



講座

★マークはたちかわ☆きらきらカード対象の「市民企画講座」です。

パソコン講座「Excel入門」★

表計算、グラフ作成等の基礎を学びます 対文字入力ができる方 時6月10日(火)・11日(水)・13日(金) 午前10時～正午(全3回) 場柴崎学習館 師生涯学習市民リーダーの皆さん 費2,000円(受講料、資料代) 定10人(申込順) 持パソコン(Office2016以降) 申5月13日(火)から電子申請で申し込んでください 固柴崎学習館 ☎(524)2773

傾聴を知る～穏やかな人間関係づくりとは

傾聴の基本を学び、心に寄り添ってみましょう。企画・運営は、にしき傾聴クラブ 時6月18日、7月2日・16日の水曜日、午後1時30分～3時30分(全3回) 場女性総合センター5階第3学習室 師公認心理士・澤村直樹さん 定35人(申込順) 申5月12日(月)から電話か電子申請で生涯学習推進センター ☎(528)6872へ

認知症サポーター養成講座

認知症の方やその家族を支える応援者を養成します 対市内在住・在勤・在学の方 時5月22日(木)午前10時～11時30分 場羽衣ワークセンター(羽衣町1-12-18) 定20人(申込順) 申南部東はごろも地域包括支援センター ☎(523)5612へ

たかまつり 第43回 高松学習館文化祭

いずれも 場高松学習館。 申マークは申込制(申込順) 申5月10日(土)から電話か電子申請で高松学習館 ☎(527)0014へ。そのほかは直接会場へ(先着順)

申デュエットで贈る世界の名曲、懐かしい日本の歌	出演はSKCTリオのソプラノ・新海寿美子さん、アルト・土方和子さん、ピアノ・若山千恵子さん 時6月7日(土)午後1時30分開演(午後1時開場) 定50人	
演奏会	音楽サークル(ギター、マンドリン、三味線、リコーダー、女声合唱)の発表です 時6月8日(日)午後1時15分開演(午後1時開場) 定60人	
作品展	高松学習館で活動するサークルの皆さんの作品を展示します 時5月30日(金)～6月1日(日)、午前10時～午後4時30分(最終日は午後4時まで)	
リサイクル本の配布(高松図書館)	高松図書館入り口で配布します 時5月30日(金)～6月1日(日)、午前10時～午後7時(土曜・日曜日は午後5時まで)	

たちかわ創造舎

Tachikawa Culture Factory

イベント紹介

HP「たちかわ創造舎」で検索

●たまライド70km「七曲り峠+美山通り」 たちかわ創造舎をスタートし、七曲り峠、高尾街道、秋川街道、陣馬街道、美山通りと、武蔵野の景色を満喫します。イタリアンビュッフェランチのあとは、東京五輪コースにもなった、ロードの聖地、尾根幹を走ります 時5月25日(日)午前9時スタート 場スタート&ゴール会場・たちかわ創造舎 費8,800円(昼食・保険料) 定10人(申込順) 固たまライド実行委員会事務局 ☎03(3429)8970

●6月のほうがごシアター よみしばい「どんぐりと山猫」 おとなもこどもも気軽に楽しめる「よみしばい」を上演します。村の少年が山猫の頼みで、とある裁判に巻き込まれていく、宮沢賢治原作のお話です 時6月7日(土)午前11時開演 場たちかわ創造舎B棟ドレミホール 費400円(中学生以下200円、3歳以下無料) 申「たちかわ創造舎」ホームページの申込フォームからお申し込みください。

時間と心のゆとりをつくる食の工夫

簡単に調理できる、お財布にやさしい作り置きおかずを作って試食します 時6月10日(火)午後1時30分～3時30分 場女性総合センター5階料理実習室 師多摩友の会生活講習グループの皆さん 費500円(材料代) 定22人(申込順) 保5人程度(1歳～学齢前) 持エプロン、三角巾、布巾、筆記用具 申5月12日(月)から、くらし相談課消費生活センター係 ☎(528)6801へ

学習会「ロコモティブシンドロームってなに？」

今からできる予防や対策、体操を学びます 対市内在住・在勤・在学の方 時5月28日(水)午前10時～11時30分 場若葉会館 師ロコモコーディネーター・森田祐介さん 定20人(申込順) 申5月12日(月)から北部東わかば地域包括支援センター ☎(538)1221へ

身体がカタイ人のためのヨガ

対中学生以上の方 時6月5日(木)午前10時～正午 場女性総合センター5階和室 師ヨガインストラクター・このあきこさん 定12人(申込順) 保5人程度(1歳～学齢前) 持タオル、飲み物、ヨガマット(お持ちの方) 申5月12日(月)から、くらし相談課消費生活センター係 ☎(528)6801へ

創業支援セミナー

創業するための知識を身につけることができる「特定創業支援等事業」

対象のセミナーです。日程・内容は下表のとおり(全5回)。対象者や申込方法等くわしくは市ホームページをご覧ください 場TOKYO創業ステーションTAMA(緑町3-1GREEN SPRINGS) 定15人(申込順) 申5月9日(金)から電子申請で申し込んでください 固市産業観光課商工振興係・内線2645

日程	テーマ	講師(相談員)
6月7日(土)	経営	増田雅好さん
6月14日(土)	販路開拓	松井 淳さん
6月21日(土)	財務	増田雅好さん
6月28日(土)	人材育成	松井 淳さん
7月12日(土)	経営・発表会	増田雅好さん 松井 淳さん

時間は、午後2時～5時

労働セミナー「子育て世代を戦力としていかす！社内環境の整備」

子を産み育てる環境が大きく変化しつつある今、求められている社内環境の整備について専門家が解説します 時6月25日(水)・27日(金)、午後2時～4時 場東京都労働相談情報センター多摩事務所(柴崎町3-9-2) 師特定社会保険労務士・新田香織さん 定各70人(申

込順) 申東京都労働相談情報センター多摩事務所 ☎(595)8731へ 固市産業観光課商工振興係・内線2645

労働セミナー「シニア人材を活用していくために」

1日目に高齢者雇用の現状と関連法令について、2日目に高齢者の雇用促進と活用事例について専門家が解説します 時7月10日(木)・11日(金)、午後2時～4時 場東京都労働相談情報センター多摩事務所(柴崎町3-9-2) 師社会保険労務士・中宮伸二郎さん 定各70人(申込順) 申東京都労働相談情報センター多摩事務所 ☎(595)8731へ 固市産業観光課商工振興係・内線2645

 YouTube

立川市動画チャンネル

市からのお知らせ、イベント、観光などの情報を配信中！

固広報プロモーション課・内線2746





第45回 西砂学習館まつり

いずれも 場西砂学習館。 申マークは申込制(申込順) 申5月10日(土)から西砂学習館 ☎(531)0431へ。そのほかは直接会場へ(先着順)

発表会など	日時
大人のためのお話し会(たんぼぼ読書会)	5月24日(土)午前11時から
申学習館まつりコンサート 初夏の素敵な音楽会	5月24日(土)午後2時から
サークル発表会(コーラス、オカリナ、南京玉すだれ、和太鼓、気功ほか)	5月25日(日)午後1時～4時ごろ
作品展など	日時
油絵、水彩画、陶芸、押花、写真、書道、パッチワーク、フラワーアレンジメントほか	5月23日(金)～25日(日)、午前10時～午後4時
西砂学習館運営協議会パネル展	
近隣保育園児の作品展、近隣施設紹介	
各種催し	日時
リサイクル本の配布(西砂図書館)	5月23日(金)～25日(日)、午前10時～午後5時(なくなり次第終了。初日は午後7時まで)
産地野菜(西砂産直売会)、陶芸作品ほかの実費頒布	5月25日(日)午前10時から(なくなり次第終了)
体験教室	日時、費用、定員など
親子体操(西砂ふれあい体操友の会)	対1歳6か月～学齢前の子どもと保護者 時5月23日(金)午前10時～11時30分 定10組 持親子とも動きやすい服装、タオル、飲み物、ウェットティッシュ(子どもは裸足のため)
幼稚園児の体操(HOP UP 体操教室)	対①3歳(年少)②4歳・5歳(年中・年長) 時5月23日、6月6日・13日の金曜日①午後3時～3時40分②午後3時50分～5時 定各5人 持動きやすい服装、タオル、飲み物
小学校低学年を対象にした体操(STEP UP 体操教室)	対小学1年生～3年生 時6月12日・19日の木曜日、午後6時10分～7時30分 定各5人 持動きやすい服装、靴、タオル、飲み物、なわとび(お持ちの方)
指圧(立川指圧健康友の会)	時5月25日(日)午前10時～11時30分 持動きやすい服装、フェイスタオル
申プリザーブドフラワー(フラワーサークル桜)	時6月3日・10日の火曜日、午前10時30分～正午 費2,000円(花材代) 定各5人
申南京玉すだれ(南京玉すだれアーチストの会)	時6月7日(土)午前10時～正午 定5人 持動きやすい服装
発声練習と合唱(コーラス槐)	時6月7日・21日の土曜日、午前9時30分～10時30分
申和太鼓(和太鼓・ナイン)	時6月10日・24日の火曜日、午後6時30分～8時 定各6人 持動きやすい服装
申セルフカウンセリング学習会(せせらぎ会)	時6月12日(木)午前10時～正午 定15人 持筆記用具

