

Tachikawa

広報たちかわ

令和8年(2026年)

10/10

No.1665

特集

わたしたち福祉のじょとしています

福祉現場の魅力とやりがい

Topics

5 面 11月11日(水)から窓口・電話の受付時間を変更します

特集

わたしたち福祉のしごとをしています 福祉現場の魅力とやりがい

福祉の現場には、「あなたの力を生かして誰かを支えることができる仕事」があります。知的障害者支援と高齢者の訪問介護に携わるお二人に仕事への思い、現場の様子を聞きました。図介護保険課・内線1140

知的障害者等が通う作業所で仕事の支援

人と接する仕事でしたかった

前職は保育士です。結婚、出産を経て復職しようとしたが、当時、子どもが小さい(0歳と1歳)のを理由に採用試験はすべて落ちました。

そこで、人と接することができる仕事として、福祉が選択肢にあり、「スキルがなくても、未経験でも、できる」ということで、無資格のまま飛び込みました。

今の職場は、知的障害者の方が自立した生活を送るために必要な支援を行い、社会参加できる環境や働く場所を提供しています。余暇活動や行事の企画などもあり、仕事内容は多岐にわたります。



セラピードッグのモコと一緒に出勤

利用者の方の成長が何よりうれしい

NPO法人しらゆり生活介護事業部主任サービス管理責任者

のじり あつえ 野尻 淳江さん

感染症予防のため、勤務中はマスクを着用

「ありがとう」と言ってもらえる仕事です

至誠ホームコミホームヘルプステーション管理者

いまい さや 今井 紗綾さん

していますが、撮影のため外しています。

訪問介護ヘルパー

誰かの生活を支える仕事をしてみたい

中学生のとき、夏休みのボランティアで高齢者のデイサービスを訪れた際、職員の方々がとても生き生きと働いている姿が印象的でした。進路を考えると、「自分もああいうふうになんかの生活を支える仕事をしてみたい」と思い、大学で福祉を学び、現場で働くことを目指しました。

実際に働いてみると、大変なこともあります。利用者の方やご家族から、直接「ありがとう」と言っていた場面が多く、やりがいを感じます。感謝の言葉をその場で受け取れることは、福祉の現場ならではの醍醐味だと感じています。



自転車で現場へ到着

チームとして支えあう、働きやすい職場

今の職場では、30代から80代まで、幅広い年代の方が働いています。60代から訪問介護の仕事に就き、就業時間は少ないものの80代になっても頑張っている方もいます。ダブルワークの方、他の業種を経て福祉の仕事に始めた方など、多様な経験をもつ職員がいるからこそ視点が広がり、活発に意見が飛び交う職場になっています。

この業界の魅力は、働く場所や働き方の選択肢が多いことです。私自身は新卒で現在の法人に就職し、その後、結婚・出産と生活スタイルが大きく変わりましたが、働き方を柔軟に調整していただけたので、正社員として働き続けることができています。



1枚1枚、丁寧に干します



トイレ掃除も心を込めて

学び続けられる環境

介護福祉士をはじめ、資格取得の機会が多く、学び続けられる環境があることも魅力です。特別養護老人ホーム、デイサービス、訪問介護と経験してきましたが、そこで得た知識を現場のケアに生かしたときには成長を実感しました。障害のサービスを利用していた方が高齢になって高齢者サービスに移行するケースも増えているので、障害福祉の分野にも関心が高まっています。

生活を支えるケアは、目に見える成果が残りにくく、地味に見えるかもしれませんが、でも、利用者の方にとって「いつもどおりの一日」を過ごせることは何よりも尊いことであり、その日常を支える仕事には、数字では測れない大きな価値があると感じています。

福祉の仕事しませんか

EPISODE 1

夫も偶然、福祉業界の人

夫は、偶然、福祉業界で働く人でした。私の仕事への理解が深く、夜に研修や連絡会が入る日は、子どものお迎えから夕食づくり、お風呂の世話まで、一手に引き受けてくれます。

EPISODE 2

「おいしそうに作ってくれて」

調理には少し苦手意識をもっているのですが、利用者の方に「まあ、こんな短い時間でおいしそうに作ってくれて、すごいわ」と喜んでいただけたときは、うれしく励みになりました。

EPISODE 3

休んだあとも無理なく復帰

体調を崩してしばらく仕事を休んだときは「続けられるだろうか」と不安に。そんなとき、職場の皆さんが無理のない働き方を一緒に考えてくれました。人の温かさに助けられた、この経験が、仕事への思いを、より深めてくれました。

一日のスタート



モコと一緒に一日の予定を確認



問い合わせの電話に対応

セラピードッグも大切な仕事仲間

業界に入ってから、資格をとり始めました。福祉現場には国家資格ではないけれど、必要な資格がいろいろあります。以前から興味があったセラピードッグを施設に迎え入れるために、10年前にドッグトレーナーの資格を取りました。モコは、利用者の方の気持ちの揺らぎを敏感に感じとって、そっと足元に寄り添ったりします。

ここ「しらゆり」では、18歳から87歳まで、さまざまな人が利用者の方を支援して働いていますが、働き方の形態も多種にわたっています。自分にあわせて仕事の形態を選ぶのは、福祉の仕事のよいところだと思います。

素のままの自分を出せる職場

飾ったり、見栄を張ったりすることなく、素のままの自分を出せる職場です。利用者の方からは「ノジリちゃん」のほか、「バタコさん」とも呼ばれます。朝の会で「さようなら」と言ってしまうなどの間違いも多く、いつもバタバタ走りまわっているイメージをもたれているようです。

午前中の作業



袋の組み立てを補助

午後の作業



袋の出来をチェック

ある日の朝から帰宅まで

5:30 起床
身支度、犬の世話

6:00 朝食

7:30 出勤

8:10 職場到着

8:30 朝の会

作業

12:00 昼食

13:00 掃除

13:30 作業

14:30 休憩

14:50 作業

16:00 降所
送迎

17:30 終業

18:10 帰宅

お疲れさまでした

ある日の朝から帰宅まで

6:30 起床
掃除、洗濯

7:30 朝食、
小学生送り出し

8:30 保育園に下の子を送る

9:30 利用者宅に直行、朝のケア

10:30 事業所へ出勤
事務仕事

12:00 昼食

14:00 利用者宅にて担当者会議に参加

15:00 ケア(掃除)

16:00 事務所に戻り事務仕事

16:30 終業

18:00 保育園のお迎え、帰宅

お疲れさまでした

福祉の仕事しませんか

「福祉のしごと 相談・面接会」

わたしらしく暮らせるまちで、福祉の仕事を探してみませんか

「自宅に近いところで仕事がしたい」「福祉の仕事に関心がある」という方に、福祉の仕事への理解を広げ、就職につながる場として「相談・面接会」を開催します。高齢分野11法人、障害分野12法人が参加予定です。直接会場へ。

☎18歳以上の方 ☎11月7日(土) 午後2時～4時30分(求職受け付けは 午後1時45分～4時15分) ☎たましんRISURUホール地下1階展示室 ☎立川市社会福祉協議会経営総務係 ☎(529)8300

事前申込不要
相談のみOK
参加費無料
履歴書不要
服装自由
入退場自由



ふくしのお仕事紹介パネル展

福祉の仕事や地域活動を紹介します。直接会場へ。

☎10月20日(火)～23日(金)、午前8時30分～午後5時(最終日は午後4時まで) ☎市役所1階多目的プラザ ☎高齢政策課介護予防推進係・内線1472



生活支援サポーター養成研修

いつもの家事をお仕事に

介護福祉士などの資格がなくても、高齢者の自宅の掃除、洗濯、調理、買い物などの仕事に従事できます。2日間の研修を受けた後、介護保険事業所等に登録し、事業所で研修を受けて就労します。

☎生活支援サポーターとして活動する意向がある18歳以上の方 ☎10月20日(火)・22日(木)、午前9時～午後4時(全2回) ☎市役所3階302会議室 ☎30人(申込順) ☎住所、氏名、連絡先を、電話、またはファクス、Eメールで高齢政策課介護予防推進係・内線1471 ☎(522)2481 ☎kourei-t@city.tachikawa.lg.jpへ



福祉のお仕事情報サイト

「Helloエッセンシャルワーク」

あなたを必要としている人たちが福祉の現場で待っています

都は、多くの人に福祉の仕事に興味をもってもらえるよう、サンリオキャラクターのハローキティを「TOKYO福祉のお仕事アンバサダー」に任命しています。福祉の仕事紹介や、適職診断、数字で見る福祉の仕事など、参考になる記事が満載です。



環境フェア

in たちむにい 2026

10月25日(日) 午前10時～午後3時
クリーンセンター

多様な団体・企業・学校による展示・体験ブースで、エコなライフスタイルを実感しましょう。直接会場へ。

催しいろいろ

- ステージ企画～中学生吹奏楽部による演奏、たちかわ広報PR大使・立川寸志さんによる落語
- 実際の南極の氷に触れる体験
- キッチンカーなどで買い物や食事を楽しめるエコマルシェ
- たちむにいの施設探検ツアー
- フリーマーケット
- 家庭にある使わなくなったおもちゃや子ども服を交換できる、おもちゃ・子ども服の交換会

- ・雨天の場合、一部のプログラムは中止となります。
- ・ご来場の際は、公共交通機関をご利用ください。

脱炭素・資源循環のライフスタイルをすすめよう



●フードドライブを実施

家庭にあるレトルト食品や乾物、缶詰や調味料など、賞味期限まで1か月以上ある未開封の食品を回収します。市がお預かりし、フードバンク立川に寄贈します。一部お預かりできない食品があります。くわしくは市ホームページをご覧ください。

●家庭の廃食用油を回収

「持続可能な航空燃料(SAF)」の原料となる、家庭の廃食用油を回収します。回収する油は、植物性のサラダ油や天ぷら油です。賞味期限切れ、未使用のものも可。油を十分冷ましてから、ふたがついた容器(油が入っていた容器やペットボトル)に入れ、お持ちください。

☎ 環境政策課環境推進係・内線2243、クリーンセンター管理係・内線4012、ごみ対策課・内線6752

立川シティハーフマラソン2027

出場者募集

■ 種目

- ハーフマラソン 15歳以上の方(中学生を除く) 定7,000人
- 10kmレース 15歳以上の方(中学生を除く) 定1,000人
- 1マイルレース 15歳以上の方(中学生を除く)、中学生、小学6年生、小学5年生、小学4年生、小学3年生 定計1,500人
- ファンラン・3kmの部 15歳以上の方(中学生を除く)、中学生 定計600人
- ファンラン・親子ペアの部 小学1～3年生と保護者(2人1組) 定各学年150組

■ 申込期間

10月16日(金)～11月4日(水)
〔入金先着順、定員に達し次第締め切ります〕

■ 申込方法

大会エントリーサイト(スポーツエントリー)で

令和9年3月14日(日)に開催します。

市内在住の小・中学生は、1マイルレース、3kmの部と親子ペアの部の参加費が無料でエントリーできます。



☎ 申し込みについて＝エントリーセンター ☎0570(039)846 ▷運営について＝立川シティハーフマラソン事務局〔立川市スポーツ協会〕☎(534)1483〔いずれも土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後5時〕



プレミアム婚姻届 いい夫婦の日特別記念撮影会



令和9年3月31日で事業終了となるプレミアム婚姻届。ラストイベントとなる今回は特別に、過去にプレミアム婚姻届を提出した方全員を対象とします。お子さんを含むご家族の参加も可能です。撮影した写真は後日データでプレゼント。カメラマンは市内にあるアライ写真館の新井敏之さん。くわしくは市ホームページをご覧ください。

☎ プレミアム婚姻届を令和8年11月21日以前に提出した、または令和9年3月31日までに提出予定で、夫婦、カップルまたは家族で参加できる方 ☎ 11月22日(日) 午前9時～午後4時 場 市役所 1階

プレミアム婚姻届記念写真撮影コーナー
☎ プレミアム婚姻届、または提出当時に撮影コーナーで撮った記念写真 ☎ 10月7日(水) から市ホームページで

☎ 広報プロモーション課シティプロモーション推進係・内線2747



今年も開催! くるりんスタンプラリー



12月13日(日)までの間、スタンプラリーの冊子、スマートフォンのいずれかを持って、市内の対象店舗で買い物や食事をするとスタンプがもらえます。スタンプを3つ集めると、抽選で旅行券やお食事券などのすてきな商品が当たります。

スタンプラリーの冊子は、市役所、多摩モノレール立川北駅・南駅などで配布しています。

くわしくは「くるりんスタンプラリー」のホームページ(2次元コード)をご覧ください。

☎ 立川市商店街振興組合連合会 ☎(527)2788、市産業観光課商工振興係・内線2655

割引やちょっとしたサービスなど、すべての店舗でお得な特典を受けることができます



11月11日(水)から 窓口・電話の 受付時間を変更します



市は、より質の高い市民サービスの提供に向けて業務の見直しや課題の検討を行う時間を確保するため、11月11日(水)から市役所等の窓口・電話受付時間を変更します。

☎ 改革推進課・内線2701



市役所



全ての窓口*

子育て支援・ 保健センター (はぐくるりん)



3階窓口

子ども未来センター



1階子ども家庭部窓口

窓口サービスセンター



変更後の受付時間

月～金曜日

9:00～16:00

*市議会の傍聴は可能です 市議会の会期中は、16時以降も、会議終了まで傍聴できます。傍聴を希望する方は、直接、市役所3階▶本会議＝議会受付▶委員会＝議会事務局へ☎議会事務局・内線3322

変更後の受付時間

月・水・金曜日	9:00～16:30
火・木曜日	9:00～19:00
第2・4土曜日と その翌日の日曜日**	9:00～16:30

**土・日曜日が祝日と重なる場合は開所します(年末年始を除く)。当月と翌月の開所日は、市ホームページにカレンダーを掲載します。



Q 電話の受付時間も変わるのですか。

A はい。受付時間外に市役所の代表電話にかけると、自動音声ガイダンスが流れます。緊急の場合はガイダンスの後に宿直員等が対応します。

Q 図書館や体育館、学習館などの受付時間は変わりますか。

A 上記4施設以外の受付時間は変更しません。

受付時間変更の背景

- 来庁者数の減少 マイナンバーカードの利用やオンラインの手続きが増えたことにより、窓口を利用する市民の方は年々減っています。約9割の方が9時～16時に来庁されています。
- 業務改善の時間確保 現在は、窓口受付時間と職員の勤務時間がほぼ同じであるため、業務の打ち合わせや振り返りなどを行う時間が十分に取れていません。

より質の高い市民サービスの提供につなげます

- 受付時間の変更によって生じた時間を有効活用し、業務の見直しや課題の検討を進めることで、手続きのわかりやすさや効率性の向上を図るとともに、より丁寧な窓口対応につなげていきます。
- インターネットのできる届け出・申請の拡充やコンビニ交付の推進などにより、引き続き、窓口混雑の緩和に努めていきます。

インターネットのできる手続きはこちら▶



よりよい支援をつなぐ 「就学支援シート」の活用を



市は、令和9年度に市立小学校に入学するお子さんと、学校生活での配慮や支援を希望する方を対象に、「就学支援シート」の活用をおすすめしています。このシートは、保護者と幼稚園・保育園・療育機関等が記入して作成し、教育委員会を通して就学先の小学校へ届けます。小学校では、シートの内容をもとに、お子さんがより適切な環境で学校生活を送ることができるよう配慮・支援します。くわしくは市ホームページをご覧ください。
▶配布場所＝教育支援課(子育て支援・保健センター3階)、市内幼稚園・保育園(市ホームページからダウンロードも可)▶提出＝12月28日(月)までに直接、教育支援課へ
☎教育支援課☎(527)6171



立川市の子どもたちの 活躍をお知らせください



スポーツや音楽、研究・発表活動といったさまざまな分野での子どもたちの活躍をお知らせください。「広報たちかわ」や市ホームページで紹介します。また、「立川市教育委員会表彰規程」に該当する場合には、市教育委員会から表彰される場合もあります。
▶対象＝市内在住の小・中学生で、全国・関東規模の大会やコンクールで優秀な成果を挙げた個人または団体▶対象期間＝令和7年度後半～令和8年度に実施された大会等における活躍▶応募方法＝11月13日(金)〔消印有効〕までに、指導課で配布する応募用紙(市ホームページからダウンロードも可)と、大会の内容や成績を証明できる書類の写しを、直接、または郵送で指導課(市役所2階62番窓口)内線2487へ





子ども・子育て

絵本作家・こがようこさん 講演会&ワークショップ

『ねーずみねーずみ
どーこいきゃ?』な
どの作者とかわい
いどんぐり帽子を
作ります。立川地域
文庫連絡会と共催。



対 3歳～小学生 時 11月7日(土) 午後1時30分～3時30分 場 女性総合
センター5階第3学習室 定 20人(申込順) 申 10月11日(日) 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で 問 中央図書館 ☎(528) 6800

早寝早起き朝ごはんを整える 子どもの生活リズム

「早寝早起き朝ごはん」の大切さについて理解を深め、子どもの生活リズムの改善と健やかな成長のためにはどうすればよいか話を聞きます。

時 11月6日(金) 午前10時～正午 場 砂川学習館 師 「早寝早起き朝ごはん」全国協議会・清水明さん 定 20人(申込順) 保 若干名(1歳～学齢前) 申 10月10日(土) から電子申請で 問 砂川学習館 ☎(535) 5959

遊びながら運動能力アップ!

体を動かして効率よく体力と運動神経を向上させるエクササイズを体験します。遊び感覚で楽しみながら体力増進、運動神経向上につなげます。

対 小学生(小学1・2年生は保護者同伴。保護者の見学可) 時 11月7日(土)、12月13日(日)、午前10時～11時30分(全2回。1回のみ参加も可) 場 高松学習館 師 スポーツトレーナー・岸田勇太さん、金城祐也さん 定 各15人(申込順) 持 運動しやすい服装、飲み物 申 10月10日(土) から電子申請で 問 高松学習館 ☎(527) 0014

七小ことばの教室

小学生、幼児のことばに関する相談を行います。この日以外の相談も随時、予約を受け付けています。

時 11月7日(土)▷午前9時～11時▷午後1時30分～3時30分 場 七小 申 10月30日(金)までに七小「ことばの教室」☎(527) 3627へ

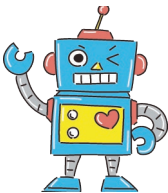
土曜ファミリー劇場 「にんぎょうげき」

人形劇団「コッコ座」の皆さんによる「三枚のお札」「二匹の子ぐま」ほか。直接会場へ。

時 11月7日(土) 午後1時15分～2時 場 柴崎学習館 定 60人(先着順) 問 柴崎学習館 ☎(524) 2773

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 10月24日(土) 午後1時～3時(午後0時30分から整理券を配布) 場 女性総合センター5階作業室 問 暮らし相談課消費生活センター係 ☎(528) 6801

子ども未来センターの コミュニティプログラム

申込方法等、くわしくは「立川市子ども未来センター」のホームページをご覧ください。

●みんなでリースづくり 対 小学生以下の子どもと保護者 時 11月29日(日) 午前11時～午後3時 場 子ども未来センター 費 1,000円(材料代) 問 ポッコリン・吉原さん ✉atelier_mariko@icloud.com

いちごクラブ

身長・体重測定。親子で手形・足形シートも作れます。直接会場へ。

対 市内在住の1歳6か月までの子どもと保護者 場 子ども未来センター 問 子育て支援事務室 ☎(529) 8664

●パパママいちごクラブ 土曜日 時 11月7日(土) 午後2時～3時

●いちごクラブ plus 時 11月12日(木) 午後2時～3時

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。

対 市内在住の未就学児と保護者 時 11月12日(木) 午後1時～2時 場 子ども未来センター 問 子育て支援事務室 ☎(529) 8664

0歳児もくつろげる おんがくかい



石窪朋さん 井口真由子さん 川中裕子さん

出演は、井口真由子さん(ピアノ)、石窪朋さん(歌役者)、川中裕子さん(歌役者)。ベビーカーでの入場や、演奏中に泣いても動いても大丈夫です。みんなでゆったりくつろいで、楽しい時間を過ごしましょう。

対 おおむね小学2年生以下の子どもと保護者 時 11月7日(土) 午前11時～11時45分 場 西砂学習館 定 50人(申込順) 申 10月14日(水) から電子申請で 問 西砂学習館 ☎(531) 0431

1歳児サークル ありんこクラブ

親子遊びを楽しみ、子育て仲間をつくります。

対 市内在住の令和7年8～11月生まれの子ども(第1子に限る)と母親 時 11月19日・26日、12月3日の木曜日、午前10時30分～11時30分(全3回) 場 子ども未来センター 定 8組程度(申込順) 申 10月12日(月・祝) 午前10時から子育て支援事務室 ☎(529) 8664へ



健康・福祉

ラフ&タフ体操教室

運動が苦手な方、体力の衰えを感じる方、ストレッチやリズム体操で健康づくりを始めましょう。たちかわ健康ポイント対象事業。

対 次の要件を満たす市民の方▷12月1日現在で40～64歳▷これまでの参加が3クールまで(初めて参加する方を優先) 時 12月～令和9年3月の原則月3回の水曜日、午前9時30分～11時(全12回)[全日程は市ホームページをご覧ください] 場 立川競輪場 定 20人程度(抽選) 申 10月13日(火)～11月10日(火)に電子申請か電話で健康推進課保健事業係 ☎(527) 3272へ

健康のためのくすり学フェア

薬剤師による薬の相談、骨密度・血管年齢・脳年齢の測定、調剤体験、学校薬剤師の仕事クイズ、薬物乱用防止、医療ごみの捨て方など。立川市薬剤師会と共催。直接会場へ。

時 10月18日(日) 午前10時～午後3時 場 女性総合センター1階健康サロン・ギャラリー 問 健康推進課業務係・内線4029

子育て中のパパとママのための健康教室「親カラダ 家族の健康たねうえ」

手軽にできる運動や、生活に取り入れやすい食事の工夫などについて学びます。たちかわ健康ポイント対象事業。

対 小学生以下の子どもがいる、医師から運動を制限されていない市民の方 時 11月20日・27日、12月4日の金曜日、午前10時～11時45分(全3回) 場 子育て支援・保健センター 師 運動指導者・平井民子さん、管理栄養士・原田慈縁さん 定 20人(申込順) 保 8人程度(4か月～学齢前) 申 10月13日(火) から電子申請か電話で健康推進課保健事業係 ☎(527) 3272へ

ゆったりヨガ

体を柔らかくし転倒予防につながるヨガを行います。企画・運営は健康ささえ隊。

時 11月11日(水)・13日(金)、午前10時～正午ごろ(全2回) 場 子育て支援・保健センター 師 ヨガインストラクター・内田真珠さん 定 10人(申込順) 持 動きやすい服装、タオル、飲み物、筆記用具 申 10月13日(火) から電子申請か電話で健康推進課地域支援係・内線4029へ

「心不全にならないようにできること」健康長寿を目指して

心不全の基礎知識と、日頃から気をつけたい生活習慣について、循環器内科医師から話を聞きます。



時 11月10日(火) 午後2時～3時 場 立川病院トリアージ・研修棟(錦町4-2-22) 師 立川病院医師・影山智己さん 定 60人(申込順) 申 申込フォーム(2次元コード)か電話で立川病院地域医療連携センター ☎(524) 2438へ 問 市健康推進課保健事業係 ☎(527) 3272

仕事と介護の両立のヒント みんなどう両立してる?

体験談、参加者同士の話、リラクゼーションタイムなど。オンライン参加も可。



対 市内在住・在勤の方 時 11月21日(土) 午後2時～3時30分 場 たましんRISURUホール5階第4会議室 定 20人(申込順) 申 10月13日(火) から申込フォーム(2次元コード)、または電話で南部東はごろも地域包括支援センター ☎(523) 5612、中部たかまつ地域包括支援センター ☎(540) 2031へ

腸元気生活のすすめ

腸を強くする食生活のことなどを学びます。



対市内在住・在勤・在学の方時11月12日(木)午後2時～3時30分場さかえ会館師おなかマスター・池田博さん定20人(申込順)申10月13日(火)から北部東わかば地域包括支援センター☎(538)1221へ

骨密度測定

必要に応じて保健指導・栄養指導等を行います。測定は年度に1回受けられます。

対18歳以上の市民の方時11月17日(火)・18日(水)・19日(木)、午前9時10分～午後3時40分(市が指定する日時)場子育て支援・保健センター定各日100人(申込順)申10月13日(火)から電子申請☎電話で健康推進課成人健診係☎(527)3272へ

ひきこもり当事者会
カフェひとやすみ

ひきこもりについて、同じような悩みや経験をもつ方同士で話をします。無理に話す必要はありません。安心して過ごせる場で、一緒にゆっくり過ごしてみませんか。日時・会場は、下表のとおり。直接会場へ。

定各30人(先着順)場NPO法人楽の会リーラ✉info@rakukai.com、市地域福祉課・内線1477

日程	会場
10月21日(水)	柴崎学習館
令和9年 3月15日(月)	砂川学習館

いずれも午後1時30分～3時30分(午後1時開場)

ピンクリボン月間展示

10月は乳がんの正しい知識を広め、乳がん検診の早期受診を推進する「ピンクリボン月間」です。乳がんやその他のがんに関する展示や関連図書の紹介を行います。直接会場へ。

時10月18日(日)まで場中央図書館健康推進課保健事業係☎(527)3272

もみじウォーキング

紅葉を見ながら、武蔵砂川駅～高松駅のコースを歩きます(約3.8km)。企画・運営は健康ささえ隊。



対市民の方時11月20日(金)午前10時～正午(雨天中止)場西武拝島線武蔵砂川駅集合、多摩モノレール高松駅解散定10人(申込順)持歩きやすい服装・靴、帽子、タオル、飲み物申10月13日(火)から電子申請☎電話で健康推進課地域支援係・内線4029へ

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、胸の内を語り合い、わかちあう場です。昭島市と共催。市外の方、匿名での参加も可。直接会場へ。

時11月19日(木)午後2時～3時30分場アキシマエンス(昭島市つつじが丘3-3-15)場健康推進課保健事業係☎(527)3272

地区健康フェア

骨密度測定などの各種測定、相談など。くわしくは、各地域の掲示板ポスター、回覧板、チラシをご覧ください。直接会場へ。駐車場はありま

せん。

持上履き場健康推進課地域支援係・内線4029

●柴崎町健康フェア 時10月31日(土)午前9時20分～午後0時50分(受け付けは正午まで)場一中

●柏町地区ふれあい健康フェア 時11月1日(日)午前10時～午後0時30分(受け付けは正午まで)場柏小

認知症と成年後見制度
セミナー

映画「毎日がアルツハイマー2」の上映と成年後見制度を理解するための講演。くわしくは「立川市社会福祉協議会」のホームページ(2次元コード)をご覧ください。



時11月5日(木)午後1時30分～3時場総合福祉センター定50人(申込順)申10月14日(水)から立川市社会福祉協議会地域あんしんセンターたちかわ☎(529)8319へ

シニア

スマートフォン教室

スマートフォンを使っていない方や、操作に不慣れな方が、楽



しみながら体験できる教室です。基本操作から応用編まで学習します。いずれも対60歳以上の市民の方定10人(申込順)持スマートフォン(貸し出し可)

●西砂教室 時11月6日～27日の金曜日、午前10時～正午(全4回)場西砂学習館申10月13日(火)から西砂学習館☎(531)0431へ

●錦教室 時12月2日～23日の水曜日、午前10時～正午(全4回)場錦

学習館申10月13日(火)から錦学習館☎(527)6743へ

たちかわ体感まち歩き
「羽衣町界隈を歩く」

2本の古道を縦軸に南武鉄道東立川駅跡、立川空襲被災地、立川最初の住宅開発地「多摩荘」^{あんきよ}、暗渠となった緑川などを巡ります。

対60歳以上の市民の方時11月7日(土)午後2時～4時(雨天の場合11月14日(土))場たましんRISURUホールロビー集合、JR南武線西国立駅解散師昭島市教育委員会近代史調査員・三村章さん定15人(申込順)申10月13日(火)から柴崎福祉会館☎(523)4012へ

高齢者の歯と栄養の健康教室
「いつまでもおいしく食べよう」

しっかり食べてよく笑う、いきいき健康生活のコツを



学びます。たちかわ健康ポイント対象事業。直接会場へ。

対65歳以上の市民の方時10月22日(木)午後2時～3時30分場ふらっとたかまつ(高松町3-22-9)定25人(先着順)持筆記用具、飲み物場保険年金課高齢者保健事業担当係・内線1408

出張！健康相談室

看護師、薬剤師、管理栄養士が高齢者の健康や医療に関する相談に応じます。骨の健康度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11月4日(水)午後2時～3時場曙一南自治会公会堂(曙町1-5-20)場保険年金課高齢者保健事業担当係・内線1408

健康相談実施日

健康相談 1人30分場子育て支援・保健センター

- 10月15日(木)午後1時20分～2時50分＝保健・栄養相談
- 11月10日(火)午前9時20分～10時50分＝栄養相談

申電子申請☎電話で健康推進課保健事業係☎(527)3272へ

親と子の健康相談

育児に関する疑問や不安について、保健師、助産師、栄養士、歯科衛生士に相談できます。

- 10月28日(水)午前9時30分～11時10分＝子育て支援・保健センター
- 11月4日(水)午前9時30分～10時45分＝砂川学習館(直接会場へ)
- 11月25日(水)午前9時30分～11時10分＝子育て支援・保健センター
- 12月2日(水)午前9時30分～10時45分＝西砂学習館(直接会場へ)

申子育て支援・保健センターで行う相談は電子申請で園子ども家庭センター子ども健診係・内線4720

健康Q&A

616



Q

入浴後、太ももに蚊に刺されたような赤みとかゆみが出ます。数時間で消えますが、どうすればよいですか？

A

入浴後に現れ、数時間以内に跡を残さず消える赤い盛り上がり(膨疹)は、蕁麻疹(じんましん)の可能性があります。蕁麻疹は、皮膚のマスト細胞からヒスタミンなどの物質が放出されることで起こり、強いかゆみを伴います。

蕁麻疹の原因は一つではなく、食べ物や薬、入浴による体温上昇、汗、運動、寒暖差、圧迫、疲労やストレスなど、日常生活のさまざまな刺激がきっかけになることがあります。原因が特定できない慢性蕁麻疹も少な

くありません。症状が出た日時や、入浴、食事、運動、服薬などとの関係を記録しておく、診断の参考になります。

軽い症状でも繰り返す場合や、かゆみで生活に支障がある場合は、皮膚科を受診しましょう。また、唇やまぶたの強い腫れ、息苦しさ、声のかすれ、めまいなどを伴う場合は、アナフィラキシーの可能性があるので、速やかに救急医療機関を受診してください。

《立川市医師会・遠山哲彦》



もし、家族が認知症になっても～仕事と両立する方法

家族や自分がもし認知症になっても、これまでの暮らしや家族との関係をすべて変える必要はありません。認知症を必要以上に恐れず家族だけで抱え込まないために、今から知っておきたい心構えと具体的な方法を、介護の専門家から事例を交えた話を聞きます。

時 11月7日(土)午後2時～4時 **場** 砂川学習館 **師** NPO法人となりのかいご代表理事・川内潤さん **定** 40人(申込順) **申** 10月10日(土)から **電子申請**で **問** 砂川学習館 ☎(535)5959

東京女子体育大学公開講座

申込方法等、くわしくは「東京女子体育大学」のホームページをご覧ください。

問 東京女子体育大学地域交流センター ☎(572)4324、市生涯学習推進センター ☎(528)6872

●**成人講座「ミドル世代の体づくり」** 自分の体を整えて左右バランスのよい動きやすい体をつくりましょう **対** 35歳以上の方 **時** 11月21日(土)午後2時～3時30分 **場** 東京女子体育大学(国立市) **師** 同大学教授・秋山工

リカさん **費** 1,500円(受講料) **定** 30人(抽選)

自然体験教室

大妻女子大学の学生と一緒に自然を学びます。

対 5歳～小学4年生(小学2年生以下は保護者同伴) **時** 11月14日(土)午前10時～正午ごろ(雨天中止) **場** 立川公園ガニガラ広場(柴崎町6-14) **師** 大妻女子大学環境教育学ゼミナールの皆さん **定** 30人(申込順) **申** 10月9日(金)から **電子申請**で **問** 環境政策課環境推進係・内線2244

あなたのアイデアと経験を市民の学びに生かす～市民推進委員・サポーター募集

講座で学ぶだけでなく、みんなで講座をつくる喜びがあります。

●**説明会** **時** 11月4日(水)午後2時～3時30分 **場** 女性総合センター5階第3学習室 **定** 20人(申込順) **申** 10月13日(火)から **電子申請**か電話で生涯学習推進センター ☎(528)6872へ

問 たちかわ市民交流大学市民推進委員会事務局 ☎(528)6874(火・水・木曜日の午前10時～午後3時)



催し

西砂学習館みんなのコンサート～バリトンリサイタル

バリトンの歌声とピアノの音色が織りなす「心はずむ夢の世界」をお楽しみください。出演は中西勝之さん(バリトン)、菊地恵里花さん(ピアノ)。

時 11月28日(土)午後2時～3時 **場** 西砂学習館 **定** 50人(申込順) **申** 10月14日(水)から **電子申請**で **問** 西砂学習館 ☎(531)0431

国立音楽大学アイムホールコンサート

栃原侑奈×福川千晴フルートデュオコンサート。演目はF.ドップラー「アンダンテとロンド」、D.チマローザ「二本のフルートのための協奏曲」ほか。

対 小学生以上の方 **時** 11月11日(水)午後7時開演(午後6時30分開場) **場** 女性総合センター1階ホール **費**



1,000円(全席自由) **定** 196人(申込順) **申** 申込フォーム(2次元コード)で **問** 立川市地域文化振興財団 ☎(526)1312

立川印 市民収穫体験

カブやミニ白菜など4品目の野菜を収穫します。収穫した野菜は持ち帰ることができます。くわしくは市ホームページをご覧ください。

対 市内在住の方(18歳未満は保護者同伴) **時** 11月21日(土)①午前9時から②午前10時から③午前11時から(小雨実施。生育状況により日程、農作物に変更あり) **場** ファーマーズセンターみのれ立川北側広場 **費** 1組1,000円 **定** 各50組(抽選) **申** 10月10日(土)～28日(水)に **電子申請**で **問** 農業振興課農業振興係・内線2650



高松町に2日間だけの高校生カフェがオープン



多摩地域の4つの高校の学生が企画・運営するカフェが2日間限定でオープンします。学校の垣根を越え、高松町で地域と繋がる挑戦です。輝く個店受賞店舗の協力を得て、ランチやデザートを提供します。直接会場へ。

時 10月11日(日)・12日(月・祝)、午前10時30分～午後4時 **場** たかまつトコトコ(高松町3-13-21) **問** 実行委員会事務局・山上さん ☎090(7903)5397、市産業観光課商工振興係・内線2655

分譲マンション管理セミナー&交流会

対 市内在住・在勤の分譲マンション管理組合、区分所有者、関係者の方 **時** 11月14日(土)▷第1部「セミナー(管理組合の管理運営、建物・設備の維持管理)」=午前9時30分～11時▷第2部「交流・情報交流会」=午前11時～11時40分 **場** 女性総合センター5階第3学習室 **定** 50人(申込順) **申** 申込フォーム(2次元コード)で **問** 東京都マンション管理士会事務局 ☎090(4396)7470、市住宅課・内線2562



10月27日(火)～11月8日(日)

第21回 たちかわ読書ウィーク いつでもそばに本を

本に親しむきっかけとなるよう、市内図書館で企画展示やイベントを行います。くわしくは「立川市図書館」のホームページをご覧ください。

●**シルバー世代向け工作会** 毎日の読書が楽しくなる、紙製オリジナルブックカバーを作成します **対** 60歳以上の方 **時** 11月1日(日)▷午前10時15分～11時15分▷午後2時15分～3時15分 **場** 上砂会館 **定** 各10人(申込順) **申** 10月10日(土)午前10時から上砂図書館 ☎(535)1531へ

●**図書館のお仕事ショート体験会** 図書館の仕事を体験します **対** 小学4～6年生(市内在住・在学の方を優先) **時** 11月1日(日)▷午前11時～正午▷午後1時～2時 **場** 錦図書館 **定** 各2人(申込順) **申** 10月10日(土)午前10時から錦図書館 ☎(525)7231へ

●**楽しく使いこなそう! 図書館ホームページ体験講座** 資料の検索・予約方法をはじめ、電子書籍や音楽配信サービスの利用などを実演を交えて学びます **対** 市内在住・在勤・在学の中学生以上の方 **時** 11月3日(火・祝)午前10時～11時30分 **場** 若葉会館 **定** 10人(申込順) **申** 10月10日(土)午前10時から若葉図書館 ☎(535)8841へ

●**半日図書館員を体験しよう** 半日図書館員になって、図書館の仕事を体験します **対** 小学3～6年生 **時** 11月3日(火・祝)午後1時～4時 **場** 若葉図書館 **定** 3人(申込順) **申** 10月10日(土)午前10時から若葉図書館 ☎(535)8841へ

●**おはなし会と工作会** 乳幼児向けおはなし会の後に「くるま」の工作会を行います **対** 乳幼児と保護者 **時** 11月7日(土)午前11時～正午 **場** 柴崎図書館 **定** ▷工作会=7組(申込順) **申** 10月10日(土)午前10時から柴崎図書館 ☎(525)6177へ

●**第12回生演奏で楽しもう! ジャズの魅力** 国立音楽大学ジャズ専修生の皆さんによるジャズの演奏と解説を楽しみます。直接会場へ **時** 11月8日(日)午後2時～4時 **場** 錦学習館 **定** 100人(先着順) **時** 上履き、防寒具 **問** 錦図書館 ☎(525)7231

中央図書館企画展示

- ・昭和時代のくらし・スタイルをふりかえる
- ・クロード・モネ没後100年
- ・立川POPバトル2026

西砂図書館

ガチャガチャをまわして出た本を読んでみよう(小学生以下の方)

高松図書館

おすすめの本が書かれている魚を釣って本を借りて読んでみよう(小学生以下の方)

図書館共通イベント

- ・リサイクル本・雑誌の配布(なくなり次第終了)
- ・きほんとしょマラソン・クイズで図書館おすすめの本を読もう



うたごえ広場・スペシャル

前半は講師による歌唱、ピアノ、トークで楽しい時間を過ごします。後半はみんなで声を合わせて歌います。
時11月19日(木)午後2時～3時30分**場**錦学習館**師**音楽講師・丸山和子さん、生涯学習市民リーダー・内田一行さん、ピアノ・須賀海千琉さん**定**100人(申込順)**持**室内用運動靴、飲み物**申**10月13日(火)から**電子申請**か電話で錦学習館☎(527)6743へ

地域福祉アンテナショップ交流会

地域福祉アンテナショップは、誰もがふらっと立ち寄れる地域の居場所です。現在活動している方による活動報告と、今後活動してみたい方との交流会を行います。
時10月29日(木)午後2時～4時**場**たましんRISURUホール5階第1会議室**定**30人(申込順)**申**10月22日(木)までに申込フォーム(2次元コード)、または電話で立川市社会福祉協議会地域づくり係☎(540)0200へ

しごと・産業

女性デジタルカレッジ事業(入門コース) Word・Excel基礎科

対育児、介護等で離職し、ハローワークで求職登録、または東京しごとセンターで利用登録をしている女性**時**11月23日(月・祝)～27日(金)、午前10時～午後3時(全5回)**場**女性総合センター5階第1学習室**定**10人(抽選)**保**6人(6か月～学齢前)**持**受講決定後テキスト(2,640円)を購入して持参**申**10月12日(月・祝)～23日(金)〔必着〕に「東京都女性デジタルカレッジ事業」のホームページで。郵送希望の方は女性デジタルカレッジ事業(入門コース)事務局〔学校法人大原学園内〕☎03(6261)7524へお問い合わせください**問**市男女平等推進課☎(528)6801

街頭労働相談

労働条件、労働契約、就業規則、就職活動などについて、相談できます。「ポケット労働法」などの無料配布も。直接会場へ。
時10月23日(金)午前11時30分～午後4時**場**JR立川駅北口ペデストリアンデッキ**問**東京都労働相談情報センター多摩事務所☎(595)8004、市産業観光課産業政策係・内線2643

仕事と家庭の両立を目指す方のためのパソコン講習(初級)

マザーズハローワーク立川と共催。
対マザーズハローワーク立川で就活希望の方**時**11月9日(月)～13日(金)、午前9時45分～午後0時30分(全5回)**場**マザーズハローワーク立川(柴崎町3-9-2)**定**10人(抽選)**保**4人(3か月～学齢前)**申**10月14日(水)～16日(金)に「マザーズハローワーク立川」のホームページで**問**マザーズハローワーク立川☎(529)7465、市男女平等推進課☎(528)6801

海外ビジネス相談窓口を開設しました

中央図書館ビジネス支援コーナーに、海外市場を目指す中堅・中小企業を対象とした相談窓口を設置しました。日本貿易振興機構(ジェトロ)の専門相談員(シェルパ)が準備状況に応じた支援策をご案内します。
時原則毎週水・木曜日、午前10時～午後5時**場**中央図書館
●**開設記念セミナー** 相談窓口開設を記念して、海外進出を考えている事業者向けのセミナーを開催します。申込方法等、くわしくは市ホームページをご覧ください**時**11月13日(金)午後3時～4時40分**場**立川商工会議所(曙町2-38-5)**定**60人(申込順)**問**ジェトロ東京✉KNT@jetro.go.jp、市産業観光課商工振興係・内線2645

ちょこっとはたらく相談

仕事に関する悩みを聞き、一人ひとりにあった仕事や働き方を一緒に考えます。直接会場へ。予約もできます。
対15歳～50代なかばの方、家族**時**10月23日、11月27日、12月25日の金曜日、午前10時～午後3時(1時間ごとに受け付け)**場**窓口サービスセンター**申**申込フォーム(2次元コード)か電話で認定NPO法人育て上げネット☎080(2679)0263へ**問**市産業観光課産業政策係・内線2643

お知らせ

くるりん食器(食器再使用システム)を貸し出します

市内で地域活動を行う団体などへ再使用食器を無料で貸し出しています〔キッチンさかえ(栄町3-2)で受け付け〕。環境に優しい再使用可能な食器を利用することで、イベント等

での使い捨て食器の減量につながります。
問環境政策課環境推進係・内線2244

マイナンバーカード 11月の臨時交付窓口

交付窓口は事前予約優先制です。代理での受け取りは、事前にお問い合わせください。持ち物等、くわしくは交付通知に同封のお知らせをご覧ください。
対マイナンバーカードを申請し、交付通知書が届いた方**時**11月7日(土)・15日(日)▷午前9時～11時▷午後1時30分～4時**場**戸籍住民課(市役所1階13番窓口。西玄関からお入りください)**申**10月13日(火)から電話またはマイナンバーカード窓口予約システム(2次元コード)で**問**立川市マイナンバーカードコールセンター☎(522)6675

違反建築防止週間

10月15日(木)～21日(水)は「違反建築防止週間」です。建築物の新築・増築時には着手前に確認済証、完了時に検査済証の交付を受けてください。市は、都建築指導事務所、都内の自治体などと合同で、10月16日(金)に一斉公開建築パトロールを実施するほか、市内の建築パトロールを随

時行っています。
問建築指導課監察係・内線2338

市史編さん広報紙「たちかわ物語」を配布中

「たちかわ物語」は、立川市のさまざまな歴史調査の成果を紹介する市史編さん広報紙です。最新刊22号の特集では、「砂川家文書が伝える300年の記録」と題し、砂川家の協力を得て、これまでに調査を行ってきた2万点を超える砂川家文書の内容や特徴を掲載しています。市政情報コーナー(市役所3階)、歴史民俗資料館、各図書館、たましんRISURUホール1階等で配布しているほか、市ホームページでも公開しています。
問市史編さん室市史編さん係・内線4044

無料法律相談会

法テラス(日本司法支援センター)、弁護士会多摩支部と共催。
対市内在住・在勤・在学の方**時**10月29日(木)午前8時50分～正午**場**市役所3階市民相談室**定**5人(申込順)**申**10月7日(水)から市くらし相談課寄り添い支援係・内線3310へ

「あなたのハヶ岳山荘」を 教えてください 思い出写真、エピソード、メッセージを 大募集!

立川市ハヶ岳山荘は、令和9年3月末で閉館します。山荘や周辺で撮影した思い出の写真、エピソード、山荘へのメッセージを募集します。応募写真等は、令和9年1月に市役所で開催予定の写真展で展示するほか、「広報たちかわ」や市ホームページへの掲載等、市の事業で使用します。

- 写真等は原則お返しできません。返却希望の場合は、下記担当に連絡の上、直接持参してください。
- 写真に人物が写っている場合は本人の承諾を得てください。くわしくは、市ホームページをご覧ください。

●**応募方法** 11月2日(月)〔必着〕までに、氏名、ニックネーム(匿名で掲載希望の場合)、電話番号、Eメールアドレス、市内在住・在勤・在学・市外在住の別、写真(撮影時期と簡単な説明)、エピソードまたは山荘へのメッセージ(400字以内)を**電子申請**、または直接、郵送で生涯学習推進センター管理係・ハヶ岳山荘担当〔〒190-0012 曙町2-36-2女性総合センター4階〕☎(527)5757へ

駅前放置自転車 クリーンキャンペーン

10月22日(木)～31日(土)、都内全域で一斉に駅前放置自転車クリーンキャンペーンが行われます。その一環として、JR立川駅南北の商店街などと協働で、期間中にポスターを掲示するほか、JR立川駅周辺で自転車の放置防止を呼び掛けます。



☎交通企画課自転車活用係・内線2285

離職による国民年金保険料の特例免除制度

離職(退職や失業)が理由で国民年金保険料の納付が困難な場合には、申請して承認を受けると免除される制度があります。ただし、配偶者、世帯主に一定以上の所得があるときは保

険料免除が認められない場合があります。現在受付中の期間は、申請時点の2年1か月前から令和9年6月分までです。基礎年金番号通知書(年金手帳)、失業していることを確認できる公的機関の証明書の写し(雇用保険被保険者離職票、受給資格者証など)を持参して申請してください。☎保険年金課国民年金係・内線1394

油・断・快適! 下水道 下水道に油を流さないで

キッチンから流れた油は、下水道管のつまりや悪臭の原因となります。鍋や食器に付いた油污れは、洗う前にふき取りましょう。この行動が川や海の良好な水環境につながります。☎都下水道局☎03(5320)6511、市下水道管理課・内線2201



市営葬儀説明会

●市営葬儀個別説明会 時①10月22日(木)▷午後2時から▷午後3時から②10月30日(金)▷午後2時から▷午後3時から場①高松学習館②若葉会館定各2組(申込順)申立川市斎場☎(524)1998へ
●市営葬儀地区説明会 直接会場へ。電話による相談も随時受け付けています時10月16日(金)午前10

時～11時場柴崎福祉会館☎立川市斎場☎(524)1998

公開する会議

申は申込制(申込順)。そのほかは直接会場へ(先着順)。

●建築審査会 時10月20日(火)午後3時から場市役所2階210会議室定10人☎建築指導課庶務係・内線2330
●国民健康保険運営協議会 時10月21日(水)午後1時30分から場市役所1階101会議室定5人☎保険年金課業務係・内線1390
●職員倫理審査会 時10月23日(金)午前10時30分から場市役所2階206会議室定5人申コンプライアンス推進課コンプライアンス推進係・内線2707へ
●文化財保護審議会 時10月23日(金)午後6時から場歴史民俗資料館定6人☎生涯学習推進センター文化財係☎(525)0860
●公契約審議会 時10月26日(月)午後1時10分から場市役所2階210会議室定5人☎品質管理課・内線2449
●農業委員会総会 時10月26日(月)午後3時から場市役所2階208・209会議室定4人☎農業委員会事務局・内線2654
●男女平等参画推進審議会 時10月27日(火)午後6時から場女性総

合センター5階第3学習室定2人☎男女平等推進課☎(528)6801

●子どもの権利条例(仮称)策定検討委員会 時10月29日(木)午後6時30分から場子ども未来センター1階101会議室定5人申子ども政策課子ども政策係・内線1351へ

官公署・その他

紅葉の谷戸沢処分場 自然観察会

再生した里山的自然環境を体感できる自然観察会を開催します。八王子市戸吹クリーンセンターと二ツ塚処分場をバスから車窓見学し、谷戸沢処分場へ行きます。くわしくは「東京たま広域資源循環組合」のホームページをご覧ください。

対多摩地域在住・在勤・在学の方時11月26日(木)午前8時45分～午後5時場JR八王子駅南口付近集合・解散費1,500円(昼食代)定40人(抽選)申10月30日(金)午後5時〔必着〕までに、同組合のホームページから申し込むか、はがきに参加者全員の郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号(日中連絡がとれる番号)、在勤・在学の方は通勤・通学先の市町村名を書いて、東京たま広域資源循環組合「紅葉の谷戸沢処分場自然観察会」係〔〒190-0181西多摩郡日の出町大字大久野7642番地〕☎(597)6152へ

今月の納期

11月2日[月]

市都民税・森林環境税 第3期分
国民健康保険料 第4期分
後期高齢者医療保険料 第4期分
介護保険料 第4期分

納期限内の納付にご協力をお願いします。

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できます。

まちのお知らせ

●富士見太極拳研究会第6回演武会 会員と指導員がさまざまな太極拳を披露します。種目は24式、48式、陳式、剣、扇、推手、養生功など。元全日本優勝者の演武も予定時11月3日(火・祝)午後2時～4時(午後1時30分開場)場柴崎市民体育館定30人(申込順)場上履き申鈴木さん☎(519)8065へ
●初心者、初級者向け中国語学習会 華語クラブが主催。中国語の発音、日常会話と中華伝統文化を学びます時10月21日(水)▷初心者=午後1時30分～3時▷初級者=午後3時～4時30分場子ども未来センター定各8人(申込順)申王さん☎090(6487)5278へ

●山登りで健康寿命を延ばしましょう HC Wild Berryが主催。都留アルプスに登ります。会の活動は「立川市ワイルドベリー」のホームページをご覧ください対70歳までの方(70歳以上の方は応相談)時11月8日(日)午前8時～午後5時場JR高尾駅3・4番線ホーム集合費200円(保険料)定10人(申込順)申10月20日(火)までに、齋藤さん✉tachikawa.hcwb.saito@gmail.comへ
●至誠こどもセンターの催し 社会福祉法人至誠学舎立川が主催申至誠こどもセンター☎(512)7866▶ホームスタートビジター養成講座=ホームスタートとは、家庭訪問型子育て支援です対子育て経験がある方時11月5日～12月17日の木曜日(11月19日を除く、全6回)場女性総合センター5階第1学習室定10人(申込順)▶親子で楽しむコンサート=時11月7日(土)午後2時開演(午後1時30分開場)場女性総合センター1階ホール定196人(申込順)

●憩いのサロン「伝統太極拳教室」立川市シルバー人材センターが主催。伝統太極拳を体験します。初心者歓迎。会員作品展同時開催対60歳以上の市民の方時11月12日(木)午後1時30分～3時ごろ場柴崎学習館定15人(申込順)時動きやすい服装・靴、飲み物申10月20日(火)午前9時からシルバー人材センター柴崎本部☎(527)2204へ
●立川市華道連盟第76回華道展 各流派の作品を展示します。生け花体験教室も開催。直接会場へ対体験教室は小学生以上の方時10月24日(土)・25日(日)▷展示=午前10時～午後4時▷生け花体験教室=午前11時～午後3時場柴崎学習館費300円(体験教室のみ。材料代)定各日15人(体験教室のみ。先着順)場長谷川さん☎(522)7503
●健康マージャン地区大会(北多摩西部) NPO法人健康麻将全国会立川支部が主催。東京都などが主催する「TOKYO縁ジョイ!東京都シニ

ア・コミュニティ交流大会」の出場選考を兼ねています対60歳以上の方時11月13日(金)午前11時30分～午後5時場たましんRISURUホール地下1階サブホール費1,000円(参加費)定70人(申込順)申榎さん☎070(6454)8141へ
●第41回フォトクラブ・オーロラ写真展 昭和記念公園をはじめ、各地の花や緑などの自然風景を撮影した写真を展示します。直接会場へ時10月21日(水)～27日(火)、午前9時30分～午後4時30分(最終日は正午まで)場国営昭和記念公園花みどり文化センターギャラリー3場高柳さん☎(536)1209

会員募集

●ペン習字 柴の会 初心者から上級者まで、美しいペン字を楽しく学べます時毎月第3・4水曜日、午前9時30分～11時30分場柴崎学習館費▷月会費=2,000円▷書籍代=1,000円申田中さん☎090(8770)4320へ



令和8年(2026年)10月10日(毎月10日・25日発行)

発行／立川市 編集／広報プロモーション課
〒190-8666 立川市泉町1156-9
☎042(523)2111〔代表〕 ☎042(521)2653
🌐https://www.city.tachikawa.lg.jp



実りの秋。食べ物に
感謝しておいしく
いただきましょう。



東京文化財ウィーク 2026

国宝、文化財の特別公開のほか、開通から100年を迎えた日野橋に関する企画展等を行います。

📍歴史民俗資料館 ☎(525)0860
(月曜日は休館、月曜日が祝日の場合は翌日が休館)

国宝「六面石幢」特別公開

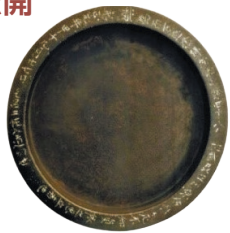
普濟寺が所蔵する延文6年(1361年)造立の六体の仏像が彫刻された石塔を特別公開します。直接会場へ。
🕒11月3日(火・祝) 午前10時～午後3時
📍玄武山普濟寺(柴崎町4-20-46)



写真提供：玄武山普濟寺

東京都指定有形文化財「銅鉦鼓」特別公開

中世の戦・立河原合戦があったことを示す「銅鉦鼓」を特別公開します。直接会場へ。
🕒10月20日(火)～11月23日(月・祝)、午前9時～午後4時30分
📍歴史民俗資料館



企画展

「多摩川と日野橋―地域を繋ぐ架け橋」♥

日野橋架橋に関わる、立川や地域の歴史を辿ります。日野橋開通式記念絵葉書も展示します。直接会場へ。
🕒10月20日(火)～12月6日(日)、午前9時～午後4時30分
📍歴史民俗資料館

企画展関連講演会「日野橋とその周辺」♥

日野橋を中心に、周辺の多摩川の水害や堤防、砂利採掘などの歴史について学びます。
👥小学生以上の都民の方(小学生は保護者同伴)
🕒11月15日(日) 午後2時～4時
📍女性総合センター5階第3学習室
📍立川市文化財保護審議会副会長・小坂克信さん
👥50人(申込順)
📅10月10日(土)から電子申請で

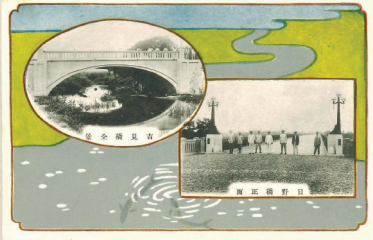
コラム

日野橋架橋100年

日野橋とは立川市と日野市をつなぐ橋で、大正15(1926)年8月25日に開通して今年で100年になります。

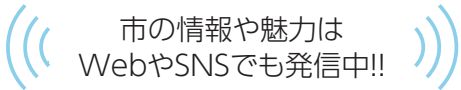
日野橋が完成する前は、甲州街道の「日野の渡し」として、夏は渡し舟、冬の渇水期は板橋を架けて渡していましたが、往来の安全性・安定性には欠ける点がありました。日野橋架橋の背景には交通の近代化があり、車両が安全に通行できる近代的な道路橋にする必要がありました。当時の最先端技術であった鉄筋コンクリート製の桁が導入された日野橋は、多摩川の激流に耐える頑丈さと大型車両が安全に運行できる広さ、近代の建築美が共存していた道路橋として評価されました。

100年間の激動の時代に、私たちの生活を支えた旧日野橋は今年5月に役目を終え、現在架け替え工事が行われています。



日野橋開通式記念絵葉書〔大正15(1926)年8月25日〕
(立川市歴史民俗資料館所蔵)

♥は郷土の理解を深める講座などを行う「立川市民科」です。



市の情報や魅力は
WebやSNSでも発信中!!



市ホームページ



市公式 X



市公式 LINE



市公式 Instagram



立川市動画チャンネル

広告

広告欄

※広告に関する問い合わせは…総合広告代理店 フレックス株式会社 042(528)1611へ