

シニア

健康なからだは食事から～栄養のおはなし

管理栄養士から高齢期の食事や栄養について学びます



対 おおむね65歳以上の市民の方 時・場 11月21日(火)▷午前10時～11時30分=さかえ会館▷午後2時～3時30分=若葉会館 定 各20人(申込順) 用 北部東わかば地域包括支援センター ☎(538)1221へ

ふれあい作品展 出展者募集

令和6年1月22日(月)～26日(金)に開催する「ふれあい作品展」の出展者を募集しています。作品内容は書道、絵画、写真、文芸、造形など。1人2点まで 対 60歳以上の市民の方 用 12月15日(金)までに、各福祉会館で配布する申込用紙で立川市老人クラブ連合会事務局(柴崎福祉会館内) ☎(521)3733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▷10月11日(水)=シルバー人材センター柴崎本部(柴崎町1-17-7)▷10月16日(月)・24日(火)=女性総合センター5階第1学習室、いずれも午後1時30分から 用 前日までにシルバー人材センター柴崎本部 ☎(527)2204へ

官公署・その他

多摩東京移管130周年記念イベント「超たまらん博」

今年は、多摩地域が神奈川県から東京都(当時)へ移管されて130年目にあたる節目の年です。それを記念して、多摩地域の魅力を発信するイベントを開催します。多摩30市町村等による販売・PRブース(特産品、グルメなど)や多摩産食材を使用したグルメの提供、多摩の木材を使用した丸太切り等の体験ワークショップなど、「超たまらん企画」が盛りだくさんです。くわしくは「超たまらん博」のホームページをご覧ください(下2次元コードからアクセス可)▶開催日時=10月28日(土)・29日(日)、午前10時～午後4時▶会場=サンサンロード(曙町) 用 多摩の魅力発信プロジェクト事務局 ☎03(5738)8904、東京都総務局行政部振興企画課 ☎03(5388)2443



年末調整についてのリーフレットをお送りします

源泉徴収義務者の皆さんに「国税庁」のホームページ(年末調整がよく分かるページ)を案内するリーフレットを送付します。年末調整関係の諸用紙は同ホームページからダウンロードできます 用 立川税務署源泉所得税担当 ☎(523)1181

デジタル分野の魅力発見「オフィスツアー」参加者募集

女性社員とのディスカッションやオフィス見学を行います。くわしくは都ホームページをご覧ください 対 都内在住・在学的女子中高生 時 11月23日(木・祝)午後1時～3時 用 10月27日(金)午後5時までに都ホームページから申し込んでください 用 東京都生活文化スポーツ局 ☎03(5388)3189

全国地域安全運動を実施

10月11日(水)～20日(金)に「子供と女性の犯罪被害防止」「特殊詐欺の被害防止」のほか、「闇バイトによる犯罪加

担防止」「侵入犯罪被害防止」を重点に、防犯ボランティア団体等と連携してさまざまな防犯キャンペーンを展開します。痴漢撃退や防犯ブザー、居場所通知等の役立つ機能を搭載した防犯アプリ「Digi Police」(下2次元コードからアクセス可)をインストールして、一人ひとりが安全安心に対する意識を高めていきましょう 用 立川警察署生活安全課防犯係 ☎(527)0110



iOS



Android

KEIRINグランプリ2023

特別観覧席地元招待抽選

立川競輪場で12月30日(土)に開催される「KEIRINグランプリ2023」の特別観覧席に、市民の方(20組40人)を抽選でご招待します(無料)。抽選結果は、12月上旬にはがきで通知します。



用 11月6日(月)(必着)までに、はがきに「グランプリ広報たちかわ招待希望」、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて立川競輪場(〒190-0012曙町3-32-5) ☎(524)1121へ

たちかわ競輪開催日

●GI・弥彦寛仁親王牌=10月19日～22日 ●青森FI=10月20日～22日 (いずれも場外発売)

くらしの相談日程

市役所 ☎(523)2111

☎=予約制 ㊟=直接会場(先着順) ☎=電話相談 祝日はお休み

相談項目	相談日	時間	場所	連絡先
☎法律相談 相続・金銭貸借等、民事的な法律全般	第1～第4木曜日	9:30～正午	市民相談室	市民相談係 ☎(528)4319
	第1木曜日	13:30～16:30	女性総合センター5階	
	第2木曜日		たましんRISURUホール5階*	
	第3木曜日		市民相談室*	
第4木曜日	立川タクロス1階			
☎相続・登記・成年後見等相談	第1・第3・第4火曜日	13:30～16:30		
☎税務相談 所得税、相続税、贈与税等	第2・第4水曜日 (令和6年3月は第1・第4水曜日)	13:30～16:25		
☎家事相談 夫婦間、親子間、離婚問題等	第1～第4木曜日 第1・第3火曜日	9:20～正午		
	第2・第4火曜日	13:30～16:10		
☎不動産相談 不動産の売買、賃貸借契約等	第2・第4水曜日	13:30～16:30		
☎交通事故相談	第1水曜日 (令和6年1月は第3水曜日)	13:30～16:00	市民相談室	
☎行政手続相談 在留資格・帰化、相続・遺言	第2火曜日	9:20～正午		
㊟犯罪被害者等支援相談	月曜～金曜日	8:30～17:00 (正午～13:00を除く)		
㊟公益通報者保護相談 (外部通報窓口)				
☎人権悩みごと相談 不当な扱い、いやがらせ等	第1水曜日	9:30～11:45		
☎行政相談 国等への苦情、要望等	第3水曜日			
☎消費生活相談 商品やサービス等の契約トラブル、製品事故、多重債務	月曜～金曜日 (第3木曜日は休館、電話相談のみ)	9:00～16:00		消費生活センター ☎(528)6810
☎カウンセリング相談	火曜・水曜・土曜日 (土曜日は電話相談のみ)	13:00～17:00	女性総合センター5階	男女平等参画係 ☎(528)6801
	第2・第4木曜日	10:00～14:00		

* 10月のみ、第2木曜日は市民相談室、第3木曜日はたましんRISURUホール5階で行います。

相談項目	相談日	時間	場所	連絡先
総合福祉センターでの各種相談	☎成年後見相談	第2土曜日	総合福祉センター	地域あんしんセンターたちかわ ☎(529)8319
	☎法律相談	第3土曜日 (祝日の場合は第4土曜日)		社会福祉協議会 ☎(529)8300
	㊟アルコール相談	第2・第4水曜日		くらし・しごとサポートセンター ☎(503)4308
	㊟くらしや仕事の相談	月曜～金曜日		立川麦の会 ☎(537)3905
	☎精神障害者の家族相談	第2月曜日(祝日の場合は第3月曜日)		
☎女性相談	月曜～金曜日	8:30～17:00 (正午～13:00を除く)	生活福祉課	生活福祉課・内線1545
☎母子相談 ひとり親家庭の相談	月曜～金曜日		子育て推進課	手当・医療費給付係・内線1345
子ども未来センターでの各種相談	㊟子ども総合相談 子どもに関する相談でどこに相談したらいいかわからないとき	月曜～土曜日	子ども未来センター	子ども家庭支援センター ☎(529)8566
	㊟子育て家庭の相談 子育ての悩み等			子ども家庭相談係 ☎(528)6871
	☎発達相談 子どもの発達が気になるとき	月曜～金曜日、第1・第3土曜日		発達支援係 ☎(529)8586
	☎教育相談	月曜～土曜日		教育支援課 ☎(527)6171
☎就学相談	月曜～金曜日、第2土曜日			
子育てひろば	㊟乳幼児期の相談	月曜～金曜日	10:00～正午 (一部午後あり)	子育てひろば(児童館ほか) ☎(528)4335
㊟外国人相談 在留資格、日常生活など	中国語	第1・第2・第4土曜日	13:00～16:00	たちかわ多文化共生センター ☎(527)0310
	英語	第3・第5土曜日		
第1・第3土曜日は行政書士、第2・第4・第5土曜日は生活相談員が対応				