

催し

元氣高齢者 筋力トレーニング

介護予防のきっかけづくりとして、専門の知識を有するスタッフが、全20回の運動指導を行います。

対象 65歳以上(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。

事前説明会 5月16日(金) 午前9時30分から説明会を行います。説明会会場については通知でお知らせします。

定員 各15人程度(抽選) 費用 7500円(別途傷害保険料500円程度)

申し込み 5月7日までに町田市コールセンター(☎724・5656)へ。ご希望のグループ名(第一希望・第二希望)をお知らせください。

元氣高齢者筋力トレーニング日程表

Table with columns: 会場, グループ名, 曜日(毎週2回), 時間, トレーニング初日

学童保育クラブ子育て支援事業 親子あそび

お話会や工作など、毎回楽しい遊びを準備しています。詳細は、各施設にお問い合わせ下さい。

Table with columns: 活動名, 施設名, 開放日時

二希望)をお申し込み下さい。抽選結果は5月12日ごろまでに郵送で通知します。

持病のある方や医師から運動制限を指導されている方は、主治医に参加の可否を確認していただきます。

対象 小学生18歳の方 日時 5月17日(土)午後2時~4時

会場 南大谷子どもクラブ 定員 15人(申し込み順)

費用 3500円(当日徴収) 申し込み 5月1日午前10時から直接または電話で南大谷子どもクラブ(☎739・6791)へ。

南大谷子どもクラブ・高学年 定例活動グループ 「チャレンジクッキング」

対象 小学4年生~18歳の方 期間 5月10日(土)~2009年3月の毎月1回土曜日(5月10日は午後2時~4時)

内容 初回にクッキー作りながら、活動内容についてみんなで話し合います。

定員 15人(申し込み順) 費用 毎回材料費実費(5月10日=50円)

申し込み 5月1日午前10時から直接または電話で南大谷子どもクラブ(☎739・6791)へ。

市制50周年記念 ばあん誕生祭

直接会場へおいで下さい。対象 18歳までの子ども(未就学児は、保護者と参加)

スポーツ

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、☎7243440)

地区親子体操教室

対象 市内在住で2歳半~3歳(教室初日)の幼児とその保護者

期間 5月30日~7月18日の毎週金曜日、全8回

時間 午前10時~11時 会場 ひなた村

定員 20組 費用 3800円

申し込み 往復ハガキ(1組1枚)に教室名・住所・氏名

市民ウォーキング大会

歩きやすい服装と履物で直接集合場所へおいで下さい。

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500円、会員2000円(当日徴収)

75歳以上の会員は無料。持ち物 弁当・水筒・雨具

【若葉の源流・里山】日時 5月11日(日)午前8時50分集合

市民ウォーキング 初心者講習会

歩きやすい服装と履き慣れた靴で直接会場へおいで下さい。

対象 市内在住の小学生以上の方

日時 5月10日(土)午前9時~11時

会場 サン町田旭体育館

内容 ウォーキングの基本(楽しい・正しい歩き方) 費用 1人1000円(当日徴収)

バドミントン シングルス大会

対象 市内在住、在勤、在学の高校生以上の方及び連盟登録者

日時 6月15日(日)午前9時から受付

会場 総合体育館

種目 シングルス個人戦(男女とも1部・2部・3部・壮年の部)

1部=各大会上位入賞者及び希望者、2部=1部以外の方、3部=バドミントンを始めて3年以内の方及び2部2回戦敗退者程度の方、壮年の部=男女とも45歳以上の方(大会当日の年齢)

室内プール・スポーツ教室

Table with columns: 教室名, 対象, 日時・会場, 定員, 費用, 申し込み

室内プール 特別休館のお知らせ

5月16日(金)~24日(土)は、町田リサイクル文化センター焼却炉の法定点検のため、プール・トレーニング室の一般利用はできません。

5月無料水泳教室

当日レッスン開始10分前に室内プールへ直接おいでになり25mプールで申し込みをして下さい。

【レディースコース】対象 初級・中級者で16歳以上の女性の方

日時 5月2日、9日、30日、いずれも金曜日

時間 午前11時10分~正午 定員 約30人