

催し・講座

まちだの体力向上プロジェクト

いずれも中央図書館と共催です。
【女性の体幹トレーニング教室】
 ①50歳以上の女性②20～49歳の女性
 ①10月14日(土)午前10時～11時
 ②10月21日(土)午後1時～2時
 家でできる体幹トレーニング
 定各30人(申し込み順)
 費各100円(保険料)

①10月4日正午～11日にイベントダイヤル(☎724・5656📄171004A)へ。
【親子の運動遊び教室】
 ③～5歳児とその保護者
 ①10月14日(土)午前11時30分～午後0時30分②10月21日(土)午後2時30分～3時30分
 親子でできる運動遊び
 定各15組(申し込み順)
 費各200円(保険料)
 ①10月4日正午～11日にイベントダイヤル(☎724・5656📄171004B)へ。

◇
場中央図書館
問スポーツ振興課☎724・4036
秋季東京都高等学校野球大会・本大会が開催
高校野球大会
 1次予選を勝ち上がったチームが、都内の各会場で対戦します。今年度から小野路球場も会場となり、熱戦が繰り広げられます。
 ①10月7日(土)～9日(祝)、14日(土)、15日(日)、第1試合=午前10時から、第2試合=午後0時30分から(天候によ

り時間変更の場合も有り)
 ※予備日は10月10日、11日です。
場小野路球場
 ※駐車場は1時間まで無料、それ以降は別途料金がかかります(大型は要事前申請)。
 費800円(高校・大学生500円、中学生以下無料)
 ※対戦カードは、10月2日の抽選会で決定します。詳細は、(一財)東京都高等学校野球連盟ホームページでご確認下さい。
問スポーツ振興課☎724・4036

情報コーナー

●(一社)東京バス協会～東京都シルバーバス新規購入のご案内
 70歳以上の都民の方は、都内を運行している民営バス等を利用できる「東京都シルバーバス(平成30年9月30日まで有効)」を購入することができます(毎年9月に更新が必要) ①

・費①住民税が課税で前年の合計所得金額が125万円を超える方=2万510円②住民税が非課税または前年の合計所得金額(長期譲渡所得または短期譲渡所得に係る特別控除の適用がある場合は、合計所得金額から特別控除額を控除して得た額)が125万円以下の方=1000円③住所・氏名・生年月日を確認できる書類と、②は所得が確認できる書類(住民

税課税非課税証明書等)をお持ちのうち、直接神奈川中央交通町田営業所・町田駅前サービスセンター・町田ターミナルサービスセンター等の都内シルバーバス取り扱い窓口へ(必要書類に不足がある場合、手続きができません) / 特別控除の適用がある場合は、必要書類が異なる場合がありますのでお問い合わせを☎東京バス協会シルバーバス専用電話(☎

03・5308・6950、受付時間=土・日曜日、祝休日を除く午前9時～午後5時)
 ●町田市シルバー人材センター～入会説明会
 ①市内在住の60歳以上の、健康で働く意欲のある方②10月10日、11月13日、いずれも午後1時30分から③わくわくプラザ町田3階④同センター☎723・2147

イベントカレンダー

詳細は、各施設へお問い合わせいただくか、各ホームページをご覧ください。

●市立総合体育館
【①ビューティーボディ体操教室】

①市内在住、在勤、在学の18歳以上60歳未満の女性②11月1日～29日の水曜日、午前9時15分～10時15分、午前10時30分～11時30分、各全5回③定各50人(抽選)④費各1700円

【②脳を鍛えるリフレッシュ体操教室】

①市内在住、在勤のおおむね60歳以上の方②11月8日～29日の水曜日、午前10時～11時30分、全4回③定20人(抽選)④費1000円

◇
申往復ハガキ(1人に1枚)に、必要事項を明記し、①10月8日まで②10月15日まで(いずれも消印有効)に同館へ(同館ホームページで申し込みも可)③問同館☎724・3440

●サン町田旭体育館～自重トレーニング

①市内在住、在勤、在学の18歳以上の方②10月4日～2018年3月14日の毎週水曜日、午後0時15分～1時(祝休日、大会開催日等を除く)③費大人300円、65歳以上・障がい者100円(施設利用料) / 別途公開指導料として100円が必要④問同館☎720・0611

●市立室内プール【お知らせ】

日本マスターズ水泳長距離大会のため、11月4日(土)、5日(日)は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可)。なお、大会前日は、50mプールが高水位(1.4m～1.7m)となり、水温が1～2度ほど低くなりますので、ご注意ください。

【早朝公開のお知らせ】

室内プールでは、毎月最終月曜日の午前6時から、プール(トレーニング室を含む)を開館する「早朝公開」を試験的に実施しています(トレーニング室を初めて利用する方は、前日までにビギナートレーニングの受講が必要)①10月30日(月)午前6時から②費大人300円、65歳以上・障がい者100円、中学生以下無料

◇
問同プール☎792・7761

●町田市フォトサロン**【写真と水彩画スケッチ講習会】**

水彩画のスケッチ、写真の撮影から作品展の開催までを体験する講座です。作品展は、2018年1月10日～15日に同サロンで開催します / 町田市美術協会と共催①20歳以上の初心者②11月19日(日)午前9時30分～正午③場忠生公園(忠生がにや自然館)④講写真=町田市美術協会・小川洸氏、水彩画スケッチ=同協会・古賀邑美氏⑤定20人(抽選)⑥費1000円(保険料・作品展示費等)⑦申往復ハガキに住所・氏名・電話番号・参加希望講習(写真/スケッチ)を明記し、10月20日まで(必着)に町田市フォトサロン講習会係(〒195-0063、野津町田3272、薬師池公園内)へ

【ダリア撮影会】

秋に咲くダリアの花々を撮影してみませんか / 入園料が必要です①10月8日(日)午前10時～正午(小雨実施)②場町田ダリア園

【写真展～写真でめぐる世界の旅2017】

海外旅行で撮影した作品を、撮影した方のコメントとともに展示します①10月11日(火)～16日(月)②場町田市フォトサロン2階展示室

◇
問同サロン☎736・8281

●かしの木山自然公園～自然観察会**【秋を彩る草花】**

①10月15日(日)午前9時30分～11時(雨天中止)②場・問同公園☎724・1660 / 駐車場はありません

●相原中央公園～小学生サッカー教室

FC町田ゼルビア所属コーチによるプロの基本指導サッカー教室です①市内在住、在学のスポーツ障害保険に加入している小学生②10月22日(日)午前9時～正午③場同公園中央グラウンド④定60人(申し込み順)⑤費300円⑥申10月10日までに電話で同公園管理事務所(☎772・1449、受付時間=午前9時～午後8時)へ

●忠生公園～秋の花と緑の交換会

草花や盆栽などの鉢物を持ち寄り、交換し合いませんか(1人10点まで、出品できる植物は鉢植えに限る) / 植物名を記載したラベルをつけて出品して下さい(ポット苗での出品は不可)①10月26日(土)午前9時30分～11時(受け付けは午前9時～9時30分、小雨実施)②場同公園芝生広場③問同公園☎792・1326

●小野路公園～雑木林管理講習会(入門編)

①両日参加できる方②11月8日(火)、9日(水)、いずれも午前10時～午後3時③場同公園④雑木林の保全・再生を安全で効率よく行うために必要となる基本的な管理技術(安全管理、道具の手入れ、ロープワーク、刈払い機の使い方と実習、竹の伐採と整理方法、落ち葉清掃と堆肥置き場づくり等)を学ぶ⑤講(特)いきいきまちだ⑥定10人程度(申し込み順)⑦申10月20日までに、電話で同公園管理事務所(☎737・3420、受付時間=午前9時～

午後5時、土・日曜日、祝日も可)へ

●小野路宿里山交流館**【①秋の里山フットパスガイドウォーク】**

①10月17日(火)午前10時～午後3時(小雨実施)、集合は別所バス停②定20人(申し込み順)

【②奈良ばい谷戸を訪れてみよう】

(特)まちだ結の里のガイドのもと、「関東・水と緑のネットワーク拠点百選」に選ばれた奈良ばい谷戸を歩きます①10月24日(火)午前9時～午後1時(小雨実施)、集合は扇橋バス停②定20人(申し込み順)

【③うどん作り教室】

①10月27日(金)午前10時30分～正午②定8人(申し込み順)

◇
 費①②1500円(ガイド料、保険料、資料代、昼食代)③1000円(材料代)④申10月4日正午からイベントダイヤル(☎724・5656📄①171004C②171004D③171004E)へ⑤問同館☎860・4835

暮らしに関する相談

予約制の相談は、電話で①～⑧市民相談室(☎724・2102)⑨八王子少年センター(☎042・679・1082)へ⑩市内在住の方(②、⑩を除く) 市HP暮らしに関する相談 🔍検索

名称	日程	予約方法/相談時間
①法律相談	月～金曜日(9日を除く)	前週の金曜日から電話で予約
②交通事故相談	11日(火)	相談日の1週間前から電話で予約/午後1時30分～4時
③人権身の上相談(人権侵害などの問題)	6日、13日(金)	電話予約制(随時)/午後1時30分～4時
④国税相談	3日(火)	電話予約制(次回分まで受け付け)/午後1時30分～4時
⑤不動産相談	10日(火)	
⑥登記相談	5日(木)	
⑦行政手続相談	12日(木)	
⑧年金・社会保険・労務相談	4日(水)	事前に電話で八王子少年センターへ/午前9時～午後4時
⑨少年相談	10日(火)	
⑩国の行政相談	3日(火)	直接市民相談室(市庁舎1階)へ/午後1時30分～4時
⑪建築・耐震相談	4日(水)	電話で男女平等推進センター相談専用電話(☎721・4842)へ/午前9時30分～午後4時(水曜日のみ午後1時～8時[第3水曜日は除く]) ※法律相談有り=要予約
⑫電話による女性悩みごと相談(家庭、人間関係、女性への暴力)	月～土曜日	

各種相談別冊タウンページ 町田市わたしの便利帳6～9ページを参照