

**講座**

★マークはたちかわ☆きらきらカードの対象の「市民企画講座」です。  
 ♥マークは郷土の理解を深める講座などを行う「立川市民科」です。

**日本近現代史に学ぶ「今とこれから」**

幕末から現代まで160年余りの近現代史を学びます時10月13日・27日、11月10日・24日の金曜日、午後2時～4時(全4回)場女性総合センター 師 明治大学助教・松岡信之さん 費 2,000円(受講料)定40人(申込順)申9月11日(月)から生涯学習推進センター ☎(528)6872へ

**認知症のシグナル(早期発見のポイント)**

認知症を予防するために、生活習慣、日常生活で注意することを学びます時10月12日(木)午後2時～4時30分 場女性総合センター 師 立川病院東京都認知症疾患医療センター長・服部英典さん 定30人(申込順)申9月11日(月)から生涯学習推進センター ☎(528)6872へ

**極域における最新の研究テーマとその成果**

国立極地研究所との協働講座です時10月18日、11月15日、12月20日の水曜日、午後6時30分～8時30分(全3回)場女性総合センター 師 国際北極環境研究センター特任研究員・佐藤和敏さんほか 定40人(申込順)申9月11日(月)から生涯学習推進センター ☎(528)6872へ

**高齢期の生き甲斐とは～サクセスフル・エイジング(成功加齢)の実践**

福祉の実践経験を持つ講師と意見交換しながら、自分の生きがいを確認し、新しい発見を目指します時10月20日、11月17日、12月15日の金曜日、午後1時30分～4時30分(全3回)場高松学習館 師 高齢者総合福祉施設相談役・大村洋永さん 定25人(申込順)申9月12日(火)から高松学習館 ☎(527)0014へ

**デザインの基礎の学習～人はだれでもデザイナーである**

デザインのキーワードと実技の学習に挑戦し、オリジナルのデザインを創作します。企画・運営は生涯学習市民リーダーの会時①私のシンボルマーク=10月14日(土)②花のTシャツ=10月21日(土)、いずれも午後2時～4時 場女性総合センター 師 日本デザイン学会会員・小河清さん 費 各300円(受講料)定各10人(申込順)時②Tシャツ(無地。色は自由)、アクリル絵の具(好きな色。3色以上)、筆、筆洗い、タオル 申9月11日(月)から生涯学習推進センター ☎(528)6872へ

**市民交流・クッキング「秋のおでかけ」**

旬の食材を使い、行楽用メニューを作ります時10月6日(金)午前10時～午後1時 場 柴崎学習館 師 料理研究家・小林まどかさん 費 1,000円(材料代)定16人(申込順)保若干名(1歳～学齢前)申9月12日(火)から柴崎学習館 ☎(524)2773へ

**東京女子体育大学公開講座**

●小学生講座「おもしろ科学実験室」 対小学3年生以上時11月3日(金)祝)午前10時～正午 場 東京女子体育大学(国立市) 師 同大学准教授・圓谷秀雄さん 費 2,100円程度(材料代、保険料)定20人\*申「おもしろ科学実験室」、住所、氏名(ふりがな)、年齢、学年、性別、電話番号を書いて、はがきかファクス、Eメールで、東京女子体育大学地域交流センター(〒186-8668住所記入不要) ☎(572)4324 ㊟(572)4317 e:chiiki@twcpe.ac.jp ※開催1か月前に定員を超えた場合は抽選。超えない場合は1週間前まで申込順 市生涯学習推進センター ☎(528)6872

**心も身体もしなやかに～楽々バンド体操**

生涯自立できる体づくりを目指し、ゆるやかな音楽にあわせて体操をします。企画・運営はエムズはっぴい 対 おおむね50歳以上の方時10月12日・26日、11月9日・23日の木曜日、午後2時～4時(全4回)場 若葉会館 師 アルファビクスインストラクター・瀧昌江さん 費 1,000円(受講料、バンドレンタル代)定15人(申込順)申9月11日(月)から生涯学習推進センター ☎(528)6872へ

**消費生活講座**

いずれも 場女性総合センター 申9月11日(月)から生活安全課消費生活センター係(女性総合センター5階) ☎(528)6801へ

●せっけんカフェ ハチミツとオリーブオイルが入ったお肌しっとりせっけんを作ります時10月14日(土)午前10時～正午 師 多摩きた生活クラブ生協まち立川の皆さん 費 300円(材料代)定15人(申込順)保5人程度(1歳～学齢前)時エプロン、タオル

●金融学習①～老後に必要なお金とエンディングノート 時10月18日(水)午前10時～正午 師 金融広報アドバイザー・音川敏枝さん 定30人(申込順)保8人程度(1歳～学齢前)時筆記用具

●金融学習②～個人型確定拠出年金(iDeCo)の基礎知識 専業主婦や公務員も加入できるようになった個人型確定拠出年金(iDeCo)の制度、加入前に知っておきたいポイントを学びます時10月25日(水)午前10時～正午 師 金融広報アドバイザー・豊田真弓さん 定30人(申込順)保8人程度(1歳～学齢前)時筆記用具

**文化財散歩「玉川上水を歩く」**

市域内を流れる玉川上水に沿った遊歩道や木立の中を散策します 対 小学3年生以上の市民の方(小学生は保護者同伴)時10月1日(日)午前8時45分～正午ごろ(小雨実施)場 西武拝島線西武立川駅南口集合、玉川上水駅解散(約6km) 師 立川市文化財保護審議会委員・小坂克信さん 定20人(申込順)時歩きやすい服装、雨具、帽子、飲み物、カメラ 申9月10日(日)から歴史民俗資料館 ☎(525)0860へ

**傾聴ボランティア入門**

高齢者や病気の方の話に耳を傾け、話し手の思いに寄り添う「傾聴ボランティア」について学びます時10月5日、11月2日、12月7日の木曜日、午後1時30分～3時30分(全3回)場 錦学習館 師 メンタルヘルスマネジャー・仁平幸子さん、中村克久さんほか 定20人(申込順)保若干名(1歳～学齢前)申9月12日(火)から錦学習館 ☎(527)6743へ

**外国人おもてなし語学ボランティア育成講座～初級編**

東京2020オリンピック・パラリンピック開催に向けて、おもてなしと英語を学びます。修了者は、都の「外国人おもてなし語学ボランティア」として登録します 対 次の要件をすべて満たす方▷市内在住・在勤・在学で15歳以上(中学生を除く)▷入門～初級の語学力(英語)がある▷積極的に活動する意欲がある時10月31日～11月28日の火曜日、午後1時30分～3時30分(全5回。10月31日のみ午後5時まで) 場 たましんRISURUホール 定36人(申込順)申9月11日(月)から直接、または電話で協働推進課多文化共生係(市役所2階49番窓口)内線2632へ

**認知症サポーター養成講座**

認知症について学び、認知症の方やその家族を支える地域の応援者を養成します 対 市内在住・在勤・在学の方 時 9月20日(水)午前10時～11時30分 場 女性総合センター 定30人(申込順)申 中部たかまつ地域包括支援センター ☎(540)2031へ

**簡単！争族にならないための円満相続！**

生前にできる税金対策や払い過ぎた相続税の還付方法を学びます。企画・運営は生涯学習市民リーダーの会時10月13日(金)午後2時～4時 場 幸学習館 師 ファイナンシャルプランナー・山本季和さん 費 300円(受講料)定20人(申込順)申9月12日(火)から幸学習館 ☎(534)3076へ

**知っておきたい女性のための防災知識**

女性の視点での防災に関する知識や準備について学び、応急救護や子ども向け非常食の実習やワークショップで何を優先すべきか考えます 対 女性の方時10月21日(土)、11月19日(日)・28日(火)、12月17日(日)、午前9時30分～正午(全4回)場 女性総合センター 師 防災コンサルタント・高橋聖子さん、減災と男女共同参画研修推進センター共同代表・浅野幸子さんほか 定30人(申込順)保15人(1歳～学齢前)申9月11日(月)から男女平等参画課 ☎(528)6801へ

**T.A.F.創業セミナー**

立川市、昭島市、福生市の3市連携で開催。①～④のセミナーは特定創業支援事業の対象で、すべて受講した方は優遇策が受けられます 時 下表の通り。時間はいずれも午後1時～4時 場 もくせい会館(福生市本町18) 師 税理士・富山さつきさん 費 ①～④各1,000円(受講料)定各15人～20人(申込順)申 各講座の開催2日前までに電話、または氏名、連絡先を書いてEメールで福生市生活環境部シティセールス推進課 ☎(551)1699 e:f-sinkou@city.fussa.lg.jp へ 市産業観光課商工振興係・内線2644

テーマ	日
①経営とは何か？改めて考える	9月30日(土)
②お金が残る事業を目指そう	10月7日(土)
③目標を共有できる人材を育てる	10月21日(土)
④ビジネスモデルと行動計画を考える	10月28日(土)
⑤事業計画発表	11月11日(土)

**立川シアタープロジェクト**

**子どもとおとながいっしょに楽しむ舞台 vol.2 「西遊記～悟空のぼうけん」**

昨年、大好評だった「音楽劇 アラビアンナイト」に続き、中国四大奇書の一つといわれる不思議な物語『西遊記』を原作に、異世界のファンタジーへ皆さんをお招きします 時▷12月22日(金)午後7時開演▷12月23日(土)・24日(日)、午後1時開演 場 たましんRISURUホール大ホール 費 大人1,500円、中高生1,000円、小学生以下500円(9月28日(木)からチケット販売開始。3歳以下の膝上での鑑賞は無料) 申 たましんRISURUホール ☎(526)1311



**関連イベント 「西遊記の世界を知るレクチャー & ワークショップ」**

『西遊記』の世界を、文学、歴史、演劇、アニメの視点から楽しめます。くわしくは「たちかわ創造舎」のホームページをご覧ください 時▷10月1日(日)午後4時～6時▷10月8日・22日・29日の日曜日、午後2時～4時 場 子ども未来センター 費 10月1日は無料、そのほかは1回500円(「西遊記～悟空のぼうけん」の前売りチケットをお持ちの方はすべて無料)定各30人(申込順)申 子ども未来センター ☎(529)8682 へ 場 たちかわ創造舎 ☎(595)6347