

子ども・子育て

ペアレントプログラム

子どもの発達を理解し、子どもの行動への見方を変えることで、家族と子どもがよりよいコミュニケーションをとれるよう、関わり方のコツを学びます
対おおむね4歳～10歳の子どもの保護者 時9月25日、10月9日・23日、11月6日・20日、12月4日、令和8年1月15日の木曜日、午前10時～正午(全7回) 場子ども未来センターほか 師ペアレントプログラムリーダー・中村ひとみさん 定8人(抽選) 保8人程度(1歳～学齢前) 申8月12日(火)から 電子申請で申し込んでください 関児童発達支援センター ☎(529)8586

親子のちょうどいい！を見つけるオムツはずし講座

子ども自身の感覚に寄り添い、無理せずに排泄を習慣づけることが人格形成においても大切な土台となります
対市内在住のおおむね1歳の子どもと保護者(保護者のみの参加可) 時9月12日(金)午前10時30分～11時45分 場子ども未来センター 師自然なオムツ外しアドバイザー・鈴木真由さん 定6組程度(申込順) 申8月13日(水)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ

パパママいちごクラブ 土曜日

身長・体重測定。家族で手形・足形シートも作れます。直接会場へ 対市内在住の0歳～1歳6か月の子どもの保護者 時9月6日(土)午後1時30分～3時 場子ども未来センター 関子育て支援事務室 ☎(529)8664

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。直接会場へ 対市内在住の0歳～1歳6か月の子どもの保護者 時9月17日(水)午後2時～3時 場子ども未来センター 関子育て支援事務室 ☎(529)8664

離乳食座談会

先輩ママと一緒に離乳食の悩みを話し合います
対市内在住の未就学児と保護者(保護者のみの参加可) 時9月18日(木)午前10時30分～11時30分 場子ども未来センター 定6組程度(申込順) 申8月13日(水)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ

親子防災講座

乳児向けの防災対策について学びます
対市内在住の未就学児と保護者(保護者のみの参加可) 時9月16日(火)午前10時30分～11時30分 場子ども未来センター 定10組(申込順) 申8月13日(水)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664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。おもちゃは袋に入れて、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 対市内在住の方 時8月23日(土)午後1時～3時 場女性総合センター5階作業室 関くらし相談課消費生活センター係 ☎(528)6801

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49km「青梅で手打ち蕎麦・ランチライド」 熟練ガイドとともにロングライドを楽しみます。溪谷が美しい青梅、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 対スポーツサイクル初心者 時9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

●イギリス製の折りたたみ自転車・ブromptンのファン・ミーティング ブromptンの愛好者が集うミーティング。情報交換や写真撮影など、参加者同士の交流が楽しめます。直接会場へ 時9月13日(土)午前10時～正午 場たちかわ創造舎 関ブromptン・ミーティング ☎brompton.at@gmail.com

ごみの分別にご協力を

ぶんべつ きょうりよく



To Foreign Residents

Make sure you sort recyclables and waste properly. For instructions, refer to the Resources and Waste Collection Calendar, the Handbook or the Tachikawa City's website.

ごみの分別にご協力を

ぶんべつ きょうりよく ぶんべつ ほうほう しげん しゅうしゅう かれんだー はんどうぶくく し ホームページをご覧ください。

敬启各位外国人士

请您按类分好垃圾。分类方法请参考收集月历，手册，市主页。

외국인 여러분들에게

쓰레기 분리 수거에 협력을. 분리수거하는 방법은 재활용 그리고 쓰레기 수집 달력, 핸드북, 시 홈페이지를 봐 주시기 바랍니다.

シニア

国営昭和記念公園ウォーキング

元日本代表陸上選手から効果的なウォーキングを学びます。公園内を自由にウォーキングする時間もあります 対原則60歳以上の方 時9月13日(土)午前9時30分から(荒天中止) 場国営昭和記念公園西立川口前集合 師元陸上競技選手・吉田香織さん、西田隆維さん 費500円(入園料ほか) 申9月5日(金)までに「立川市スポーツ協会」のホームページから申し込んでください(右2次元コードからアクセス可) 関立川市スポーツ協会 ☎(534)1483

本づくり講座

ハードカバーB7サイズの本を作ります 対おおむね60歳以上の方 時9月11

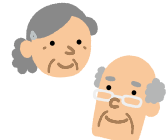
日(休)午後1時～3時 場多摩川図書館 師本づくり協会認定製本講師・石田亮一さん 定8人(申込順) 申8月10日(日)午前10時から電話、または「立川市図書館」ホームページの申込フォームから多摩川図書館 ☎(525)6905へ

高齢者の「みまもり機器」ってどんなもの？

みまもり機器を扱う業者の方から、機器の種類やどんなときに必要になるのかなどを学びます 時8月30日(土)午前10時～11時30分 場西砂学習館 定20人(申込順) 申北部西かみすな地域包括支援センター ☎(536)9910へ

スマートフォン相談会

東京都スマホアドバイザーが、スマートフォンの使い方に関する相談に応じます 対60歳以上の市民の方 時9月26日(金)午前11時～午後3時 場一番福祉会館 定16人(申込順。初めての方を優先) 申8月12日(火)から一番福祉会館 ☎(531)2945へ



高齢者のつどい



歌謡ショー等を行います。出演は、三船和子さん、セニョール玉置さん、コーロ・ドルチェ(民生・児童委員合唱隊)。参加には、申し込みが必要です。事前抽選により参加者を決定します。来場の際は公共交通機関等をご利用ください 対9月15日現在、75歳以上の市民の方 時下表のとおり 場たましんRISURUホール 申参加希望者は、所定のはがきで8月31日(日)(必着)までに申し込んでください。はがきは、対象となる方に事務を委託している株式会社ラビロが8月10日前後に封筒でお送りします。抽選結果は9月中旬にはがきでお知らせします。お送りした当選はがきは、当日、入場する際に必要です。大切に保管し、お持ちください。

地区(町名)	日時
幸町、砂川町、泉町、栄町	10月7日(火)午前11時～午後0時30分
若葉町、高松町、曙町、羽衣町	10月7日(火)午後2時30分～4時
富士見町、柴崎町、錦町、緑町	10月8日(水)午前11時～午後0時30分
一番町、上砂町、西砂町、柏町	10月8日(水)午後2時30分～4時

関高齢者のつどいコールセンター〔株式会社ラビロ〕 ☎050(5846)2531〔土曜・日曜日、祝日を除く、午前8時30分～午後5時15分〕

おうちで簡単！

たちかわ健康体操

「たちかわ健康体操」はスローテンポの音楽にあわせて、上半身、下半身、お口をゆっくり動かす体操です。体の体操が13種類、お口の体操が6種類あります。立ってでも座ってでもできるので、毎日少しずつ取り組んでみましょう。動画は右2次元コードからアクセスできます。





動画配信中



関高齢政策課介護予防推進係・内線1471

