から上砂図書館 ☎（535）1531へ

「話せない、読めない、書けない」失語症を学ぶ

脳卒中や交通事故等で脳に障害を負い「話す、読む、書く」が難しくなる失語症について学びます時10月4日（火）午後2時～4時（午後1時30分から受け付け）場女性総合センター1階ホール師言語聴覚士・新堀統宮子さん定80人（申込順）申障がいのある人もな

い人も暮らしやすい立川を考える会 ☎（535）4751へ（右2次元コードからも申し込み可）問市障害福祉課・内線1520



女性のための ReStart 講座「私らしい起業のはじめ方」

起業の初歩を学びます。先輩起業家との交流会もあります対起業に踏み出す前・起業間もない女性時10月27日（木）午前10時30分～午後0時30分場女性総合センター定20人（申込順）保5人（1歳～学齢前）申9月12日（月）から株式会社シーズブレイス ☎（512）9958へ（右2次元コードからも申し込み可）問市男女平等参画課 ☎（528）6801



パートも安心補償。労災の正しい知識、お伝えします!! ～コロナも対象です

パート、非正規は労災の対象にないと思っていませんか。労災を正しく知って、家計を助ける備えをしましょう。企画・運営はえふぴーたちかわ時10月16日（日）午後2時～3時30分場女性総合センター師ファイナンシャルプランナー・山崎竜治さん定20人（申込順）保5人程度（1歳～学齢前）申9月12日（月）から男女平等参画課 ☎（528）6801へ

フレッシュ名曲コンサート～交響組曲「シェエラザード」演奏会



出演は三ツ橋敬子さん（指揮）、東京交響楽団（管弦楽）、大崎由貴さん（ピアノ）。曲目は「シェエラザード」「ラフマニノフ作曲ピアノ協奏曲第2番」ほか。東京都歴史文化財団と共催対小学生以上の方時11月13日（日）午後3時開演場たましんRISURUホール大ホール費S席3,000円、A席2,000円（学生割引、親子割引あり）問たましんRISURUホール ☎（526）1311

立川あにきゃん2022

商店街発、サブカルチャー融合イベント。商店街のお店を利用するとゲーム「黎の軌跡II」とコラボしたオリジナルの特典がもらえます。デジタルスタンプラリーも開催します。参加方法等くわしくは「立川あにきゃん」のホームページをご覧ください。立川あにきゃん実行委員会が主催時9月23日（金・祝）～10月2日（日）問立川あにきゃん事務局 ☎（525）3222、市産業振興課商工振興係・内線2645

日野宿本陣・交流館見学ツアー



日野宿本陣 © 日野市ふるさと文化財課

都内に現存する唯一の本陣で、貴重な文化遺産の日野宿本陣。新選組はもとより甲州道中や日野宿の歴史を学びます。本陣の解説は約30分間。立位での鑑賞で、解説はほかの入館者と一緒に聞きます対小学生以上の方（小・中学生は保護者同伴）時11月19日（土）午前11時から場日野宿本陣集合・解散（日野市日野本町2-15-9）費200円（参加費。小・中学生は50円）定15人（抽選）申10月7日（金）（必着）までに、「日野宿本陣ツアー希望」、応募者全員（2人以内）の住所・氏名（ふりがな。代表者に○印）・年齢・電話番号を、はがき、ファクス、Eメールで立川市地域文化振興財団（〒190-0022錦町3-3-20） ☎（526）1312 Fax（525）6581 ebijyutsu@tachikawa-chiikibunka.or.jpへ

写真展「立川駅前の移り変わり」

博物館学芸員実習生による写真展。立川の駅前の変遷を写真でたどります。直接会場へ時9月10日（土）～10月10日（月・祝）、午前9時～午後4時30分（9月

12日（月）～16日（金）、20日（火）・26日（月）、10月3日（月）を除く）場歴史民俗資料館問歴史民俗資料館 ☎（525）0860

いのちのパネル展

自死遺族者の声のパネルを展示します。相談窓口案内や簡易ストレスチェックの配布、健康に関する各種展示も行います。直接会場へ時9月26日（月）・27日（火）、午前10時30分～午後3時場市役所1階多目的プラザ問健康推進課保健事業係 ☎（527）3272

立川市民オペラ合唱団特別公開練習



令和5年3月開催の立川市民オペラ、マスカーニ作曲 歌劇「カヴァレリア・ルスティカーナ」の練習を公開します。本場イタリアで活躍する指揮者・マッスィミリアーノ・ピッチョーリさんの指導を受け、発音や表現を学びます。日本語通訳つき。入退場自由時9月29日（休）午後7時～9時（午後6時30分開場）場たましんRISURUホール大ホール申「立川市地域文化振興財団」のホームページから申し込んでください問同財団 ☎（526）1312

商店街で立川の歴史とグルメを味わうドラマチックツアー

街の歴史を味わえるスポットや個性的なお店を巡ります。軽食とお土産つき対ツアーの様子や感想をSNSで発信していただける方時10月7日（金）午後1時～4時30分場高松町周辺費1,000円（保険代、資料代）定10人（抽選）申9月10日（土）～20日（火）に「立川市商店街振興組合連合会」のホームページの申込フォームから申し込んでください問同連合会 ☎（527）2788、市産業振興課商工振興係・内線2645

外国人のための無料専門家相談会

ビザ・在留資格・社会保険・労働・教育・生活・結婚・離婚・DVなどについて、弁護士・行政書士・社会保険労務士などの専門家が無料で相談に応じます。秘密は守ります。中国語、英語、ハングル、タガログ語、ロシア語、スペイン語、ポルトガル語、フランス語、インドネシア語、ネパール語、ベトナム語、タイ語の通訳をします。NPO法人たちかわ多文化共生センターと立川市が共催。事前に申し込みが必要です▶日時＝10月1日（土曜日）午前10時～午後3時30分▶場所＝窓口サービスセンター▶申し込み＝たちかわ多文化共生センター ☎（527）0310へ▶問い合わせ＝市民協働課多文化共生係・内線2632

子ども・子育て

小学校演劇体験「オペラ・森は生きている」

市内在住の小学生と保護者(未就学児入場不可)



時10月23日(日)午後3時開演場たましんRISURUホール大ホール費1人200円定1,100人(抽選)申市立小学校に在学=学校へ市立以外の小学校に在学=「立川市地域文化振興財団」のホームページから申し込んでください問同財団☎(526)1312



双子・三つ子オンラインおしゃべり会

オンライン会議ツール「Zoom」を使用して先輩ママと双子・三つ子の妊娠や育児のことを話しませんか。今回のテーマは「子どもの事故と対処法」。市民団体SwingRing〜ふたご応援プロジェクトと協働多胎児を妊娠中・子育て中の方と家族時10月4日(火)午前10時30分～11時30分定5人程度(申込順。市内在住の方を優先)申9月12日(月)～29日(木)に、参加者全員の氏名、電話番号、町名、子どもの月齢、きょうだいの有無、「Zoom」で使用するニックネームをEメールで子ども家庭支援センターekodomokateishien@city.tachikawa.lg.jp☎(528)6871へ

ベビーマッサージ～私のお産・赤ちゃんとの生活を語り合おう

市内在住のはいはいする前の乳児と母親時10月3日・17日の月曜日、午前10時15分～11時30分(全2回)場錦学習館師助産師・河房子さん費200円(オイル代)定6組(申込順)持バスタオル申9月10日(土)から錦学習館☎(527)6743へ

産後の即効くびれ講座

呼吸法を使ってその場でサイズダウンを目指します市内在住の生後2か月～5か月の乳児と母親時10月20日(木)午前10時30分～11時30分場子ども未来センター師日本産後ダイエットトレーナー・平川裕樺さん定8組(申込順)申9月20日(火)午前10時から子育て支援事務室☎(529)8664へ

子育て情報誌「ほほえみ」vol.69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。今回は防災特集です▶配布場所=子ども家庭支援センター、子ども未来センター、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

土曜ファミリー劇場「にんぎょうげき」

人形劇団「コッコ座」の皆さんによる「おいも畑」「ツェねずみ」をお楽しみください時9月24日(土)午後1時15分～2時場柴崎学習館定50人(申込順)申9月13日(火)から柴崎学習館☎(524)2773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か月の子どもと保護者時10月5日(水)午後0時30分～2時場子ども未来センター定24組(申込順)申9月12日(月)午前10時から子育て支援事務室☎(529)8664へ

ヨガ教室

いずれも場子ども未来センター師ヨガインストラクター・愛さん申9月20日(火)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時10月15日(土)午前11時15分～正午定7組(申込順)

●ベビーちゃんと一緒にパママヨガ 市内在住の令和4年4月15日以降生まれの乳児(第1子に限る)と両親時10月15日(土)午後1時30分～2時15分定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)時10月15日(土)午後2時45分～3時30分定8人(申込順)

就学前に知っておきたいこと

発達に不安があるお子さんの進路について、小学校入学を前に、一緒に考えます市令和5年・6年度に小学校に入学する子どもの発達に不安を感じている保護者時10月22日(土)午前10時～正午場子ども未来センター師子育てサポートコミュニティキラリっ子ファミリーカフェ代表・中村ひとみさん定20人(申込順)保若干名(1歳～小学生)申右2次元コードから申し込んでください問子ども家庭支援センター☎(528)6871



多胎ピアサポーター養成講座

多胎育児の経験を生かして、同じような悩みをもつ多胎家庭をサポートするために必要な知識を身に付けます。講座終了後はおしゃべり会の参加などピアサポーターとして活動します市多胎育児中の方時10月20日(木)午前9時30分～11時30分場子ども未来センター師日本多胎支援協会理事・太田ひろみさん定15人(申込順)保10人程度(1歳～学齢前)申9月12日(月)～10月6日(木)に、住所、氏名、電話番号、保育の有無をEメールで子ども家庭支援センターekodomokateishien@city.tachikawa.lg.jp☎(528)6871へ

ホースセラピー

リトルホース2頭と触れ合います市内在住の未就学児と保護者時10月13日(木)午後2時30分～3時30分場子ども未来センター定28組(申込順)申9月12日(月)午前10時から子育て支援事務室☎(529)8664へ

シニア

アクティブ体操・秋コース

転ばない体づくりを目指します市65歳以上の市民の方時10月～3月の第4土曜日①午後1時30分～2時15分②午後2時30分～3時15分(いずれも全6回)場高松学習館定各12人(抽選)申9月22日(木)(消印有効)までに、往復はがき(1枚につき1人)に「アクティブ体操・秋コース」、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望時間(①か②)、返信用宛先を書いて中部たかまつ地域包括支援センター(〒190-0011高松町2-27-27)☎(540)2031へ

日本百観音巡礼紀行～秩父三十四所編

古くから伝わる観音巡礼紀行の話を名所、旧跡、グルメなどもあわせて楽しく紹介します市60歳以上の市民の方時10月4日・11日の火曜日、午後1時30分～3時30分(全2回)場柴崎福祉会館師生涯学習市民リーダー・ブンセイ北上さん定20人(申込順)持蛍光ペン申9月12日(月)から柴崎福祉会館☎(523)4012へ

元気ハツラツ民謡教室

市おおむね65歳以上の市民の方時9月20日(火)午後1時30分～3時30分場西砂会館定15人(申込順)申にしな福祉相談センター☎(531)5550へ

ふれあい演芸会出演者を募集

11月10日(木)・11日(金)に柴崎福祉会館で開催する演芸会の出演者を募集します。募集する演目はカラオケのみです。応募者多数の場合は抽選市60歳以上の市民の方申9月30日(金)までに、各福祉会館で配布する申込用紙を立川市老人クラブ連合会(柴崎福祉会館内)☎(521)3733へ

補聴器・集音器をうまく使って快適生活を！

補聴器・集音器の種類や使い方などを専門家から学びます市おおむね65歳以上の市民の方、家族時9月29日(木)午後2時～3時30分場砂川学習館定20人(申込順)申9月10日(土)から、住所、氏名、電話番号を、電話、またはEメールで北部中さいわい地域包括支援センター☎(538)2339eh-saiwai@shisei.or.jpへ

やさしいヨガ教室

市60歳以上の市民の方時9月30日～10月21日の金曜日、午前10時～正午(全4回)場幸福社会館師ヨガインストラクター・内田真珠さん定15人(申込順)持ヨガマット(バスタオル)申9月12日(月)から幸福社会館☎(535)2197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贈呈します。対象の方には案内を郵送します。依頼書と通帳等のコピーを同封の返信用封筒で提出してください問福祉総務課調整係・内線1492

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市内在住の原則60歳以上の方時・場9月16日(金)=女性総合センター9月20日(火)=砂川学習館9月29日(木)=たましんRISURUホール、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

高齢者被害特別相談

高齢者の悪質商法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。ご相談は☎(528)6810(相談直通)へ市内在住・在勤・在学の方時9月12日(月)～14日(水)、午前9時～午後4時問生活安全課消費生活センター係☎(528)6801

第8回ファーレ立川アート写真コンテスト入賞作品決定&写真展

8月に開催した写真展の人気投票と、ファーレ立川アート管理委員会による審査で、47人、114点の力作の中から13点の入賞作品と各賞が決まりました。入賞作品は次のとおり展示します。くわしくは「ファーレ立川アート」のホームページをご覧ください。直接会場へ。

●多摩モノレール高幡不動駅

時9月16日(金)～29日(木)場駅構内展示スペース

●多摩モノレール玉川上水駅

時10月15日(土)～30日(日)場駅構内展示スペース

●「ファーレ立川アートミュージアム・デー2022秋」

時10月4日(火)～9日(日)場女性総合センター1階ギャラリー

問ファーレ立川アート管理委員会事務局(市地域文化課内)内線4501



大賞
「曹長決断の時」
佐々木裕一さん

お知らせ

便利な「たちかわごみ分別アプリ」をご利用ください

「たちかわごみ分別アプリ」は分別辞典（検索）、カレンダー、出し忘れ防止アラートなどの便利な機能を無料で利用できます。ダウンロードして資源とごみの分別にお役立てください。

iOS

Android

☎ごみ対策課・内線6754

多摩川一斉清掃

河川敷等を一斉清掃します。ポイ捨てされたごみを拾い、川や海をきれいにします。クリーン多摩川実行委

たちかわ創造舎

Tachikawa Culture Factory

イベント紹介

☎(595)6347

HP「たちかわ創造舎」で検索

●ほうかごシアター「にゃん太!空をとぶ!」

「風煉ダンス」による「工作おしぼい」です。小学生のツクルくんが紙コップやペットボトルでネコをつくりました。すると、ネコがしゃべりだし…!? 生演奏にのせ、実際に工作しながら演じます

☎9月30日(金)午後4時30分開演

📍たちかわ創造舎B棟ドレミホール

💰400円(中学生以下200円、3歳以下無料。子どもが無料で観劇できる「あしながチケット」あり)

📍「たちかわ創造舎」のホームページの申込フォームから申し込んでください

●ロングライドに挑戦!「たまライド」

熟練ガイドとともに70kmの距離にチャレンジします

📍中学生以上のスポーツサイクル初心者

☎9月25日(日)午前9時から

📍たちかわ創造舎集合・解散

💰8,800円(昼食代、保険料。中学・高校生5,000円)

📍10人(申込順)

📍「たまライド」のホームページから申し込んでください

📍たまライド実行委事務局

☎03(3429)8970

員会が主催☎9月25日(日)午前7時から(小雨実施)📍日野橋付近☎東京立川ライオンズクラブ☎(524)0954(午前10時～午後4時)、市ごみ対策課☎(531)5517

生ごみの水切りを

暑い時期は生ごみの水切りをしないと、嫌な臭いや虫が発生します。できるだけ水がかからない場所に置きましょう。生ごみは約80%が水分といわれています。ごみ出し前のひと絞りが、燃やせるごみの減量にもつながります。ご協力をお願いします

☎ごみ対策課・内線6752

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について個別に説明します

☎①9月16

日(金)▷午後2時から▷午後3時から②9月27日(火)▷午後2時から▷午後3時から📍①一番福祉会館②曙福祉会館☎各2組(申込順)📍立川市斎場☎(524)1998へ

樹木の保存指定申請を受け付けています

市は、市内に点在する景観のよい樹木を保存樹木として指定しています。指定されると、所有者に、1本につき年額4,500円の管理補助金を交付します。対象は、高さ10m以上、地上1.5m地点の幹回りが1.5m以上ある健全な樹木。なお、指定後も樹木の日常管理(せん定など)は所有者が行ってください

📍公園緑地課・内線2260へ

錦図書館の改修工事を行います

錦図書館は10月から改修工事を行います。この間、館内へは入れません。利用できるサービスは、利用者カードの登録・更新・変更、予約した資料の受け取り、返却、リクエスト、レファレンスです。くわしくは「立川市図書館」のホームページをご覧ください

📍錦図書館☎(525)7231

たちかわ楽市2022出演者を募集

たちかわ楽市は11月12日(土)・13日(日)に国営昭和記念公園で開催されます。音楽・ダンス部門に出演する方(プロ・アマ、ジャンル問わず)を募集します。応募多数の場合、参加できない

こともあります☎9月30日(金)までに、「たちかわ楽市2022」のホームページから申し込んでください(右下2次元コードからアクセス可)📍たちかわ楽市実行委員会事務局(立川市地域文化振興財団内)☎(526)1312

官公署・その他

ハロウィンジャンボ宝くじ

「ハロウィンジャンボ宝くじ」と「ハロウィンジャンボミニ」を9月21日(水)から発売します。収益金は、明るいまちづくりや環境対策、福祉向上のために役立てられます

📍公益財団法人東京都区市町村振興協会☎03(5210)9944

ちよこつと共済受付中

東京都町村民 交通災害共済

ネット申し込みできます

事故にあったら必ず警察に届けましょう!

📍生活安全課生活安全係☎(528)4376

たちかわ競輪開催日

●青森記念=9月8日～11日●松阪FI=9月10日～12日●小田原FI=9月12日～14日●福井FI=9月13日～15日(いずれも場外発売)

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		
☎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		
	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)		
☎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	女性総合センター5階	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)	生活福祉課	生活福祉課・内線1545
☎母子相談 ひとり親家庭の相談	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
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	子ども未来センター	子ども家庭支援センター ☎(529)8566
	☎子育て家庭の相談 子育ての悩み等	月曜～土曜日		子ども家庭相談係 ☎(528)6871
	☎発達相談 子どもの発達が気になるとき	月曜～金曜日、第1・第3土曜日		発達支援係 ☎(529)8586
	☎教育相談	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		子育てひろば係 ☎(528)4335
子育てひろば	☎乳幼児期の相談	月曜～金曜日	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		第1・第3土曜日は行政書士、第2・第4・第5土曜日は生活相談員が対応



くらいが、一番いい



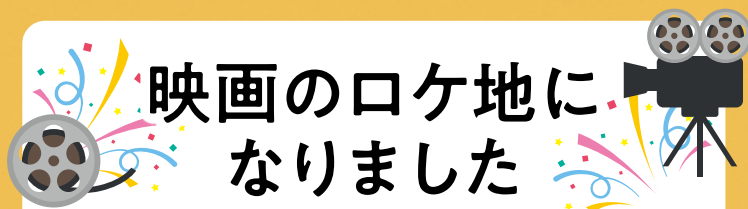
写真は随時募集中!
くわしくは、市ホームページへ



「私のウォーキングコース」

ペンネーム あっこさん

中央南北線は大きな街路樹があり、夏でもあまり直射日光を浴びずに歩くことができます。真っすぐ単調なようで、春の桜や野鳥の声など、実は歩くたびに季節の移り変わりを感じる道です。



「立川ロケーションサービス」では、市内での撮影支援を行っています。映画「犬も食わねどチャーリーは笑う」では立川がロケ地の一つとなり、昨年9月から10月にかけて多くのシーンが市内で撮影されました。

🎬 作品紹介

“コメディだけど怖いんです、いい意味で。”

表向きは仲よし夫婦の裕次郎(香取慎吾)と日和(岸井ゆきの)だったが、日和がこっそり投稿していたSNS「旦那デスノート」をきっかけに、少しずつ小さなすれ違いがつまびらかになっていく……。

🎬 ロケ地マップで撮影地を巡ろう!

映画の公開を記念して、作中に登場する立川のロケ地を1日で巡れるロケ地マップを配布します。映画を見た後はマップを片手に、裕次郎と日和が過ごした場所を巡ってみよう。

📍 配布場所 [なくなり次第終了]

- 東京観光情報センター 多摩
[柴崎町3-1-1エキュート立川3階] ☎(527) 8611
▶ 営業時間＝午前10時～午後9時30分〔日曜日、祝日は午後9時まで〕
- の一かる・バザール
[柴崎町3-9-2コトリンク1階] ☎(548) 2511
▶ 営業時間＝午前10時～午後8時
- kino cinéma 立川高島屋S.C.館
[曙町2-39-3立川高島屋S.C. 8階] ☎(512) 5162
▶ 営業時間＝午前10時～午後9時〔上映スケジュールにより異なる〕

📍立川ロケーションサービス事務局〔立川観光コンベンション協会内〕 ☎(527) 2700、市広報課観光振興係・内線2659

犬も 食わねど チャーリーは 笑う



こちらに、
いい意味で
そこそこ詳しく
載せてます。

9.23
から公開



立川市内では
kino cinéma 立川高島屋S.C.館で上映

出演：香取慎吾 岸井ゆきの
監督・脚本：市井昌秀
配給：キノフィルムズ

©2022 “犬も食わねどチャーリーは笑う” FILM PARTNERS

《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