

## 子ども・子育て

### 子育てサークル登録～子どもと一緒に気軽にサークル活動

気のあう仲間や小さなお子さんと一緒に安心して活動できる場所を提供しています。登録により、地域学習館の保育室や子ども未来センターのグループ活動室を無料で利用できます。営利活動、政治活動、宗教活動を行うことはできません▶登録に必要な要件＝▶未就学児の保護者が、未就学児同伴で自主的に活動、または活動しようとして立ち上げたサークルである▶3人以上の保護者で構成され、半数以上が市内に在住している▶サークルの名称を定め、代表者を置いている▶登録方法＝「子育てサークル登録申請書」(子ども家庭センター(子育て支援・保健センター3階)で配布するほか、市ホームページからダウンロードも可)に会員名簿を添えて、子ども家庭センターに申請してください。登録が認められたサークルには「子育てサークル登録証」を発行します☎子ども家庭センター☎(528)6871

### 思春期の子どもへの接し方～良好な親子関係を築くために

心身ともに不安定な思春期の子どもが抱えるさまざまな問題を、どのように理解し、乗り越えるか、また自己肯定感を高める接し方などを学びます☎6月21日(土)午前10時～正午☎女性総合センター5階第3学習室☎臨床心理士・沖石菜穂子さん☎60人(申込順)☎6月10日(火)午前9時から市民型ソーシャルワーカー・ほっとほっとたちかわ・樋口さん☎080(5524)0271へ☎市子ども家庭センター☎(528)6871

### 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☎市内在住の未就学児と保護者☎7月10日(土)午後1時～2時☎子ども未来センター☎子育て支援事務室☎(529)8664

### 立川宇宙の学校

親子で工作や実験を行い、科学への興味や好奇心を育みます☎5歳～小学3年生と保護者☎7月20日、8月24日、10月5日、12月14日の日曜日、午前10時～正午(全4回)☎場錦学習館☎NPO法人子ども・宇宙・未来の会の皆さん☎2,000円(材料代)☎35組(申込順)☎筆記用具、上履き、靴袋☎6月10日(火)から電話または電子申請で錦学習館☎(527)6743へ

### 1歳児の赤ちゃんサロン「赤ちゃんと一緒に！わらべうたと絵本を楽しもう」

☎1歳児と保護者☎7月3日(木)午前10時30分～11時30分☎場中央図書館4階☎元図書館司書・笠原由紀子さん☎8組(申込順。市内在住・在勤の方、初めての方を優先)☎6月12日(木)午前10時から「立川市図書館」ホームページの申込フォームから申し込んでください☎中央図書館児童青少年サービス係☎(528)6800

### 赤ちゃんが泣いても大丈夫！親子三世代で楽しむコンサート

クラシックから童謡まで家族で楽しめます。出演は片山沙緒里さん(ソプラノ歌手)ほか☎市内在住の未就学児と保護者、祖父母等☎7月19日(土)午前10時30分～11時30分☎場たましんRISURUホール小ホール☎240人程度(申込順)☎6月17日(火)午前10時から子育て支援事務室☎(529)8664へ

### いちごクラブ

いずれも直接会場へ☎市内在住の0歳～1歳6か月の子どもと保護者☎子ども未来センター☎子育て支援事務室☎(529)8664

●パパママいちごクラブ 土曜日 身長・体重測定。親子で一緒に手形・足形シートも作れます☎7月5日(土)午後1時30分～3時

●いちごクラブplus 身長・体重測定。希望者は手形・足形スタンプも☎7月16日(水)午後2時～3時

### 就学前に知っておきたいこと

子どもの発達に不安を感じている保護者向け講座です。お子さんの進路について、小学校入学を前に、何を念頭において選べばいいかお話しします。お子さんの将来を見据えて、成長にあった環境を選択できるよう、一緒に考えてみませんか☎令和8年度・9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☎7月7日(月)午前10時～正午☎場子ども未来センター☎早期発達支援士・中村ひとみさん☎20人(申込順)☎保若干名(1歳～学齢前)☎6月10日(火)から申込フォーム(下2次元コードからアクセス可)から申し込んでください☎児童発達支援センター☎(529)8586



### 未来サロン～3人集まれば仕事ができる!?子育てママのための新しい働き方

見守り保育あり。直接会場へ☎未就学児と保護者(保護者のみの参加可)☎7月7日(月)午前10時30分～午後0時30分☎場子ども未来センター☎子育て支援事務室☎(529)8664

## シニア

### 100トレ体操講習会

健康寿命を延ばし、QOLを保つことを目的に開発された運動プログラムです。人が人らしく生きるための3要素「生涯自分の脚で歩く」「自分の力で食べる」「自分自身で排泄をコントロールする」を同時に鍛えられる体操を行います。申込方法等詳しくは「立川市スポーツ協会」のホームページをご覧ください☎おおむね60歳以上の方☎7月13日(日)午後1時30分～3時30分☎場泉市民体育館☎フィジカルトレーナー協会代表理事・中野ジェームズ修一さん☎100人(申込順)☎立川市スポーツ協会☎(534)1483

### 「大切な方への絆ノート」書き方セミナー

最期まで自分らしく過ごすために、生命保険会社の資産形成・承継・相続アドバイザーから学びます☎65歳以上の市民の方☎7月2日(水)午後1時30分～3時☎場総合福祉センター☎20人(申込順)☎6月17日(火)午前10時から南部西ふじみ地域包括支援センター☎(540)0311へ

### スマートフォン相談会

スマートフォンの使い方や操作方法に関する相談に応じます☎60歳以上の市民の方☎7月4日(金)午前11時～午後3時☎場幸福社会館☎東京都スマホアドバイザーの皆さん☎16人(申込順)☎6月10日(火)から幸福社会館☎(535)2197へ

### うたごえ広場 in 錦学習館

懐かしい歌と一緒に歌いましょう。簡単な体操も行います☎7月17日(木)午後2時～3時30分☎場錦学習館☎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☎70人(申込順)☎室内用運動靴、飲み物☎6月10日(火)から電話か電子申請で錦学習館☎(527)6743へ

### 出張！健康相談室

看護師、薬剤師が、高齢者の健康や医療に関する相談を受けます。直接会場へ☎65歳以上の市民の方☎6月26日(木)午前10時～11時☎場富士見町住宅26号棟大会議室(富士見町6-26-105)☎保険年金課高齢者保健事業担当係・内線1408

### シルバー人材センター働き方・しごと説明会

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☎場▶6月16日(月)＝女性総合センター5階第1学習室▶6月20日(金)＝市役所2階209会議室、いずれも午後1時30分から☎前日までにシルバー人材センター柴崎本部☎(527)2204へ

## 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プロモーション課(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

●第34回写真展「自然の中で…」立川自然観察友の会が主催。月に1回、主に多摩地域の里山などで草花の観察を行い、撮影した写真を中心に展示します。あわせて昭和記念公園の四季の花なども紹介。直接会場へ☎6月13日(金)～29日(日)、午前9時30分～午後5時(最終日は午後3時まで)☎場国営昭和記念公園花みどり文化センターギャラリー1☎鈴木さん☎(523)5688

●親子料理教室 立川の美味しい給食を実現する会が主催。普段の生活の中で活躍する「小麦粉」の豆知識を身につけ、簡単ナンと栄養満点ブラックカレー作りに挑戦してみませんか☎小学生以上の方(小学1年生～4年生は保護者同伴)☎6月28日(土)午前10時～午後0時30分☎場錦学習館☎200円(材料代。小学1年生～4年生は無料)☎20人(申込順)☎川合さん☎e.kk.peace-051210@ezweb.ne.jpへ

●介護福祉士実務者研修(通信課程) NPO法人ケア・センターやわらぎが主催☎介護福祉士の資格取得を目指している方☎通信学習＝7月1日～10月31日(eラーニング)▶スクーリング＝11月2日～12月14日の日曜日、午前9時～午後5時30分(全7回)☎場同法人研修センター(錦町2-6-23)☎79,200円～84,080円(保有資格によって異なります。ほかにeラーニング料1,650円)☎

15人(選考)☎6月13日(金)正午までに、電話、または「やわらぎ」のホームページから申込書をダウンロードし、直接、同法人(錦町2-6-23小川ビル1階)☎(523)3552へ

●マジック初心者講習会 立川市奇術愛好会が主催。マジックは周りの人を楽しませるコミュニケーションツールです。指先を使うので老化防止にも有効です☎6月22日・29日、7月6日・13日の日曜日、午後2時～4時(全4回)☎場高松学習館☎2,000円(材料代)☎15人(申込順)☎植松さん☎☎(527)8508へ

●立川市内不動産無料法律相談会 公益社団法人全日本不動産協会東京都本部多摩北支部が主催。不動産売買、賃貸、相続の相談に弁護士が、不動産取引の相談に宅地建物取引士が応じます。10月は税務相談会も同時開催☎市民の方☎7月19日、8月9日、9月20

日、10月18日、11月15日の土曜日、午前9時～午後1時☎場同支部事務所(曙町2-32-3立川三和ビル702)☎各日4組(申込順)☎同支部☎(528)2121へ(月曜・火曜・木曜日、午前11時～午後3時30分)

### 会員募集

●エイコンESS ネイティブ講師による授業と会員同士による本読み。和気あいあいと楽しく英語を学びます☎毎週火曜日、午前10時～正午☎場柴崎学習館☎2,000円☎2,000円☎12人(選考)☎小野さん☎(525)7381へ(午後4時以降)

●太極拳同好会みな月 太極拳24式を基礎から丁寧に学びます。頭も体も使うので、足腰の強化、転倒防止、腰痛や肩こりの緩和、脳の活性化に効果があります☎毎月4回の水曜日、午前10時～正午☎場さかえ会館☎1,000円☎2,500円☎大橋さん☎090(8943)6029へ

