

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)



📅10月23日(日)午後3時開演 会場 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 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 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 ☎kodomokateishien@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 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 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 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 日本産後ダイエツトトレーナー・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 同子育て支援事務室 ☎(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 10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か月の子どもの保護者 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 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 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) 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 ☎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 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 同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 ☎多胎育児中の方 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 ☎kodomokateishien@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 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 ☎65歳以上の市民の方 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 ☎60歳以上の市民の方 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

☎おおむね65歳以上の市民の方 10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 にしす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 ☎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 ☎おおむね65歳以上の市民の方、家族 10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)2339 ☎h-saiwai@shisei.or.jpへ

やさしいヨガ教室

☎60歳以上の市民の方 10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 同福祉総務課調整係・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 10月・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 10月12日(月)〜14日(水)、午前9時〜午後4時 同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。



大賞 「曹長決断の時」 佐々木裕一さん

●**多摩モノレール高幡不動駅** 10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** 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」** 10月4日(火)〜9日(日) 場 女性総合センター1階ギャラリー

同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