

催し

まちだ市民大学HATS 公開講座

「こころ」とからだの健康学上手な睡眠のとり方」
対市内在住、在勤、在学の方
日10月11日(土)午前10時〜正午

場生涯学習センター
「生活習慣病と睡眠の関係」必要な睡眠のとり方
講東京慈恵会医科大学准教授・小曾根基裕氏

定119人(申し込み順)
申9月11日正午〜30日に電話でイベントダイヤル(☎724-5656)へ。

場生涯学習センター☎728-0071 FAX728-0007
3

中央図書館10月8日は 皆既月食を見よう!

専門家から皆既月食についてお話しいただいた後、希望者は望遠鏡での観察を行います(雨天時は講演のみ)。
※中学生以下は保護者の同伴が必要です。

日10月8日(水)、午後5時30分〜6時30分II講演と実験、午後6時45分〜7時45分II観察(時間内に順番に案内)

場同館
講(株)五藤光学研究所・小林則子氏

定90人(申し込み順)

申9月12日正午〜10月3日に電話でイベントダイヤル(☎724-5656)へ(申し込みは4人まで)。

場同館☎728-8220 FAX

729・6160

生涯学習センター 市民企画講座

「ロコモ体操〜百まで歩く足腰づくり」

貯筋運動と真向法を組み合わせたロコモ体操を学び、楽に歩ける足腰を作ります。
対市内在住の軽い体操を行える方

日10月16日、30日、11月6日、20日、27日、いずれも木曜日午後2時〜4時、全5回

場生涯学習センター
講和光大学教授・矢田秀昭氏、ロコモ体操指導士・眞下清氏 他

定30人(申し込み順)
申9月11日午前9時から電話またはFAXで同センター(☎728-0007 FAX728-0073)へ。

町田市自然休暇村 秋のトレッキング ツア

1日目は横尾山を、2日目は自然休暇村周辺の林道を、それぞれ約3時間歩きます。
対市内在住、在勤、在学の方と同伴者

日10月21日(火)午前8時〜22日(水)午後5時ごろ、1泊2日、集合は町田ターミナルプラザ

場自然休暇村(長野県南佐久郡川上村)

定40人(申し込み順)

※最少催行人数は35人です。
費1人1万5800円(交通費、宿泊費、1日目昼食〜2日目昼食、ガイド料、保険料等)

申9月11日午前9時から電話で自然休暇村(☎0120・

55・2838)へ。

成瀬から町田周辺を訪ねる ガイドウォーク

日10月16日(木)午前9時〜午後3時ごろ、集合はJR横浜線成瀬駅改札前、解散は町田駅前(小雨実施)

コース堂之坂公苑〜なすな原公園〜成瀬尾根(山吹緑地)〜東雲寺〜城山公園〜高ヶ坂遺跡〜芹ヶ谷公園

定25人(申し込み順)
費1000円(資料代・保険料・ガイド料等)

申参加者住所・氏名(ふりがな)・電話番号・生年月日・性別を明記し、FAXで町田ツリーストギャラリー(FAX850-9312)へ。町田市観光コンベンション協会ホームページで申し込み可。

場町田ツリーストギャラリー☎850-9311(受付時間11時〜19時)

町田市産業観光課☎724-2128 FAX050-3101・9615

なたね油しぼり 実演と販売

野津田町の七国山地区で栽培しているなたねから、油をしぼります。
油は、425gビン1本800円で販売します。

日9月20日(土)、販売時間11時〜13時

場ふるさと農具館
問同館☎736-8380

文学館まつり〜文学フリーマーケット町田 参加者募集

自宅に眠る古本や、本に関する雑貨を販売しませんか。

日10月26日(日)午前10時〜午後4時(出店決定者は10月4日に説明会を予定)

場町田市民文学館1階駐車場
3421へ。

定16組(申し込み順)
申9月12日午前9時〜26日午後5時に電話で同館(☎739-3420)へ。FAXでのお問い合わせは☎739-3421へ。

学校温水プールからの お知らせ
町田第一中学校温水プールは学校行事のため、9月13日(土)の利用時間が午後6時30分〜9時となります。

水深変更・臨時休館
鶴川第一小学校の建替工事に伴い、9月16日(火)〜10月9日(木)の間、鶴川中学校温水プールで同小学校のプール授業が行われます。

また、水深と水温を調整するため、10月10日(金)は臨時休館します。

問開放時間内II各温水プール管理事務所(町田一中☎727-7009、鶴中☎736-0591)、開放時間外IIスポーツ振興課☎724-4036 FAX050-3101・0488



スポーツ施設からのお知らせ

詳細は各施設へお問い合わせ下さい

Table with 5 columns: 施設名, 種目・教室名, 日時/内容/費用/定員, 対象, 申し込み. Rows include 家庭婦人バレーボール秋季大会, トレーニングルーム1日無料開放, よちよち親子体操教室, てくてく親子体操教室, 親子体操2期, 小学生硬式テニス教室, プロテニスクリニック.

町田市体育協会からのお知らせ

問町田市体育協会事務局(〒194-0045 南成瀬5-12 総合体育館内 ☎724-3443)

Table with 5 columns: 種目・教室名, 日時/会場/費用/定員, 対象, 申し込み. Rows include 市民ウォーキング「多摩横山の道II(西順路)」, 秋桜射会フィールドアーチェリー, ダイエットボクシング教室, ジュニア育成地域推進事業・ジュニアボクシング教室, 市民体育祭柔道大会, 市民体育祭バドミントン大会.

教室・大会の実施要項、申込用紙は総合体育館とサン町田旭体育館にあります。また、町田市体育協会のホームページ(http://www.machida-taikyo.com)でダウンロードもできます。会員の費用は変わる場合があります。詳細はホームページまたは町田市体育協会へお問い合わせ下さい。

対高校生以上の方(専門業者の参加は不可)
日10月26日(日)午前10時〜午後4時(出店決定者は10月4日に説明会を予定)

プール秋祭2014
当日は、終日施設を無料でご利用できます。また、「スポーツの秋」をテーマに館内各所でさまざまなイベントを開催します。
※直接会場へお問い合わせ下さい。
日9月15日(祝)午前9時〜午後9時
場室内プール
問室内プール☎792-7761