

シニア

認知症予防のための絵本読み聞かせ実践講座

読み聞かせの実践を通して認知機能の低下を抑制し、社会参加と社会貢献を目指します。☎65歳以上の市民の方。時説明会=5月9日(木)▷事前健康チェック=5月16日(木)▷講座=5月23日~8月22日の木曜日(7月4日、8月15日を除く)▷事後健康チェック=8月29日(木)▷フォローアップ=9月5日・12日・19日の木曜日、いずれも午前9時30分~11時30分(全18回)場市役所2階208・209会議室定20人(抽選)用4月22日(月)までに高齢福祉課介護予防推進係・内線1471へ

体力アップ体操教室

☎市内在住・在勤で医師から運動を制限されていないおむね65歳以上の方。時5月8日・22日、6月12日・26日の水曜日、午後2時~3時30分(全4回)場こぶし会館定30人(抽選)用4月18日(木)(必着)までに、はがきに「体力アップ体操教室希望」、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

うたごえ広場 in 錦学習館

懐かしい歌を一緒に歌いましょう。簡単な体操も行います。時5月14日(火)午後2時~3時30分場錦学習館師にしきカンターレ講師・丸山和子さん、ピアノ・本村佳子さん定70人(申込順)持室内用運動靴、飲み物用4月10日(水)から錦学習館☎(527)6743へ

やさしいヨガ教室

☎60歳以上の市民の方。時・場①5月10日~31日の金曜日=一番福祉会館②7月5日~26日の金曜日=曙福祉会館③10月4日~25日の金曜日=幸福社会館、いずれも午前10時~正午(それぞれ全4回)師ヨガインストラクター・内田真珠さん定15人(申込順)持動きやすい服装、ヨガマット(バスタオル)、五本指ソックス(短い靴下)、飲み物用①~③のうちいずれか1つを選択して4月10日(水)から柴崎福祉会館☎(523)4012へ

子ども・子育て

ママビクス&ベビーマッサージ

☎市内在住の2か月~6か月の乳児と母親。時5月10日~6月21日の金曜日、午前10時~11時30分(5月31日を除く、全6回)場若葉会館師育児アドバイザー・瀧江昌さん費1,600円(体操用ゴムバンド代)定8組(申込順)持動きやすい服装、バスタオル、飲み物用4月10日(水)から幸学習館☎(534)3076へ

おもちゃの病院

壊れたおもちゃを修理します。1世帯2点までで先着35点です。壊れた部品などもお持ちください。部品代がかかる場合は実費負担です。直せないものもあります。直接会場へ☎市内在住の方。時4月27日(土)午後1時~3時場女性総合センター5階作業室☎生活安全課消費生活センター係☎(528)6801



きこえとことばの相談・施設見学

お子さん(小学生、幼児)のきこえやことばに関する相談と施設見学を実施します。直接会場へ(駐車場あり)。この日以外にも随時、相談を受け付けています。時4月27日(土)▷施設見学=午前9時30分~11時30分▷相談=午後1時~4時(受け付けは午後3時まで)場八小間八小「きこえとことばの教室」☎(536)9664

ホースセラピー

リトルホース2頭と触れ合います。直接会場へ☎市内在住の0歳~未就学児と保護者。時5月9日(木)午後1時~2時場子ども未来センター☎子育て支援事務室☎(529)8664

催し

子ども未来センターのコミュニティプログラム

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。

●「存在のない子供たち」映画上映会。時4月20日(土)午後2時~4時30分場子ども未来センター費500円(参加費)☎プラン多摩の会☎090(9319)1462

みんなでポッチャ

誰でも楽しめ、夢中になれるスポーツです。☎市内在住の方。時5月11日(土)午前10時~11時30分場かみすな福祉相談センター定18人(申込順)持飲み物用かみすな福祉相談センター☎(537)7799へ

古民家園でお茶を楽しませんか

茶たては佐藤督子さん。直接会場へ。時4月21日(日)午前11時~午後1時(受け付けは午後0時30分まで。材料がなくなり次第終了)場川越道緑地古民家園費500円(茶菓代)☎歴史民俗資料館☎(525)0860



立川グリーンウィーク2024 緑化まつり 4月21日(日)

時午前10時30分~午後3時(午前10時開場)(荒天中止)場ファーマーズセンターみののーれ立川(砂川町2-1-5)

- 立川市家庭で取り組むエコチャレンジ2023優良表彰式
- ガーデニング教室
- 木工広場、いけばな体験、ガールスカウト体験、パステル画体験

☎立川グリーンウィーク実行委員会事務局(公園緑地課内)内線2260

市公式X(旧ツイッター)のご利用を

市政情報、イベント情報などを発信



@tachikawa_tokyo

☎広報課・内線2745

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。掲載申込書等は広報課(市役所2階42番窓口)と各地域学習館で配布するほか、市ホームページからダウンロードもできます。

まちのお知らせ

- 音訳初級講習会 立川市朗読サークル「こえ」が主催。視覚障害者に向けたCD図書制作などを学ぶ、音訳技術の入門講座です。☎講習修了後、音訳活動に参加する意思がある65歳以下の方。時説明会=5月17日(金)午前10時30分から▷講習会=5月31日~8月2日の金曜日、午後1時30分~3時30分(全8回)場総合福祉センター費2,000円(テキスト代)定講習会のみ20人(申込順)用宮崎さん☎(566)0322へ
- 社交ダンス無料講習会 立川ハートフルダンスサークルが主催。心と体の健康に社交ダンスがおすすめです。プロ講師が基本から丁寧に指導します。直接会場へ。時・場▷4月26日(金)=子ども未来センター▷5月3日(金祝)=錦学習館、いずれも▷初・中級=午後1時30分から▷初心者=午後3時から☎眞崎さん☎(537)0551

●自然エネルギー学習会 自然エネルギーの会が主催。ミニ小水力発電装置ピコピカを小川に設置して防犯灯に明かりをとします。太陽光での蓄電の様子も。直接会場へ。時間内に見学だけでも歓迎。時4月27日(土)午後2時30分~3時30分場立川公園☎箱石さん☎090(4960)3027

●至誠学園ガーデンパーティー 至誠学園立川児童事業本部が主催。子どもたちの健やかな成長を祝います。ゲームコーナー、歌やダンスなどのステージ、チャリティーバザー等。直接会場へ。時4月28日(日)午後1時~4時場至誠学園(錦町6-26-15)☎ガーデンパーティー実行委員会☎(524)2601

●第36回寿和紙ちぎり絵クラブ展示会 色彩豊かな和紙を使い、楽しみながら仕上げています。直接会場へ。時4月10日(水)~14日(日)、午前10時~午後5時場柴崎学習館☎青谷さん☎(534)3929

●恋愛、結婚、子育てについてのおしゃべり会 ママパパ応援立川が主催。お茶を飲みながら、恋愛、結婚、子育てについて楽しくお話しませんか。お話は聞くだけでも大丈夫です。時5月15日(水)午後2時~3時30分場子ども未来センター定8人(申込順)用奥澤さん☎080(5530)8243へ

●介護職員初任者研修(通学形式) NPO法人ケア・センターやわらぎが主

催し ☎立川市近隣に在住・在勤で、通学可能な方。時①5月6日~6月28日(月曜・水曜・金曜日コース)②7月22日~8月28日(月曜・水曜・木曜・金曜・土曜日コース)③9月2日~10月26日(月曜・木曜・土曜日コース)場同法人研修センター(錦町2-6-23)費7,124円(テキスト代)定各18人(選考)用申込用紙に身分証等のコピーを添えて最寄りの事業所に提出してください(就労支援・お祝い金制度あり)☎同法人☎(523)3552

会員募集

- 詩吟 公吟会 漢詩の絶句、律詩、和歌、俳句を、おなかから声を出して朗詠します。生涯学習や脳トレにも。見学可。時毎月第1・第3水曜日、午後1時~4時場若葉会館費3,000円月1,500円(ほかに教材費として1,000円)用小谷野さん☎080(1254)0651へ
- 西砂書道愛好会 島田薫亭さんの指導のもと楽しく書道を学びます。初心者歓迎。見学可。時月2回の木曜日、午前10時~正午場西砂学習館月2,000円用川又さん☎(531)2632へ
- レクイエムを歌う会 フォーレのレクイエム(女声3部)を練習しています。時月2回の日曜日、午後6時30分~9時場幸学習館ほか月2,000円月3,000円用岩根さん☎090(1210)4687へ

●和太鼓・ナイン 健康維持などを目的として楽しく和太鼓を演奏します。初心者歓迎。☎45歳以上の方。時毎月第2・第4火曜日、午後6時~8時30分場西砂学習館月1,000円月2,000円用山さん☎090(4209)1389へ

●あけぼの健康体操 軽い運動やリズム運動で運動不足解消、健康維持を目指します。看護師でもある指導者が、安全に分かりやすく教えます。見学・体験可。☎60歳以上の方。時原則として毎月第1・第3金曜日、午前10時~11時30分場曙福祉会館月500円月1回500円定5人(申込順)用佐藤さん☎090(9006)0701へ

●健康マージャンことぶき 頭の体操としてマージャンを楽しみながら健康増進と親睦を図ります。体験可(1,000円)☎あがり方が分かる女性。時毎月第1・第3・第5月曜日、午後1時~4時場錦学習館月1,000円月3か月7,000円定4人(申込順)用佐々木さん☎080(3630)0055へ(ショートメールで)

●英会話友の会 米国人の女性教師の話を聞いたり、短い英文文を作って発表したりしながら英会話を楽しみます。見学歓迎。☎60歳以上の方。時原則として毎月第2・第4水曜日、午前10時~正午場柴崎福祉会館月1,000円月2,000円定若干名(申込順)用久保田さん☎(529)6069へ

