

## シニア

### 元気ハツラツ民謡教室

生演奏の尺八、三味線にあわせておなかの底から声を出して歌います。65歳以上の市民の方。1月21日(火)午後1時30分～3時30分。西砂会館。30人(申込順)。にしな福祉相談センター ☎(531)5550へ

### 出張 暮らしの保健室

看護師等が個別に健康相談に応じます。直接会場へ。2月1日(土)午前10時～11時。多摩川団地集会所(富士見町6-50-15)。高齢福祉課介護予防推進係・内線1471

### 楽しく元気を目指せ健康づくり

ストレッチやリズム運動をします。60歳以上の市民の方。①2月7日(金)②3月13日(金)、いずれも午後1時30分～3時30分。①一番福祉会館②柴崎福祉会館。東京女子体育大学学長・浅見美弥子さんほか。①20人②25人(申込順)。持ち運びやすい服装、タオル、飲み物。1月10日(金)から①一番福祉会館 ☎(531)2945②柴崎福祉会館 ☎(523)4012へ

### 高齢者あんしん見守り機器の設置を助成します

あんしん見守り機器は、高齢者の緊急事態の際に、あらかじめ登録した別居所の家族などに知らせる機器です。市登録機器の取扱業者と契約した際、申請すると、取付等にかかる費用の一

部を助成します。70歳以上の一人暮らしの方、または緊急事態に適切な対応が困難な要介護状態の方を含む70歳以上の高齢者世帯の方。高齢福祉課高齢者事業係・内線1475

### たちかわ健康体操お届け便

体操の体験会です。時・場下表のとおり。動きやすい服装、飲み物、タオル。いずれも前日までに、電話、または希望会場、氏名、電話番号を書いてファクスで立川市社会福祉協議会地域づくり係 ☎(540)0200 Fax(529)8714へ

日時	会場
2月4日(火) 午前10時～11時30分	子ども未来センター
2月13日(木) 午前10時～11時30分	東京西サトー 製品販売(株)〔富士見町1-3-14〕
2月14日(金) 午後1時30分～3時	アーバンライフ立川 (曙町2-42-23)
2月17日(月) 午前10時～11時30分	江の島住宅集会所 (栄町6-17-1)
2月18日(火) 午前10時～11時30分	シルバーピア都営 柏町(柏町1-12-11号棟)
2月19日(水) 午前10時～11時30分	西砂学習館
2月28日(金) 午前10時～11時30分	そんぼの家5武蔵砂川(上砂町3-20-1)

## 官公署・その他

### 保育士就職支援研修・相談会

研修会は先輩保育士の体験談などを聞きます。相談会は人事担当者と話

ができます。保育士の資格をお持ちの方、資格取得見込みの方。2月15日(土)研修会=午前10時～午後2時30分。相談会=午後2時30分～4時。南町スポーツ・文化交流センターきらっと(西東京市南町5-6-5)。定100人(申込順)。保6人程度(満1歳～学齢前)。申「東京都保育人材・保育所支援センター」のホームページからお申し込みください。都保育人材・保育所支援センター ☎03(5211)2912

### 「みんなでいっしょに自然の電気」キャンペーン

都は、太陽光や風力などの自然を活用した電気をお得に利用できるキャンペーンを行っています。応募締め切りは1月21日(火)。くわしくは「みんなでいっしょに自然の電気」のホームページをご覧ください。同キャンペーン事務局コールセンター ☎0120(257)100

### 自衛官・予備自衛官補募集

自衛官候補生▷対象=令和2年7月31日現在で18歳以上32歳未満の方▷試験=2月2日(日)・16日(日)・29日(土)、3月8日(日)▷予備自衛官補▷対象(一般)=18歳以上34歳未満の方▷対象(技能)=18歳以上で国家免許資格等を有する方(資格により53歳未満～55歳未満の方が対象)東京都地方協力本部立川出張所 ☎(524)0538

### たちかわ競輪開催日

●1月16日～19日(大宮記念を場外発売)●1月20日～21日(京都向日町F Iを場外発売)●1月22日(防府F Iを場外発売)●1月23日～24日(いわき平記念、防府F Iを併売)

開催案内・レース結果 ☎0180(994)223～5

## 立川競輪 de 運動会

# プロの競輪選手と春の立川バンクを楽しもう!

立川競輪場のバンクを自転車で走って、周回練習やタイムトライアル、速度競争を行います。ほかにも、競輪選手のデモレース、宿舎の見学や1着当てクイズ等も。費用、申込方法等くわしくは「立川競輪場」のホームページをご覧ください。3月20日(金・祝)午前9時～午後5時。立川競輪場。事業課(立川競輪場内) ☎(524)1121

## 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・アイム5階	
	第2木曜日		たましんRISU RU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	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 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	女性総合センター・アイム5階	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

\*1月のみ、市民相談室の交通事故相談は1月15日(水)に行います。

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
	☎相続相談	第2・第4火曜日		
	☎法律相談	第3土曜日		
	☎アルコール相談	第2・第4水曜日		
	☎くらしや仕事の相談	月曜～金曜日		
	☎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
			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	☎子ども総合相談受付 どこに相談したらいいかわからない子どもに関する相談	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 子育てで家庭への支援の相談	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			教育支援課相談係 ☎(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	子育てひろば(児童館ほか)	子育てひろば担当 ☎(528)4335
☎在留外国人相談	中国語	第1・第4土曜日	女性総合センター・アイム5階	たちかわ多文化共生センター ☎(527)0310
	英語・ポルトガル語	第2土曜日		
	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				