



子ども・子育て

出張・出前子育てひろば

子育てひろばは、小学校入学前の子どもと保護者等が自由に利用できるあそび場です。開催日時等は市ホームページをご覧ください。4月からの出張・出前子育てひろばの開催予定は下表のとおりです(いずれも祝日、年末年始を除く)。直接会場へ。

会場	日時
曙福祉会館(曙町3-44-17)	毎週金曜日、午前10時～午後3時
天王橋会館(一番町3-6-1)	第1・3・4・5火曜日、午前9時30分～11時30分
西立川児童会館(富士見町1-23-6)	毎週水・木曜日、午前10時～正午
森の子こども園(砂川町8-30-7)	毎週木曜日、午前10時～11時50分

☎子ども家庭センター子育てひろば係・内線4090

キラキラ☆歯育て～1歳からはじめる親子歯みがき教室

むし歯予防のためのポイントや仕上げみがきの実習、食事やおやつ^のの注意点について学びます。

対・時▷令和7年2～4月生まれの幼児と保護者=4月21日(火)▷令和7年3～5月生まれの幼児と保護者=5月19日(火)、いずれも午前10時～11時30分場子育て支援・保健センター定各15組(申込順)申3月25日(水)から電子申請で☎子ども家庭センター子ども健診係・内線4720

ママ&ベビーヨガ

対市内在住の3～9か月の乳児と母親時4月22日(水)▷午後1時30分～2時15分▷午後2時30分～3時15分場子ども未来センター師ヨガインストラクター・愛さん定10組(申込順)申3月26日(木)午前10時から子育て支援事務室☎(529)8664へ

健康・福祉

認知症サポート検診普及啓発事業「ワンダフル ワンデー」

認知症の講座とVR体験を同日開催します。どちらか1つの受講も可能です。

①講座「認知症と食事～食べることは万病の予防」認知症や認知機能を理解するために必要な基本的な知識と「食べること」について学びます 師医師・田川学さん

②認知症VR体験会 専用のゴーグルをかけて、認知症の方の感覚や気持ちを体験します。体験を通して、認知症の方への接し方や介護の仕方を学びます。

対市内在住・在勤・在学の方時3月30日(月)①午前10時～11時②午前11時15分～午後0時15分場女性総合センター5階①第3学習室②第1・2学習室定各50人(申込順)申申込フォーム(2次元コード)で☎高齢政策課認知症対策係・内線1482

シニア

懐かしい歌をご一緒に

対おおむね70歳以上の方時4月24日(金)午後1時30分～3時場西砂学習館師音楽講師・山田香代さん、岡田文子さん定50人(申込順)申3月25日(水)から電子申請か電話で西砂学習館☎(531)0431へ

にしすなカフェ(介護サロン)

お弁当の試食をしながら、宅配弁当屋さんの話を聞きます。

対65歳以上の市内在住の方と家族時4月11日(土)午前10時30分～正午場西砂第三学童保育所2階定20人(申込順)申にしすな福祉相談センター☎(531)5550へ

あなたの歩行は大丈夫？ @大空カフェ

歩行解析をすることで歩き方の特徴やくせがわかります。転倒を予防する歩き方も学びます。

対おおむね65歳以上の市民の方時4月15日(水)午後2時～3時30分場レエンデ敬愛(上砂町2-4-12)師福祉用具専門相談員・藤村昌雄さん定18人(申込順)時飲み物申3月25日(水)午前9時から、かみすな福祉相談センター☎(537)7799へ

トルト(歩行解析)体験会

スマホで撮影した後ろ姿から歩行点数と転倒リスク評価を解析します。転倒しない歩き方、おすすめのトレーニングの紹介も。

対65歳以上の市民の方時4月9日(木)午後2時～4時場至誠ホームオンニ(錦町2-10-26)師福祉用具専門相談員・藤村昌雄さん定15人(申込順)時飲み物申3月26日(木)午前9時から、にしき福祉相談センター☎(527)0321へ

シルバー人材センター働き方しごと説明会

会員登録の申し込みも受け付けます。対市内在住の原則60歳以上の方時場▷4月8日(水)=シルバー人材センター柴崎本部(柴崎町1-17-7)▷4月14日(火)=市役所2階209会議室、いずれも午後1時30分から定各12人(申込順)申前日までにシルバー人材センター柴崎本部☎(527)2204へ

スポーツ

市民スポーツ大会

4月から、大会名称を「立川市民体育大会」から「立川市民スポーツ大会」に変更します。参加資格、申込方法、費用等は「立川市スポーツ協会」のホームページをご覧ください。

ホームゲームを応援しよう

市内で開催される公式戦日程をお知らせします。くわしくは、「立川ダイス」のホームページをご覧ください。

●立川ダイス ▶徳島ガンバロウズ戦=▷4月11日(土)午後3時試合開始▷4月12日(日)午後1時試合開始場アリーナ立川立飛



ホームページをご覧ください。

●サッカー 時・場▷小学生の部=4月25日(土)～12月13日(日)、市内小学校ほか▷中学生の部=12月1日(火)～令和9年2月28日(日)、市内中学校▷一般の部=5月10日(日)～7月19日(日)、砂川中央地区多目的運動広場ほか▷シニアの部=10月4日(日)～12月20日(日)、砂川中央地区多目的運動広場ほか▷監督会議(小学生・一般・シニアの部)=4月11日(土)場立川市サッカー協会・金指さん☎080(1236)3447

●ミニテニス 時5月24日(日)場泉市民体育館場立川市ミニテニス協会・澤口さん☎(531)2672

●テニス(ダブルス) 時▷一般男子の部A=5月31日(日)▷一般男子の部B=5月9日(土)▷一般女子の部A=5月6日(水・休)▷一般女子の部B=5月10日(日)▷シニアミックス=5月17日(日)▷中学生男子=5月10日(日)▷中学生女子=5月6日(水・休)場泉・錦庭球場場立川市テニス連盟☎tachikawatennisrenmei@gmail.com

●太極拳 時5月10日(日)場泉市民体育館場立川市武術太極拳連盟・金刀さん☎(572)8401

●軟式野球(地区対抗の部) 時5月10日(日)～6月27日(土)場立川公園野球場場立川市野球協会・木戸口さん☎090(6341)7230

●ゴルフ 時5月20日(水)場立川国際カントリー倶楽部(あきる野市草花2390)場立川市ゴルフ協会事務局☎(535)3223

プロハンドボールチーム ジークスター東京 応援DAY



ジークスター東京vs豊田合成ブルーファルコン名古屋戦に先着で200名様を無料で招待。くわしくは専用ページ(2次元コード)をご覧ください。

対市内在住・在勤・在学の方時5月3日(日・祝)午後4時試合開始場アリーナ立川立飛申3月20日(金・祝)正午～5月3日(日・祝)午後3時45分に2次元コードで「ライブポケット・チケット(電子チケット)への無料登録が必要」

場ジークスター東京☎info@zeekstar.tokyo

