



[主な内容] ▶3面 新型コロナウイルスワクチン接種情報 ▶特集 立川市教育だより「たち」

市民税・都民税

申告の準備はお済みですか

[申告受付期間] 2月16日(木)～3月15日(水)

まもなく市民税・都民税の申告の受け付けが始まります。申告受付会場の混雑緩和にご協力をお願いします。所得税の確定申告については2面をご覧ください。

問課税課市民税係・内線1206



申告が必要な方、不要な方

①～④に該当する方は申告が不要、それ以外の方は申告が必要です。

- ①令和4年分所得税の確定申告書を税務署に提出する方
- ②令和4年中の収入が給与のみで、勤務先から立川市に給与支払報告書の提出があり、控除等の追加がない方(提出されているか不明な場合、勤務先の給与担当者に確認してください)
- ③令和4年中の収入が公的年金等のみ(遺族・障害年金等非課税の年金を除く)で、控除等の追加がない方
- ④同居の親族に扶養されている方(ただし、**所得金額が記載される証明の発行を希望する場合は申告が必要です**)

●課税方式の選択を希望する方は 上場株式等の配当所得、譲渡所得について、確定申告と異なる課税方式を選択する方は、その旨を記載した市民税・都民税申告書と上場株式等に関する住民税選択課税申告書を、当該年度の納税通知書が送達される日までに、市役所へ提出してください。ただし、確定申告書の住民税欄で特定配当等・特定株式等譲渡所得の全部申告不要を選択する方は提出不要です。

申告に必要なもの

申告書	当日会場でも入手できます。
令和4年中の所得に関する書類	▷給与所得・公的年金収入のある方は源泉徴収票 ▷それ以外の所得のある方は、収入金額や必要経費の分かる帳簿など
令和4年中の控除に関する書類	▷国民年金保険料や生命保険料等の控除証明書 ▷社会保険料・寄附金等の領収書 ▷医療費控除の明細書(ご自宅で作成してお持ちください) ▷障害者控除の適用を受ける方は、障害者手帳、愛の手帳、障害者控除対象者認定書など
本人確認書類	▷マイナンバーカード ▷マイナンバーカードをお持ちでない方は、番号確認書類(通知カード等)と本人確認書類(運転免許証等)

申告・相談会場

市役所で申告書を提出する方は、市ホームページに混雑予想を掲載していますので、なるべく混雑する日を選んでご来庁ください。

受付場所	受付日	受付時間
市役所1階 101会議室	2月16日(木)～3月15日(水) 〔土曜・日曜日、祝日を除く〕	午前9時～ 午後4時
子ども未来センター	2月19日(日)	午前9時30分～ 午後3時
西砂学習館	2月26日(日)	
こぶし会館	2月28日(火)	
若葉会館	3月2日(木)	
滝ノ上会館	3月3日(金)	

一部会場の受付時期が今年度から変わっています。



郵送での申告にご協力ください

〒190-8666〔住所記入不要〕
立川市役所 課税課市民税係 宛

申告窓口は大変混み合います。密集を避けるため、郵送での提出にご協力をお願いします。

かたらい夢みらい

冬本番。寒い日が続いていますが、市内のいろいろな場所ですポーツを楽しむ市民の皆さんの姿をお見かけします。先月も立川市民駅伝大会が開催されましたが、子どもから大人まで、参加された皆さんが懸命に走る姿は美しく、感動するものがありました。

本市では、バスケットボールやフットサルなど、さまざまなプロスポーツチームが活動しています。各チームが競技に取り組む姿は、我々に勇気や感動を与え、何より子どもたちに大きな夢を与えてくれる貴重な存在です。また、会場が一体となって応援する雰囲気は圧巻で、観戦の楽しさを存分に味わうことができます。さらには、選手が小・中学校を訪問して、子どもたちに指導してくれるなど、それぞれが地域貢献にも積極的に取り組んでいただいております。大変ありがたく感じています。

スポーツには、「する」「みる」「ささえる」と、さまざまな楽しみ方があります。市民の皆さんが、スポーツを通じて、健康で豊かな生活を送ることができるよう、これからも立川のスポーツを応援していきます。

立川市長 清水 庄平

新型コロナウイルス感染症の影響による催し等の中止や延期、各施設の開館状況等の情報は、市ホームページをご覧ください。各問い合わせ先へ。

会議、講演会等に手話通訳等を希望する方は開催1週間前までに各問い合わせ先、または下記ファクスまでお申し込みください(Fax) (521) 2653

確定申告を受け付けています

所得税の確定申告は「自宅」で

所得税の確定申告書は、「国税庁」のホームページの「確定申告書作成コーナー」から作成・送信(提出)できます(下2次元コードからアクセス可)。



マイナンバーカードとその読み取りに対応した端末をお持ちの方は「マイナンバー方式」でお持ちでない方は「ID・パスワード方式」または「書面」で提出できます。

自宅で作成した申告書の郵送での提出も受け付けています。立川地方合同庁舎立川税務署宛(〒190-8565 緑町4-2)に郵送してください。

所得税の確定申告書作成・提出会場が開設

所得税と復興特別所得税等の確定申告書作成・提出会場が立川税務署(緑町4-2立川地方合同庁舎内)に3月15日(水)まで開設されます(土曜・日曜日、祝日を除く。ただし、2月19日・26日の日曜日は開設)。申告にはマイナンバーの記載と本人確認書類の提示が必要です。作成会場は混雑を緩和するため入場整理券を配布します。当日会場に配布するほか、国税庁LINE公式アカウントから事前入手が可能です。入場整理券の配布状況に応じて受け付けを早

めに締め切る場合があります。

▼相談・作成 午前9時から(受け付けは午前8時30分から) 提出 午前8時30分～午後5時

立川税務署 ☎(523) 118

次の方も確定申告が重要です

▼給与所得のある方で次のいずれかに該当する方 ▼給与収入が2000万円を超える▼1か所から給与の支払いを受けており、各種所得金額(給与所得や退職所得以外)の合計額が20万円を超える▼2か所以上から給与の支払いを受けており、年末調整を受けていない給与の収入金額と給与所得以外の所得金額の合計額が20万円を超える▼公的年金等に係る雑所得のみで、公的年金等に係る雑所得の金額から所得控除を差し引いた結果、残額がある方

公的年金等の収入金額が400万円以下で、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の方の場合、確定申告は不要です。ただし、外国からの公的年金等を受給している方は確定申告が必要です。

立川税務署 ☎(523) 118

記入済みの確定申告書を市役所でも仮受け付け

次の期間中は、すべて記入済みの確定申告書を市役所でも仮

受け付けします(マイナンバーの記載に伴う本人確認書類の写しの添付、または提示が必要)

▼受付期間 2月16日(木)～3月15日(水) (土曜・日曜日、祝日を除く)

立川税務署 ☎(523) 118

ふるさと納税ワンストップ特例制度の適用を申し込んだ方へ

ふるさと納税をした際にワンストップ特例制度の適用を申し込んだ方が、確定申告や市民税・都民税の申告をすると特例制度が適用されません。確定申告や市民税・都民税の申告をする方は、申告書に特例制度申し込み分を含む、すべての寄附金の領収書または寄附金受領証明書を添付してください。

くわしくは、確定申告は税務署へ、市民税・都民税の申告は市課税課へお問い合わせください。立川税務署 ☎(523) 118

1、市課税課市民税係・内線1206

市議会定例会 2月14日から開会

令和5年第1回市議会定例会が2月14日(火)～3月15日(水)の会期で開かれる予定です。日程は 2月14日(火) 本会議(請願・陳情の付託、議案審議、予算提案説明など) 17日(金) 本会議(代表質問、予算特別委員会設置・付託など) 20日(月)～22日(水) 本会議(一般質問) 27日(月) 総務委員会 28日(火) 厚生産業委員

会 3月1日(水) 環境建設委員会 2日(木) 文教委員会 3日(金) 議会改革特別委員会 6日(月)～10日(金) 予算特別委員会 14日(火) 議会運営委員会 15日(水) 本会議(議案審議など)の予定です。

傍聴については議会事務局へお問い合わせください。 議会事務局 ☎(332) 222

農業委員・農地利用最適化推進委員を募集

応募要件や業務内容など、くわしくは市ホームページをご覧ください。

▼任期 7月20日～令和8年7月19日(3年間) ▼定員 農業委員 14人 農地利用最適化推進委員 3人(いずれも選考) ▼応募方法 2月20日(月)～3月31日(金)(必着)に、農業委員会に配付する申込用紙(市ホームページからダウンロードも可)を直接、または郵送で農業委員会事務局(市役所2階48番窓口)内線2654へ

保険料年金天引きのお知らせを郵送

国民健康保険料が4月～8月に年金天引きになる方に、「令和5年度保険料仮徴収のお知らせ」を2月中旬～3月上旬に郵送します。

後期高齢者医療保険料が現在年金天引きになっている方には、仮徴収のお知らせは郵送しませんが、引き続き年金天引きとなります(中止する申請をした場合を除く)。新たに後期高齢者医療保険料が年金天引きになる

市立小・中学校の会計年度任用職員(登録制)を募集



市教育委員会は、令和5年度に市内の小・中学校を支援する会計年度任用職員を募集します。名簿登録制で、各学校の要請に基づいて選考の上、配置されます。応募者が多数の場合や学校からの要請がない場合は配置されないことがあります。

対象や業務内容など、くわしくは市ホームページをご覧ください。

●応募方法 2月28日(火)[消印有効]までに、応募用紙を、直接または郵送で右表の問い合わせ先へ。応募用紙は、指導課(市役所2階62番窓口)、教育支援課(子ども未来センター1階)で配布します(市ホームページからダウンロードも可)。

名称	問い合わせ先
1 少人数指導員	指導課教職員係・内線2493
2 小中連携指導員	
3 スクール・サポート・スタッフ	
4 副校長補佐	指導課指導係・内線2486
5 学校支援員	
6 中学校部活動指導員	教育支援課管理係・内線4031
7 教育支援センター指導員	
8 特別支援学級臨時指導員	教育支援課就学相談係・内線4030
9 学校介助員	

公開する会議日程

申は申込制(申込順)。そのほかは直接会場へ(先着順)。

方(令和4年4月2日～10月1日に75歳になった被保険者の方や、令和4年4月2日～10月1日に立川市に転入した75歳以上の方などで、保険料の天引きが可能な年金を受給している方には、仮徴収のお知らせを郵送します(現在口座振替をされている方を除く)。

国民健康保険料 1416 後期高齢者医療保険料 1406

●在宅医療・介護連携推進協議会 2月24日(金) 午後1時30分～3時 市役所3階302会議室 定5人 高齢福祉課介護予防推進係・内線1471 ●農業委員会総会 2月24日(金) 午後3時から 市役所2階205会議室 定4人 農業委員会事務局・内線2654 ●いじめ防止対策審議会 2月14日(火) 午後2時30分～4時 市役所2階205会議室 定5人 指導課・内線2487

新型コロナウイルスワクチン接種情報

新型コロナウイルスワクチンは市内医療機関等で接種を受けられます。くわしくは市ホームページをご覧ください。コールセンターにお問い合わせください。



■実施中のワクチン接種

対象	接種回数
12歳以上の方	初回(1回・2回目)接種〔従来型ワクチン〕
	3回～5回目接種〔オミクロン株対応ワクチン〕
小児(5歳～11歳)の方	初回(1回・2回目)接種、3回目接種
乳幼児(生後6か月～4歳)の方	初回(1回～3回目)接種

■接種の予約・相談、お問い合わせ

●立川市新型コロナウイルスワクチン接種予約センター(コールセンター)

☎0120(741)567

〔土曜・日曜日、祝日を除く、午前8時30分～午後5時30分〕

立川市接種予約システム



■オミクロン株対応ワクチンは1人1回の接種です

オミクロン株対応ワクチンは1人1回接種できます。過去の接種歴により3回目、4回目、5回目接種の方がいます。下表のいずれかのワクチンをすでに接種した方は、1月31日現在では接種終了となります。

メーカー名	名称	備考
ファイザー社	コミナティRTU筋注	BA.1対応型
ファイザー社	コミナティRTU筋注	BA.4-5対応型
モデルナ社	スパイクバックス筋注	BA.1対応型
モデルナ社	スパイクバックス筋注	BA.4-5対応型
武田社 (ノババックス)	ヌバキンビット筋注	令和4年11月8日以降に3回目以降の接種で受けた方

■立川南ワクチン接種センター(東京都大規模接種会場)〔柴崎町3-16-25〕

使用するワクチンなど、くわしくは都のホームページ等をご覧ください。

●東京都ワクチン接種会場コールセンター

☎0570(034)899〔土曜・日曜日、祝日を含む、午前9時～午後6時〕

■新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口

症状があり、かかりつけ医がない方など

●東京都発熱相談センター ☎03(6258)5780、☎03(5320)4592

〔土曜・日曜日、祝日を含む、24時間〕

2月23日(木・祝)は設備点検のため、施設予約システムを導入している施設の窓口での本申請手続き等がご利用できません。各施設、または生涯学習推進センター☎(527)5757

第七中学校体育館復旧事業説明会

市は、第七中学校体育館の火災に伴う復旧にあたり、説明会を開催します。新体育館の建設概要や今後のスケジュール等について説明します。駐車場はありません。

●七中の生徒の保護者、七中に入学予定の子どもの保護者、近隣にお住まいの方時▽3月4日(土)午前10時～11時30分▽3月6日(月)午後7時～8時30分(場)西砂小体育館(各50人(申込順)保各4人(1歳～学齢前)持上履き)

申2月24日(金)〔保育を希望する方は2月17日(金)までに、氏名、電話番号、参加希望日、保育の有無(ありの場合)は人数と年齢も)を、電話、またはファクス、Eメールで教育総務課・内線2469(528)1204 e kyoukuisoumu@city.tachi-kawa.lg.jp

立川公園根川緑道水質浄化施設等設置工事を行います

立川公園根川緑道せせらぎ水は、下水道流域編入事業によって供給が停止されるため、水質浄化施設等を設置し循環式に切り替えます。設置工事は4月中旬～10月末に霧の広場周辺で行います。工事期間中は、園内を一部閉鎖する場合があります。●工事説明会 工事にあたり、説明会を開催します。直接会場へ。車の来場はご遠慮ください。●近隣にお住まいの方など

日本郵便株式会社と包括連携協定を締結

市は、日本郵便株式会社と、包括連携協定を1月30日に締結しました。

マイナポータルで転出届が出せます

マイナポータルからオンラインで転出届が出せるようになりました。対象となるのは、電子証明書(2種類)が有効なマイナンバー

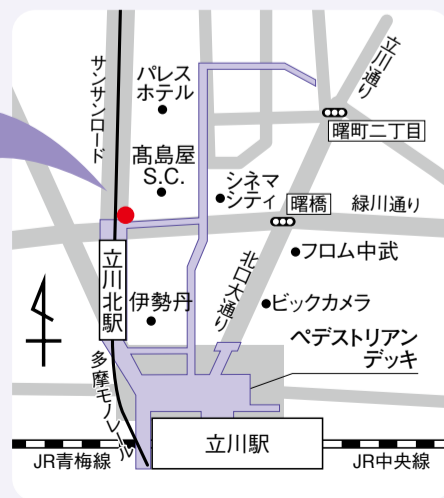


今後、それぞれの資源や特色を生かしながら、地域の活性化に関する取り組みを進めていきます。 企画政策課・内線2687

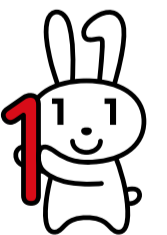
立川駅北口デッキ 避難用スロープがあります

地震などで停電し、サンサンロード南側のエレベーターが使用できなくなったとき、隣にあるスロープの扉が開きます。車椅子利用者など、階段を降りることができない方は避難用スロープをご利用ください。

☎道路課施設係・内線2397



カードをお持ちで、日本国内で引っ越しをする方です。マイナポータルを通じて転出届の提出をした後は、別途、転入先の市区町村の窓口で転入届等の手続きが必要です。また、転出に伴う各種の利用制度等については、市役所の各窓口での手続きが必要になる場合があります。くわしくは市ホームページをご覧ください。 ☎市民課窓口係・内線1371



今月の納期 2月28日(火)

▷固定資産税・都市計画税第4期分▷国民健康保険料第8期分▷後期高齢者医療保険料第8期分▷介護保険料第8期分

納付書裏面等に記載の場所で納付してください。☎市税=収納課管理係・内線1240、国民健康保険料=保険年金課賦課係・内線1416、後期高齢者医療保険料=保険年金課賦課係・内線1406、介護保険料=介護保険課介護保険料係・内線1446

いきましたが、4月1日からは湖南衛生組合(武蔵村山市大南5-1)で処理します。なお、問い合わせ先や申込方法等、市民の皆さんが行う手続きに変更点はありません。 ☎ごみ対策課・内線6751

令和5年度「ちよこつと共済」の加入申し込みを受け付けています。交通事故にあったときに見舞金を受けられます。インターネットでも申し込みます。☎生活安全課 ☎(528)4376

子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親・非課税相当世帯向け)を受け取っていない方へ

国は、低所得の子育て世帯を支援するため、「子育て世帯生活支援特別給付金」として、児童1人につき現金5万円を支給しています。ひとり親世帯分とその他世帯分(非課税世帯など)、どちらかの支給となります。また、すでに支給を受けている方は受けることができません。

児童扶養手当の支給を受けている方と令和4年度の住民税均等割が非課税の方には、すでに支給しています。

対象となる方で、この給付金を受け取っていない方は、申請してください。

●対象児童 平成16年4月2日(令和5年2月28日に生まれた子ども)(特別児童扶養手当の認定を受けている子どもは申請時に20歳未満)

●申請が必要な方 ▼ひとり親世帯分Ⅱ児童扶養手当の支給を受けていない方、または新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が児童扶養手当の対象となる水準に下がった方 ▼その他世帯分Ⅱ令和4年度の住民税が非課税で、公務員の方、または子どもが高校生だけの世帯 ▼令和4年1月2日以降に立川市に転入した後、申告を行い非課税となった方等 ▼新型コロナウイルス感染症の影響で住民税均等割が非課税の方と同じ事情にあると認められる方

●申請 2月28日(火)までに申請してください。
☎厚生労働省コールセンター ☎0120(400)903、市子育て推進課 ☎1344

手話通訳者養成講座

市の手話通訳者登録試験の受験を考えている方のための養成講座を30回程度で行います。今年度の初級クラスは、昼間と夜間の2クラスで実施します。



●クラス ①初級(昼間) ②初級(夜間) ③中級・表現・専門(昼間) ④上級(夜間)

●対象 次の要件をすべて満たす方 ▼市内在住・在勤 ▼18歳(60歳の聴者(耳が聞こえる方)) ▼①②は手話学習未経験、③は手話学習歴1年以上、④は手話学習歴2年以上

●指導形式 対面とオンライン。オンライン会議ツール「Zoom」を使用します(手話の動きを学ぶため、大きな画面が必要です)。

●選考会 受講には選考会で合格する必要があります。①②は面接、③④は手話表現と面接で採点します(時4月15日(土)(時間は申込者へお知らせします) 場総合福祉センター) ●講座 ①6月6日から毎週火曜日、午前10時~正午、または午後1時~3時 ②6月6日から毎週火曜日、午後7時~9時 ③6月6日から毎週火曜日、午前10時~正午、または午後1時

③6月7日から毎週水曜日、午後7時20分~9時20分 場総合福祉センター

●申込方法 4月10日(月)(必着)までに、往復はがきに、希望クラス(①~④のいずれか)、住所(在勤の方は勤務先名と所在地も)、氏名(ふりがな)、生年月日、年齢、電話番号、Eメールアドレス、応募動機、③④は手話学習歴、返信用宛先を書いて、障害福祉課障害福祉第一係・内線1521へ

マイナンバーカードをつくりませんか

マイナンバーカードの申込対象となるマイナンバーカードの申請期限は、令和5年2月末日までに延長となりました。



申請お助けサービス

写真撮影からオンラインによる交付申請までを行う窓口を開設します。市民でなくても可(代理申請は不可)。ドコモショップ立川駅南口店と連携して行います。直接会場へ。 ●開設日 2月18日(土)・25日(土)・26日(日)(土曜日の午前中は混雑します。分散来庁にご協力ください) ●受付時間 午前9時~11時 午後1時30分~4時 ●場所 窓口サービスセンター(立川タクロス1階) ●持ち物 2次元コード付き交付申請書、本人確認書類(2点) ●お助けサービスに関する問い合わせ 窓口サービスセンター ☎(540)0020

交付臨時窓口

電子証明書の更新手続きも行えます。

●対象 マイナンバーカードを申請し、交付通知書が届いた方

▼開設日 3月5日(日)・11日(土)・18日(土)・26日(日) ●受付時間 午前9時~11時 午後1時30分~4時 ●場所 市民課(市役所1階14番窓口。西玄関からお入りください) ●持ち物 交付通知書、本人確認書類(2点)、通知カードほか。代理での受け取り希望の方は事前にお問い合わせください ●申込方法 個人番号カード窓口予約システム(下2次元コードからアクセス)から申し込んでください。

●国民健康保険被保険者のうち、ジェネリック医薬品を利用することで自己負担額の軽減が見込まれる方に「ジェネリック医薬品に関するお知らせ」を郵送しました



わしい遠藤良子さん。参加者の意見交換も。直接会場へ ☎2月25日(土)午後2時~4時30分 場柴中会公会堂(柴崎町3-9) ☎40人(先着順) ☎箱石さん ☎090(4960)3027 ●日本を歌い継ぐコンサート 立川イタリア歌劇団が主催。「故郷」「冬景色」などの童謡唱歌から「津軽海峡・冬景色」「愛燦燦」などの歌謡曲まで、解説しながら歌い継いでいきます(時2月25日(土)午後2時開演 場女性総合センター1階ホール ☎1,000円 ☎100人(申込順) ☎酒井さん ☎080(8728)3721 ●ボーイスカウト・ガールスカウト募集の説明会 立川市ボーイ・ガールスカウト育成会が主催。ボーイスカウト・ガールスカウト活動に興味のある方や入団希望者に、活動内容を案内し、希望者には入団案内を行います。直接会場へ ☎小学校入学1年前の子ども~高校生世代の方と保護者 ☎2月26日(日) 午後1時30分から 午後2時から 午後2時30分から 場女性総合センター5階作業室 ☎高橋さん ☎(525)3687

会員募集

●新生MBC(ミニバスケットボールクラブ) バスケットボールの技術向上はもちろん、団体競技における協調性や仲間への思いやり、自ら考えて行動できる主体性を育てます ☎小学生 ☎男女合同 = 毎週火曜日、午後4時30分~6時50分 ☎男子 = 毎週木曜日、午後4時30分~7時20分 ☎女子 = 毎週金曜日、午後4時30分~6時50分 ☎男女合同 = 毎週土曜日、午前9時~正午(または午後1時30分~6時) 場新生小、たまがわ・みらいパークほか ☎2,000円(ほかにユニフォーム代、保険料として年間6,800円) ☎菊地さん ☎shinseimbcb@gmail.com ●シルバージャズダンスクラブ ダンスは心と体を自然と弾ませ、あなたの感性を呼び起こします。観ているだけではなく、一緒に踊ってみませんか ☎50歳以上の方 ☎毎週水曜日、午前10時~正午 場子ども未来センター ☎3,000円 ☎6人程度(申込順) ☎久保田さん ☎(529)6069へ

●立川市民オペラ2023歌劇「カヴァレリア・ルスティカーナ」 立川市民オペラの会が主催。立川市民オペラ合唱団が出演します。作品の中で重要な役どころとして、殺人事件が起きてしまうとは思えない、のどかなシチリアの村の敬虔な村人たちの日常を歌い演じます ☎小学生以上の方 ☎3月18日(土)午後4時開演 ☎3月19日(日)午後2時開演 場たましんRISURUホール大ホール ☎3,000~6,000円 ☎1,202人(申込順) ☎たましんRISURUホール ☎(526)1311 ●ジュニア水泳教室 立川市水泳協会が主催 ☎4月に小学1年・2年生になる初心者 ☎4月から毎週火曜日 ☎4月から毎週金曜日、いずれも午後4時~5時 場泉市民体育館プール ☎1,000円(ほかにスポーツ保険料800円) ☎3,000円 ☎各30人(抽選) ☎2月17日(金)(必着)までに、往復はがきに住所、氏名、性別、新学年、電話番号、希望曜日、返信用宛先を書いて立川市水泳協会(〒190-0003柴町6-25-21-108) ☎(519)4115へ(月曜日の午前10時~午後3時のみ)

伝言板

市民

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もできます。

まちのお知らせ

●第12回立川フォトサークル四季 写真展「風景讃歌」 四季の美しさを撮りためた写真を展示します。直接会場へ(時2月27日(月)~3月5日(日)、午前10時~午後6時(初日は午後1時から、最終日は午後5時まで) 場女性総合センター1階ギャラリー ☎黒須さん ☎090(1614)0528 ●知的障がい者と配偶者の講演会 知的障がい者と配偶者・当事者の会が主催。知的障がい者の箱石美保さんと配偶者で車いす生活者の箱石強さんの実経験から、より良い家族関係を考えます。司会は女性問題や福祉問題に

健康

特定健康診査～今年度未受診の方は忘れずに

国民健康保険に加入している40歳以上の方、後期高齢者医療制度に加入している方、生活保護などの無保険の方を対象に特定健康診査を実施しています。対象の方には受診券などを令和4年5月上旬に送付しました。生活習慣病の予防と早期発見のため、年度に一度忘れずに受診しましょう。なお、40歳以上で令和4年4月1日以降に勤務先の社会保険などから、立川市国民健康保険や後期高齢者医療制度に移行した方は、特定健康診査を受けられる場合があります。くわしくはお問い合わせください健康推進課予防健診係 ☎(527)3272

尿検査を受けましょう

健診を受ける機会がある方は、ぜひ尿検査を受けてください。尿検査では腎臓の状態などさまざまなことがわかります。また、市ホームページ(下2次元コードからもアクセス可)に、現場医師の尿検査についてのコラムを掲載しています。



ラフ&タフ体操教室「カラダも気持ちもスッキリ体爽！」

運動が苦手な方や膝が痛い方でもできるストレッチやリズム体操です。次の要件を満たす市民の方▷4月1日現在で40歳～64歳▷これまでの参加が3回まで(初めての方を優先) ☎4月～9月の原則月3回の①火曜日、午後1時30分～3時②水曜日、午前9時30分～11時(いずれも全18回。全日程は市ホームページをご覧ください) 立川競輪場各20人(抽選) ☎2月10日(金)～3月17日(金)(必着)に電話、電子申請、またははがきに「ラフ&タフ体操教室希望」、希望の番号(第2希望まで)、住所、氏名、生年月日、電話番号を書いて健康推進課保健事業係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内) ☎(527)3272へ。抽選結果は3月下旬にお知らせします

歯科講座「おやこ de カイゼン! 歯並びのために今、できること」

生活習慣と関わりがある歯並びやかみ合わせについて、矯正歯科専門医から学びます ☎市民の方 ☎3月3日(金)午前10時～11時30分 健康会館 歯科医師・山下道也さん ☎20人(申込順) ☎12人(4か月～学齢前) ☎2月10日(金)から電話か電子申請で健康推進課保健事業係 ☎(527)3272へ

メンタルヘルス教室「音楽で伝えあう、人と人のつながり」

音楽を通して、こころの健康を保つコツや、人とのコミュニケーションの取り方を学びます。音楽について語り合い、音で気持ちを伝えあうワークも ☎市民の方 ☎3月11日(土)午前9時45分～11時45分 女性総合センター1階健康サロン 国立音楽大学准教授・三宅博子さん ☎30人(申込順) ☎2月10日(金)から電話または電子申請で健康推進課保健事業係 ☎(527)3272へ

羽衣町健康フェア

骨密度測定、健康相談、介護予防相談など。直接会場へ。駐車場はありません ☎2月26日(日)午前9時45分～正午(受け付けは午前11時30分まで) 羽衣中央会館 上履き 健康推進課地域支援係 ☎(527)3632

休日・夜間診療

- 事前に連絡の上、保険証を持参してお越しください。
- 新型コロナウイルス感染症に関する診療や検査等は行いません。

休日急患診療所(内科・小児科)

健康会館1階 ☎(526)2004
▷日曜日・祝日=午前9時～午後8時45分(受付時間)

歯科休日応急診療所

健康会館2階 ☎(527)1900
▷日曜日・祝日=午前9時～午後4時45分(受付時間)

立川市・立川病院 小児科救急室

立川病院内 ☎(523)2677
▷月曜～金曜日(祝日を除く)=午後7時30分～10時(受付時間)

24時間電話案内
医療機関案内「ひまわり」 ☎03(5272)0303
救急相談センター ☎(521)2323
携帯電話・プッシュ回線からは ☎#7119も利用できます。

子ども・子育て

子育てをパートナーと、ともに楽しむために

保育士と遊ぶ子どもの姿を見ながら、育児をより楽しむ方法を学びます ☎妊娠中の方と配偶者、2歳以下の子ども1人と両親 ☎3月18日(土)午前10時～11時30分 砂川学習館 埼玉医科大学短期大学准教授・内田貴峰さん ☎8組(抽選) ☎3月9日(木)までに子育て推進課子育てひろば係 ☎(528)4335へ

子育て応援ブック「Hi ちーず」をご活用ください

子育てに関する不安・悩みの相談先や、支援情報、関係施設の地図情報をまとめた冊子を配布しています▶配布場所は子ども未来センター、市役所1階(子育て推進課、保育課、市民課)、窓口サービスセンター、健康会館、女性総合センター、各連絡所、各子育てひろば、各図書館、各地域学習館、市内保育施設・幼稚園 ☎子ども家庭支援センター ☎(528)6871



シリーズ発達障がい

いずれも 柴崎学習館 ☎若干名(1歳～学齢前) ☎2月10日(金)から柴崎学習館 ☎(524)2773へ
●からだの力、子どもの力を考えてみよう 発達に凸凹があるお子さんの支援について考えます(子どもの同伴可) ☎3月4日(土)午前10時～正午 療育整体院長・松島真一さん ☎30人(申込順)
●ママの立場で 発達に凸凹がある子の幼児から中学までの子育てと私らしさに出逢うまでのお話と座談会 ☎3月15日(水)午前10時～正午 発達ファシリテーター・河村麻理子さん ☎15人(申込順)

いれたち交流会「わ! わ! わ! たちかわ」

子育て関連団体と個人や行政などが交流しながら、地域で子育ての「あったらいいな、こんなもの」「やってみたいた、あんなこと」という想いを共有・発表するワークショップを開催します。3年ぶりに対面で行います。子育て・いれたちたちかわり実行委員会と共催 ☎子ども・子育て支援団体、子育て中の方 ☎3月5日(日)午後2時～4時 市役所2階208・209会議室 ☎申込フォーム(下2次元コードからアクセス可)で、いれたち事務局へ ☎子ども家庭支援センター ☎(528)6871



いちごクラブplus

身長・体重測定。希望者は足形スタンプも ☎市内在住の0歳～1歳6か月の子供と保護者 ☎3月1日(水)午後0時30分～2時 子ども未来センター ☎24組(申込順) ☎2月11日(土)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ

ホースセラピー

リトルホース2頭と触れ合えます ☎市内在住の未就学児と保護者 ☎3月9日(木)午後2時30分～3時30分 子ども未来センター ☎28組(申込順) ☎2月11日(土)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ



ヨガ教室

いずれも 子ども未来センター ☎ヨガイストラクター・愛さん ☎2月22日(水)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ
●ベビーちゃんと一緒にパピママヨガ ☎市内在住の令和4年9月18日以降生まれの乳児(第1子に限る)と両親 ☎3月18日(土)午後1時30分～2時15分 ☎6組(申込順)
●Happyマタニティヨガ ☎市内在住の妊娠16週以上の方(子どもの同伴不可) ☎3月18日(土)午後2時45分～3時30分 ☎8人(申込順)

健康 Q & A 584

Q フッ素は歯によいと聞きますが、どんな効果がありますか?

A フッ素(フッ化物)の適正な応用は、むし歯予防に有益であることが、科学的にも統計的にも実証されています。日本におけるむし歯予防のためのフッ素利用法には、歯の表面に作用する「局所応用」が主に行われています。局所応用はフッ素配合の歯磨き剤やフッ素洗口、フッ素塗布などです。フッ素の効果は大きく分けて2つあります。1つは、歯の質を強くする働きです。フッ素は、むし歯菌の働きを

抑制し、溶け出した歯の修復をするだけでなく、歯を酸に溶けにくい性質に変え、むし歯の抵抗力も高めてくれる効果があります。もう1つは、むし歯菌の活動を抑える働きです。むし歯菌になってしまうと菌が「酸」を作り出し、歯のエナメル質や象牙質を溶かしていきます。フッ素塗布により、むし歯菌の働きを弱め、酸を作り出すことができなくなり感染を抑えられます。
《立川市歯科医師会・福島直人》

健康日程表

- ①健康相談 個別予約制(1人30分)。電話で健康推進課へ。会場は健康会館
 - 保健・栄養相談 保健師・管理栄養士が相談に応じます
 - ▶受付日時=2月16日(木)午後1時20分～2時50分
 - 栄養相談 管理栄養士が相談に応じます
 - ▶受付日時=3月7日(火)午前9時20分～10時50分
- ②親と子の健康相談 個別予約制。電話で健康推進課へ
 - 健康会館=2月22日(水)
 - 砂川学習館=3月1日(水)
 - 健康会館=3月22日(水)
 - 西砂学習館=4月5日(水)
 - ▶受付時間=午前9時30分～10時45分
 - 保健師・助産師・心理相談員・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます
 - 2月22日、3月22日の午前10時～10時30分は、8～10か月児を対象とした離乳食後期教室を開催 ☎各12組(申込順)
- ③乳児(3～4か月児)・1歳6か月児・2歳児歯科・3歳児健康診査

健康診査は、該当月齢の翌月です。対象者には個別に通知します。通知の届いていない方は、お問い合わせください。集団健診のため、発熱や体調不良、感染症にかかっている場合はご遠慮ください。

各相談・健康診査の会場の駐車場は台数に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください ☎健康推進課① ☎(527)3272、②③ ☎(527)3234

催し

猫の譲渡相談会

直接会場へ時3月1日(水)午後1時30分～3時30分 場市役所1階多目的プラザ 固環境対策課環境推進係・内線2244

誰でもコンサート～ヴァイオリン演奏とお話

脳性まひのハンディを乗り越えた、奇跡のヴァイオリニスト・式町水晶さんの演奏とお話です時3月11日(土)午後2時～3時 場幸学習館定50人(申込順)申2月10日(金)から幸学習館☎(534)3076へ



国立音楽大学コンサート「早春の室内楽」

国立音楽大学と立川市の連携協力に関する協定の締結を記念して始まったコンサート。国立音楽大学教員による演奏とお話をお楽しみください。出演は、武田忠善さん、永峰高志さん、青木高志さん、内藤賢吾さん、阪田宏彰さん、久元祐子さん。曲目は、ブラームス「クラリネット五重奏曲」、シューマン「ピアノ五重奏曲」ほか時3月26日(日)午後3時開演場たましんRISURUホール大ホール費1,000円(高校生以下500円)申たましんRISURUホール☎(526)1311へ固立川市地域文化振興財団☎(526)1312

国立音楽大学アイムコンサート～安東京平と門下生有志によるユーフォニアムコンサートVol.2

国立音楽大学と札幌大谷大学の有志による大学交流コンサート。曲目は新井秀昇「フェスティバル・プレリュード」、ウーバー「エキシビジョンズ」ほか。前売り券はたましんRISURUホールで、当日券は午後6時30分から会場販売。小学生以上の方時3月6日(月)午後7時開演場女性総合センター1階ホール費1,000円(全席自由席)申たましんRISURUホール☎(526)1311へ



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。いずれも場子ども未来センター ●森のポケット おはなし会 時2月18日(土)午後2時～3時固おはなし会森のポケット☎090(8052)0340 ●ポッコリンとつってあそぼう!～みんなでつるしびなをつくろう 時2月19日(日)午前10時～11時30分費500円(材料代)固ポッコリン☎070(6468)8602 ●ノルディックウォークで足腰げんき講座 固18歳以上の方時2月19日(日)午前10時15分～11時30分費500円(参加費。ボールのレンタルは

別途500円)固エンジョイノルディックウォーク倶楽部TOKYO☎090(1468)8896 ●視覚障害者と楽しく学ぼう 時3月18日(土)午前10時～11時30分固あそぼう会☎080(5530)8243

第4回「立川の農」写真コンテスト展示会



市長賞「大きなジャガイモ見つけられるかな」1hime2taro_mamaさん

立川農業の魅力発信を目的として実施した「立川の農」写真コンテストの応募作品を展示します。直接会場へ時・場>2月9日(木)～16日(木)、20日(月)・21日(火)、午前9時～午後5時(2月16日(木)は正午まで。土曜・日曜日、祝日を除く)=市役所1階多目的プラザ>2月24日(金)～3月9日(木)、午前8時30分～午後8時(土曜・日曜日は午後5時まで)=窓口サービスセンター多目的スペース固産業振興課農業振興係・内線2649

若者と企業の交流会 in 立川

さまざまな業界4社のブースを回り、気軽に質問できます固おおむね29歳以下の方(学生も参加可)時2月25日(土)正午～午後4時10分場東京しごとセンター多摩(柴崎町3-9-2)定30人(申込順)申東京しごとセンター多摩☎(526)4510へ固市産業振興課商工振興係・内線2645

うどの即売会と野菜の直売会

市内で収穫され、品評会に出品されたうどを展示・即売します。立川産野菜の直売も。直接会場へ時2月17日(金)午前11時から場市役所1階多目的プラザ固産業振興課農業振興係・内線2650



子ども地域懇談会「子育て支援と地域の居場所」

未就学児の子育て支援等を行っている至誠こどもセンターでの実践を聞き、何ができるかを考えます。オンライン会議ツール「Zoom」でも参加できます固子ども・若者を対象とした支援や活動をしている方ほか時3月2日(木)

午後6時30分～8時場総合福祉センター至誠こどもセンター所長・島田美喜さん定会場=30人>オンライン=100人(いずれも申込順)申立川市社会福祉協議会地域福祉コーディネーター☎(540)0205へ

シニア

メイクアップ教室

60歳以上の女性の方が、いきいきとした生活を送り元気に活動できるよう、メイクアップを学びます。立川市シルバー人材センターが主催、市男女平等参画課が共催固60歳以上の市民の方時3月10日(金)午後1時30分～3時場女性総合センター5階第3学習室定30人(申込順)申2月14日(火)午前9時からシルバー人材センター☎(527)2204へ

北欧生まれのニュースポーツ「モルック」

ルールを学んでゲームを楽しみましょう固58歳以上の市民の方時3月3日・10日の金曜日、午前10時～正午(全2回)場一番福祉会館日本ユニバーサルモルック協会会長・山口順さん定20人(申込順)固動きやすい服装、飲み物申2月10日(金)から一番福祉会館☎(531)2945へ

スポーツ

市民体育大会の結果

個人はいずれも優勝(敬称略)。 ●吹き矢(オープンの部) ▶3種競技総合得点=深野正和▶競技的=有松三枝子▶ネイル式レクリエーション的=渡辺喜代司▶ビンゴ的=篠原啓二 ●卓球(地区対抗の部) ▶優勝=柏町体育会▶準優勝=砂川体育会▶第3位=幸町体育会 ●バレーボール男子(地区対抗の部) ▶優勝=砂川体育会▶準優勝=幸町体育会▶第3位=羽衣町体育会 ●テニス(地区対抗の部) ▶優勝=錦町体育会▶準優勝=砂川体育会▶第3位=栄町体育会 ●バレーボール中学生女子(オープンの部) ▶優勝=三中▶準優勝=五中▶第3位=九中 固立川市体育協会☎(534)1483

市公式ツイッターのご利用を

@tachikawa_tokyo

固広報課・内線2744

第37回 みんなの錦まつり

いずれも場錦学習館。申マークの催しは、2月10日(金)から同館☎(527)6743へ(申込順)。そのほかは直接会場へ。

作品展	内容	日時
	同館で活動するサークルの皆さんの作品を展示します。陶芸作品などの実費頒布も行います。	3月3日(金)～5日(日)、午前10時～午後4時(3日は正午から、5日は午後3時まで)
公開教室・体験教室	内容	日時、定員など
	申カラオケレッスン	公開教室時3月2日・16日の木曜日、午後1時30分～2時定5人
	茶道	お点前の披露時3月5日(日)午前10時30分～午後2時30分
	太極拳	時3月6日・20日の月曜日、午前10時～11時固運動ができる服装、室内用運動靴、飲み物
	申ストレッチ体操とリズム体操	時3月7日・14日の火曜日、午前10時～11時15分定5人持バスタオル、レッグウォーマー(お持ちの方)、飲み物
	ミニテニス教室	時3月8日(水)午前10時～11時30分固運動ができる服装、室内用運動靴、飲み物
	パソコン教室	公開教室時3月7日(火)・21日(火・祝)、午前9時～正午
	パソコン相談室	時3月7日(火)・21日(火・祝)、午後1時～3時固パソコン(お持ちの方)
	健康体操	時3月8日・22日の水曜日、午後1時30分～3時固動きやすい服装、室内用運動靴
	ダンスレッスン	時3月9日・23日の木曜日、午後2時～3時30分固ダンスシューズ
	ヨガ教室(女性)	時3月10日・17日の金曜日、午前10時15分～正午固動きやすい服装、ヨガマット(バスタオル)
	十文字自彊術	自彊術のポーズを基本から習得時3月10日(金)午後2時～3時30分
	申コーラス体験	発声練習、合唱時3月10日・24日の金曜日、午後2時～4時定各10人
	申傾聴ボランティア講座	会員による体験談等時3月11日(土)午後1時30分～3時30分定15人
	申俳句	時3月14日(火)▶公開講座=午前10時～正午▶公開句会=午後1時30分～4時30分定10人(公開講座のみ)
	リズム体操	時3月25日(土)午前9時30分～11時固動きやすい服装、室内用運動靴、飲み物
	社交ダンス	公開教室時3月25日(土)午後1時30分～3時

たちかわ創造舎

Tachikawa Culture Factory

イベント紹介

場たちかわ創造舎 固(595)6347 HP「たちかわ創造舎」で検索

●イギリス製の折りたたみ自転車・ブロンプトンのファン・ミーティング ブロンプトンの愛好者が集うミーティング。情報交換や写真撮影など、参加者同士の交流が楽しめます。直接会場へ時3月11日(土)午前10時～正午固e brompton.in.palace@gmail.com

●たちかわサイクルサッカークラブ見学・試乗 サッカーに似た室内自転車競技・サイクルサッカーの競技見学・試乗を受け付けています固毎週木曜・日曜日、午後6時～9時申「たちかわサイクルサッカークラブ」のホームページの申込フォームから申し込んでください

お知らせ

「たちかわし環境ブック2022」を発行

環境測定データや市の環境状況、立川市クリーンセンターたちむにいを取り上げた特集、市民団体、事業者、学校などの活動紹介を盛り込んだ冊子です。市環境対策課(市役所2階79番窓口)で配布するほか、市ホームページ、市政情報コーナー(市役所3階)、各図書館でご覧になれます。環境対策課環境推進係・内線2243

国民年金保険料のお得な納付方法

国民年金保険料は、まとめて前払いすると割引になる前納制度があり、口座振替、現金、クレジットカードで納付できます。なお、口座振替で前納すると現金やクレジットカード納付よりも割引額が多くなります。4月以降に口座振替やクレジットカード納付で、2年前納、1年前納、6か月前納を希望する方は2月28日(火)までに手続きが終わっている必要があります。くわしくは「日本年金機構」のホームページ

をご覧くださいか、お問い合わせください。日本年金機構立川年金事務所 ☎(523)0352

全国瞬時警報システム(J-ALERT)で訓練放送を行います

市は、「全国瞬時警報システム(J-ALERT)」を運用しています。2月15日(水)午前11時ごろ、市内82か所の防災行政無線のスピーカーから、全国一斉情報伝達訓練の放送が流れます。万が一に備えた訓練放送の実施に、ご理解をお願いします。防災課・内線2535



市営葬儀の基礎知識について説明します

立川市斎場指定管理者のシルバー人材センターが市営葬儀の基礎知識について個別に説明します。①2月21日(火)▷午後2時から▷午後3時から②2月24日(金)▷午後2時から▷午後3時から。①幸学習館②柴崎学習館。定各2組(申込順)。☎立川市斎場 ☎(524)1998へ

第29回たちかわアートギャラリー展作品募集

5月20日(土)~28日(日)に開催する市民のための絵画展で展示する作品を募集します。くわしくは市役所(1階総合案内)、各地域学習館などで配布している募集要項をご覧ください。市内在住・在勤・在学、または市内で絵画活動をしているおおむね16歳以上の方。☎3月31日(金)(消印有効)までに、申込用紙を、直接、または郵送で立川市地域文化振興財団「アートギャラリー展」係(〒190-0022 錦町3-3-20 たましんRISURUホール2階) ☎(526)1312へ

外国人学校に通う児童・生徒の保護者に補助金を交付

公立の小・中学校に相当する外国人学校に通学している児童・生徒の保護者の方に、補助金を交付します。補助金は、児童・生徒1人につき月額2,000円▷対象=市内に住所があり、住民基本台帳に登録されている外国人の方で、児童・生徒の授業料などを負担している保護者▷申し込み=市民協働課多文化共生係・内線2632へ

Subsidies for Parents/Guardians of Children Enrolled in International Schools

Tachikawa City Hall offers subsidies to parents or guardians whose children are enrolled in international schools (Equivalent to Japanese elementary school or junior high school student). Subsidy Amount: 2,000 yen per month per child.

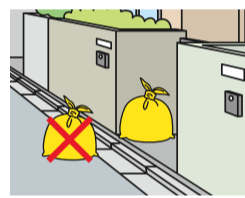
Eligibility Parents/guardians who are Tachikawa city residents: listed on the Basic Resident Registration and who bear the cost of school tuition and fees for their children **Inquiry** Civic Collaboration Department, Multicultural Division, Ext: 2632

資源とごみの臨時相談窓口

資源とごみに関する疑問や相談にお答えします。☎▷2月16日(木)=一番福祉会館▷2月17日(金)=曙福祉会館▷2月20日(月)=柴崎福祉会館▷2月21日(火)=幸福社会館、いずれも午前10時~午後3時(正午~午後1時を除く) ☎ごみ対策課・内線6754

道路に資源やごみを出さないで!

ごみは道路に面した敷地内に出してください。道路上に出されたごみは、景観を損ね、事故やけがの原因になることがあります。ごみを道路に出さないよう、お願いします。☎ごみ対策課・内線6751



たちかわ競輪開催日

- 岸和田FI*=2月9日~11日 ●静岡記念*=2月9日~12日 ●立川FIガールズ=2月13日~15日 ●GI・高知全日本選抜*=2月23日~26日 ●別府FI*=2月24日~26日
- *は場外発売

開催案内・レース結果 ☎0180(994)223~5

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月曜日	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	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	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	男女平等参画係 ☎(528)6801	

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)		生活福祉課 ☎(529)8319
☎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	9:00~17:00		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			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				



「結婚記念日の夕焼け」 ペンネーム かぶきちさん

仕事終わりにふと顔を上げると、きれいな夕焼けが広がっていました。夕焼けが結婚記念日をお祝いしてくれているようで、思わず写真を撮って妻に報告してしまいました。

学びを深める冬

★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。
♡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。

気軽に学べる認知症予防講座

認知症、若年性認知症の基礎知識、認知症予防について学び、予防体操も行います。時3月4日(土)午前10時～11時30分。場西砂学習館。師北部西かみすな地域包括支援センターの皆さん。定30人(申込順)。保若干名(1歳～学齢前)。持筆記用具。申2月10日(金)から西砂学習館。☎(531)0431へ

パソコンスキルアップ講座 「パワーポイントでチラシ作成」

パワーポイントで、オリジナルのチラシを作ります。対文字入力ができる方。時3月7日(火)・8日(水)、午前10時～正午(全2回)。場西砂学習館。師西砂パソコン倶楽部の皆さん。費1,000円(テキスト代)。定10人(申込順)。保若干名(1歳～学齢前)。持パソコン(PowerPoint2013以降)、筆記用具、マウス(お持ちの方)。申2月10日(金)から西砂学習館。☎(531)0431へ



すぐできる!かんたん椅子体操

デスクワーカーや子育て中の方、高齢者、運動初心者など、皆さんにお勧めです。時3月2日(木)午後1時30分～3時。場砂川学習館



師運動指導者・進藤静子さん。定25人(申込順)。持動きやすい服装、運動靴、汗拭きタオル、飲み物。保若干名(1歳～学齢前)。申2月10日(金)から砂川学習館。☎(535)5959へ

パートの働き方を変える「100万円の壁」について学ぼう!

パートで働くときに気になるのが「103万円の壁」や「130万円の壁」などの年収によって税金や社会保険の負担が変わる「年収の壁」です。これをきちんと学ぶことで、家計のためになる働き方やライフプランにあった働き方を選択できるようになります。企画・運営は、えふびーたちかわ。時3月19日(日)午後2時～3時30分。場女性総合センター5階第3学習室。師ファイナンシャルプランナー・豊原哲彦さん。定20人(申込順)。保5人程度(1歳～学齢前)。申2月10日(金)から男女平等参画課。☎(528)6801へ

ふくだとしお(accototo)さんの「えほんとわたし」

たちかわ電子図書館で大人気の絵本「ポポくん」シリーズの作者であるふくだとしおさんから、絵本の作り方や作る際の思いなどを聞きます。時3月4日(土)午後2時～4時。場中央図書館4階会議室。定40人(申込順)。申2月15日(水)から中央図書館。☎(528)6800へ

東京女子体育大学公開講座

●小・中学生講座「陸上競技」 師小・中学生。時3月21日(火・祝)午後2時～4時。場東京女子体育大学(国立市)。師同大学教授・櫻田淳也さん、志賀充さん、同大学准教授・佐々木大志さん、丸尾祐矢さん。費200円(傷害保険料)。定50人。*申講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、学年、性別、電話番号を、はがき、ファクス、Eメールで同大学地域交流センター(〒186-8668住所記入不要)。☎(572)4324。Fax(572)4317。e chiiki@twcpe.ac.jpへ。*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。師市生涯学習推進センター。☎(528)6872

春のヴォイスレッスン～昭和の演歌&ポップス

発声や呼吸の練習をした後、ピアノ伴奏にあわせて全員で歌い、上達のポイントやコツを学びます。企画・運営は生涯学習市民リーダーの会。時3月17日(金)午後1時30分～3時30分。場柴崎学習館。師声楽家・内田一行さん。費400円(参加費)。定30人(申込順)。持筆記用具。申2月20日(月)から柴崎学習館。☎(524)2773へ



市民交流クッキング「おいしい紅茶を一緒に」

紅茶の淹れ方を学び、料理をしながら交流します。時3月1日(水)午前10時～午後1時。場柴崎学習館。師紅茶インストラクター・大橋泰子さん。費1,000円(材料代)。定8人(申込順)。保若干名(1歳～学齢前)。持エプロン、三角巾、タオル。申2月10日(金)から柴崎学習館。☎(524)2773へ

近世文学入門講座

江戸時代の近世文学について、当時の流行や後世に与えた影響などを学びます。時3月18日(土)午後2時～4時。場高松学習館。師国文学研究資料館・木越俊介さん。定40人(申込順)。申2月10日(金)午前10時から高松図書館。☎(527)0015へ

市内文化財散歩「柴崎分水を歩く」

柴崎分水に沿って歩きながら分水の歴史を学びます。師小学生以上の市民の方(小学生は保護者同伴)。時3月19日(日)午前9時30分～正午ごろ(小雨実施)。場JR青梅線西立川駅改札前集合、柴崎市民体育館解散(約5km)。師立川市文化財保護審議会副会長・小坂克信さん。定15人(申込順)。持歩きやすい服装、雨具、帽子、飲み物、カメラ。申2月25日(土)から歴史民俗資料館。☎(525)0860へ

《広告欄》

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