催し

あなたの豊富なキャリアをこれからも生かして下さい
OBビジネスカフェ

長年にわたって培ったキャリアを地元の中小企業の支援のために生かしてみませんか。

【OB人材活躍の場フォーラム2007「定年後の生きがいづくり」】

○期日　9月2日（日）午後1時30分～5時
○会場　ホテル町田ヴィラ
○内容　基調講演「生活や仕事から脳が若返る方法（医師・米山公啓氏）」、企業等OBマッチング事業の概要説明、OB人材を求める都内中小企業からのプレゼンテーション、交流会

【OBビジネスカフェ】

○日時　9月3日（月）～7日（金）午後1時～5時（最終日は午後3時まで）
○会場　ぽっぽ町田
○内容　企業OB人材マッチング事業の紹介・人材登録、交流スペース

【OBビジネスカフェ相談会】

○期日　▽年金相談＝9月3日（月）、5日（水）▽創業相談＝9月4日（火）、6日（木）
○時間　午後1時～4時
○会場　ぽっぽ町田
○内容　社会保険労務士、中小企業診断士による年金、創業に関する個別相談会

【OBビジネスカフェ交流会】

○日時　9月7日（金）午後3時～5時
○会場　ぽっぽ町田
○内容　OB人材を求める市内中小企業からのプレゼンテーション、交流会　◇
○対象　企業を定年退職した方、または定年退職する方
※詳細・申し込みは町田商工会議所OB人材担当（☎722・5957）へ。

問産業観光課☎724・2129

まちだ中央公民館
地域市民講座

【子どもたちの健やかな成長を願って】

子どもたちが元気に育っていくために、親や大人・地域が子どもとどう関わり、どう行動していけばいいのかをみんなで考えていきましょう。

○対象　市内在住、在勤で原則全18回参加できる方
○日時　9月30日（日）、10月12日～4時
○内容　廃材を用意します。いろんな廃材を使って自由に考え手作りの楽しさを体験しましょう。
○会場　まちだ中央公民館
○内容　幼児期から学童期における心のいろいろの教育、子ども達の現状（マンガの中の暴力・性）、ほか
○講師　りんごの木子どもクラブ代表・柴田愛子氏ほか
○定員　40人（抽選）
○申し込み　往復ハガキに住所・氏名・電話番号・保育（2歳～就学前、10人まで）希望の方はお子さんの氏名・年・年齢を明記し、9月14日まで（必着）に、まちだ中央公民館「子どもたちの健やかな成長を願って」係（〒194－0013、原町田6－8－1、☎728・0071）へ。

問子どもセンターばあん☎788・4181

大賀藕絲館
藍染め体験

蓮の生葉と紅花の染料を使って絹のスカーフを染めます。

○期日　9月3日（月）～7日（金）
○時間　午前10時から2時間程度
※期間中毎日開催していますので、都合の良い日を指定してお申し込みください。
○会場　大賀藕絲館
○定員　各日6人程度（小学生可）
○費用　1000円（当日徴収）
○申し込み　8月27日までに電話で大賀藕絲館（☎797・1616）へ。

こどもセンターつるっこ
催し

【陶芸に挑戦してみよう】

○対象　市内、在住、在勤、在学で2日間参加できる小学4年生～18歳の方
○日時　9月1日（土）、15日（土）午前10時～正午
○定員　20人
○費用　1人300円
○申し込み　8月22日午前10時から8月31日まで（必着）に、まちだ中央公民館サタデーコンサート係（〒194－0013、原町田6－8－1、☎728・0071）へ。
※未就学の方は入場できません。
※附室からの親子鑑賞をご希望の方（3組まで）はその旨をハガキに明記して下さい。

第36回公民館サタデーコンサート
戸村千晶ソプラノコンサート

イタリア留学から帰国したばかり、ますます磨かれた歌声に魅了されます。

○曲目　プッチーニ作曲　オペラ「ジャンニ・スキッキ」より〝私のお父さん〟他
○対象　市内在住、在勤、在学の方
○日時　9月15日（土）午後6時（開場午後5時30分）
○会場　まちだ中央公民館ホール
○定員　154人（抽選）
○申し込み　往復ハガキに、住所・氏名・電話番号・参加希望人数（2人分まで連記可）を明記し、

町田市の施設を見学してみませんか

市では市政についての理解を深めていただくため、市内の町内会・自治会、老人クラブ、その他の団体を対象に市内の公共施設の見学を行っています。20人以上の方（26人まで）の参加があれば申し込みを受け付けます。

○実施日　10月3日（水）～12月12日（水）の10回（表1参照）
○集合・解散場所　団体の希望を伺います
○見学コース　表2の基本コース①～⑤の中からひとつを選んで下さい。表3の中から数施設を加えていただき、コースを完成させます
○参加費　無料（ただし、昼食代、有料の施設の入場料は各団体に負担していただきます）
○申し込み　8月22日（水）～9月5日（水）に電話で市民相談室（☎724・2102〈直通〉）へ。結果は各団体の代表に連絡します。
※申し込みが重なった場合は新規参加団体を優先のうえ抽選となります。
※各団体とも、1年度1回の実施になります。

【表1】実施日

10月	3日（水）、12日（金）、18日（木）、24日（水）
11月	9日（金）、14日（水）、21日（水）、29日（木）
12月	7日（金）、12日（水）

【表2】基本コース

①リサイクル文化センターコース「美術工芸館～リサイクル文化センター」
②町田市民文学館ことばらんどコース「町田市民文学館ことばらんど～国際版画美術館」
③博物館コース「博物館・遺跡公園～ひなた村」
④自由民権資料館コース「自由民権資料館～薬師池公園」
⑤境川源流コース「大地沢青少年センター」

【表3】その他の施設

成瀬クリーンセンター、鶴見川クリーンセンター、陸上競技場、総合体育館、サン町田旭体育館、市立室内プール、芹ケ谷公園、鶴間公園、忠生公園、野津田公園、考古資料室、ふるさと農具館、子どもセンターばあん、子どもセンターつるっこ、花の家、大賀藕絲館、リス園、ダリア園、ふれあい桜館など

※次回（2008年1月～3月実施分）の募集については、11月ごろの本紙に掲載予定です。

町田市民ホール事業

問町田市民ホール☎728・4300

※電話はおかけ間違えのないようにお願いします。
休館日　第1・3月曜日（祝日のときはその翌日）
受付時間　午前8時30分～午後5時

NPO法人町田市芸術協会、（財）町田市文化・国際交流財団主催
プッチーニ オペラ「ラ・ボエーム」字幕付き原語上演

透、管弦楽＝町田フィルハーモニー交響楽団、出演＝松原有奈、高橋薫子ほか、合唱＝ボエーム市民オペラ合唱団
※6歳以上のお子さんから入場できます。

①12月23日（日）午後5時30分開演
②12月24日（祝）午後2時開演
S席6500円　A席5500円（税込、全席指定）

○指揮＝荒谷俊治、演出＝松本重孝、公演監督・合唱指導＝鹿又

【8月22日午前8時30分から電話予約受付開始】

入場希望の方は電話で町田市民ホール（☎728・4300）へ。
※初日は電話のみの受付です。

町田市民ホール　9月前半の催し物

問町田市民ホール☎728・4300

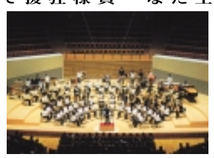
期日	時間	催し物	入場料	主催	問い合わせ☎
1日(土)	13:00～16:00	コダーイ・メソッドで学ぶ子どもたち 狐のダンスと怠けもの達の歌 一部・二部	一般1,000円 一部のみ500円 (障割引有り)	コダーイ・メソッド音楽教育研究グループ	726・0606 045・891・4597
2日(日)	13:30～15:30	町田少年少女合唱団 第35回定期演奏会	無料	町田少年少女合唱団事務局	793・2780
6日(木)	18:30～20:05	町田演劇鑑賞会 劇団東演「月光の夏」	会員	町田演劇鑑賞会	726・9325
8日(土)	①14:30～16:30 ②18:00～20:00	コロッケコンサート	売り切れ	町田市民ホール	728・4300
9日(日)	未定	スガナミ楽器 アコースティック発表会	無料	スガナミ楽器（株）	722・3302
10日(月)	11:00～16:00	体育祭　秋の踊りの集い	無料	町田市レクリエーション協会	729・2540
12日(水)	18:30～20:30	桂文珍独演会	3,500円	町田市民ホール	728・4300
13日(木)	18:30～20:30	WAHAHA本舗 presents 梅ちゃんの青い童話「青空姫」	前売5,800円 当日6,600円	町田市民ホール	728・4300

※ここに掲載した催し物は、一般市民の入場可能な催し物（政治団体、宗教団体等が主催するものを除く）です。
①定員になり次第入場をお断りします②内容等は変更する場合があります③9月の休館日は、3日、18日です。

多摩島しょ子ども体験塾 吹奏楽フェスティバル in まちだ 2007 Vol.1
玉川学園高等部 吹奏楽団演奏会

9月25日（火）午後6時30分開演

高校生離れした驚異的な演奏は、毎回満員のお客様から熱狂的な声援を受けています。今年も素晴らしい玉川サウンドをお楽しみ下さい。



【8月22日正午から町田市コールセンター（☎724・5656）で電話予約受付開始】

定員になり次第締切。

催し

消費生活センター

【くらしに役立つテスト教室 衣類の手入れとしまい方・繊維の基礎知識を学びます。】

○対象　市内在住、在勤、在学の方
○日時　9月7日（金）午前10時～正午
○会場　町田市民フォーラム
○講師　コンシューマー・エイド・里見けい子氏
○定員　16人（申し込み順）
○費用　100円
○申し込み　8月21日午前9時から電話で消費生活センター（☎725・8805）へ。
※託児（2歳以上、人数に限あり）を希望の方は、申し込みの際にお申し出下さい。
※市民フォーラムのビル地下駐車場は有料です。

スポーツ

スポーツ課☎724・4036

町田市体育指導委員会主催
ネオテニス講習会

ネオテニスは、バドミントンのラケットとスポンジ製のボールを使用し、子どもから高齢者まで簡単に始められるニュースポーツです。

○対象　市内在住、在勤、在学の小学3年生以上の方
○日時　9月22日（土）午後1時～4時30分
○会場　小山ケ丘小学校体育館
○内容　基本技術・練習試合
○定員　30人
○費用　100円（当日徴収）
○申し込み　往復ハガキに「ネオテニス講習会申し込み」と記入し、住所・氏名（ふりがな）・生年月日・電話番号を明記して、9月8日まで（消印有効）にスポーツ課（〒194－0022、森野1－33－10）へ。

体育施設指定管理者・スポーツ振興公社、体育協会事務局（〒194－0045、南成瀬5－12、総合体育館内、☎724・3440）

小田急杯 町田市家庭婦人
バレーボール大会

○対象　市内在住の既婚の家庭婦人で構成されたチーム
○日時　10月20日（土）午前9時10分から受付
○会場　総合体育館
○チーム編成　監督、コーチ、マネージャー各1人、選手15人以内で編成されたチーム
○競技方法　9人制、トーナメント戦
○費用　1チーム5500円（代表者会議に持参して下さい）
○申し込み　申込書（総合体育館にあります）に必要事項を記入し、8月31日午後5時までにスポーツ振興公社へ。
※代表者会議を9月21日（金）午前10時から総合体育館第一会議室で行います。

スポーツ教室

【中高齢者ヨーガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の40歳以上の方
○期日　9月20日～10月25日（10月23日を除く）の毎週火・木曜日（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（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　3400円

【地区親子体操教室】

○対象　市内在住の2歳半～3歳（教室初日）の幼児とその保護者
○日時　9月21日～11月30日（11月23日を除く）の毎週金曜日（全10回）
○時間　午後1時30分～2時30分
○会場　旧忠生第五小学校
○定員　25組（定員を超えた場合は、忠生地区在住で初参加者優先のうえ抽選）
○費用　4700円

【初心者健康太極拳教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月25日～10月12日（9月28日を除く）の毎週火・金曜日（全5回）
○時間　午前10時～11時30分
○会場　総合体育館
○定員　50人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1800円

【水中エアロA】

音楽に合わせて楽しく踊りながら、体力作り、ダイエットに最適です。

○期日　9月4日、11日、25日（いずれも火曜日、全3回）
○時間　午前11時～11時50分

【水中ウォーク・ストレッチ】

水の浮力を利用した全身運動です。泳げない方、初めての方にお勧めです。

○期日　9月7日、14日、21日、28日（いずれも金曜日、全4回）
○時間　午前10時～10時50分
○定員　各レッスン30人
○費用　1回（50分）800円

市立室内プール利用できません

9月23日（祝）は町田市民体育祭第29回町田市水泳競技大会のためプールの一般利用はできません。トレーニング室は通常どおり利用できます。

問市立室内プール☎792・7761

市民公開講座

お口の健康が長生きの秘訣
―歯からの健康フォーラム

町田市歯科医師会との共催による公開講座です。

○日時　10月7日（日）午後1時～4時30分（正午から開場）
○会場　町田市民ホール
※駐車場はありません。
○内容　第一部①基調講演「自分で使える時間をどう使えば健康になれるか（講師＝聖路加国際病院名誉理事長・日野原重明氏）②「生きるライフは歯と口の健康から」（東京医科歯科大学教授・川口陽子氏）第二部①「食にかかわり心に触れる―食への関わりはリハビリテーションの原点―」（NTT東日本関東病院部長・稲川利光氏）②「口腔ケアと誤嚥性肺炎予防そして心のケア―心が開けば口が開く、口が開けば心が開く」（米山歯科クリニック院長・米山武義氏）
○定員　800人（申し込み順）

【お口の健康イベント】

市民公開講座と合わせて開催します。

○時間　午前11時30分/午後0時30分
○会場　市役所本庁舎、各市民センター、健康福祉会館、市内歯科医院に設置してあるチラシ内のハガキでお申し込み下さい。FAX（☎729・8233）、（社）東京都町田市歯科医師会（http://www.dent-machida.com）でも受け付けます。なお、参加の可否について、ハガキまたはメールでお知らせします。
※詳細は町田市歯科医師会（☎726・8018）へ。

問健康課☎725・5471

日野原重明氏

情報コーナー

●親子バン教室

対象＝小学生以上の方とその保護者／日時＝8月29日午前9時30分～正午（予定）／定員＝5組／費用＝1組2500円／申し込み＝8月28日までに直接または電話で小麦の家（☎727・7305）へ。

●コメット・チャリティパーティ

日時＝9月1日午後6時30分～8時30分／会場＝コメット会館（原町田）／出演＝泉田洋子（朗読「大空の下で」）、ザ・ビートフルーツ（ビートルズナンバー）／問（福）コメット☎728・9779

●日本電話学校調理補助員（パート）募集

資格＝45歳以下で経験者歓迎／勤務日時＝週2～3日、午前8時30分/午後3時30分（学校の休みは中はなし）／人員＝1人／申し込み＝8月28日まで（消印有効）に履歴書を郵送で同校（〒195－0063、野津田町1942、☎735・2361）へ。

建築物防災週間　8月30日～9月5日

建築物もあなたと同じ健康診断

問建築指導課☎709・0594

市民公開講座

お口の健康が長生きの秘訣
―歯からの健康フォーラム

町田市歯科医師会との共催による公開講座です。

○日時　10月7日（日）午後1時～4時30分（正午から開場）
○会場　町田市民ホール
※駐車場はありません。
○内容　第一部①基調講演「自分で使える時間をどう使えば健康になれるか（講師＝聖路加国際病院名誉理事長・日野原重明氏）②「生きるライフは歯と口の健康から」（東京医科歯科大学教授・川口陽子氏）第二部①「食にかかわり心に触れる―食への関わりはリハビリテーションの原点―」（NTT東日本関東病院部長・稲川利光氏）②「口腔ケアと誤嚥性肺炎予防そして心のケア―心が開けば口が開く、口が開けば心が開く」（米山歯科クリニック院長・米山武義氏）
○定員　800人（申し込み順）

【お口の健康イベント】

市民公開講座と合わせて開催します。

○時間　午前11時30分/午後0時30分
○会場　市役所本庁舎、各市民センター、健康福祉会館、市内歯科医院に設置してあるチラシ内のハガキでお申し込み下さい。FAX（☎729・8233）、（社）東京都町田市歯科医師会（http://www.dent-machida.com）でも受け付けます。なお、参加の可否について、ハガキまたはメールでお知らせします。
※詳細は町田市歯科医師会（☎726・8018）へ。

問健康課☎725・5471

日野原重明氏

スポーツ

スポーツ課☎724・4036

町田市体育指導委員会主催
ネオテニス講習会

ネオテニスは、バドミントンのラケットとスポンジ製のボールを使用し、子どもから高齢者まで簡単に始められるニュースポーツです。

○対象　市内在住、在勤、在学の小学3年生以上の方
○日時　9月22日（土）午後1時～4時30分
○会場　小山ケ丘小学校体育館
○内容　基本技術・練習試合
○定員　30人
○費用　100円（当日徴収）
○申し込み　往復ハガキに「ネオテニス講習会申し込み」と記入し、住所・氏名（ふりがな）・生年月日・電話番号を明記して、9月8日まで（消印有効）にスポーツ課（〒194－0022、森野1－33－10）へ。

体育施設指定管理者・スポーツ振興公社、体育協会事務局（〒194－0045、南成瀬5－12、総合体育館内、☎724・3440）

小田急杯 町田市家庭婦人
バレーボール大会

○対象　市内在住の既婚の家庭婦人で構成されたチーム
○日時　10月20日（土）午前9時10分から受付
○会場　総合体育館
○チーム編成　監督、コーチ、マネージャー各1人、選手15人以内で編成されたチーム
○競技方法　9人制、トーナメント戦
○費用　1チーム5500円（代表者会議に持参して下さい）
○申し込み　申込書（総合体育館にあります）に必要事項を記入し、8月31日午後5時までにスポーツ振興公社へ。
※代表者会議を9月21日（金）午前10時から総合体育館第一会議室で行います。

スポーツ教室

【中高齢者ヨーガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の40歳以上の方
○期日　9月20日～10月25日（10月23日を除く）の毎週火・木曜日（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（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　3400円

【地区親子体操教室】

○対象　市内在住の2歳半～3歳（教室初日）の幼児とその保護者
○日時　9月21日～11月30日（11月23日を除く）の毎週金曜日（全10回）
○時間　午後1時30分～2時30分
○会場　旧忠生第五小学校
○定員　25組（定員を超えた場合は、忠生地区在住で初参加者優先のうえ抽選）
○費用　4700円

【初心者健康太極拳教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月25日～10月12日（9月28日を除く）の毎週火・金曜日（全5回）
○時間　午前10時～11時30分
○会場　総合体育館
○定員　50人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1800円

【水中エアロA】

音楽に合わせて楽しく踊りながら、体力作り、ダイエットに最適です。

○期日　9月4日、11日、25日（いずれも火曜日、全3回）
○時間　午前11時～11時50分

【水中ウォーク・ストレッチ】

水の浮力を利用した全身運動です。泳げない方、初めての方にお勧めです。

○期日　9月7日、14日、21日、28日（いずれも金曜日、全4回）
○時間　午前10時～10時50分
○定員　各レッスン30人
○費用　1回（50分）800円

市立室内プール利用できません

9月23日（祝）は町田市民体育祭第29回町田市水泳競技大会のためプールの一般利用はできません。トレーニング室は通常どおり利用できます。

問市立室内プール☎792・7761

町田市トランポリン競技会

○対象　市内在住、在勤、在学、在園または市内のクラブ・サークルに在籍している方
○日時　9月16日（日）午前9時から
○会場　サン町田旭体育館
○種目　①園児クラス②小学校低学年クラス③小学校高学年クラス④一般Bクラス⑤一般Aクラス⑥オープンクラス別の個人戦自由演技
※詳細は大会要項を参照下さい。
○申し込み　大会要項（総合体育館、サン町田旭体育館にあります）を参照のうえ9月7日まで（必着）に申し込んで下さい。

問体育協会事務局

室内プール自主事業

申し込みは、午前10時／午後6時の間に電話で室内プールへ。定員になり次第締切ります。当日のレッスン開始15分前に受付にお集まり下さい。出欠と参加費を徴収します。

【水中ウォーキング】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月4日～25日（9月18日を除く）の毎週火・木曜日（全8回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1600円

【ダンスエクササイズ】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月5日～10月24日（9月19日を除く）の毎週水曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月6日～10月25日（9月20日を除く）の毎週木曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月7日～10月26日（9月21日を除く）の毎週金曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月8日～10月27日（9月22日を除く）の毎週土曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月8日～10月27日（9月22日を除く）の毎週土曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月8日～10月27日（9月22日を除く）の毎週土曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月9日～10月28日（9月23日を除く）の毎週日曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月9日～10月28日（9月23日を除く）の毎週日曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月9日～10月28日（9月23日を除く）の毎週日曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月10日～10月29日（9月24日を除く）の毎週月曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月10日～10月29日（9月24日を除く）の毎週月曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月10日～10月29日（9月24日を除く）の毎週月曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月11日～10月30日（9月25日を除く）の毎週火曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月11日～10月30日（9月25日を除く）の毎週火曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月11日～10月30日（9月25日を除く）の毎週火曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月12日～10月31日（9月26日を除く）の毎週水曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月12日～10月31日（9月26日を除く）の毎週水曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月12日～10月31日（9月26日を除く）の毎週水曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月13日～10月25日（9月27日を除く）の毎週木曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月13日～10月25日（9月27日を除く）の毎週木曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月13日～10月25日（9月27日を除く）の毎週木曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月14日～10月26日（9月28日を除く）の毎週金曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月14日～10月26日（9月28日を除く）の毎週金曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月14日～10月26日（9月28日を除く）の毎週金曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月15日～10月27日（9月29日を除く）の毎週土曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月15日～10月27日（9月29日を除く）の毎週土曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月15日～10月27日（9月29日を除く）の毎週土曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月16日～10月28日（9月30日を除く）の毎週日曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月16日～10月28日（9月30日を除く）の毎週日曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月16日～10月28日（9月30日を除く）の毎週日曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月17日～10月29日（9月24日を除く）の毎週月曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月17日～10月29日（9月24日を除く）の毎週月曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月17日～10月29日（9月24日を除く）の毎週月曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月18日～10月30日（9月25日を除く）の毎週火曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月18日～10月30日（9月25日を除く）の毎週火曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月18日～10月30日（9月25日を除く）の毎週火曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月19日～10月31日（9月26日を除く）の毎週水曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月19日～10月31日（9月26日を除く）の毎週水曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月19日～10月31日（9月26日を除く）の毎週水曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月20日～10月29日（9月23日を除く）の毎週木曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月20日～10月29日（9月23日を除く）の毎週木曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月20日～10月29日（9月23日を除く）の毎週木曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月21日～10月30日（9月24日を除く）の毎週金曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月21日～10月30日（9月24日を除く）の毎週金曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月21日～10月30日（9月24日を除く）の毎週金曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月22日～10月31日（9月25日を除く）の毎週土曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月22日～10月31日（9月25日を除く）の毎週土曜日（全7回）
○時間　午後2時～3時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ヨガ教室】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月22日～10月31日（9月25日を除く）の毎週土曜日（全7回）
○時間　午後3時～4時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトバレーボール】

○対象　市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
○期日　9月23日～10月30日（9月26日を除く）の毎週日曜日（全7回）
○時間　午後1時～2時
○会場　総合体育館
○定員　30人（定員を超えた場合は、初参加者優先のうえ抽選）
○費用　1400円

【ソフトエアロビクス】