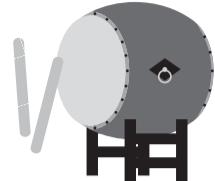




## シニア

## シニア世代のゆったり和太鼓

体力に自信がない人でも叩ける、やさしい和太鼓演奏体験を行います。企画・運営は、和太鼓・市の一对50歳以上の方時7月5日・19日、8月2日・30日、9月6日・20日の火曜日、午後6時30分~8時(全6回)場西砂学習館師和太鼓教室講師・岡部由美子さん定15人(申込順)申6月10日(金)から西砂学習館(531)0431へ



## 家でもできる!シニアの脳トレ!

ゲームや軽運動など、脳を活性化するトレーニングを楽しみながら行います対65歳以上の市民で、医師から運動を制限されていない方(平成28年度初参加の方に限ります)時7月11日(月)午後2時~3時30分場さかえ会館定20人(申込順)申6月10日(金)午前9時から北部東わかば地域包括支援センター(538)1221へ

## 認知症相談会

介護の悩み、認知症やちょっとしたもの忘れなど、気軽にご相談ください時6月28日(火)午前10時~正午場子ども未来センター定4組(申込順)申高齢福祉課介護予防推進係・内線1472へ

## 二十三夜サロン

今回のテーマは「介護者を支えたい!」。介護者を支える方法をみんなで考えましょう。直接会場へ時6月24日(金)午後6時~8時場ヴィラ・フェローホー

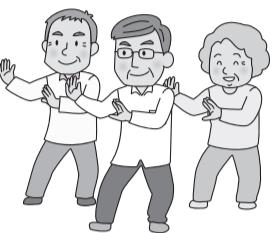
ムズ3階(富士見町2-36-43)問フェローホームズ富士見相談センター(526)1353

## 介護予防教室

いずれも対65歳以上の市民の方

●元気ハツラツ民謡教室 三味線、尺八に合わせて、お腹の底から大きな声を出して健康を保ちましょう。直接会場へ時6月13日(月)午後1時30分~3時30分場西砂会館集会室定15人(先着順)問にしむな福祉相談センター(531)5550

●太極拳でゆったりしっかり健康づくり 転びにくい体にするため、ゆったりとした動きで脚力の強化



を図ります時6月22日(水)午後2時~3時30分場柴崎学習館師立川市武術太極拳連盟・上條喜久子さん定25人(申込順)申南部西ふじみ地域包括支援センター(540)0311へ

●アクティブ体操 体力アップを目指します時①6月25日(土)午後1時30分~3時②7月6日(水)午後2時~3時30分(どちらかを選択)場高松学習館

定各25人(申込順)持動きやすい服装と靴、飲み物、タオル申6月10日(金)午前9時から中部たかまつ地域包括支援センター(540)2031へ

●お薬のお話 最近の薬事情、薬局との付き合い方について学びます時7月16日(土)午前10時~11時30分場女性総合センター師薬剤師・小林史弥さん定25人(申込順)申6月10日(金)からしき福祉相談センター(527)0321へ

## くらしの相談日程

市役所(523)2111

相談項目	相談日	時間	場所	連絡先
予法律相談 相続・金銭貸借等法律全般	第1~4月曜日	9:30~正午	市民相談室	
	第1・第4木曜日		女性総合センター・アイム5階	
	第2木曜日	13:30~16:30	たましんRISURUホール5階	
	第3木曜日		市民相談室	
予相続・登記・成年後見等	第1・3・4火曜日	13:30~16:30	市民相談係(528)4319	
予税務相談 所得税、相続税、贈与税等	第2・第4水曜日	13:30~16:25		
予家事相談 夫婦間、親子間、離婚問題等	第1~第4木曜日	9:20~正午		
	第1・第3火曜日			
予不動産相談 不動産の売買、賃貸借契約等	第2・第4水曜日	13:30~16:30		
予交通事故相談	第1水曜日	13:30~16:00		
予行政手続相談 在留資格・帰化、相続・遺言	第2火曜日	9:20~正午		
直犯罪被害者等支援相談		8:30~17:00 (正午~13:00を除く)		
直公益通報者保護相談 (外部通報窓口)	月曜~金曜日			
予人権悩みごと相談 不当な扱い、いやがらせ等	第1水曜日	9:30~11:45		
予行政相談 国等への苦情、要望等	第3水曜日			
直消費生活相談 契約トラブル、商品知識、架空請求、多重債務	月曜~金曜日 (第3木曜日は電話相談のみ)	9:00~16:00 (正午~13:00を除く)	消費生活センター(528)6810	
予カウンセリング相談	火・水・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・アイム5階	



## お知らせ

## 自宅のベランダでたい肥づくりにチャレンジ

「たい肥の素」と衣装ケースを使用して、家庭のベランダなどでたい肥づくりをする方を募集しています。「たい肥の素」は市内の家庭から出されたせん定枝を収集・処理したもので、申し込んだ方には、「たい肥の素」を自宅までお届けします申電話か、住所、氏名、世帯の人数、電話番号を書いてファックスまたはEメールで、ごみ対策課・内線6757 Fax(531)5800 egomitaisaku@city.tachikawa.lg.jpへ

や掲示物の掲示ができます。使用には申請書(市ホームページからダウンロード可)の提出が必要です。くわしくはお問い合わせいただか、市ホームページをご覧ください問福祉総務課地域福祉推進係・内線1491



## 官公署・その他

## 都立八王子盲学校の学校公開

授業公開、教育相談、体験コーナー等。直接会場へ時▶6月18日(土)午前9時~午後0時50分▶9月16日(金)午前9時30分~午後0時50分場都立八王子盲学校(八王子市台町3-19-22)問同校(042)(623)3278

## 都立多摩図書館移転に伴う休館

都立多摩図書館は、国分寺市泉町へ移転し、平成29年1月下旬に開館する予定です。移転に伴う休館と移転期間中の図書館サービスは、下記の通りです。くわしくは都立図書館のホームページhttp://www.library.metro.tokyo.jpをご覧ください。

●移転作業等のための休館 7月20日(水)~31日(日)、12月20日(火)~平成29年1月下旬(予定)

●移転期間中の図書館サービス 8月1日(月)~12月19日(月)は書庫内資料の利用など一部のサービスを休止問都立多摩図書館(524)7186

## たちかわ競輪開催日

- 6月13日~15日(デイリースポーツ杯)
- 6月16日~19日(高松宮記念杯(名古屋)を場外発売)
- 6月20日~22日(取手FI(関東カップ)を場外発売)

開催案内・レース結果 (0180)(994)223~5

●=予約制 直=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
総合福祉センターでの各種相談	予成年後見相談	第2土曜日	13:00~16:00 総合福祉センター	地域あんしんセンターたちかわ(529)8319
	予法律相談	第3土曜日		社会福祉協議会(529)8300
	予相続相談	第2・第4火曜日		社会福祉協議会(529)8426
	予生活設計相談	第3火曜日		くらし・しごとサポートセンター(503)4308
	直□アルコール相談	第2・第4水曜日		立川麦の会(563)4569
	直□ふれあい相談	木曜日		子ども家庭支援センター(529)8566
	直□くらしや仕事の相談	月曜~金曜日		子ども家庭相談係(528)6871
子ども未来センターでの各種相談	予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)	9:30~16:30	発達支援係(529)8586
	予直□女性相談		8:30~17:00 (正午~13:00を除く)	教育支援課相談係(527)6171
	予直□母子相談	月曜~金曜日		子育てひろば担当(528)4335
	ひとり親家庭の相談			在日在外留学生生活人格活等(527)0310
	予直□子ども総合相談受付	月曜~土曜日	9:00~17:00	たちかわ多文化共生センター(527)0310
	どこに相談したらいいか分からない子どもに関する相談			
	予直□子育て家庭の相談	月曜~土曜日		
直□発達相談	子育て家庭への支援の相談			
	予直□発達相談	月曜~金曜日		
	子どもの発達が気になるとき			
	予直□教育・就学相談	月曜~土曜日(就学相談は第2土曜日のみ)		
	学校や家庭での悩み・就学相談			
	予育てひろば直□乳幼児期の相談	月曜~金曜日	10:00~正午(一部午後あり)	
	中国語	第1・第4土曜日		
直□在日在外留学生生活人格活等	英語・ポルトガル語	第2土曜日	13:00~16:00	
	英語	第3・第5土曜日		
	第1土曜日は行政書士と生活相談員、第2・第3土曜日は行政書士、第4・第5土曜日は生活相談員が対応			