

たちかわ市民交流大学 情報誌

秋号 vol.69

きらり
たちかわ
講座ガイド

2024年10月～2025年1月

KIRARI TACHIKAWA



たちかわ市民交流大学

講座のご案内 10月～1月開講分

「たちかわ市民交流大学」は、「生涯学習からはじまるまちづくり」をめざし、市民と行政が協力して生涯学習を進めるしくみの名称です。

- * 講座の詳細は申込先へお問い合わせください。 * 申込は、特に記載のないものは午前8時30分から受付開始です。
- * 広報たちかわ掲載号変更に伴い、受付開始日が変わる場合があります。
- * 市民の方が対象ですが、市外の方も受講できる講座もあります。お問い合わせください。

目次

- P2-14.....講座のご案内など
- P15-17.....きらり★かわら版
- P18-19.....誰もが気軽にふらっと立ち寄れる、身近な地域の居場所 それ「地域福祉アンテナショップ」です
- P20.....図書館巡り「上砂図書館」

アイコン説明



「たちかわ☆きらきらカード」対象の市民企画講座です。シールを25枚集めると、対象講座の受講料1回分のパスポートをプレゼント。
企画・運営 市民推進委員会



「立川市民科」講座です。

立川市民科って?

立川のまちを知り、まちと関わる探究的学習をとおして「よりよい社会」に向けまちづくりを担う市民の輪を広げることを目的とした立川市独自の講座等の取組が「立川市民科」です。
(※小学校と中学校の子ども達は、授業の中で「立川市民科」の学びに取組んでいます。)



保育あり

※申込・定員制、1歳～学齢前。保育の申込期限は、講座毎に異なります。詳細はお問い合わせください。

【おことわり】

各種感染症や、定員に大きく満たない場合など、状況により講座が中止・延期等となる可能性があります。市ホームページのほか、各講座欄に掲載されている問合せ先に直接ご確認をお願いします。講座当日は、体調の良くない場合や不安がおありの方は参加をお控えください。

10月の講座

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
   ベビーマッサージ&産後のママ体操～赤ちゃんにっこりママすっきり～ 瀧 昌江さん (育児アドバイザー)	10/3・10・17(木) 10:00～11:30 全3回	幸学習館	9/10 電子申請で ☎ 幸学習館 ☎042(534)3076	8組 (16人)	絵本の読み聞かせ、歌遊び、子育てについてのおしゃべりタイムなどもあります。 ④ 市内在住で10/3現在2か月～6か月の子どもと保護者 ⑤ 体操用ゴムバンド代1,500円 ⑥ 動きやすい服装、バスタオル、飲み物 企画・運営 幸学習館運営協議会

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
 ギフト用フラワーボックスを作ろう  菅 英子さん (フリーフラワーデザイナー)	10/6(日) 10:00~12:00	女性総合センター	8/26 生活安全課 消費生活センター係 ☎042(528)6801	10人  保育あり	造花(アーティフィシャルフラワー)を小さなボックスに詰めてかわいいギフトを作ります。 (費) 1,000円 (持) はさみ、持ち帰り用袋
少女マンガの過去と未来 ~30年の変容を考える~ 藤本 由香里さん (明治大学国際日本学部教授)	10/6(日) 14:00~16:00	女性総合センター	8/26 男女平等参画課 ☎042(528)6801 電話または電子申請	150人  保育あり	女性総合センターアィム30周年記念事業基調講演。 マンガを通して男女平等やジェンダーの問題の変化についてお話しします。
 みんなの講座「ラジオ体操」で、頭すっきり、からだ元気!  萩本 悦久さん (全国ラジオ体操連盟公認2級ラジオ体操指導士・生涯学習市民リーダー)	10/7(月) 13:30~15:30	柴崎学習館	8/27 柴崎学習館 ☎042(524)2773	30人	「ラジオ体操」一つ一つの「ねらい」を意識して運動すると、運動効果を高めます。健康と認知症予防の楽しいお話と、実技で各運動の目的と方法を学びます。 (費) 受講料300円 (持) 運動ができる服装、室内用運動靴、飲み物
 パソコン講座「Word入門」   生涯学習市民リーダーの皆さん	10/8(火)・9(水)・10(木) 10:00~12:00 全3回	柴崎学習館	8/27 柴崎学習館 ☎042(524)2773	10人	文章の編集、表の作成、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 (費) 受講料・資料代2,000円 (持) パソコン(Word2010以降)
女性しごと応援キャラバン in 立川 就職に使える「アサーティブコミュニケーションのすすめ」 鈴木 真木子さん (国家資格キャリアコンサルタント)	10/10(木) 10:00~12:00	ホテルエミシア 東京立川	9/9 Ⓜ 女性しごと応援キャラバン運営事務局 ☎03(6734)1346 Ⓜ 男女平等参画課 ☎042(528)6801	40人  保育あり	面接におけるコミュニケーションの意義や目的を知り、自信を持って自分の思いを伝える方法を学びましょう。受講には東京しごとセンター多摩の登録が必要です(当日会場で登録可)。 (対) はたらくたい女性 保育の申込みは10/4(金)正午まで。
はじめよう! あなたの起業ストーリー ~起業に不安や迷いを抱える女性へ送る 私の失敗と成功~ 金澤 明美さん (TOKYO創業ステーションTAMAコンシェルジュ)	10/10(木) 10:00~12:30	女性総合センター	9/10 電子申請で Ⓜ 男女平等参画課 ☎042(528)6801	16人  保育あり	事業を軌道に乗せた経営者は、どんな知識や経験から成功に至ったのでしょうか。37年の経営経験を持つ先輩起業家の失敗とそこからの成功ストーリーをお伝えします! (対) 起業に関心のある、または起業して間もない女性
 わらべうた&絵本ライブ みなみ じゅんこさん 坂野 知恵さん	10/12(土) 10:30~11:30	上砂会館	9/10 10:00~ 上砂図書館 ☎042(535)1531	15組	みなみじゅんこさんが自作の絵本を読み、坂野知恵さんが音を添えるライブ。 (対) 未就学児とその保護者
第23回くらしフェスタ 立川講演会 稲垣 えみ子さん (元新聞記者)	10/12(土) 13:30~15:00 (開場13:00)	女性総合センター	9/10 生活安全課 消費生活センター係 ☎042(528)6801 電話または電子申請	160人  保育あり	講演タイトル 「ある幸せ、ない幸せ ~自分で決める暮らし方」
 砂川闘争を学ぼう ①島田 清作さん ②青木 栄司さん	①10/12(土) ②10/19(土) 14:00~16:00 各1回(両方の参加も可)	①西砂学習館 ②砂川闘争現地	9/10 砂川学習館 ☎042(535)5959	①30人 ②15人	実際に砂川で起こった闘争について学び、地域の歴史を知ります。 ①砂川闘争関連の映像視聴、講義 ②現地見学(初めての方優先)



講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申込	定員	内容
  再就職を目指す女性のためのパソコン講座 EXCEL入門 上田 賢一さん (生涯学習市民リーダー)	10/15(火)・16(水)・18(金) 10:00～12:00 全3回	女性総合センター	8/26 男女平等参画課 ☎042(528)6801	10人 ☺ 保育あり 0歳児 同席可	育児・介護等で離職した女性が再就職先を探すにあたって、パソコンでEXCELの基本操作ができるようになることで選択肢が増えます。 ☑ 再就職を目指している女性で、文字入力ができる方。全3回参加できる方。 ☎ テキスト代500円 ☎ パソコン(Excel2013以降)、マウス ☎ 企画・運営) ジャランジャラン
  根川と多摩川の自然観察 池村 国弘さん (緑花文化士)	10/16(水) 9:30～12:30頃 (小雨実施)	柴崎市民体育館 正面入り口 (集合) たまがわ・みらいパーク (解散)	9/25 歴史民俗資料館 ☎042(525)0860	15人	根川緑道と多摩川の河原を散策しながら、樹木や草花を観察します。 ☑ 市内在住・在勤の18歳以上の方 ☎ 歩きやすい服装、雨具、帽子、飲み物、カメラ
 本当に健康になれる?! サプリメント 森田 満樹さん (一般社団法人Food Communication Compass運営、東京海洋大学非常勤講師)	10/16(水) 10:00～12:00	女性総合センター	8/26 生活安全課 消費生活センター係 ☎042(528)6801	60人 ☺ 保育あり	健康食品とはどのようなものなのか?その名の通り健康を手に入れるものなのか?今一番気になるサプリメントについて学習します。
  大人の食育講座 飯田 和子さん (株式会社 WA・ON)	10/18・25(金) 10:00～12:00 全2回	女性総合センター	9/10 健康推進課保健事業係 ☎042(527)3272 電話または電子申請	15人	講座と調理実習を通して、どんな時でもしっかり食えることや、「もしも」の時に備える防災料理を学びます。 ☑ 74歳以下の市民 ☎ 食材費300円
  日本画家・邨田丹陵の生涯とその作品・ミニツアー付 小林 誠二さん (立川市地域文化振興財団) たちかわ街の案内人	10/19(土) 14:00～16:00	こんぴら橋会館	9/10 生涯学習推進センター ☎042(528)6872	20人	『大政奉還図』の作者として知られる邨田丹陵の生涯と作品を紹介します。講座後は、砂川村に構えた画室のあった金毘羅山付近や巴河岸跡などを巡るミニツアーを実施します(小雨決行)。 ☎ 保険料50円
  8日間モリモリコース	10/21・28、11/18・25、12/2・9・16、2/17(月) 9:30～11:30 全8回	健康会館	9/10 健康推進課保健事業係 ☎042(527)3272 電話または電子申請	16人	生活習慣病の基本や、栄養、運動、歯と口についてトータルで学べる教室です。 ☑ 30歳～64歳の市民で、医師から運動を制限されていない方
 やさしい哲学講座 カントの「自分で考える勇気」の哲学 上杉 敬子さん (元・大学非常勤講師)	10/22、11/5・19(火) 10:00～12:00 全3回	高松学習館	9/10 高松学習館 ☎042(527)0014	20人 ☺ 保育あり	あなたの悩みにAIが答えをくれたら、すぐに従いますか?それが人生の重大な選択に関わることでも。自分でじっくり考えることの大切さを教えてくれるカントの思想にふれてみましょう。
年金生活に備えよう～いつからでも始められる家計簿の勉強会 多摩友の会生活講習グループの皆さん	10/22(火) 10:00～12:00	女性総合センター	8/26 生活安全課 消費生活センター係 ☎042(528)6801	20人 ☺ 保育あり	年金生活真っ只中の人でもこれからの人も、安心して暮らすための勉強会です。 ☎ 電卓、筆記用具

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
ライフプランセミナー 未定	①10/23(水) ②12/10(火) 10:00~12:00 各1回	マザーズ ハローワーク 立川	①10/1 ②11/12 ㊦ マザーズハローワーク立川 ☎042(529)7465 (平日9:00~17:00) ㊧ 男女平等参画課 ☎042(528)6801	各12人  保育あり (3か月~学童前)	仕事と家庭の両立を目指す方のための、就活に役立つお金に関する講義。社会保険や扶養等についてもアドバイスします。 ㊦ マザーズハローワーク立川で就活希望の方 ㊧ マザーズハローワーク、市男女平等参画課
 極地研サイエンスカフェ「第64次南極地域観測隊越冬観測について」 田中 良昌さん (国立極地研究所 先端研究推進系 准教授)	10/23(水) 15:00~16:30	女性総合センター	8/26 生涯学習推進センター ☎042(528)6872 電話または電子申請	30人	国立極地研究所との協働講座。第64次隊の南極での活動とその研究成果について紹介します。
  みんなの講座「しなやか健康ボディを作る！とっておきのストレッチ法」 山賀 里咲さん (フィットネストラナー、ダンスインストラクター・生涯学習市民リーダー)	10/24・31(木) 10:30~11:30 全2回	錦学習館	9/10 錦学習館 ☎042(527)6743	20人	健康の秘訣はしなやかさにあり！体のほぐし方を楽しく伝授。仕上げに簡単な体操も行うので、「ほぐれたその先にどう体を使うと良いか」まで学べます。 ㊦ 各回300円 ㊧ 動きやすい服装、室内用の運動靴、タオル(できれば長めのもの)
 子育てをパパ・ママ(パートナー)と、ともに楽しむために 内田 貴峰さん (助産師)	10/26(土) 10:00~11:30	女性総合センター	8/26 子育て推進課 子育てひろば係 ☎042(528)4335 (平日9:00~16:00)	8組 (抽選)  保育あり	夫婦で育児をより楽しむ方法を学びます。同室保育。 ㊦ 妊娠中の方と配偶者、2歳以下の子ども1人と両親
賢く長寿を楽しむために。公的制度から、家計の知恵を身につけましょう！！ ①山崎 竜治さん ②森川 知枝さん ③金子 茂さん (ファイナンシャルプランナー CFP)	10/26(土) ①13:00~14:00 ②14:15~15:15 ③15:30~16:30 各1回	女性総合センター	8/26 男女平等参画課 ☎042(528)6801	各25人  保育あり	①【パートの方必見】つい同僚に言っていないませんか？厚労省が認めるパワハラの定義～正しい知識で自己防衛しましょう～ ② 社会保険料控除って何？節税と資産形成の最強カードiDeCo～新NISAの解説もいたします～ ③ どうすれば良いの？年金の繰り下げ受給はホントに必要なか～ご自身にあったライフプラン見つけましょう～ ㊦ 企画・運営 えふびーたちかわ
DV防止と対策を加害者の暴力克服支援現場から考えたこと つじ ゆうさくさん	10/26(土) 14:00~16:30	女性総合センター	8/26 男女平等参画課 ☎042(528)6801	20人  保育あり	DV加害者対策は、一貫して被害者援助のために実施されています。日本ではあまり知られていない加害者プログラムについて専門家が解説します。 ㊦ 女性のみ ㊧ 企画・運営 ウィメンズ・ライツ・センター
  ラジオ体操・みんなの体操指導者講習会 平井 孝子さん 吉江 晴菜さん (全国ラジオ体操連盟指導委員)	10/27(日) 9:30~11:30	泉市民体育館	9/10 健康推進課保健事業係 ☎042(527)3272 電話または電子申請	50人	正しいラジオ体操・みんなの体操を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。 ㊦ 18歳以上の市内在住・在勤・在学で、医師から運動を制限されていない方 ㊧ 認定料2,000円(希望者のみ)
   古民家園体験学習「さつま芋収穫体験」 豊泉 喜一さん 金子 昭さん (農業指導者)	10/27(日) 10:00~12:00 (小雨実施)	川越道緑地 古民家園	10/10 歴史民俗資料館 ☎042(525)0860	25組	砂川で盛んだった農産物「さつま芋」の収穫を通して地域の産業史を学びます。 ㊦ 小学生以上の市民(小学生は保護者同伴) ㊧ 800円 ㊨ 汚れてもよい服装、軍手、帽子、タオル、飲み物



10月
October
11月
November

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
 【こんなに变身！ジャンクアート】～捨て去られし物を生き返らせてみましたので、ご覧ください！～ 田中 梅夫さん (ジャンクアーティスト)	10/27(日) 講座 10:00～12:00 展示会 10:00～16:00	たまがわ・ みらいパーク	9/25 生涯学習推進センター ☎042(528)6872 電話または電子申請 ※展示会は申込不要	30人	不要になった家具や部品などを使ってオブジェや家具などに変えるアーティストのお話を聞きます。映画やドラマに使われた作品の展示会も「たまみらギャラリー」にて開催(10:00～16:00)。展示会のみご覧になる方は直接会場へ。
たちかわ電子図書館・ナクソス体験講座 図書館職員	10/27(日) ①10:30～11:30 ②14:30～15:30 各1回	柴崎学習館	9/25 10:00～ 柴崎図書館 ☎042(525)6177	各5人	たちかわ電子図書館とナクソスの便利な使い方を体験する講座です。
3・11からもう13年。未来をみつめて！ 木村 真三さん (獨協医科大学准教授)	10/27(日) 13:30～15:30	女性総合センター	8/26 男女平等参画課 ☎042(528)6801	30人  保育あり	福島第一原発事故が起きて、もう13年。廃炉への歩み、放射性廃棄物の処理、原発の再稼働容認等、山積みの問題を、当事者目線で考えます。 (企画・運営) ももたろうの会
 本づくり講座 石田 亮一さん (本づくり協会認定製本講師)	10/27(日) 14:00～16:00	多摩川図書館	9/25 10:00～ 多摩川図書館 ☎042(525)6905	8人	ハードカバー A6サイズの本を作ります。
 子育て中の方のためのパソコン講習(初級) パソコンインストラクター	①10/28(月)～11/1(金) 9:45～12:30 ②1/30(木)～2/5(水) 9:45～12:30 土日除く 各全5回	マザーズ ハローワーク 立川	①10/1・2・3限定 ②12/24・25・26限定 (申) マザーズハローワーク立川 ☎042(529)7465 (平日9:00～17:00) (問) 男女平等参画課 ☎042(528)6801	各10人 (抽選)  保育あり (3か月～学齢前)	再就職に役立つパソコン操作の基礎を学びます。 (宛) マザーズハローワーク立川で就活希望の方 (共催) マザーズハローワーク、市男女平等参画課
 世界で一つだけの自分で作るハーバリウム  松井 由紀さん (癒しのコンサルタント)	10/30(水) 13:00～15:00	女性総合センター	8/26 生活安全課 消費生活センター係 ☎042(528)6801	15人  保育あり	見るたびに癒されるずっと綺麗なハーバリウムを作ります。 (費) 1,000円 (持) はさみ、持ち帰り用袋

11月の講座

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
 地域体操クラブ シンコースポーツ株式会社	11月～毎週同じ曜日で週1回、全12回(約3か月間)	市内 (詳細未定)	9/25 はがき、電話 高齢福祉課 介護予防推進係 ☎042(523)2111 内線1471	未定	□や全身をゆっくり動かす「たちかわ健康体操」と「ラジオ体操」を週1回約3か月間行い、自主グループ化を目指します。 (宛) 65歳以上で自力で会場まで通える市民(初参加の方に限ります) 広報たちかわ9/25号およびHPで全6クラスの詳細掲載予定。
  認知症を予防して健康寿命を延ばす・運動と暮らし方 高木 理恵さん (株AccoFit代表取締役)	11/1・8・15・22(金) 9:30～11:00 全4回	柴崎学習館	9/25 柴崎学習館 ☎042(524)2773	20人	5人に1人が認知症になると言われています。運動は、認知症予防に効果が実証されていることから、認知症予防に必要な運動方法とその運動などの習慣化の秘伝を伝えます。 (持) ヨガマット(タオル)、飲み物、筆記用具

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申請	定員	内容
 はじめてのヨガ 内田 真珠さん (ヨガインストラクター)	11/1・15(金) 10:00~12:00 全2回	健康会館	9/25 健康推進課地域支援係 ☎042(527)3272 往復はがきまたは電子申請	10人 (抽選・初めの方優先)	㊦ 市民
  かみすなサクサク健康教室 ～運動編～	11/1・8(金) 13:30~15:30 全2回	上砂会館	9/25 健康推進課保健事業係 ☎042(527)3272 電話または電子申請	15人	㊦ 40歳~74歳の市民で、医師から運動を制限されていない方
   親子収穫体験 立川市農研会 (農業後継者組織)	11月(未定) ※2日(土)・16日(土) のいずれか ①8:45~ ②10:00~ 各1回(45分程度)	ファーマーズ センター みのーれ立川 北側広場 (砂川町)	㊦ 産業振興課 農業振興係 ☎042(523)2111 内線2650	90組 (抽選)	カブやミニ大根などの秋野菜の収穫を体験していただきます。収穫した作物は持ち帰れます。 ㊦ 市内在住の小学生(保護者同伴) ㊦ 1組1,000円(交通費は別途自己負担) 応募方法等の詳細は広報たちかわ9/25号発刊日以降、市HPをご確認ください。
   市民交流クッキング とうふで体がよるこぼ簡単料理 岡田 浩子さん (豆腐マイスター)	11/2(土) 10:00~13:00	幸学習館	9/25 幸学習館 ☎042(534)3076	16人	豆腐を使った料理をみんなで作る楽しい食事会を行います。 ㊦ 18歳以上の方 ㊦ 材料代700円 ㊦ エプロン、三角巾、手拭きタオル、マスク
 立川市指定有形文化財 「普濟寺梵鐘」特別公開 白川 重敏さん (立川市文化財保護審議会会長)	11/2(土) 13:00~16:00 (2回に分けて実施) ①13:00~ ②14:30~ 荒天の場合、11/4(月)に順延	玄武山普濟寺 (柴崎町)	10/13 歴史民俗資料館 ☎042(525)0860	30人 (各回15人)	令和5年度に新指定された文化財「普濟寺梵鐘」を特別に公開します。 ㊦ 小学生以上の都民(小学生は保護者同伴)
アフリカの歴史と未来ー相互理解と共生に向けて 武内 進一さん (東京外国語大学教授)	11/2(土) 13:30~15:00	西砂学習館	10/10 砂川学習館 ☎042(535)5959	30人	アフリカの歴史と現状、そして未来への手がかりを学びます。
  市内文化財散歩 「立川の古村を歩く」 白川 重敏さん (立川市文化財保護審議会会長)	11/3(日) 9:00~13:00頃 (小雨実施)	JR立川駅南口 (集合) 立川公園 ガニガラ広場 (柴崎体育館北側) (解散)	10/15 歴史民俗資料館 ☎042(525)0860	20人	諏訪神社、普濟寺、満願寺跡などの由緒ある史跡を講師とともに散策します。 ㊦ 小学生以上の都民(小学生は保護者同伴)
立川市景観セミナー 景観とは人が見ることー今回は「見ること」の徹底解説ー 堀 繁さん	11/15(金) 19:00~21:00 (18:30開場)	柴崎学習館	8/26 都市計画課 ☎042(528)4324 応募方法は、広報たちかわ8/25号およびHPをご参照ください。	200人	景観とは何か、いい景観とは何かを理解し、景観に対する関心を深め、良い景観形成への取り組みを進めていただくためのセミナーです。
コミュニケーションセミナー 未定	11/6(水) 10:00~12:00	マザーズ ハローワーク 立川	10/15 ㊦ マザーズハローワーク立川のHPからWEB申込 ㊦ ☎042(529)7465 (平日9:00~17:00)	12人 保育あり (3か月~学童前)	㊦ マザーズハローワーク立川で就活希望の方 (共催) マザーズハローワーク、市男女平等参画課
 おとなの菌学 西都ヤクルト販売会社	11/6(水) 14:00~15:00	健康会館	10/10 健康推進課地域支援係 ☎042(527)3272 往復はがきか電子申請	10人 (抽選)	腸や乳酸菌のはたらきについて講義します。 ㊦ 市民



講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
図書館を使いこなそう 図書館員	11/9(土) 14:00～16:00	若葉会館	10/10 10:00～ 若葉図書館 ☎042(535)8841	10人	パソコンやスマホを使って、図書館ホームページを便利に使う方法を学びます。
大人のための語りの会 (やおよろずがたり) 語りユニット「万華鏡」	11/10(日) 14:00～15:00	多摩川図書館	10/10 10:00～ 多摩川図書館 ☎042(525)6905	10人	大人も楽しめるおはなし会
 再就職を目指す 女性のための職業訓練 女性デジタルカレッジ事業 (Word・Excel基礎科)	11/11(月)～15(金) 10:00～15:00 全5回	たましん RISURUホール	9/30～10/11 ① 再就職を目指す女性のための職業訓練 (Word・Excel基礎科) 事務局 ☎03(6261)7524 ☎男女平等参画課 ☎042(528)6801	10人 (抽選) ☺保育あり (6か月～学齢前)	再就職に役立つパソコン操作の基礎(Word・Excel)を学びます。 ☺ 結婚、出産、育児、介護等で離職し、ハローワークで求職登録をしている方 (共催) 東京都産業労働局、市男女平等参画課
 パソコン講座 「Wordで年賀状を作ろう」 生涯学習市民リーダーの皆さん	11/12(火)・13(水) 10:00～12:00 全2回	柴崎学習館	10/10 柴崎学習館 ☎042(524)2773	10人	Wordで年賀状を作成してみませんか? ☺ 文字入力ができる方 ☎ 受講料・資料代1,500円 ☎ パソコン(Word2010以降)
 立川の地名、その謎を探る 豊泉 喜一さん (立川民俗の会会長)	11/12(火) 13:30～15:30	錦学習館	10/10 錦学習館 ☎042(527)6743 電話または電子申請	会場 40人 オンライン 10人	自分たちの住む地名の由来を学び、郷土愛を高めます。 同時開催「立川今昔写真展～立川駅南口編～」 錦学習館 11/5(火)～15(金) 柴崎学習館11/27(水)～30(土)
～家庭と両立できる企業 と出会う！～女性応援 ジョブフェア in 立川 女性しごと応援テラス 多摩就職支援アドバイザー	11/14(木) ①10:00～12:45 ②13:30～16:15 各1回	ホテルエミシア 東京立川	10/1 ① 女性しごと応援テラス多摩 ☎042(529)9003 ☎ 男女平等参画課 ☎042(528)6801	各30人 ☺保育あり	合同就職面接会・個別就業相談・セミナー 企業10社程度 ☺ 育児・介護等、家庭と両立しながら就職・転職を目指している女性
 自転車に乗れない小学生 のための自転車教室 サイクルスポーツセンター 職員	11/16(土) 9:00～16:00	立川競輪場	9/25 立川競輪場 ☎ 事業課 ☎042(524)1121	20人	自転車の乗り方や安全な操縦方法を学ぶ講座です。日本競輪選手会東京支部の選手を交え、楽しく自転車に乗ることを目指します。 ☺ 市内・近隣に在住・在学中、自転車に乗れない小学生 ☎ 保険料50円 詳細は広報たちかわ9/25号をご覧ください。
 万葉集・いにしへの和歌 に触れる ～「万葉集とは…」から 「防人歌の具体例…」をお 聞きする～ 岡崎 真紀子さん (国文学研究資料館教授)	11/16(土) 14:00～16:00	高松学習館	10/10 高松学習館 ☎042(527)0014	25人	現存する最古の歌集で、幅広い階層の人々の素朴な感動が歌われている万葉集。漢字ばかりで表記された万葉仮名とは、といった概説からはじめて、具体例として九州北部の守りに向かった東国民衆の防人歌を取り上げます。
企画展関連講演会 「普濟寺過去帳」と中世の 立川 則竹 雄一さん (獨協中学高等学校教諭)	11/17(日) 14:00～16:00	柴崎学習館	10/25 歴史民俗資料館 ☎042(525)0860	50人	新指定の普濟寺文化財のうち、近世に作成された普濟寺の古過去帳から中世史料の重要性を解き明かし、中世立川地域と普濟寺の歴史をひもときます。 ☺ 小学生以上の都民(小学生は保護者同伴)

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・  申問	定員	内容
 第10回生演奏で楽しもう！ジャズの魅力 国立音楽大学学生	11/17(日) 14:00~16:00	錦学習館	直接会場へ  錦図書館 ☎042(525)7231	100人	国立音楽大学の学生によるジャズの演奏と解説です。
生活支援サポーター養成研修 介護保険事業所職員ほか	11/18(月)・20(水)・21(木) 9:30~13:00 全3回	立川市役所	10/10 高齢福祉課 介護予防推進係 ☎042(523)2111 内線1471	24人	介護福祉士などの資格を持っていなくても、高齢者の自宅の掃除、洗濯、調理、買い物などの仕事に従事する生活支援サポーターを養成します。3日間の研修を受けた後介護保険事業所等に登録し、事業所で研修を受けて就労します。  生活支援サポーターとして活動する意向がある18歳以上の方
 ～貸し切りバスで行く～立川のはたけ！見学会 立川市農業経営者クラブ、立川市消費者団体連絡会、立川市	11/22(金) 9:00~13:00	市内の畑 2か所	10/25 生活安全課 消費生活センター係 ☎042(528)6801	30人程度	立川の畑を2か所見学します。ファーマーズセンターみのーれ立川にも立ち寄ります。
 やさしいヨガ 内田 真珠さん (ヨガインストラクター)	11/22・29(金) 10:00~12:00 全2回	健康会館	10/10 健康推進課地域支援係 ☎042(527)3272 往復はがきまたは電子申請	10人 (抽選・初めての方優先)	 市民
 かみすなサクサク健康教室～栄養・歯科編～ 植松 智子さん (管理栄養士) 前田 小由利さん (歯科衛生士)	11/22・29(金) 13:30~15:30 全2回	上砂会館	10/10 健康推進課保健事業係 ☎042(527)3272 電話または電子申請	20人	みらいの自分を守るために大切な食事とオーラルケアについて学ばせる教室です。骨密度測定や咬合力測定、いざという時に役立つ栄養・歯科の防災ミニ講座もあります。  40歳～74歳の市民
 気分はゴスペルクワイア～クリスマスキャロルを楽しみましょう～ 内田 一行さん (生涯学習市民リーダー)	11/30、12/7・21(土) 10:00~12:00 全3回	幸学習館	10/25 幸学習館 ☎042(534)3076	20人	発声や呼吸法を学び、皆さんで歌います。クリスマスをより一層華やかに彩ります。
野菜食べ菜さ～い！	11月実施予定	ファーマーズセンター みのーれ立川	 健康推進課保健事業係 ☎042(527)3272	なし	野菜のレシピ紹介やクイズ、よくかんで食べる効用を栄養士と歯科衛生士が紹介します。

12月の講座

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・  申問	定員	内容
立川防災館で最新の防災体験をしよう 消費者団体連絡会の皆さん	12/4(水) 13:00~15:15	女性総合センター	11/11 生活安全課 消費生活センター係 ☎042(528)6801	20人	見学を通じてVR防災体験・地震体験・煙体験・AED体験等様々な防災に関する体験ができます。
選挙啓発講演会 小坂 一悟さん (読売新聞東京本社政治部次長)	12/6(金) 14:00~16:00	たましんRISURUホール 小ホール	当日受付  選挙管理委員会事務局 ☎042(523)2111 内線1632	200人	今後の政局と衆院選の展望について。 ※内容を変更する場合があります。



講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
ファミリー・サポート・センター事業説明会 ファミリー・サポート・センター事務局(市職員)	12/10(火) 10:30~12:00	子ども未来センター	11/11 ファミリー・サポート・センター ☎042(528)6873	15人 ☺保育あり	ファミリー・サポート・センターの仕組みや事業内容について、体験発表などを交えて説明します。 ☑子育ての援助ができる市民
 正月飾り 大根田 和美さん (生涯学習市民リーダー)	12/11(水) 10:00~12:00	幸学習館	11/12 幸学習館 ☎042(534)3076	10人	立川で作られた藁を用いて正月飾りを作ります。 ☑材料代500円 ☑はさみ
 正月飾りを作ってみよう 大根田 和美さん (生涯学習市民リーダー)	12/19(木) 10:00~12:00	錦学習館	11/12 錦学習館 ☎042(527)6743	15人	立川の藁を使って正月飾りを作り、年中行事であるお正月を楽しみます。 ☑材料代500円
 体験学習「餅つきと鏡餅作り」 立川民俗の会の皆さん	12/22(日) 10:00~13:00	歴史民俗資料館	11/25 歴史民俗資料館 ☎042(525)0860	30人	歳末の伝統行事である「餅つき」と「鏡餅作り」を体験します。 ☑小学生以上の市民(小学生は保護者同伴) ☑材料代500円(子ども300円) ☑エプロン、三角巾、手拭タオル
 親子料理教室ハンバーガー作り 株式会社立川学校給食サービス	12/27(金) 10:00~12:00	立川市学校給食東共同調理場	11/11 株式会社立川学校給食サービス ☎042(506)0865	12組(抽選)	ハンバーガーを作って食べます。 ☑市内在住の小・中学生とその保護者 ☑未定 ☑エプロン、三角巾、手拭タオル、飲み物、上履き(スリッパ不可)
 親子料理教室ピザ作り 株式会社立川スクールランチサービス	12/21(土) ①10:00~12:00 ②14:00~16:00 各1回	立川市学校給食西共同調理場	11/11 株式会社立川スクールランチサービス ☎042(548)1446	各回10組(抽選)	ピザを作って持ち帰ります。 ☑市内在住の小学生とその保護者 ☑未定 ☑エプロン、三角巾、手拭タオル、飲み物、上履き(スリッパ不可)

1月の講座

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
 【今、日本文化を～絵巻の魅力】～「国宝に指定されている四つの絵巻」を読み解く～ 斎藤 陽一さん (美術ジャーナリスト)	1/7・21、2/4・18 (火) 14:00~16:00 全4回	高松学習館	11/26 高松学習館 ☎042(527)0014	40人	国宝「伴大納言絵巻」「信貴山縁起絵巻」「鳥獣戯画」「一遍上人絵伝」を読み解きます。
防災講座「頼る防災から自立する防災へ」 上條 宇史さん (NPO法人立川災害ボランティアネット)	1/11(土) 10:00~11:30	幸学習館	12/10 会場参加は、電話で幸学習館 ☎042(534)3076へ。 オンライン参加は、電子申請で申込み。	会場30人 オンライン10人	近年の災害を考えるとときにキーワードになるのは「在宅避難」と「共助」。地域の力で災害を乗り越えるために必要なことは何か考えるきっかけにしましょう。オンライン会議ツール「Zoom」を使っでの参加もできます。
 体験学習「繭玉飾りと七草粥作り」 立川民俗の会の皆さん	1/13(月・祝) 10:00~13:00	歴史民俗資料館	12/10 歴史民俗資料館 ☎042(525)0860	20人	小正月の伝統的な行事「繭玉飾り」と「七草粥作り」を体験します。 ☑小学生以上の市民(小学生は保護者同伴) ☑大人500円、小学生300円(材料代) ☑エプロン、三角巾、手拭タオル

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
 「プログラミングで遊ぼう」(仮) 図書館スタッフ	1/19(日) 14:00～15:30(予定)	西砂学習館	12/10 10:00～ 西砂図書館 ☎042(531)0432	5人	プログラミングロボット「こくり」を動かします。実体験を通して、楽しみながらプログラミングに親しんでもらうワークショップです。
ファミリー・サポート・センター 援助会員養成講習会 小野 良子さん (臨床心理士)ほか	1/20(月) 9:45～16:10 1/22(水)・28(火) 10:00～15:30 1/31(金) 10:00～16:00 全4回	子ども未来センター	11/11 ファミリー・サポート・センター ☎042(528)6873	15人  保育あり	ファミリー・サポート・センターの援助会員になるための、子育てに関する講習会です。(臨床心理士らによる講義) ☎ 子育ての援助ができる市民
スマホで確定申告(e-Tax)しよう 原田 宜昭さん他	1/24、2/21(金) 13:30～15:30 全2回	錦学習館	12/25 電子申請で ☎ 錦学習館 ☎042(527)6743	10人	マイナポータルを活用し、スマートフォンで確定申告する方法を学びます。 ☎ マイナンバーカードとスマートフォンをお持ちの方
 親子リトミック  治田 桂子さん (ピアノ講師)	1/25(土) 10:30～11:30	天王橋会館	12/10 子育て推進課 子育てひろば係 ☎042(528)4335 (平日9:00～16:00)	10組	☎ 就学前の子どもと保護者2人
発達ピアサポーター養成講座 藤原 里美さん (チャイルドフード・ラボ代表理事) チャイルドラインたちかわ	1/25、2/1・8・15(土) 10:00～15:00 (予定) 全4回	子ども未来センター	12/10 電子申請で ☎ 子ども家庭支援センター ☎042(528)6871	20人	子どもの発達に不安のある親御さんの話を聞き、気持ちに寄り添う「発達ピアサポーター」を養成する講座です。発達障害についての知識と傾聴のコツを習得し、ピアサポーターとして活動していただくことを目指します。 ☎ 発達障害児の子育て経験があり、ピアサポーターとして活動ができる市民
立川教育フォーラム 未定	1/25(土) 13:00～16:00 (予定)	柴崎学習館	直接会場へ 開演30分前から受付 ☎ 指導課指導主事 ☎042(523)2111 内線2497	未定	市教育委員会は、教育の充実と推進を図るため、保護者、市民、教職員が一堂に会して小・中学校の実践等を紹介する、立川教育フォーラムを開催します。
シリーズ発達障がい 「見方を変えれば味方になれる～でこぼこっ子の支援について知っていただきたいこと」 中村 ひとみさん (早期発達支援士)	1/30、2/13(木) 10:00～12:00 全2回	幸学習館	12/10 幸学習館 ☎042(534)3076 電話または電子申請	15人  保育あり	ワークを取り入れ、実践しながら話し合いをして理解を深めます。 1/30:子どものことを知ろう 2/13:子どもとのかかわり方を知ろう 詳しくは広報たちかわ12/10号をご覧ください。
女性リーダー養成講座 「私にリーダーが務まるかな？」 (株)シーズプレイス 更年期ケアのちえぶら	令和7年1月～2月まで ※WEB視聴	WEB視聴	11/25 電子申請で ☎ 男女平等参画課 ☎042(528)6801	50人	リーダーを目指しながらも不安を感じる女性に向けて、立川市内で活躍する女性リーダーたちが対談。また、ホルモンバランスの上の上手な付き合い方や体調の改善方法など、健康で幸せに働くためのヒントを学びます。全2回。



通年の講座

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
 外国人のための日本語教室 立川国際友好協会 ボランティア講師	A=①木曜日 10:00～11:30 ②土曜日 19:00～20:30 B=土曜日 19:00～20:30	A= 柴崎学習館 B= 西砂学習館	市民協働課 ☎042(523)2111 内線2632	A= 各50人 B= 40人 ☺ A保育あり	外国人の方が日常生活に必要とする日本語を学習するための教室です。テキスト代実費。 Let's join the Japanese conversation classes! It's free of charge(Except textbook).
 らくらくゴックン(離乳食準備教室) 管理栄養士	①10/11(金) ②11/8(金) ③12/13(金) ④1/10(金) 10:00～11:30 各1回	健康会館	広報掲載日～健康推進課 ☎042(527)3234 または電子申請で申し込み	各20組	スムーズに離乳食が始められるように、進め方・知っていること・気をつけるポイントなどを学びます。 ☺ 離乳食をはじめていないお子さん(4～5か月児・第1子優先)とその保護者 ㊟ 母子健康手帳、筆記用具
 カミカミ教室(離乳食後期教室) 管理栄養士	①10/11(金) ②11/8(金) ③12/13(金) ④1/10(金) 13:30～14:30 各1回	健康会館	広報掲載日～健康推進課 ☎042(527)3234 または電子申請で申し込み	各15組	離乳食の回数・内容・目安量などのポイントを学びます。 ☺ 概ね8～10か月児とその保護者 ㊟ 母子健康手帳、筆記用具
 キラキラ☆歯育て～1歳からはじめる親子歯みがき教室 歯科衛生士、管理栄養士	①10/15(火) ②11/19(火) ③12/17(火) ④1/21(火) 10:00～11:30 各1回	健康会館	広報掲載日～健康推進課 ☎042(527)3234 または電子申請で申し込み	各15組	栄養と虫歯予防、歯磨きの実習について学びます。 ☺ 1歳～1歳2か月児(第1子に限る)とその保護者 ㊟ 母子健康手帳
パパママ学級 出産・産後クラス 助産師	①10/28(月) ②12/23(月) 13:30～16:00 各1回	健康会館	受付随時 健康推進課 ☎042(527)3234 または電子申請で申し込み	各18組	お産の進み方や産後の生活と育児、授乳・母乳のほか、子育てサービスの紹介を行います。 ☺ 妊婦(16週以降・初産)とそのパートナー ㊟ 母子健康手帳、筆記用具
パパママ学級 沐浴・産後クラス 助産師、臨床心理士	①11/16(土) 9:30～12:00 ②11/16(土) 13:30～16:00 ③1/18(土) 9:30～12:00 ④1/18(土) 13:30～16:00 各1回	健康会館	受付随時 健康推進課 ☎042(527)3234 または電子申請で申し込み	各18組	赤ちゃんのお風呂の入れ方や産後のメンタルヘルス、産後の生活と育児に関する講義を行います。 ☺ 妊婦(16週以降・初産)とそのパートナー ㊟ 母子健康手帳、筆記用具
パパママ学級 歯科・栄養クラス 歯科衛生士、管理栄養士	①11/25(月) ②1/27(月) 13:30～16:00 各1回	健康会館	受付随時 健康推進課 ☎042(527)3234 または電子申請で申し込み	各18組	妊産婦と乳幼児の歯科について、また妊娠中の食生活や産後の栄養に関する講義を行います。 ☺ 妊婦(初産)とそのパートナー ㊟ 母子健康手帳、筆記用具
 障がい者チャレンジスポーツ教室(ポッチャ) 立川市錦町体育会の皆さん	①10/17(木) ②1/16(木) ③2/20(木) 10:00～11:30	泉市民体育館	前日まで受付 泉市民体育館 ☎042(536)6711	20人	障がいのある方もない方も、初心者から参加できるスポーツ教室です。事前申し込みが必要です。急遽変更がある場合には、施設ホームページにてお知らせします。

講座名・講師	日時	場所	受付開始日・申問	定員	内容
障害者対象講座 青春学級	原則日曜日(最大で月4回程度) ※詳細は柴崎学習館または運営事業者にお問い合わせください	柴崎学習館 ほか	受付随時 特定非営利活動法人 こらそん(運営事業者) ☎042(523)0818 柴崎学習館 ☎042(524)2773	最大 60名 程度	充実した余暇活動や仲間づくりを目的とした年間講座です。参加要件があるため、参加を希望する場合は事前にお問い合わせください。 ④ 市内在住・在勤・在学で、自力で来館・帰宅および活動に参加することができる中程度までの知的障害のある青年

泉市民体育館の教室 (指導) インストラクター

☎ 泉市民体育館 ☎042(536)6711 内容・申込方法：泉市民体育館ホームページをご確認いただくか、お電話にてお問い合わせください。

講座名	日時	受付開始日	定員	参加費
みんなでストレッチ教室 (泉教室)	水曜(12/4~3/26) 1部 10:00~11:00 2部 11:15~12:15 3部 13:00~14:00 4部 14:15~15:15 5部 19:15~20:15 全11回	空き状況については、 お問い合わせください。	各100人(抽選) 18歳以上の市内在住・在勤・在学の方	1回200円
	金曜(12/6~3/21) 1部 13:15~14:15 2部 14:30~15:30 全10回			
	土曜(12/7~3/22) 1部 10:00~11:00 2部 11:15~12:15 全9回			

柴崎市民体育館の教室 (指導) インストラクター

☎ 柴崎市民体育館 ☎042(523)5770 内容・申込方法：柴崎市民体育館ホームページをご確認いただくか、お電話にてお問い合わせください。

講座名	日時	受付開始日	定員	参加費
スタジオレッスン各種 (ヨガ、ピラティス、フラダンス、バレエ、ZUMBA、格闘技系レッスン、MOSSAプログラムなど)	1月~3月(全5~12回)	未定	各23人 (空き枠があれば 当日受付) 16歳以上	未定
キッズスイミング教室	1月~3月(全3~4回) 火・水・木・土曜に開催	未定	各14人~24人予定 (先着順) 3歳~小学生	平日 6,000~8,000円/月 土曜 6,900~9,200円/月
成人水泳教室	1月~3月(月3~4回) 12:00~開催 火曜 初級(クロール) 木曜 初中級(クロール・背泳ぎ) 金曜 (平泳ぎ・バタフライ)	未定	各10人 (空き枠があれば 当日受付) 18歳以上の市内在住・在勤・在学の方	2,700~3,600円/月
障害者水泳教室	1月~3月(月2回) 第2・4月曜に開催	未定	5人	1,500円/回
キッズダンス教室	1月~3月 火曜日に開催	未定	20人(先着順) 4歳~小学生	1,100円/回



東京女子体育大学 公開講座 (共催) 立川市教育委員会

㊤ 東京女子体育大学(国立市) ㊤ 大学HPの専用フォームまたは はがきか F A X に講座名、住所、氏名(フリガナ)、年齢、学年、性別、電話番号を書いて、東京女子体育大学地域交流センター [〒186-8668住所記入不要] F A X 042(572) 4317へ。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週間前まで先着順に申込みをお受けします。㊤ 同大学地域交流センター ☎042(572) 4324

講座名	講師	日時	定員	内容	
幼児講座	歌あそび リズムあそび	三好 優美子 教授 柳田 憲一 教授	10/20(日) 10:00~11:30	30人	ピアノに合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! ㊤ 幼児(2歳~6歳)と保護者(子どものみも可) ㊤ 傷害保険料200円、材料費等100円
	絵本から広がる子育て	渡邊 郁美さん(非常勤講師) 村石 理恵子 准教授	11/9(土) 14:00~15:30	20人 (10組)	おはなしを入り口にして、動いたり作ったりして遊びましょう。絵本の楽しみが広がります。 ㊤ 幼児(3歳~6歳)と保護者 ㊤ 傷害保険料100円、材料費等100円
	楽しく体を動かそう	堀内 亮輔 講師	11/10(日) 10:00~11:30	親子 20組	子どもたちは、様々な遊びの体験を通して、多様な動きを身につけていきます。立って、座って、回って、転がって、走って、はねて…。 気軽に楽しく、親子で体を動かしてみましょう。 ㊤ 幼児(2歳~6歳)と保護者 ㊤ 傷害保険料200円、材料費等100円
小学生講座	はじめてのキャンプ	永井 将史 准教授 酒井 紳 講師	10/12(土) 13:00~16:00	40人	今、キャンプが大人気。親子でテントやタープの使い方をマスターしましょう! ㊤ 小学生以上の子どもと保護者 ㊤ 傷害保険料200円、材料費等400円
中学・高校生講座	コンディショニング トレーニング (レバレッジトレーニング)	小野田 桂子 准教授	11/17(日) 13:00~15:00	30人	スポーツではフォームと同じくらい、リズムが大切です。競技力向上を目的にしたレバレッジトレーニング(底上げ)を体験してみてください! 対象競技:新体操・ダンスなど ㊤ 中学・高校生(女子) ㊤ 傷害保険料200円
	ソフトボール	佐藤 理恵 准教授	12/21(土) 13:00~15:00	50人	東京女子体育大学ソフトボール部のプレーを見ながら、基本技術を向上させましょう。 ㊤ 中学・高校生(女子) ㊤ 傷害保険料200円
	ハンドボール	八尾 泰寛 教授	2025/1/19(日) 13:00~16:00	50人	ハンドボールの基礎的技術(攻撃・防御)を学び、試合のための個人戦術を考えましょう。 ㊤ 高校生(女子) ㊤ 傷害保険料200円
	バレーボール	今丸 好一郎 教授	2025/1/25(土) 13:00~16:00	40人	東京女子体育大学バレーボール部員とプレーをし、個人技能およびチーム力向上を目指します。 ㊤ 高校生(女子) ㊤ 傷害保険料200円
成人講座	ミドル世代の体づくり	秋山 エリカ 教授	12/7(土) 14:00~15:30	30人	まだまだ元気で過ごしたい働き盛りのミドル世代。普段の自分の体を知り、整えて左右バランスの良い動きやすい体をつくきましょう! ㊤ 35歳以上の方 ㊤ 傷害保険料200円
社会人講座	選手のモチベーションを高めるための心理的スキル	栗林 千聡 講師	12/7(土) 10:00~11:30	40人	アスリートのパフォーマンス向上やメンタルヘルスの維持増進には、周囲のサポートが必要不可欠です!アスリートのモチベーションを高めるために効果的なサポート方法について、心理学の視点からお伝えします。 ㊤ 競技者の保護者・指導者 ㊤ 傷害保険料100円、諸費用1,000円

きらり★かわら版

P2からの講座情報以外の学習お役立ち情報を掲載します

状況により、中止・延期等になる可能性があります。詳細は、各情報の問合せ先へ直接ご確認をお願いします。

たちかわ市民交流大学パネル展

市民の方と市が協力して生涯学習を進める仕組みや活動を紹介します。直接会場へお越し下さい。

【日時・場所】

★10/28 (月)～31 (木)、9:00～17:00 (28日は正午から、31日は15時まで)

場所 女性総合センター1階ギャラリー

★11/1 (金)～10 (日)、9:00～20:00 (1日は正午から)

場所 高松学習館

★11/12 (火)～18 (月)、9:00～20:00 (12日は正午から)

場所 西砂学習館

☎生涯学習推進センター ☎042(528)6872



アール・ブリュット立川2024 「東地下道アート鑑賞」

10/11(金) 10:00～12:00

東地下道に描かれているアール・ブリュット作品の見学会です。見学会前に女性総合センターで作品についてのレクチャーを実施します。

☎アール・ブリュット実行委員会の方

定10人(申込制)無料

場(集合)女性総合センター1階ギャラリー

☎高松学習館 ☎042(527)0014



にしき子ども観劇会

11/2(土) 13:30～14:30

おむすびころりん他。直接会場へ。

☎人形劇団オフィスやまいも

場錦学習館 ☎錦学習館 ☎042(527)6743



高松子ども科学あそび隊2024

11/10(日) 9:30～11:30

「光と色のしくみ」をテーマに楽しく実験しながら学びます。

☎東京学芸大学教育学部理科教育学教室のみなさん

定小学生15人(申込順)

場高松学習館

☎10/10～ 電子申請で

☎高松学習館 ☎042(527)0014

たかまつり音楽会「歌う参加型コンサート」

11/16(土)

11:00～11:45 0歳からの楽しい音楽会

13:30～14:30 大人のための音楽会

出演者と一緒に歌う楽しいコーナーもあります。

定各回50人を予定(申込制)無料

場高松学習館

☎10/10～ 高松学習館 ☎042(527)0014

西砂学習館みんなのコンサート

11/16(土) 14:00～15:00

小さなお子様から大人の方まで誰でも参加できるコンサート。

箏と尺八の演奏をお楽しみください。

☎和楽器集団鳳雛

定70人

場西砂学習館

☎10/10～ 電子申請で ☎西砂学習館 ☎042(531)0431

古民家園でお茶を楽しみませんか

10/26(土)、11/24(日) 11:00～13:00

☎佐藤督子さん

定20人 ☎茶菓代500円 ☎直接会場へ

場川越道緑地古民家園

☎歴史民俗資料館 ☎042(525)0860

西砂こども観劇会「さんびきのこぶた」

10/30(水) 10:30～11:30

さんびきのこぶたが工夫して作った家に腹ペコオオカミがやってきたからさあたいへん!!こぶた達の活躍を人形劇でお楽しみください。

☎人形劇団オフィスやまいも

定70人 場西砂学習館 ☎9/25～ 電子申請で

☎西砂学習館 ☎042(531)0431

クリスマスたかまつり映画会

12/7(土) 13:30～15:00

『FLY! /フライ!』上映

場高松学習館

☎11/12～ 電子申請または電話で高松学習館 ☎042(527)0014へ

電子申請は、「立川市電子申請ポータルサイト」で申請できます(右2次元コードからアクセス可)



つくって、うごいて、あそぼう！フェスタ たかまつり(仮)

11/23(土・祝) 13:00~16:00

東京学芸大学の学生と一緒に楽しむ。工作、演劇ワークショップ、立川音頭、図書館絵本の読み聞かせ等を実施します。詳細は、広報10/25号をご覧ください。

場 高松学習館

申 工作と演劇ワークショップは申込制(電子申請) 10/25~
その他は直接会場へ

問 高松学習館 ☎042(527)0014

うたごえ広場スペシャル

11/28(木) 14:00~15:30

講 丸山和子さん、本村佳子さん、内田一行さん

定 100人 場 錦学習館

申 10/25~錦学習館 ☎042(527)6743

第15回プレ錦まつり

12/8(日) 10:00~15:00

東京学芸大学の学生と工作やゲームなどの活動を通して交流しながら楽しく地域について学びます。

詳細は、広報11/10号をご覧ください。

内 容	時間・対象・定員など
申 紙、すきですか? ~紙すき体験とマールクレヨンづくり~	13:00~15:00 定 小学生以上 定 10人
お米ミュージアム ~錦米スターを目指そう~	13:00~15:00(最終受付14:00) 定 なし(お米試食は先着50人)
申 歩いて発見!たんけんマップ	10:00~12:00 定 小学生以上(小学2年生以下は保護者同伴) 定 9人
パラスポーツだよ!全員集合	①10:00~12:00 ボッチャ ②13:00~15:00 モルック 定 なし
にげろ!一君はひなん所までたどり着けるか~	①10:10~10:50 ②11:10~11:50 ③13:00~13:40 ④14:00~14:40 定 1ゲーム5組 定 子ども・親子
申 「あい」をこめた藍染体験(あいぞめたいけん)	10:15~12:00 定 ~中学生(小学2年生以下は保護者同伴) 定 12人 費 未定
自分だけの飛行機~赤とんぼ~をつくろう	10:00~15:00 定 小学生以上(小学2年生以下は保護者同伴)
申 世界の味を楽しむ!多文化料理講座	13:00~15:00 定 小学生(小学2年生以下は保護者同伴) 定 16人 費 エプロン、三角巾 未定

※内容は変更の可能性があります。

場 問 錦学習館 ☎042(527)6743

申 11/10~ 電子申請で

土曜ファミリー劇場「にんぎょうげき」

12/14(土) 13:15~14:00

講 人形劇団コッコ座

定 親子

定 60人(直接会場へ)

場 柴崎学習館

問 柴崎学習館 ☎042(524)2773

多摩郷土誌フェア

2025年1/18(土) 10:00~17:00

1/19(日) 10:00~15:00

多摩地域の自治体が刊行した郷土誌や文化財に関する書籍を展示販売します。

場 柴崎学習館

問 歴史民俗資料館 ☎042(525)0860

かわせみカフェ

12/14(土) 10:00~15:00

東京学芸大学の学生が世代間交流を目的に企画したゲームや工作を来館者と一緒に楽しめます。

場 幸学習館

問 幸学習館 ☎042(534)3076

にしきファミリーシアター

12/25(水) 13:30~15:00

『パウ・パトロール ザ・マイティ・ムービー』

定 70人(直接会場へ)

場 錦学習館

問 錦学習館 ☎042(527)6743



(C) 2023 Paramount Pictures.

くらしに関するポスター展

10/12(土) ~10/20(日) 10:00~21:00

場 女性総合センター5階ロビー

問 生活安全課消費生活センター係

☎042(528)6801



第2回たちむにいフェスタ・環境フェア

10/20(日) 10:00~15:00(予定)

「多くの方に環境の大切さを知っていただくとともに、環境に配慮した生活や行動を促すきっかけの提供、環境学習やごみ減量の啓発」を目的として実施しているイベントです。内容は、近隣自治会や市内事業者等の出展、フリーマーケットほか。

場 クリーンセンターたちむにい

問 クリーンセンター ☎042(523)2111 内線4012

環境対策課 ☎042(523)2111 内線2243

きらり・たちかわ 音声版

目の不自由な方に、きらり・たちかわ音声版を配布しています。

ご希望の方は生涯学習推進センター☎042(528)6872までご連絡ください。無料でCDをご住所にお送りします。

収録には、ボランティアの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。

視覚障害者と音訳ボランティアの交流会

日時 10月25日(金) 10時から12時まで 場所 女性総合センター・アイム 第3学習室

日頃、私たちの録音を聞いてくださっている視覚障害者の皆様と親睦を深め、楽しい時間を過ごしたいと思います。気になっていることや、気が付いたことなどもお話しできる時間にしたいと思います。お気軽にご参加下さい。

問い合わせ 立川市朗読サークル「こえ」三浦由江 ☎042(527)2606

福祉会館演芸会

11/4(月・振休) 13:30~15:30

奇術愛好会の皆さんによるマジックショーと
南京玉すだれアーティストの会の皆さんによる南京玉すだれ等の
演技をご覧ください。直接会場へ。

講 奇術愛好会、南京玉すだれアーティストの会

定 100人

問 福祉総務課生きがいづくり係 ☎042(523)4012

11/2(土) 13:30~17:00

講 片淵須直氏(アニメーション映画監督)、中西智子(国文研准教授)

場 国文学研究資料館2階大会議室 定 50人(要申込)

問 国文学研究資料館社会連携係

☎050(5533)2984 ✉jigyoku@nijl.ac.jp

<https://www.nijl.ac.jp/event/>

国立音楽大学

◆聴き伝わるもの、聴き伝えるもの

—20世紀音楽から未来に向けて—

9/29(日) 15:00~17:00頃

第19回目となる今回のテーマは「ミュージシャン・コンプレ(完全なる音楽家)」。あらゆる観点で音楽的能力を発揮する人物の作品を通じて、理想的な音楽家像とは何かを披露します。

費 全席自由1,500円(高校生以下無料・要申込)

◆大学院オペラ2024

モーツァルト 歌劇《偽の女庭師》K.196 全3幕

10/19(土)、10/20(日) 14:00~17:30頃

※両日とも13:30より本学大学院オペラ教員によるプレトークを開催します。

毎年大好評の本学大学院在学生による本格的オペラを是非ご堪能ください。

費 SS席4,000円、S席3,000円(学生1,500円)、A席2,000円(学生1,000円)(全席指定)

◆第55回打楽器アンサンブル定期演奏会

10/27(日) 16:00~18:00頃

ささやきのような「繊細さ」…炸裂する「ダイナミズム」! 本学伝統の打楽器アンサンブルによる迫力ある演奏をお楽しみください。

費 全席自由1,000円(高校生以下無料・要申込)

◆第23回声楽専修合唱演奏会

11/9(土) 15:00~17:15頃

歴史をつなぐ「くにたち」の合唱。本学声楽専修の学生による合唱のハーモニーをお楽しみください。

費 全席自由1,000円(高校生以下無料・要申込)

会場は、いずれも国立音楽大学(柏町5-5-1)講堂大ホール

問 国立音楽大学演奏芸術センター ☎042(535)9535

くらしに関するパネル展

1/27(月) ~1/31(金)

場 立川市役所1階多目的プラザ

問 生活安全課消費生活センター係 ☎042(528)6801

たちかわワークショップフェスタ2024

12/21(土) 9:00~18:00頃(予定)

市民らが講師となる、市民による市民のためのワークショップ。クラフトやダンス、音楽など、子どもから大人まで楽しめる様々な種類のワークショップをお楽しみください。

場 たましんRISURUホール(立川市市民会館)展示室・サブホール・第1会議室

問 (公財)立川市地域文化振興財団 ☎042(526)1312

国文学研究資料館

◆企画展示「松野文庫の贈りもの」

当館元館長松野陽一が蒐集した古典籍(千載和歌集や江戸の絵本など)を展示します。毎週金曜日にギャラリートークを開催します。

9/5(木) ~10/22(火) 10:00~16:30

(休室日:土・日・祝日)

場 国文学研究資料館1階展示室

◆企画展示「枕草子と春曙文庫—田中重太郎旧蔵資料を中心に—」

田中重太郎蒐集の、春曙文庫と名付けられた清少納言・枕草子関連資料を、関東ではじめて公開します。毎週金曜日にギャラリートークを開催します。

10/28(月) ~12/16(月) 10:00~16:30

(休室日:土・日・祝日)

場 国文学研究資料館1階展示室

◆「古典の日」講演会

11月1日は「古典の日」。その趣旨に賛同し、講演会を開催します。

表紙の説明

地域福祉アンテナショップ・スマイルキッチンの全景の写真です。
ガラス張りの開放感のある建物で、鳥のさえずりが聞こえる緑豊かな場所です。
どなたでもお気軽にお立ち寄りください。

誰もが気軽にふらっと立ち寄れる、身近な地域の居場所 それが

「地域福祉アンテナショップ」です

地域福祉アンテナショップとは

地域の空き部屋や企業・団体等の空きスペースを活用した身近な場所で、気軽に相談や情報交換をしたり、サロンやコミュニティカフェを開いたりすることができる、近隣住民や団体がつながる場を表します。

アンテナショップの機能

- ・誰もが気軽に立ち寄れる居場所
- ・集まった人同士で相談を持ちかけられる場
- ・地域情報の受発信の場
- ・コミュニティカフェの実施
- ・多世代食堂の実施
- ・子どもの学習支援
- ・子育て世代の交流の場
- ・住民同士が多様性を理解する場…など



☆地域福祉アンテナショップには全部型と協働型があり、全部型はおおむね1週間あたり2日以上行っている地域の居場所です。市内に4か所設置しています。

運営主体は<住民・地域団体・社協>です。

協働型はおおむね1か月あたり2日以上行っている地域の居場所です。市内に9か所あります。

運営主体は<住民・企業・事業所>です。

今回は、全部型地域福祉アンテナショップ（4か所）を紹介します。（協働型については、社会福祉協議会、又はお住いの地域の地域福祉コーディネーターにお尋ねください）

全部型地域福祉アンテナショップ

***にこにこサロン**（立川市一番町4-62-3 市営一番町北住宅1号棟1階）

住民の方が交流できる活動の場として、最初に開設された地域福祉アンテナショップです。市営住宅1階の集会施設を利用しています。

毎月2回水曜日に開催される「わくわくフリーデー」は、誰でもウエルカム！出入りも過ごし方も自由なひと時です。季節のイベントや折り紙、ボードゲーム、卓球なども行っています。世代を問わず、多くの方が気軽に過ごせる場所になっています。又、毎月第4土曜日は、「いちばん子ども食堂（現在は食料の配布のみ）」が開催されています。



現在は団地の掲示板を利用したり、口コミで誘ったりして参加者を募集しています。毎月行っているにこにこサロン検討会では、利用者募集のPR方法などの話し合いをしています。

問合せ：第6地区（上砂・一番・西砂）地域福祉コーディネーター TEL：042-534-9501

*BASE☆298 (立川市若葉町4丁目25-1 若葉町団地バスロータリー近く)



名称の「BASE☆298」には2つの意味があります。一つは、人と情報が集まる“BASE（基地）”という意味で、もう一つは、以前地域の皆さんに親しまれていたお肉屋さんだった所なので“298(肉屋)”です。

平日の10時～16時に開いていて、施設内は、写真のように喫茶店のような雰囲気です。100円以上の寄付でボランティア（キャスト）の方が飲み物を提供してくれます。飲み物を味わいながら、一人でのんびり過ごす人、友達とおしゃべりする人など自由な場所です。

問合せ：第4地区（栄・若葉）地域福祉コーディネーター TEL：042-537-7147

*はねきんのいえ (立川市羽衣町2-39-11)

はねきんのいえは、羽衣町の「羽（羽根）」、錦町の「錦（にしき）」から名づけられました。だれでも気軽に立ち寄れる場所で「はねきんネットの会」という団体によって運営されています。まちネットカフェという「よろず相談室」が定期的に開催されたり、ピアノ教室や編み物、オカリナなどのグループ活動や健康麻雀など幅広く、地域の方々が自由に出入りできる場所です。



問合せ：第2地区（錦・羽衣）地域福祉コーディネーター TEL：042-519-3001 (来所前にご連絡ください)

*スマイルキッチン (立川市幸町5-64 平成新道沿い 立川市立幸小学校南側)



スマイル農園内に建てられているスマイルキッチンは、鳥のさえずりが聞こえる緑豊かな場所です。2023年4月より地域福祉アンテナショップとして週3回（月・水・金曜日の10時～16時）、地域住民の交流スペースとして開かれています。

ガラス張りの開放感ある建物ですが、内部は木の温かみを感じられます。地域住民の交流や情報交換、趣味の活動など自由に過ごすことができます。また、特色として「食と人との交流」がテーマとなっています。第3日曜日には「食べて元気いっぱい だれでも食堂」が開催されています。

問合せ：第5地区（砂川・柏・幸・泉）地域福祉コーディネーター TEL：042-534-9616

☆地域福祉コーディネーターとは

市民の皆さんと一緒に地域福祉活動を進める社会福祉協議会の職員です。市内の6日常生活圏域に2名ずつ配置されています。「誰もがふつうにくらせるしあわせなまち立川」の実現を目指して、人と人、人と地域をつなぎ、地域での交流の場を増やし、孤立のない地域づくりを進めるための活動をしています。地域福祉コーディネーターと地域包括支援センターの情報誌「まちねっと」が年に4回、各圏域ごとに発行されており、そちらでも地域福祉アンテナショップの情報を見ることができます。

※地域福祉アンテナショップ、地域福祉コーディネーターについて詳しく知りたい方は立川市社会福祉協議会（TEL：042-540-0200）へお問い合わせください。



図書館巡り

上砂図書館

図書館巡り第4回は上砂図書館です。上砂図書館は2000年（平成12年）4月に上砂町1丁目アパート内（旧都営大山団地）の2階にオープンしました。

大山団地は、1993年度（平成5年度）から東京都が実施した「大山団地再生計画」によって、中高層の住宅に建て替えられました。子どもから高齢者が利用できる回遊性のある施設として、上砂会館、児童館、上砂地域福祉サービスセンター、保育園も同時に開設されました。

✿ 上砂図書館の特徴

上砂図書館のレイアウトやコンセプトは、当時の図書館職員が考えました。「楽しく、使いやすく、親しめる図書館」を目指して、「本がむかえている図書館」という構想だったそうです。そのために、カウンターまで利用者が来やすいように導線を工夫して、小説の書架を斜めに配置してトイレや非常扉などが死角にならないようにしました。

上砂図書館は、市内にある8つの地区図書館の中で一番面積が広く、蔵書数も多く、特に児童図書の蔵書数は最多となっています。児童館が併設されていることもあり、子どもの利用者率が高いのも特徴です。



上砂図書館の館内

✿ イベント開催

図書館としての「テーマ展示」は常時開催していますが、図書館に興味を持ってもらうための地域連携イベントを開催しています。地域の方を講師に迎えての絵本ライブや、弁護士による講演会など年に数回開催しています。「体験しよう！食べてみよう！立川の農」というパンフレットを作成して、上砂図書館付近の農業体験、採れたて野菜の販売所の案内などが掲載されています。

上砂図書館は、団地内にあって、地域文化を担いつつ、テーマ展示やイベントを通して地域連携を目指しています。

かみすな



✿ 上砂図書館のシンボルマーク

よく見ると、ねこの右手が「おいでおいで」をしています。そうです。これは「招き猫」をモチーフにしています。多くの方に来館していただけるように、という願いを込めてシンボルマークにしました。

上砂図書館：立川市上砂町1-13-1 ☎042-535-1531