

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)

元気の出るユーモア・スピーチ

日常生活に笑いを取り入れることは健康の秘訣です。皆でユーモア・スピーチを学びます



時4月15日(月)午後2時～4時 場女性総合センター5階第3学習室 師生涯学習市民リーダー・椿吾郎さん 定30人(申込順) 保若干名(1歳～学齢前) 申3月11日(月)から生涯学習推進センター ☎(528)6872へ

あなたとあなたの家族が安心して暮らせるために、今やっておくべきことを考えよう

「今は元気だけれどこの先は……」という不安、決してひとごとではない、誰もが直面するであろう問題をさまざまな側面から考えます 時4月19日、5月17日、6月21日の金曜日、午後2時～4時(全3回) 場女性総合センター5階第3学習室 師立川社会福祉士会副会長・井出晃正さんほか 定30人(申込順) 申3月11日(月)から生涯学習推進センター ☎(528)6872へ

「がんで家族を亡くされた遺族」に寄り添うために～体験者の談話&参加者の交流会

がんで家族を亡くした方々の孤独感や喪失感の克服について考えます 時4月20日(土)午後2時～4時 場女性総合センター5階第3学習室 師がん患者遺族の会・酒井京子さん 定20人(申込順) 申3月18日(月)から生涯学習推進センター ☎(528)6872へ

在宅介護の進め方～介護が必要になった時に慌てないために

初めて介護保険を使うときに知っておきたい基本情報を専門職の方や家族介護の経験者からの話とパネルディスカッションで学びます。直接会場へ 時3月28日(木)午後2時～4時(受け付けは午後1時30分から) 場TAMA MIRAI SQUARE 3階(曙町2-8-28) 定60人(先着順) 師まちねっとカフェ「よろず相談室」事務局・船津さん ☎080(5595)0272、市高齢福祉課介護予防推進係・内線1471

地震、その時どうする? どう備える?

地震が起きたときの基本的な事柄や心がまえを学びます 時4月10日(水)午前11時～正午 場女性総合センター5階第3学習室 師NPO法人立川災害ボランティアネット副理事長・東條清幸さん 定30人(申込順) 保5人程度(1歳～学齢前) 申3月11日(月)から生活安全課消費生活センター係 ☎(528)6801へ

催し

とんからりんはた織りまつり

作品見学や本格的なはた織り体験ができます。直接会場へ 時3月24日(日)▷午前10時～11時30分▷午後1時～3時 場歴史民俗資料館 師とんからりん機織りクラブの皆さん 費100円～500円(材料代。体験参加の方のみ) 師歴史民俗資料館 ☎(525)0860

TOKYOエシカルマルシェ

エシカル消費を体感・体験できる商品やフード、多摩の特産品の販売、ワークショップなど。広域連携事業として立川市と周辺市が参加します。直接会場へ 時3月15日(金)～17日(日)、午前11時～午後5時 場GREEN SPRINGS(緑

市長コラム

震災で感じた 地域のつながり・自治会の役割

近年、各地で自然災害の被害が深刻化しています。能登半島地震でも、震災直後、救助隊到着前に住民同士で安否確認や救助活動を行い、避難所でも互いに励まし合いながら困難を乗り越える姿は、日頃の地域活動や住民間のつながりが、災害時の生命線となる事を改めて示しました。

立川市で地域の活性化と住民の相互扶助に重要な役割を担っているのが自治会です。しかし近年は加入率が低下し、令和4年度は35.61%と26市平均を下回りました。この状況は、地域コミュニティの力が弱まり、災害時の対応

力低下や地域課題の解決困難などの問題に繋がります。自治会が果たす重要な役割は、地域住民の生活を支える様々な活動が、住民同士の交流の場にもなり得る事です。

自治会への加入は、地域の安全・安心を守るだけでなく、住民同士の絆を深め、共に豊かな生活を築く第一歩となります。私たちが住まうまちの「きずな」を再認識し、自治会をはじめとした地域活動への参加を通じて、災害に強い、誰もが安心して暮らせるまちを共に築いていきましょう。

立川市長 酒井大史

町3-1) 師東京都生活文化スポーツ局消費生活部企画調整課 ☎03(5388)3069、市企画政策課・内線2688

春の樹林開放日

武蔵野のおもかげが残る保護樹林を開放します。春の花の下、「歌声喫茶・ともしび」の小川邦美子さんと一緒に楽しく歌いましょう。アコーディオン演奏は岡田桃子さん。直接会場へ 時3月17日(日)午前10時～正午 場保護樹林地(幸町5-96-7) 師NPO法人グリーンサンクチュアリ悠・渡邊さん ☎090(4206)0177、市公園緑地課・内線2260



資源とごみの分別・減量・出し方パネル展

市のごみの現状やごみ出しのルール、分別方法、減量のポイントについて、パネルを使って分かりやすく説明します。また、生ごみの水切りグッズを展示するほか、資源やごみの分別などに関する疑問にもお答えします。直接会場へ 時3月26日(火)～29日(金)、午前9時～午後4時 場市役所1階多目的プラザ 師ごみ対策課・内線6752

ACP普及の為の市民講演会

今までにない「在宅緩和ケア・在宅平穏死の真実」と「世界の尊厳死の現状と日本の尊厳死の現状」についての講演会です 時3月30日(土)午後1時30分～4時30分 場女性総合センター1階ホール 師立川在宅ケアクリニック

理事長・井尾和雄さん、日本尊厳死協会理事長・北村義浩さん 定180人(申込順) 申下2次元コードから申し込んでください 師立川在宅ケアクリニック ☎(506)1993、市高齢福祉課介護予防推進係・内線1471



お知らせ

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 時①3月19日(火)▷午後2時から▷午後3時から②3月29日(金)▷午後2時から▷午後3時から 場①高松学習館②若葉会館 定各2組(申込順) 申立川市斎場 ☎(524)1998へ

生活にお困りの方へ～無料相談&食料品配布

市内在住で、生活にお困りの方はご利用ください。食料品配布はなくなり次第終了。直接会場へ 時3月27日(水)午後2時～4時 場コトリンク情報発信センター(柴崎町3-9-2) 師立川市社会福祉協議会地域づくり係 ☎(540)0200 Fax(529)8714

たちかわ競輪開催日


●高知FI=3月18日・19日 ●平塚FI・ガールズ=3月18日～20日
いずれも場外発売
開催案内・レース結果 ☎050(3355)4703

みらきちホニャララ市

▶日程 3月17日(日) 午前10時30分～午後3時30分
▶会場 子ども未来センター

子ども未来センターでコミュニティプログラムのおまつり「みらきちホニャララ市」を開催。思いきり体を動かしたり、工作したり、子どもも大人も一緒に楽しめるプログラムが盛りだくさんのおまつりです。申込方法等、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。

師子ども未来センター市民活動コーディネーター ☎(529)8682
E c-program@t-mirai.com



たちかわ創造舎 イベント紹介

Tachikawa Culture Factory

問 ☎(595)6347
HP「たちかわ創造舎」で検索

- たまライド49km「青梅で手打ち蕎麦・ランチライド」 スポーツサイクルの初心者対象で、熟練ガイドとともにロングライドを楽しめます。渓谷が美しい青梅、梅郷、昭和の雰囲気の残る吉野街道、青梅街道を通ります。ランチには、青梅でおいしい手打ち蕎麦を食べます 時4月6日(土)午前9時30分から 場たちかわ創造舎集合・解散 費7,800円(昼食代、保険料) 定10人(申込順) 申たまライド実行委員会事務局 ☎03(3429)8970へ
- たちかわ創造舎ディレクター・倉迫康史がラジオ番組にレギュラー出演中 毎月第3火曜日にエフエムたちかわの番組「鶴飼社長のBrand New Day」内でアートや文化にまつわるコラムを生放送で発信。今月のテーマは「くつろげる劇場カフェ」です 時3月19日(火)午前10時30分から