

催し

高齢者筋力 トレーニング

高齢者にも配慮された機器を使用し、専門の知識を有するスタッフが運動指導を行います。

対象 市内在住の65歳以上の方 医師から運動を制限されている方はご遠慮下さい。

日時 1月から約3か月間、週2回(木・日曜日の午後)、各1時間30分程度

初回説明会を1月11日午前10時から市役所本庁舎地下特別会議室で行います。

会場 ワールドウィング町田 (森野1・25・19、☎710・3451)

定員 20人程度(抽選) 費用 月2500円程度の実費負担あり

申し込み ハガキ(1人1枚)に住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、12月12日まで(必着)に

高齢者福祉課介護予防係(〒194・8520、中町1・20・23、☎724・2146)へ。

抽選の結果については12月25日頃までに通知します。持病のある方や付き添いが必要と思われる方には安全のため、ご参加いただけない場合があります(初回説明会の際に確認させていただきます)。

日本語学習支援ボランティア養成講座

外国人に日本語を教える「ボランティア養成講座」の受講生を募集します。

期間 4月1日(日)～8月12日(日)の毎週日曜日ほか(全25回)

時間 午前10時～正午 会場 町田国際交流センター

講座内容 日本語教育概論、文法、日本語教授法など

定員 27人(抽選) 費用 2万5000円(その他テキスト代2000円程度 会費2000円)

Table with 4 columns: 保育園, 内容, 日時, 会場. Lists various events like 'なかよしランチ', 'なかよしクラブ', 'ここにひろば', etc.

内容についてのお問い合わせは各園をお願いします。市内保育園32か所子育てひろば事業を実施しています。詳細は子育てひろばカレンダーをご覧ください(上記保育園や各市民センター等約130か所配布しています)。



スポレクの集い

運動のできる服装で昼食、上履きをお持ちになり、直接会場へおいで下さい。午前・午後どちらでも

00字程度)を書き、住所・氏名(ふりがな)・電話番号を明記し、12月28日まで(必着)に直接

または郵送、FAXで町田国際交流センター「日本語学習支援ボランティア養成講座」係(〒194・0013、原町4・9・8、町田

市民フォーラム内、☎722・4260、FAX722・5330)へ。

大地沢青少年センター 『けむり』工房

【燻製作り教室】 燻製の初歩から、ペーコンや川魚の燻製までを習います。

対象 市内在住の方 期日 12月16日、2月10日、3月10日(いずれも土曜日、全3回)

時間 午前10時～午後3時 会場 大地沢青少年センター

講師 八王子燻製研究会 定員 30人(申し込み順)

費用 大人5000円、子ども(高校生以下)3000円

申し込み 12月1日午前9時から電話で大地沢青少年センター(☎782・3800)へ。

送迎 各回とも無料送迎バスを相原駅西口(午前9時40分発)、同センター(午後3時10分発)で運行します。

内容についてのお問い合わせは各園をお願いします。市内保育園32か所子育てひろば事業を実施しています。詳細は子育てひろばカレンダーをご覧ください(上記保育園や各市民センター等約130か所配布しています)。

も結構です。対象 子どもから高齢者まで 日時 12月10日(日)午前9時30分～午後2時30分

会場 総合体育館 内容 午前「ネオテニス・レクリエーション卓球・ソフトバレーボール、午後「民謡・ダンス

問体育協会事務局 ダンススポーツ

競技大会

資格別による種目別の競技です。日時 1月14日(日)午前9時～午後7時

会場 総合体育館 競技内容・資格区分 大会要項(総合体育館、サン町田旭体育館にありますが)を参照下さい。

費用 1ペア4000円 費用の支払方法、申込方法は大会要項をご覧ください

又連盟(☎795・5165)へお問い合わせ下さい。

申し込み 12月11日午後5時見学者は上履き持参で直接会場へおいで下さい(入場無料)。

市民ウォーキング大会

直接集合場所へおいで下さい。日時 12月6日(水)午前9時30分集合

集合場所 JR横浜線相模原駅前 コース 相模原駅前～大平公園

清水入緑地～長沼公園(昼食)～浄瑠璃緑地～蓮生寺～別所公園

小田急多摩線唐木田駅前午後3時ごろ解散(全行程約13km)

【境川と水道みち】 日時 12月17日(日)午前9時集合

集合場所 JR横浜線町田駅前 コース 町田駅前～泉竜寺～定方寺公園～鶴間公園(昼食)～鶴

林寺～水道みち～つきみの3号公園～小田急線中央林間駅前午後2時30分ごろ解散(全行程約14km)

対象 市内在住、在勤、在学の小学生以上の方及び会員 費用 1人5000円、会員2000円(当日徴収)

兄弟等のおんぶ、抱っこでの参加は不可。期間・会場 サン町田旭体育館

水曜コース11月17日～3月28日(3月21日を除く)の毎週水曜日、総合体育館木曜コース11月11日～3月15日の毎週木曜日、各コース全10回

時間 各コース午前10時～11時 定員 サン町田旭体育館水曜コース25組、総合体育館木曜コース30組

アーチェリー納射会兼チャリティー射会

直接会場へおいで下さい。対象 市内在住、在勤、在学の16歳以上の方

日時 12月10日(日)午前9時から受付 会場 花の山フィールドアーチェリー場(相原町)

種目 フィールド1ラウンド(GR、BB、RC、CP各男女別)

費用 3500円(昼食付) 別に1口5000円のチャリティー寄付金1口以上(当日徴収)

問体育協会事務局

スポーツ教室

申し込みは往復ハガキ(1人または1組1コースに1枚)に教室名・体育館コース名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し、返信用にもあて先を書いて、12月8日まで(消印有効)に

スポーツ振興公社へ。子どものみ生年月日・幼稚園名・小学校名・学年を記入。

市外在住の方は幼稚園名・学校名・勤務先及びその所在地を記入。

【親子体操教室】 定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ、抽選。

【親子体操教室】 対象 市内在住の2歳6か月～3歳(教室初日)の幼児とその保護者

兄弟等のおんぶ、抱っこでの参加は不可。期間・会場 総合体育館火曜コース

1200円、サン町田旭体育館金曜コース1400円

【小学生体操教室】 対象 市内在住、在学で跳び箱・マット運動・鉄棒が苦手な小学生

【わんぱく体操教室】 対象 市内在住、在園の5～6歳(教室初日)の未就学児

期間・会場 総合体育館木曜コース11月25日～3月29日の毎週木曜日、サン町田旭体育館水曜コース11月17日～3月28日(3月21日を除く)の毎週水曜日、各コース全10回

時間 各コース午前10時～11時 定員 サン町田旭体育館水曜コース25組、総合体育館木曜コース30組

【初心者太極拳教室】

対象 市内在住、在勤、在学の18歳以上の方

期間 1月11日～3月15日の毎週水曜日(全10回)

時間 午前10時～11時30分 会場 サン町田旭体育館

定員 50人 費用 3400円

【小学生球技教室】

対象 市内在住、在学の小学生

期間・会場 総合体育館木曜コース11月25日～3月29日の毎週木曜日、サン町田旭体育館水曜コース11月17日～3月28日(3月21日を除く)の毎週水曜日、各コース全10回

時間 各コース午後3時15分～4時15分

定員 各コース45人 費用 1400円

【ちびっこ体操教室】

対象 市内在住、在園で3～4歳(教室初日)の幼児

期間・会場 総合体育館火曜コース11月23日～3月27日(2月13日を除く)の毎週火曜日(全9回)、サン町田旭体育館金曜コース11月19日～3月23日の毎週金曜日(全10回)

時間 各コース午後3時15分～4時15分

定員 総合体育館火曜コース40人、サン町田旭体育館金曜コース25人

【地区健康体操教室】 対象 市内在住、在勤、在学の18歳以上(教室初日)の方

期間 1月11日～3月29日の毎週水曜日(全12回)

時間 午前9時45分～11時15分 会場 旧緑ヶ丘小学校体育館

定員 50人(忠生地区在住で初参加者を優先のうえ抽選)

費用 4000円

自主事業

申し込みは往復ハガキ(1人1枚)に教室名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・返信用にもあて先を明記し、12月8日まで(消印有効)にスポーツ振興公社へ。

市外在住の方は市内の勤務先・学校名とその所在地を記入。

【ピュニティフルライフ体操教室・運動する楽しさと、豊かなライフスタイルを】

対象 市内在住、在勤、在学で30～50歳の、これから運動を始めようとする方

期間 1月16日～3月20日の毎週火曜日(全10回)

時間 午前10時～11時

会場 総合体育館

内容 簡単ストレッチ、筋力トレーニング、ボールエクササイズ

定員 25人(定員を超えた場合は初参加者優先のうえ抽選)

費用 3400円

【親子ふれあい体操教室】

対象 市内在住の2歳6か月～3歳(教室初日)の幼児とその保護者

内容についてのお問い合わせは各園をお願いします。市内保育園32か所子育てひろば事業を実施しています。詳細は子育てひろばカレンダーをご覧ください(上記保育園や各市民センター等約130か所配布しています)。