



## 市議会

●令和7年第1回臨時会が閉会 この議会に市が提出した議案1件「令和7年度立川市一般会計補正予算(第10号)」は原案どおり可決されました。  
☎議会事務局・内線3322

## 子ども・子育て

財団どこでもステージ  
人形劇団プーク  
「きんぎょがにげた」



五味太郎さんの人気絵本が人形劇に。目で指で追いかけて、思わずアッと声が出る、0、1、2歳のためのはじめてのおしばいです。  
☎乳幼児と保護者時2月28日(土)午前11時30分～正午(午前11時10分開場)場女性総合センター5階第3学習室定25組70人(抽選)申2月10日(火)までに申込フォーム(2次元コード)で☎立川市地域文化振興財団☎(526)1312

## ねんどでつくろう！スイーツ工作会

ねんどを使って、本に出てくるスイーツを作ります。  
☎小学生時2月15日(日)午後2時～3時30分場柴崎図書館定8人(申込順)申1月25日(日)午前10時から柴崎図書館☎(525)6177へ

## 児童館のイベント

にしすなファミリーデイ「せつぶんスペシャル」  
「ひらちゃんまん」でおなじみ、チョコレートドーナツ・山本ひらくさんによる楽しいおはなし会と豆まき。  
☎小学生以下の子ども(未就学児は保護者同伴)時2月1日(日)午後2時～3時場西砂児童館定20人(申込順)申1月24日(土)から西砂児童館☎(531)0433へ

このほかの児童館のイベントはこちら



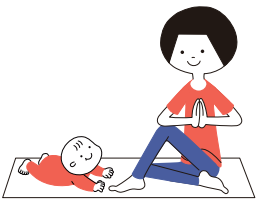
## わ！わ！わ！たちかわ～子どもの居場所を考えよう

立川で活動している子育て団体をゲストに迎え、子どもの居場所について考え、交流します。子育て・いれかわりたちかわり実行委員会と共催。  
☎子ども・子育て団体や子育て中、またはこれから子育てをする方時2月11日(水・祝)午後1時～3時場子育て支援・保健センター申申込フォーム(2次元コード)で☎市子ども家庭センター☎(528)6871



## ママ＆ベビーヨガ

出産後のママの心身を整えながら赤ちゃんとおふれあいます。  
☎市内在住の3～9か月の乳児と母親時2月25日(水)▷午後1時30分～2時15分▷午後2時30分～3時15分場子ども未来センター師ヨガインストラクター・愛さん定各10組(申込順)申1月29日(木)午前10時から子育て支援事務室☎(529)8664へ



## 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。  
☎市内在住の1歳6か月までの子どもと保護者時2月18日(水)午後2時～3時場子ども未来センター園子育て支援事務室☎(529)8664

## キラキラ☆歯育て～1歳からはじめる親子歯みがき教室

むし歯予防のためのポイントや、食事やおやつの注意点について学び、仕上げみがきの実習をします。  
☎・時▷令和6年12月～令和7年2月生まれの幼児と保護者=2月17日(火)▷令和7年1月～3月生まれの幼児と保護者=3月17日(火)、いずれも午前10時～11時30分場子育て支援・保健センター定各15組(申込順)申1月26日(月)から電子申請で☎子ども家庭センター子ども健診係☎(527)3273



## 工作会「クリアファイルで探し絵を作ろう」

ぬり絵の紙を透明なファイルではさみ、油性ペンで色を付ける工作をします。  
☎4歳以上の子ども(未就学児は保護者同伴)時2月21日(土)午後2時～3時場錦学習館定15人(申込順)申1月25日(日)午前10時から錦図書館☎(525)7231へ

## 健康・福祉

## ヨガde実感 ちょっどいいところとからだの整え方

女性のメンタルヘルスについて学び、ヨガを体験します。たちかわ健康ポイント対象事業。  
☎18～64歳の女性市民の方時3月10日(火)午前10時～11時30分場子育て支援・保健センター師ヨガインストラクター・徳本しほさん定20人(申込順)保若干名(4か月～学齢前)申1月26日(月)から電子申請か電話で健康推進課保健事業係☎(527)3272へ

## お腹スッキリ！体操

ポッコリお腹解消に効果がある、インナーマッスルの衰えを改善する体操をします。企画・運営は健康ささえ隊。  
時3月2日(月)午前10時～11時30分場子育て支援・保健センター師フィットネストレーナー・由井義浩さん定10人(申込順)持運動しやすい服装、タオル、飲み物申1月28日(水)から電子申請か電話で健康推進課地域支援係☎(527)3632へ

## 出張！暮らしの保健室

認知症のお薬や受診のタイミングに関するミニ講座と相談会。訪問看護師や薬剤師が健康や医療に関する相談を受けます。直接会場へ。  
☎市内在住・在勤・在学の方時2月13日(金)午後1時30分～2時30分場都営錦町六丁目アパート集会所(錦町6-6-2)定15人(先着順)持筆記用具☎南部東はごろも地域包括支援センター☎(523)5612

## わかちあいの会(自死遺族の集い)

身近な人を自死(自殺)で亡くした方が、気持ちを語り合い、支え合う場です。昭島市と共催。市外の方、匿名での参加も可。直接会場へ。  
時2月26日(木)午後2時～3時30分場子育て支援・保健センター園健康推進課保健事業係☎(527)3272

## シニア

## 転ばないコツは体の使い方にあり！いきいき歩行教室

☎65歳以上の市民の方時2月20日(金)午後2時～3時30分場たましんRISURUホール5階第6・7会議室師柔道整復師・児玉幸弘さん定20人(申込順)持動きやすい服装、飲み物申南部東はごろも地域包括支援センター☎(523)5612へ

## 冬の冷え対策と個別相談会

冬の冷えを解消する体操の紹介と、専門職による個別相談会を行います。「膝が痛くて歩けないので負担を減らす方法を教えてほしい」など、個人の状態に応じた相談ができます。  
☎65歳以上の市民の方時2月12日(木)午後2時～4時場至誠コミホーム(柴崎町3-18-18)師理学療法士・惣ト清光さん、福祉用具専門相談員・能美雄太さん定15人(申込順)申1月26日(月)午前9時から、にしき福祉相談センター☎(527)0321へ

## 手ぶらでOK！さわって覚えるスマホの基本とLINE体験

☎65歳以上の市民の方時2月18日(水)午後2時～4時場錦学習館定20人(申込順)持筆記用具申1月26日(月)午前9時から、にしき福祉相談センター☎(527)0321へ

## シルバー人材センター 植木剪定体験講習会

庭いじりの趣味を生かして仕事にしましょう。植木剪定作業の基礎知識を学び、作業体験をします。  
☎市内在住の原則60歳以上の方で、シルバー人材センターで植木剪定に就業希望の方時3月27日(金)・28日(土)、午前9時～午後3時30分(全2回)場羽衣ワークセンター(羽衣町1-12-18)、六小定20人(申込順)申シルバー人材センター錦支部☎(528)8041へ

## にしすなカフェ(介護サロン)

音楽で奏でる愛のひととき、ピアノ、チェロ、バスバリトンによるクラシックコンサートをお楽しみください。  
☎65歳以上の市内在住の方と家族時2月14日(土)午前10時30分～正午場西砂第三学童保育所2階定20人(申込順)持飲み物申にしすな福祉相談センター☎(531)5550へ

