



市民の ひろば

市民のグループ活動などを掲載しています(政治・宗教・営利活動などを除く)。なお、会員募集は入会金を掲載していません。

掲載希望は、市役所広報係へ。

【催し】の掲載申し込みの締め切り日

9月15日号=8月15日(木)

10月1日号=9月2日(月)

会員募集

●やわら創健会 金曜日の午後8時から拝島会館で。健康経絡体操、家庭指圧などを。月2000円。仲矢☎042-553-0008

●昭島写真会(写真) 第2金曜日の午後1時から公民館で。写真展の開催あり。見学あり。月1000円。市川メールichikawa5151@gmail.com

●健康体操(気功、太極拳) 火曜日の午後1時30分から富士見会館などで。初心者歓迎。月3000円。神田☎541-4467

●コスモス昭島フォークダンス 土曜日(月3回)の午前9時から昭和会館などで。初心者の方を対象。体験あり。月1000円。中村☎090-7011-3664

●共成クラブ(ママさんバレーボール) 木・土曜日の午後7時から昭和中で。初心者歓迎。見学・体験あり。月1000円。土井☎546-0902

●糸友(手編み) 第1・第2・第3金曜日の午前9時から昭和会館で。女性の方を対象。1回1000円。野澤☎519-4989

●ESSA(英会話) 日曜日(月2回)の午後2時から公民館で。初・中級の方を対象。外国人講師の指導あり。体験あり。月2000円。酒井☎544-4726

●ハローダンスサークル(社交ダンス) 土曜日の午後1時から玉川会館などで。初・中級の方歓迎。月3500円(2回までは1回1100円)。齊藤☎090-3080-0180

催し

●ダンスパーティー「SDCフレッシュ(社交ダンス)」 8月11日の午後1

時10分～3時40分に公民館で。定員80人(先着順)。参加費500円。申込不要。島田☎542-3990

●親子体幹トレーニング&ボードゲーム会「さーくるオズ(子育て支援)」

8月14日に福島会館で。講師と一緒に体と脳を動かす。▽体幹トレーニング=午前9時40分～10時50分(参加費600円)。▽ボードゲーム会=午前11時～午後3時(参加費200円)。どちらかみの参加も可。定員各25人(先着順)。申込不要。小澤☎090-7704-7333

●第40回昭島市書道連盟展「昭島市書道連盟」 8月31日、9月1日の午前9時30分～午後5時に公民館で。書、てん刻の作品を展示。入場無料。阿部☎543-5117

東京都シルバーパスの更新



70歳以上の都民の方に、都営交通・都内民営バスが利用できる東京都シルバーパスを発行します。

有効期限が9月30日までのシルバーパスをお持ちの方には、8月下旬に、東京バス協会から更新申込書などが送付されます。更新を希望する方は、必要書類と費用を持って更新窓口(同封の案内に記載)で9月30日までに手続きしてください。

☆詳しくは、東京バス協会シルバーパス専用電話☎03-5308-6950(平日の午前9時～午後5時)へ。

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

児童虐待やいじめなど、お子さんが被害者となる悲惨な事件や人権問題の解決のために、人権擁護委員、法務局職員が電話で相談に応じます。

◇日時

*8月29日(木)・30日(金)、9月2日(月)～4日(水)の午前8時30分～

午後7時

*8月31日(土)、9月1日(日)の午前10時～午後5時

◇相談電話 0120-007-110

☆詳しくは、東京法務局人権擁護部第二課☎03-5213-1234へ。

昭島市主催 母子健康管理支援事業 わくわく親子体操教室、すくすくマタニティ教室の参加者を募集

いずれも、昭和の森エリアサービス☎519-8055(平日の午前9時～午後5時)へ申し込んでください。

【わくわく親子体操教室】

幼児期に必要な身体づくりを、親子のスキンシップを通して学びます。

◇期日 9月14日・21日、10月12日(いずれも土曜日/全3回)

◇時間・対象

*午前9時～10時=2歳～3歳5か月のお子さんと保護者

*午前10時30分～11時30分=3歳6か月以上の未就学児と保護者

◇場所 フォレスト・イン昭和館

◇定員 各10組(初めての方優先/多数抽選)

◇参加費 500円

◇申し込み 8月2日～23日(10日～18日を除く)

【すくすくマタニティ教室】

出産準備運動や、産後の身体的回復を促す運動などを学びます。

◇日時・内容

*9月16日(祝)の午前10時～正午=マタニティエクササイズ

*10月14日(祝)の午前10時～正午=お産に活かせる呼吸法

*11月9日(土)の午前10時～正午=産後リカバリーエクササイズ

◇場所 フォレスト・イン昭和館

◇対象 妊娠16週以降で、医師の運動許可がある妊婦の方

◇定員 各15人(初めての方優先/申込順)

◇参加費 1回200円

◇申し込み 各開催日の前日まで



官公署 だより

■写真展「昭島観光まちづくり協会」

9月3日～16日の午前9時～午後6時に昭島観光案内所(昭島駅北口階段下)で。第9回フォトコンテスト・あきしまの募集に先駆け、市内の写真クラブ「フォト・昭島」による作品展示を。同協会☎519-2114

■創業塾「昭島市商工会」

8月21日・23日・28日・30日、9月4日・6日・11日・13日(全8回)の午後6時30分～9時30分に福生市商工会館で。起業したい方、起業して間もない方を対象。起業の基礎知識や実務、融資のポイントなどを体系的に学ぶ。定員40人(申込順)。参加費5000円(テキスト代など)。事前に要申込。同会☎543-8186

■はたらく消防の写生会 入賞作品展「昭島消防署」 消防の仕事への関心や防火・防災意識を高めるための写生会に参加した市内小学校11校1050人の作品のうち、入賞作品77点を8月5日～12日にモリタウン(昭島駅北口)で展示。同署☎545-0119

■自傷0キャンペーンin昭島「昭島サポートスクールこのはな」

8月28日～30日の午前8時～午後2時にカウンセリングルームさくら(中神町1296)などで。学校に行きづらい児童・生徒の相談に応じるほか、食事・居場所の提供を。参加費無料。申込不要。詳しくは、問い合わせるか同団体ホームページまたはツイッターへ。軸丸☎090-1369-1192

■納涼祭「社会福祉法人同胞互助会」

8月24日の午後6時～8時に同施設(田中町2丁目)で。盆踊り、ダンス、ゲームコーナー、模擬店など。申込不要。同会☎541-3100

■就職面接会「東京しごとセンター多摩」 多摩地域の企業約20社との面接会、及び、面接会に向けたセミナーを実施。いずれも参加費無料。▽事前対策セミナー=9月3日の午後2時～4時にあきる野ルピア、9月13日の午前10時～正午に多摩職業能力開発センター(東町3丁目)で。定員各30人(申込順)。事前に要申込。▽就職面接

会=9月13日の午後1時～4時(受け付けは午後0時30分～3時)に多摩職業能力開発センターで。面接を希望する企業の数の履歴書を持って参加を。申込不要。同施設☎042-329-4524

■確定申告は早めの準備でスマホ申告を「立川税務署」 税務署でIDとパスワードを取得するとスマートフォンで確定申告ができます。夏休みなどを利用して早めに取得しませんか。詳しくは、問い合わせを。同署☎042-523-1181

■個人事業税第1期分の納期「都税事務所事業税課」 お手元の納税通知書に記載している金融機関、コンビニエンスストアなどで9月2日までに納付を。同課☎042-523-3173

■TAMA市民塾の講師を募集「東京市町村自治調査会多摩交流センター」 多摩地域市町村民を対象とする講座の講師を募集。講座のテーマは自由。9月17日までに要申込。詳しくは、問い合わせるか同センターホームページへ。同センター☎042-335-0111

■大学通信教育の合同入学説明会「私立大学通信教育協会」 9月1日の午前11時～午後4時に新宿エルタワーで。各大学が講義内容や学習法などの相談に応じる。入場無料。申込不要。同協会☎03-3818-3870

■学校公開「都立八王子盲学校」 9月20日の午前9時～午後0時50分に同校で。学校案内や授業公開など。個別相談あり。事前に要申込。同校☎042-623-3278

■学校公開・道徳授業地区公開講座「都立立川ろう学校」 9月26日の午前9時～午後0時30分に同校で。学校案内や授業公開など。はがきに氏名(ふりがな)、連絡先(電話番号・ファックス番号・メールアドレスなど)、教育相談の有無、手話通訳の必要の有無、道徳に関する意見交換会への出欠を記入し、9月12日(必着)までに〒190-0003立川市栄町1-15-7立川ろう学校学校公開・道徳授業地区公開講座係へ。同校☎042-523-1359

■第13回歯ミカップの参加者・参加施設を募集「多摩立川保健所」 歯磨きや歯の治療など、歯と口の健康づくりに取り組んでいる障害者(児)と障害者施設を募集。8月1日～9月13

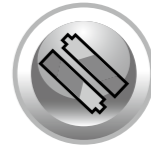
日に要申込。10月17日の午後1時30分～3時に、くにたち市民総合体育館で、表彰式と健口体操を開催(入場無料/参加者全員にプレゼントあり)。同所保健医療担当☎042-524-5171

■東京における都市計画道路の在り方に関する基本方針(案)への意見を募集「東京都街路計画課」 整備が未着手の都市計画道路(優先整備路線などを除く)の在り方について、都と23区26市2町が協働で基本方針(案)を作成。都民情報ルーム(都庁内/新宿区)、昭島市役所都市計画課などで閲覧可。意見・提案は8月12日までに東京都街路計画課へ。詳しくは、問い合わせるか東京都都市整備局ホームページへ。同課☎03-5388-3379

社会福祉協議会・ボランティアセンター(あいぼっく内) ☎544-0388

■ステップアップ講習会「ファミリー・サポート・センター」 9月6日の午前10時～11時30分にあいぼっくで。障害がある保護者の子育てへの理解を深め、どのような手助けができるのかを学ぶ。定員25人(申込順)。事前に社会福祉協議会へ要申込。

■受験生チャレンジ支援貸付制度 中学3年生、高校3年生のお子さんの保護者を対象に、学習塾や受験の費用を無利子で貸し付け(要件あり)。限度額は、学習塾等受講料20万円、高校等受験料2万7400円、大学等受験料8万円。指定の高校や大学に入学した場合は申請により返済を免除。手続きのため貸し付けから返済免除まで5回程度の来所が必要。事前に社会福祉協議会へ相談(要予約)のうえ、1月31日までに社会福祉協議会へ要申込。



生活用品 交換情報

交換や掲載を希望する方は、市役所暮らしの安全係へ。

■ゆずります

◇ベッド(縦204cm×横100cm×高さ75cm)、マットレス(縦195cm×横99cm×高さ16cm)

