

主催事業のご案内

- 中央公民館[東長沼] (生涯学習課) ☎042-377-2121 FAX042-379-0491
 - 第二公民館[矢野口] ☎042-378-0567 FAX042-378-0568
 - 第三公民館[平尾] ☎042-331-0230 FAX042-331-0229
 - 第四公民館[東長沼] ☎042-377-4406 FAX042-377-4488
 - 城山公民館[向陽台] ☎042-379-5411 FAX042-379-5288
 - 郷土資料室[平尾] ☎&FAX042-331-0660
 - 総合体育館 ☎042-331-7151 FAX042-331-7181
 - 稲城長峰ヴェルディフィールド ☎042-401-3960 FAX042-401-3961
 - スポーツ推進課 ☎042-378-2111 FAX042-379-3600
- なるべく公共交通機関をご利用ください。

第30回城山文化センターまつり

～笑顔の明日へ城山まつり～

今年もまつりを開催します。公民館で活動する様々なサークルや団体が、日頃の成果を披露します。熱気ある会場に足を運んで地域のふれあいの場を広げましょう。

- ▷日時 11月16日(土)午前9時45分～開会式 11月17日(日)午後3時10分～閉会式
- ▷部門 展示、ステージ、イベント、模擬店、児童館コーナー
- ※開会式、閉会式は正面玄関前で行います。(悪天の場合公民館1階ロビーで行います。)
- ※内容が変更になる場合がございます。詳しくはまつりチラシ・児童館だより、HPでご覧ください。
- ※今年も東京都立若葉総合高等学校の生徒が参加します。
- ▷問合せ 城山公民館



古民家の一般公開

第12回 平尾まつり

第三文化センター ふれんど平尾

第三文化センター、ふれんど平尾で活動する団体が多彩な催しを行います。

- ▷期日 11月10日(日)
- ▷時間 午前10時～午後3時(オープニングセレモニー午前9時半～ふれんど平尾)(クロージングセレモニー午後3時～第三文化センター児童館)
- ▷部門 展示・体験、ステージ、模擬店、児童館コーナー
- ▷問合せ 第三公民館☎(331)0230 ふれんど平尾☎(350)1131



て古い農具の展示も行います。

▽日時 ①10月23日(水)午前9時 半～11時半 ②11月6日(水)午前9時半～11時半

▽会場 平尾2の45の19

▽定員 20人(先着順)

▽対象 市内在住・在勤の概ね60歳以上の方

▽参加費 無料(但し、折り紙材料費三〇〇円を3回目に集め

高齢者対象講座 「いきいきシニアライフ」

いつまでも健康で豊かな生活を送るために、みんなで楽しく学びましょう。

- ▽期日 11月5日(火)・12日(火)・19日(火)・26日(火)
- ▽時間 午前10時～正午
- ▽会場 第二文化センター
- ▽対象 市内在住・在勤の概ね60歳以上の方
- ▽定員 20人(先着順)
- ※講師・内容等詳細は二次元バーコードより



▽古民家の概要
○母屋 天保14年(1843年)建造。木造平屋建て、寄棟造り菅葺き。名主の格式を示す構造(接客用玄関など)が見られる。○土蔵 明治26年(1893年)建造。土蔵造り二階建て。
▽その他 駐車場はありませんので、車での来場はご遠慮ください。
▽申込・問合せ 郷土資料室

子どもと一緒に悩んでみる 全ての親に保育は全部

子どもの成長に伴い、悩みや課題は変わっていきます。具体的な接し方や心構えなど、多面的な切り口から理解を深め、また親同士が交流できる機会となる講座です。

- ▽期日 ①11月12日(火)、②19日(火)、③27日(水)、④12月4日(水)、⑤11日(水)
- ▽時間 ①午前10時～11時、②午後1時～3時、③④⑤午前10時～正午
- ▽会場 第三文化センター
- ▽対象 市内在住・在勤・在学の方(すべての回に参加できる方優先)
- ▽受講定員 20人(先着順)
- ▽保育定員 12人(1歳から就学前)※子どもと同室で受講はできません
- ▽参加費 無料
- ※内容・講師等詳細は二次元バーコードより

「陶芸講座」

4年ぶりの陶芸講座を開講します。初めての方向けの本講座で世界に一つのあなただけの器作りに挑戦しませんか。

- ▽期日 11月9日(出)、10日(日)、16日(出)、17日(日)、24日(日)、12月12日(木)、15日(日)、1月18日(出)、23日(木)、26日(日)(全10回)
- ▽時間 内容・持ち物等詳細は二次元バーコードより

※時間・内容・持ち物等詳細は二次元バーコードより

▽持ち物 フェイスタオル、ハサミ
▽申込方法 10月18日(金)午前10時から来館または電話にて受付。(来館優先)
▽申込・問合せ 第二公民館

二次元バーコードより
▽会場 第四文化センター
▽対象 市内在住・在勤・在学で、基本的に全日程に参加できる方
▽定員 16人(先着順)
▽講師 第四公民館で活動している「稲陶会」の会員
▽費用 二、〇〇〇円(陶土、釉薬及び陶芸道具等の実費)
▽申込方法 10月19日(土)午前10時から来館または電話にて受付(来館優先)
▽申込・問合せ 第四公民館

はつらつセミナー(全2回) 中高生のための「脳イキキ」講座

脳が喜ぶ栄養と運動ってなんだろう？

- ▽期日 10月30日(水)、11月6日(水)
- ▽時間 午前9時半～午後0時半
- ▽会場 第四文化センター
- ▽対象 市内在住・在勤・在学の概ね60歳以上の方※全日程受講可能な方
- ▽講師 高橋 真珠子氏(管理栄養士・健康運動指導士)
- ▽定員 12人(先着順)
- ▽費用 八〇〇円(調理用食材費実費)
- ※内容・持ち物等詳細は二次元バーコードより

▽申込方法 10月16日(水)午前10時から来館または電話にて受付(来館優先)
▽申込・問合せ 第四公民館

シルバークラス(秋季) 南平丘陵散策コース。 かわいらしい路

▽期日 11月13日(水)※予備日なし※雨天中止

▽時間 午前9時～午後3時半(受付:午前8時半～8時45分)

▽集合・解散場所 京王相模原線稲城駅(改札内又は改札外)

▽内容 日野市にある高幡不動

▽内容 日野市にある高幡不動

総合型 地域スポーツクラブ iクラブ

【参加申し込みについて】
▶申込期間 毎月16日の正午から各開催日の3日前まで。体験は希望日を明記してください(先着順)。
▶申込・問合せ先 ホームページ(https://www.inagi-iclub.org/)からお申込みください。
✉info@inagi-iclub.org ☎331-8866(火～金 正午～午後4時)

事業名・内容	期日	時間	対象	定員	費用	会場	講師	持ち物
ボールコンディショニング(体験会) どちらのコースも経験を問わず受講可。円筒形のボールを使って、肩や首のこりを解消。体の歪みを改善し、コンディショニングを整えます。	毎週火曜日	リラックスコース 午前9時15分～10時半 体力UPコース 午前10時半～11時45分	成人	若干名 5人	体験(1回)550円 ※通常レッスン 会員1回 550円 一般1回 850円	総合体育館	島 啓子氏 (JCCAアドバンストトレーナー)	運動できる服装 タオル 飲み物
チア教室 年少クラス(追加募集・1回体験) 基礎トレーニングで、運動能力の向上をめざします。	10月24日(木) ※通常レッスン 毎週木曜日	午後3時40分～4時半	年少児	5人	体験(1回)550円 ※通常レッスン 会員1回 850円	総合体育館	新木 るり氏 (幼児体育指導者) 他	運動できる服装 タオル 飲み物 室内用運動靴
小学生体験ボクシング トレーナーのミットにパンチを打って、簡単、安全、楽しいボクシングに挑戦しよう。	11月15日(金)	午後4時～5時	小学生	30人	550円	総合体育館	坂田 健史氏 (元WBA世界フライ級チャンピオン) 晝間 貴司氏 (ボクシングトレーナー)	運動できる服装 軍手 タオル 飲み物 室内用運動靴
11月ボルダリング ・スクール ・教室 ・個人開放 ・体験会	iクラブホームページのボルダリングページ(右記)で内容をご確認ください。申込みは同ページ内「ボルダリング参加申込み」からお願いします。ただし、個人開放は当日iクラブ事務所(総合体育館2階)にて受付となります。					総合体育館	一般社団法人 JAPAN OUTDOOR LIFE(JOL) 指導員	運動できる服装 タオル 飲み物 室内用運動靴

参加申込 QRコード

尊からスタートし多摩丘陵を散策します。
▽目安距離 約8km
▽対象 市内在住・在勤・在学の60歳以上で健康な方
▽定員 30人(申込多数の場合(は抽選))
▽参加費 無料※現地までの往復交通費は各自負担です
▽持ち物 昼食、飲み物、雨具、靴
▽申込・問合せ ス
問合わせください。
お問い合わせください。
お問い合わせください。
お問い合わせください。