

## 講座

♥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。

### 今からでも間に合う!世の中とお金のしくみを学びなおそう

さまざまな経歴の人に貯蓄・投資などの金融知識と、健康保険・年金などの生活設計の基礎知識を教える講座からお金のしくみを学びます  
時 9月5日(火)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  
師 ファイナンシャルプランナー・石森久雄さん  
定 30人(申込順) 保 5人程度(1歳～学齢前)  
申 8月10日(木)から生活安全課消費生活センター係 ☎(528)6801へ

### 防災講座「楽しく学ぼう!親子防災ワークショップ」

災害時、自宅が倒壊する等の危険性がない場合は、在宅避難をすることがあります。自宅を安全な場所とするための工夫、ライフラインが止まったときの対応等を親子でワークショップ形式で学びます。協力はNPO法人立川災害ボランティアネットワーク  
対 中学生以下の子どもと保護者  
時 9月23日(土)午前10時～正午  
場 女性総合センター5階第3学習室  
師 NPO法人ママプラグ理事・小暮裕美子さん  
定 30人(申込順) 保 5人(1歳～学齢前)  
申 8月10日(木)から男女平等参画課 ☎(528)6801へ

### 手打ちうどん作りと十五夜飾り

古民家園で収穫した小麦粉で「手打ちうどん作り」をします  
対 小学生以上の市民の方(小学生は保護者同伴)  
時 9月10日(日)午前10時～午後1時  
場 歴史民俗資料館  
師 立川民俗の会の皆さん  
費 500円(材料代。小学生は300円)  
定 20人(申込順)  
持 エプロン、バンダナまたはスカーフ、タオル  
申 8月10日(木)から歴史民俗資料館 ☎(525)0860へ

### 東京女子体育大学公開講座

いずれも場 東京女子体育大学(国立市)  
申 講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、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  
向 市生涯学習推進センター ☎(528)6872

●幼児講座「ベビトレヨガ・親子体操」  
発達段階に即した親子でできる簡単な運動遊びや、産後の体を整える運動  
対 生後2か月～3歳の子どもと保護者  
時 9月9日(土)午前10時30分～11時30分  
師 同大学講師・井上麻智子さん  
費 100円(傷害保険料)  
定 10組\*

●幼児講座「子どもと一緒に防災を学ぶ」  
クイズや体験  
対 4歳～7歳の子どもと保護者  
時 9月9日(土)午後2時～3時30分  
師 同大学准教授・村石理恵子さん  
費 500円(傷害保険料ほか)  
定 20組\*

●共通講座「シルバー世代のエクササイズ」  
椅子に座りながらの転倒予防運動、童謡を聞きながらのお手玉遊びや認知症予防ダンス  
対 65歳以上の方  
時 9月16日(土)午後1時～2時30分  
師 同大学元教員・和田春恵さん  
費 200円(傷害保険料)  
定 20人\*  
※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

### 景観セミナー

テーマは「景観がわかると世界が変わる?建物評価と建物景観評価、この違いわかります?」。建物景観について学びます  
時 11月10日(金)午後7時～9時  
場 女性総合センター1階ホール  
師 東京大学名誉教授・堀繁さん  
定 180人(申込順)  
申 11月9日(木)(必着)までに、氏名(ふりがな)、連絡先(電話、ファクス、Eメールのいずれか)、参加人数を、電話、または郵送、ファクス、Eメールで都市計画課都市総務係・内線2367  
Fax(522)9725  
E keikan0001@city.tachikawa.lg.jpへ

### 母の写真…そして愛 詩の朗読力を学ぶ

詩や歌詞を楽しく学び鑑賞します。企画・運営はチームいま好き  
時 9月9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  
師 コミュニケーションスキルアップ講師・伊藤眞理子さん  
定 30人(申込順) 保 5人(1歳～学齢前)  
申 8月10日(木)から男女平等参画課 ☎(528)6801へ

### 再就職を目指す女性のための職業訓練～Word・Excel基礎科

対 結婚、出産、育児、介護等で離職し、ハローワークで求職登録をしている方  
時 9月11日(月)～15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(2,200円)を購入して持参  
申 8月18日(金)(必着)までに申込書(「TOKYOはたらくネット」のホームページからダウンロード可)を、郵送で「再就職を目指す女性のための職業訓練(Word・Excel基礎科)事務局」(〒101-0065千代田区西神田1-3-15石福ビル6階大原出版株式会社内) ☎03(6261)7524  
向 市男女平等参画課 ☎(528)6801

### 市民企画講座スタッフ募集

たちかわ市民交流大学の講座の企画・運営や情報誌「きらり・たちかわ」の取材・編集などを行います。講座当日のお手伝いなど、気軽に参加できるサポーター制度もあります。くわしくは、各地域学習館、生涯学習推進センター(女性総合センター1階)で配布している案内書か、市ホームページ(下2次元コードからアクセス可)をご覧ください  
向 市民交流大学市民推進委員会事務局(生涯学習推進センター事務室内) ☎(528)6872



## 子ども・子育て

♥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。

### 親子で運動「かけっこ教室」

運動会に向けて、かけっこトレーニングを中心に親子で楽しく運動します  
対 5歳～小学2年生の子どもと保護者  
時 9月9日・16日の土曜日、午前10時～11時30分(全2回)  
場 錦学習館  
師 スポーツトレーナー・金城祐也さん  
定 10組(申込順)  
持 動きやすい服装、室内用運動靴、バスタオル(親子で1枚)、飲み物  
申 8月10日(木)から錦学習館 ☎(527)6743へ

### 子育てセミナー「自分らしい子育てをするためのワークショップ」

子育ての悩みや関心のあることを話し合いながら、自分にあった子育ての仕方を学びます。一人で悩まず、子育ての時期を楽しく過ごすヒントを一緒に見つけてみませんか  
対 1歳～3歳の子どもと母親  
時 9月7日～28日の木曜日、午前10時～正午(全4回)  
場 柴崎学習館  
定 10人(申込順。全回参加できる方を優先) 保 若干名(1歳～学齢前)  
申 8月10日(木)から柴崎学習館 ☎(524)2773へ

### ペアレントプログラム

子どもの発達を理解し、よりよいコミュニケーションがとれる、関わり方のコツを学びます  
対 おおむね4歳～10歳の子どもと保護者  
時 9月14日・28日、10月12日・26日、11月9日・30日、12月21日の木曜日、午前10時～正午(全7回)  
場 子ども未来センター  
師 ペアレントプログラムリーダー・中村ひとみさん  
定 8人(抽選) 保 8人程度(1歳～学齢前)  
申 8月10日(木)～9月1日(金)に子ども家庭支援センター ☎(528)6871へ

### 「スクラッチ」で絵を描こう

好きな色の上から黒く塗ったクレヨンで削って絵を描きます  
対 2歳～5歳の子どもと保護者  
時 9月9日(土)午後2時～3時  
場 上砂会館  
定 15組(申込順)  
申 8月10日(木)午前10時から上砂図書館 ☎(535)1531へ

### ベビーマッサージ～私のお産と育児・赤ちゃんとの生活を語り合おう

対 市内在住のハイハイするまでの乳児と母親  
時 9月8日(金)午前10時15分～11時30分  
場 錦学習館  
師 助産師・河房子さん  
費 100円(オイル代)  
定 6組(申込順)  
持 バスタオル  
申 8月10日(木)から錦学習館 ☎(527)6743へ

### バルシューレで遊ぼう!

バルシューレは、さまざまな球技を遊びながら学ぶドイツの運動教室です。親子でボール遊びを楽しみながら子どもの「できた」を育てましょう  
対 市内在住のあんよができる3歳未満の子どもと保護者  
時 9月5日(火)午前10時30分～11時15分  
場 子ども未来センター  
師 ボール運動指導師・岩田麻奈さん  
定 10組(申込順)  
申 8月12日(土)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。希望者は足形スタンプも。直接会場へ  
対 市内在住の0歳～1歳6か月の子どもと保護者  
時 9月6日(水)午後1時30分～3時  
場 子ども未来センター  
向 子育て支援事務室 ☎(529)8664

### 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。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 8月26日(土)午後1時～3時  
場 女性総合センター5階作業室  
向 生活安全課消費生活センター係 ☎(528)6801

### いろんなお仕事のぞいちゃおう!SORANO HOTEL編

①パティシエ(ケーキデコレーション、試食)②バーテンダー(ジュース等でカクテル作り、試飲)のどちらかの仕事体験などを行います  
対 小学3年生～6年生(保護者のお迎えが可能な方)  
時 9月13日(水)午後5時～6時30分  
場 SORANO HOTEL(緑町3-1)  
定 各10人(抽選)  
持 エプロン、タオル、筆記用具、飲み物  
申 8月22日(火)(必着)までに、はがき(1人につき1枚)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、学年、電話番号、食物アレルギーの有無、①②の希望(第1・第2希望)を書いて砂川学習館事務局「いろんなお仕事のぞいちゃおう!ソラノホテル編」係(〒190-0034西砂町6-12-10西砂学習館内) ☎(535)5959へ

### 作って遊ぼう!オカリナ

素焼きのプチオカリナに彩色し、演奏して持ち帰ります  
対 市内在住の未就学児と保護者  
時 9月1日・15日の金曜日、午後2時～2時45分(全2回)  
場 子ども未来センター  
師 オカリナ奏者・大森奈々さん  
費 800円(オカリナ代)  
定 10組(申込順)  
申 8月16日(水)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ