

元気高齢者 筋力トレーニング

介護予防の取り組みとして、高齢者に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、週2回、約3か月間の運動指導を行います。

左表の日程で行います。

対象 65歳以上の方(70歳以上の方歓迎)で、介護認定を受けていない方。また、原則、全トレーニングに参加可能な方

特にトレーニング初回から連続して4回以上参加できる方。

元気高齢者筋力トレーニング日程表

会場	トレーニング曜日(毎週)	トレーニング時間	トレーニング初日
ワールドウィング町田(森野1-25-19)	水・日曜日	午前10時30分～正午	1月16日(水)
		午後2時30分～4時	
ワールドウィング町田アネックス相模原(相模原市清新5-24-12)	火・金曜日	午後1時～2時30分	1月18日(金)
		午後2時30分～4時	

事前説明会 1月11日(金) 午前10時から市役所本庁舎地下特別会議室で説明会を行います。

定員 各会場20人(抽選) 費用 7500円

申し込み 12月17日までに町田市コールセンター(☎724・5656)へ。

抽選の結果については12月26日(金)までにご郵送で通知します。

催し

わくわく講座日程表(1月期～3月期)

プログラム名	期間	曜日	定員	送迎	会場
つるし雑講座	1月21日～3月24日(2月11日はお休み)	月曜日(毎週)	15人	あり	小山市民センター
今昔暮らしのなるほど講座	1月22日～3月18日	火曜日(毎週)	20人	なし	健康福祉会館
俳句講座	1月24日～3月20日	木曜日(毎週)	20人	なし	健康福祉会館
脳のトレーニング講座	1月25日～3月21日	金曜日(毎週)	20人	あり	あおぞら会館(成瀬)
発声と歌声講座	1月22日～3月18日	火曜日(毎週)	15人	あり	あおぞら会館(成瀬)
癒しの水墨画講座	1月23日～3月19日	水曜日(毎週)	15人	あり	あおぞら会館(成瀬)
本格大人のぬり絵講座	1月24日～3月27日(3月20日はお休み)	木曜日(毎週)	20人	あり	あおぞら会館(成瀬)

高齢者のための わくわく講座

趣味と仲間づくりのための楽しい教養講座(全9回)です。

右表の日程で行います。

対象 市内在住の65歳以上の方

時間 午後1時30分～3時30分

費用 1回250円程度の実費負担あり

定員を超える申し込みがあったときは、抽選です。

申し込み 右表の中から希望のプログラムを選び、12月11日正午～17日に町田市コールセンター(☎724・5656)へ。

結果は12月26日(金)までにご郵送で通知します。

市民企画講座

【「市民力」養成講座】

期日 1月12日、26日、2月16日、23日いずれも土曜日

時間 午後1時30分～4時30分(2月16日は午後6時30分～9時30分)

会場 まちだ中央公民館

内容 行政との「協働・参画」を進めていくうえで欠かせない「市民力」のパワーアップを図り、新しい公共のあり方を考えます。詳細は、公民館や市内各施設で配布しているチラシや、町田市ホームページをご覧ください。

講師 (特)男女共同参画おたね理事・牟田静香氏ほか

期日 1月29日～2月26日

町田市民ホール事業

町田市民ホール ☎728・4300

※電話はおかけ間違いのないようお願いいたします。

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

町田市体育協会、(財)町田市文化・国際交流財団共催事業

日本シリーズ優勝・中日ドラゴンズ監督

「オレ流」

落合博満講演会

1月25日(金) 午後6時30分開演

大学生以下 500円 (税込、全席指定)

サイン入り色紙・バット・ボールなど豪華賞品が当たる抽選会もあります。

6歳以上のお子さんから入場できます。

【12月14日午前8時30分から電話予約受付開始】



落合博満氏

「はるのつた」合唱コンサート

1月19日(土) 午後2時開演

定員 188人(申し込み順)

出演 コール・せせらぎ、混声合唱団BOSCO、サルビア合唱団、ほかからコーラス

予定曲目 蝙蝠のワルツ(ヨハン・シュトラウス作曲)、夢みたものは(木下牧子作曲)、森の道(Bixio作曲)ほか

【「市民力」養成講座】

期日 1月12日、26日、2月16日、23日いずれも土曜日

時間 午後1時30分～4時30分(2月16日は午後6時30分～9時30分)

会場 まちだ中央公民館

内容 行政との「協働・参画」を進めていくうえで欠かせない「市民力」のパワーアップを図り、新しい公共のあり方を考えます。詳細は、公民館や市内各施設で配布しているチラシや、町田市ホームページをご覧ください。

講師 (特)男女共同参画おたね理事・牟田静香氏ほか

期日 1月29日～2月26日

やむを得ぬ事情により曲目等を変更する場合がありますので、あらかじめご了承下さい。

6歳以上のお子さんから入場できます。

【12月12日正午から電話予約受付開始】

入場希望の方は電話で町田市コールセンター(☎724・5656)へ。

市制50周年記念

(特)町田市芸術協会(町田バレエ連盟)、(財)町田市文化・国際交流財団共催事業

2008年第8回まちだ全国バレエコンクール開催記念

ポリシヨイ&ロシア国立バレエガラ・コンサート

白鳥の湖 第二幕 よりアタージュ、ナヤダと漁夫、バ・ド・カトル、ちようちようよりアダージオ、メロデーア、タンゴ、カチューシャ、カルカヴァンカ、ドドンキホーテよりゲラン・パほか

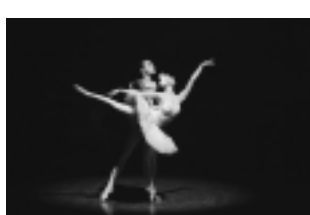
出演 千野真沙美、ポリシヨイ&ロシア国立バレエ、ソリストほか、町田バレエ連盟、バレエTAMA

やむを得ぬ事情により上演曲目、出演ダンサーが変更になる可能性がありますので、あらかじめご了承下さい。

市制50周年記念により、通常料金の約半額となっております。

【12月12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コールセンター(☎728・4300)へ。



第3回 フリマヴェーラ・ガラ

オペラの楽しみ方が倍増する様々なお話を交えながら、オペラの名曲・名場面をお送りします。

3月20日(祝) 午後3時開演

3000円 (税込、全席自由)

小・中学生、高校生無料。

ただし、入場券が必要です。

出演 町田シティオペラ協会ソリスト&ピアノ会員

6歳以上のお子さんから入場できます。

【12月13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コールセンター(☎728・4300)へ。

初日は電話でのみの受付です。



【シルクスクリーン】

シルクスクリーンは、鮮やかな色彩と美しい諧調が魅力の版画技法です。

対象 未経験者、初心者の方

講師 版画家・天野純治氏

定員 10人

定員を超えた場合は市内在住、及び過去5年以内に同館

【「市民力」養成講座】

期日 1月12日、26日、2月16日、23日いずれも土曜日

時間 午後1時30分～4時30分(2月16日は午後6時30分～9時30分)

会場 まちだ中央公民館

内容 行政との「協働・参画」を進めていくうえで欠かせない「市民力」のパワーアップを図り、新しい公共のあり方を考えます。詳細は、公民館や市内各施設で配布しているチラシや、町田市ホームページをご覧ください。

講師 (特)男女共同参画おたね理事・牟田静香氏ほか

期日 1月29日～2月26日

主催の講座を受けていない方を優先のうえ、抽選します。

費用 1万8000円

申し込み 往復ハガキの往信面に、講座名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・年齢(講座の内容進行に必要・記入は任意)を明記して、12月21日まで(必着)に国際版画美術館普及係(〒194・0013、原町田4・28・1、☎726・2889)へ。