

新春・初笑いヨガ @大空カフェ

笑いは最高の健康法。ヨガと笑いで内側から輝きましょう。

対おおむね65歳以上の市民の方時1月21日(水)午後2時~3時場レエンデ敬愛(上砂町2-4-12)師笑いヨガインストラクター・高村靖子さん定18人(申込順)申飲み物申12月25日(木)午前9時から、かみすな福祉相談センター(537)7799へ

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。対市内在住の原則60歳以上の方時・場①1月14日(水)=シルバー人材センター柴崎本部(柴崎町1-17-7)②1月20日(火)=女性総合センター5階第1学習室③1月22日(木)=東京しごとセンター多摩(柴崎町3-9-2)、いずれも午後1時30分から定①②12人③8人(いずれも申込順)申前日までにシルバー人材センター柴崎本部(527)2204へ

ホームゲームを 応援しよう

市内で開催される公式戦日程は以下のとおりです。くわしくは、「立川ダイス」のホームページをご覧ください。

●立川ダイス ▶アースフレンズ 東京戦=1月24日(土)午後3時試合開始▶1月25日(日)午後2時試合開始▶金沢勇士戦=1月31日(土)午後3時試合開始▶2月1日(日)午後2時試合開始場アリーナ立川立飛



たちかわ競輪ニュース

開設74周年記念競輪鳳凰賞典レース(GⅢ)

新年のスタートを飾るビッグレース!

開催日 1月4日(日)~7日(水)



国内のトップ選手が集まり白熱したレースを繰り広げるほか、イベントなども行います。くわしくは「たちかわ競輪」のホームページをご覧ください。

立川競輪場(524)1121

ーじをご覧ください対小学3~6年生で編成された市内のチーム時1月10日~3月21日の土・日曜日、祝日場市内グラウンドほか

●ミニバスケットボール 申込方法等、くわしくは「立川市バスケットボール協会」のホームページをご覧ください対小学生で編成された市内のチーム時2月1日~22日の土・日曜日、祝日場市内小・中学校体育館(534)1483

楽しく脳トレ! 囲碁入門

囲碁の経験がない方にも、ルールの説明から対局まで丁寧に指導します。楽しみながら脳を活性化し、交友の輪を広げましょう。

対60歳以上の市民の方時2月4日・18日・25日、3月4日の水曜日、午前10時~正午(全4回)場幸福社会館師囲碁講師・長渡光生さん定10人(申込順)申12月25日(木)から幸福社会館(535)2197へ

シニアのための 就活応援セミナー

シニア世代の労働状況や働き方をグループワーク形式で学びます。

対おおむね55歳以上の方時1月22日(木)午後1時30分~3時30分場立川商工会議所(曙町2-38-5)師キャリアコンサルタント・神谷恭子さん定30人(申込順)申立川商工会議所無料職業紹介所(522)4611へ(529)8515

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。野菜摂取レベルの簡易測定も行います。直接会場へ。

対65歳以上の市民の方時1月13日(火)午後2時~3時場幸町団地25号棟集会所(幸町4-52-1)場保険年金課高齢者保健事業担当係・内線1408

スポーツ

小学生クラブ交流大会

●サッカー 申込方法等、くわしくは「立川市サッカー協会」のホームページをご覧ください。

ーじをご覧ください対小学3~6年生で編成された市内のチーム時1月10日~3月21日の土・日曜日、祝日場市内グラウンドほか

●ミニバスケットボール 申込方法等、くわしくは「立川市バスケットボール協会」のホームページをご覧ください対小学生で編成された市内のチーム時2月1日~22日の土・日曜日、祝日場市内小・中学校体育館(534)1483

第44回なわとび チャンピオン大会

①1回旋とびの部=未就学児、小学生(学年別)、中学生、一般クラス(高校生以上)②2回旋(2重)とびの部=小学生(学年別)、中学生、一般クラス(高校生以上)③団体の部(回し手を含め1チーム10人、年齢制限なし)。

対市内在住・在勤・在学の方時2月1日(日)午前9時~午後4時ごろ場泉市民体育館申1月21日(水)までに電子申請で(529)8515

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。

日本の環境問題を考える★

「食糧」「ごみ問題」等について、市内在住の講師からお話を聞きます。

時1月30日、2月13日・27日、3月13日の金曜日、午後2時~4時(全4回)場女性総合センター5階第2学習室師東京農工大学名誉教授・瀬戸昌之さん定25人(申込順)申12月25日(木)から電子申請で(528)6872

極地研サイエンスカフェ 「昭和基地の仕事と生活」★



画像提供: 国立極地研究所

国立極地研究所との協働講座。南極での作業や観測隊員の生活の様子を、南極で見られる自然現象や動物なども織り交ぜて紹介します。

時2月4日(水)午後3時~4時30分場錦学習館師国立極地研究所南極観測センター企画調整チームリーダー・中田純一さん定40人(申込順)申12月25日(木)から電子申請で(527)6743

デール・カーネギーに学ぶ 「人を動かす」話し方Ⅲ (総集編)★

話し方に関する実践的なアドバイスが満載です。

時1月31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NPO法人話し方普及協会研究所所長・橋本均さん定50人(申込順)申12月25日(木)から電子申請で(528)6872

介護される前に知っておきたい、お金と制度の話

家族信託、在宅介護・施設介護の費用について学びます。

対市内在住・在勤の方時1月16日(金)午後2時~3時30分場子ども未来センター師ライフプランナー・檜枝賢護さん、馬渡和哉さん、織笠琢磨さん定30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

場内イベント&ファンサービス

全日

- 先着入場配布サービス(なくなり次第終了)たちかわ競輪オリジナルサコッシュ 各日400個
- 74周年記念オリジナルグッズが当たる未確定車券抽選会記念ジャケット等が当たります



4日

- バルーンリリース(開会式)
- 仮面ライダーガウのステージ
- くまだまさしお笑いライブ



7日

- 新ステージ棟完成祝い 餅まき
- 鬼越トマホークお笑いライブ
- 森且行スペシャルトークショー



12月・1月その他のたちかわ競輪開催
・12月28日~30日=F II・ガールズ
・1月19日~21日=F I・ガールズ



開催案内・レース結果 050(3355)4703

◀場外発売を含む詳細は「たちかわ競輪」のホームページをチェック

競輪の売り上げの一部は、ものづくり・スポーツ・社会福祉の増進など、社会に役立つさまざまな活動の支援に役立てられています

