

シニア

認知症訪問相談

自分自身や家族の認知症・もの忘れなどに悩んでいる方のお宅を訪問し、相談に応じます。時3月22日(火)午前10時～正午 定1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

認知症の方を介護するご家族や認知症に興味のある方などが自由に語り合えるサロンです。今回のテーマは「何かと頼れる地域包括支援センター」。何をしているところ?という疑問に南部東はごろも地域包括支援センター職員が答えます。直接会場へ 時3月18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

地域体操クラブの参加者募集

身近な地域で、市民の皆さんが主体となって体操を行い、自立を目指す教室です。対65歳以上の市民で自力で会場まで通える方(地域健康づくりグループ支援事業との併用はできません) 時・場4月～9月、月3回～4回(4月のみ月2回程度)。くわしくは右上表参照 費1回250円で月謝制 申3月24日(木)(消印有効) までにはがきに「地域体操クラブ希望」、住所、氏名、生年月日、

電話番号、希望のクラスの番号(1～28から第1・第2・第3希望)を書いて、高齢福祉課へ 問高齢福祉課介護予防推進係・内線1471

地域体操クラブ4月～9月日程表			
場所(定員(抽選))	番号	曜日	時間
たまがわ・みらいパーク(各20人)	1	月	午前I
	2		午前II
	3	木	午後I
	4		午後II
柴崎会館(各20人)	5	月	午後I
	6		午後II
子ども未来センター(各20人)	7	月	午前I
	8		午前II
高松会館(各20人)	9	金	午前I
	10		午前II
幸福社会館(各25人)	11	火	午前I
	12		午前II
	13	水	午前I
	14		午前II
さかえ会館(各10人)	15	木	午前I
	16		午前II
こんぴら橋会館(各15人)	17	木	午前I
	18		午前II
こぶし会館(各20人)	19	月	午前I
	20		午前II
	21		午後I
天王橋会館(15人)	22	金	午前I
松中団地大集会所(一番町5-8-5)(各25人)	23	木	午前I
	24		午前II
	25		午後I
	26		午後II
西砂会館(各20人)	27	金	午前I
	28		午前II

▶午前I=午前9時30分～10時30分 ▶午前II=午前10時50分～11時50分 ▶午後I=午後1時15分～2時15分 ▶午後II=午後2時45分～3時45分
応募が少ないクラスは、他のクラスへの調整をする場合があります。

振り込め詐欺

大切な財産、知らない人には手渡さない

平成27年の市内での振り込め詐欺被害額は、平成26年よりも増加しており、1億円を超えました。不審な電話を受けたときは1人で悩まず、市や警察にご相談ください。

被害に遭わないためのポイント

- 「電話番号が変わった、かばんを置き忘れた、急に多額の現金が必要だ」という内容の電話は振り込め詐欺だと疑いましょう。
 - 電話の声だけで、相手の確認はできません。普段かけている電話番号にかけ直して、確認しましょう。
 - 留守番電話を活用し犯人の電話に出ないようにしましょう。
- 問立川警察署 ☎(527)0110、市生活安全課・内線2546

市民 伝言板

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。

まちのお知らせ

- スペイン語無料講座 スペイン語会話ヒラソルが主催。先生はネイティブの女性です。楽しく会話をを行います。時3月25日(金)午後2時30分～8時 場子ども未来センター 申伊藤さん ☎070(3535)2033
- 第V期災害ボランティアリーダー養成講座 立川市災害ボランティアネットワークほか主催。基調講演、防災まち歩き、普通救命、防災倉庫点検、要援護者対応などを体験的に学びます。時4月23日(土)～7月23日(土)の午後半日(全7回) 場女性総合センター、総合福祉セン

- ターほか 費4,000円(受講料、保険料) 定40人(申込順) 申3月14日(月)から市民活動センターたちかわ ☎(529)8323
- 東京TAMA音楽祭「第11回カラオケの集い」 東京TAMA音楽祭組織委員会主催、立川市カラオケ連盟が協働。歌と舞踊の祭典、プロ歌手も出演。見学者にカラオケ終了後豪華景品が当たります。直接会場へ 時4月16日(土)午前9時30分開演(午前9時開場) 場たましんRISURU大ホール 定1,200人(先着順) 問鈴木さん ☎(522)2703
- 歌声のつどい 歌声サークル「わおん」が主催。懐かしい歌、楽しい歌と一緒に歌いましょう。直接会場へ 時3月21日(月・休)午後2時～3時30分 場こぶし会館 費300円、子ども100円(貸歌集代ほか) 定40人(先着順) 問松本さん ☎090(4532)6132
- オスプレイ勉強会(第5回)～横田基地にオスプレイが 錦法律を知る会が

生きがいと交流の寿教室

60歳以上の市民の方を対象に平成29年3月まで開設。くわしくは各担当学習館へお問い合わせください。費年会費2,000円(ほかに参加費がかかる教室あり) 申希望する教室の担当学習館(下表)窓口で。全て申込順

教室名(会場)	開講式日時	主な内容と活動日時	問い合わせ先(担当学習館)
柴崎寿教室(柴崎学習館)	4月21日(木) 午後1時30分から	健康体操、民踊、フォークダンス 毎週木曜日、午後1時30分～3時	柴崎学習館 ☎(524)2773
羽衣寿教室(羽衣中央会館)	4月20日(水) 午前10時から	▷健康体操=第1・第3水曜日▷コーラス=第1・第3金曜日、いずれも午前10時～11時30分	
砂川寿教室(砂川学習館)	4月13日(水) 午後1時30分から	健康体操、コーラス、フラダンス 毎週水曜日、午後1時30分～3時	砂川学習館 ☎(535)5959
こぶし寿教室(こぶし会館)	4月8日(金) 午後2時から	健康体操、コーラス、カラオケ 毎週金曜日、午後2時～4時(健康体操は午後3時30分まで)	
西砂寿教室(西砂学習館)	4月7日(木) 午後1時30分から	健康体操、コーラス、フォークダンス 毎週木曜日、午後1時30分～3時	西砂学習館 ☎(531)0431
高松寿教室(高松学習館)	4月6日(水) 午後1時30分から	▷健康体操=第3水曜日、午後2時から▷気功=第2木曜日、午後1時30分から▷民謡=第3木曜日、午後1時30分から	高松学習館 ☎(527)0014
錦ことぶき教室(錦学習館)	4月13日(水) 午後1時30分から	▷フラダンス=第2・第4火曜日▷健康体操=第1・第3木曜日▷民謡踊り=第2・第4金曜日、いずれも午後1時30分から	錦学習館 ☎(527)6743
栄寿教室(幸学習館)〔6～8月はさかえ会館〕	4月12日(火) 午前10時から	健康体操、コーラス 毎週火曜日、午前10時から	幸学習館 ☎(534)3076
若葉寿教室(若葉会館)	4月13日(水) 午前10時から	健康体操、コーラス、学習会、折り紙 毎週水曜日、午前10時から	

介護予防教室

- アクティブ体操 体力アップを目指します。対65歳以上の市民の方 時①3月26日(土)午後1時30分～3時②4月13日(水)午後2時～3時30分(いずれかを選択) 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3月10日(木)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
- いざというとき困らないために知っておこう介護保険と総合事業 介護保険の基本を知りたいという方も、4月から始まる介護予防・日常生活支援総合事業について聞きたいという方も参加できる内容です。直接会場へ 時3月17日(木)午前10時30分～正午 場富士見町団地26号棟集会所(富士見町6-26) 定50人(先着順) 問南部西ふじみ地域包括支援センター ☎(540)0311

募集

まちの案内人「ボランティアの会」会員

立川の歴史文化や自然を勉強し、オリジナル観光まち歩きガイドをするボランティア団体です。立川の魅力を広めませんか。通訳ボランティアも募集しています。定若干名 申4月8日(金)までに立川観光協会 ☎(527)2700へ

官公署・その他

自衛官を募集中

くわしくはお問い合わせください▶一般幹部候補生=対22歳以上26歳未満の方 申5月6日(金)まで▶予備自衛官補=対18歳以上34歳未満の方 申4月8日(金)まで▶自衛官候補生=対18歳以上27歳未満の男子 申通年受付中 問自衛隊立川出張所 ☎(524)0538

会員募集

- 10時～正午(全2回) 場滝ノ上会館 費1,000円(材料代) 申鈴木さん ☎(523)1762(3月25日(金)までに)
- 高松音楽会 囲碁を始めませんか。創立6年。基本から楽しく分かりやすく指導します。講師は生涯学習市民リーダーの佐々木さん 対入門、初級の成人の方 時月3～4回の土曜日、午後1時30分～4時 場高松学習館 定7人(申込順) 申小林さん ☎090(4751)9063
- 立川謡曲会 日本独自の文化・能楽に触れてみませんか。経験のある方や初めての方、特に若い方に伝えていく教室もあります。時毎月第1土曜日・第4日曜日の午前10時～正午、月例会は第4日曜日午後1時～4時 場柴崎会館 費年会費1,000円 月500円 定若干名(申込順) 申木戸口さん ☎(524)9422