

稲城長峰ヴェルディフィールド

|   | 教室名                   | 期日                             | 締切日      | 対象         | 時間           | 定員  | 参加費          |
|---|-----------------------|--------------------------------|----------|------------|--------------|-----|--------------|
| ① | グラウンドゴルフ体験会           | 1月17日(金)<br>2月 7日(金)<br>21日(金) | 当日受付可    | どなたでも      | 午前9時～11時     | 50人 | 1回<br>300円   |
| ② | 一般開放個人参加フットサル(フットサル場) | 1月18日(土)<br>2月 1日(土)<br>15日(土) | 前日締切     | 満16歳以上     | 午後5時～7時      | 30人 | 1回<br>500円   |
| ③ | レディースミニサッカーDAY        | 2月13日(木)                       | 1月31日(金) | 女性         | 午前9時半～11時    | 20人 | 800円         |
| ④ | 親子サッカー教室              | 2月22日(土)                       | 2月18日(火) | 年中・年長クラス   | 午前9時10分～10時  | 20組 | 1組<br>1,000円 |
| ⑤ |                       |                                |          | 小学1・2年生クラス | 午前10時10分～11時 | 20組 | 1組<br>1,000円 |

※教室は申込制となります。申込フォームまたは直接管理棟受付でお申込みください。(グラウンドゴルフのみFAX可)  
※雨天及びキャンセルが相次いだ場合、開催が中止となることがあります。  
※申込フォームは稲城長峰ヴェルディフィールド「教室・イベント」ページにあります。(の教室情報は毎月15日に更新予定です。)  
※親子サッカー教室は参加人数により開催時間が増減となる場合があります。

あつまれ稲城長峰ヴェルディフィールド

スポーツ教室の参加者を募集します。

▽会場 稲城長峰ヴェルディフィールド

▽内容 左表のとおり

▽持ち物 参加決定通知またはHPにてご確認ください。

▽申込方法 HPの申込フォームまたは窓口で直接申し込み※申込多数の場合抽選

▽主催 東京ヴェルディグループ

▽申込・問合せ 稲城長峰ヴェルディフィールド



お父さんのためのNPプログラム

もみの木保育園若葉台

父親同士で子育ての苦労や悩みを話し合える親支援プログラム。

▼期日 1月25日～3月1日の土曜日(全6回)▼時間 午前10時～正午▼会場 もみの木保育園若葉台▼対象 0～5歳児のお父さん▼参加費 無料▼その他 保育あり(無料)7か月児・未就学児▼連絡先 もみの木保育園若葉台 ☎(350)6300

## 催し物

総合型 地域スポーツ クラブ

【参加申し込みについて】  
▶申込期間 毎月16日の正午から各開催日の3日前まで。体験は希望日を明記してください(先着順)。  
▶申込・問合せ ホームページ(https://www.inagi-iclub.org/)からお申込みください。  
✉info@inagi-iclub.org ☎331-8866(火～金 正午～午後4時)

参加申込

| 事業名・内容                                               | 期日                                                                                                       | 時間         | 対象     | 定員  | 費用                                                 | 会場    | 講師                                  | 持ち物                             |
|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------|-----|----------------------------------------------------|-------|-------------------------------------|---------------------------------|
| ボクシングエクササイズ(体験あり)<br>フットワークからシャドーボクシングまで音楽に合わせて動きます。 | 毎週金曜日                                                                                                    | 午前10時～11時  | 満16歳以上 | 若干名 | 体験(1回のみ) 550円<br>※通常レッスン<br>会員1回 550円<br>一般1回 850円 | 総合体育館 | 茂呂 一雄氏<br>(ボクシング教育ディレクター)           | 運動できる服装<br>室内用運動靴<br>飲み物<br>タオル |
| ズンバ(体験あり)<br>ラテン系の音楽に乗って、楽しく身体を動かす、ダンス系エクササイズです。     | 毎月第1・3・(5)月曜日                                                                                            | 午後1時15分～2時 | 満20歳以上 | 若干名 | 体験(1回のみ) 550円<br>※通常レッスン<br>会員1回 550円<br>一般1回 850円 | 総合体育館 | 土井 真由苗氏                             | 運動できる服装<br>室内用運動靴<br>飲み物<br>タオル |
| 2月ボルダリング・スクール・教室・個人開放・体験会                            | iクラブホームページのボルダリングページ(右記)で内容をご確認ください。申込みは同ページ内「ボルダリング参加申込み」からお願いします。ただし、個人開放は当日iクラブ事務所(総合体育館2階)にて受付となります。 |            |        |     |                                                    | 総合体育館 | 一般社団法人 JAPAN OUTDOOR LIFE (JOL) 指導員 | 運動できる服装<br>室内用運動靴<br>飲み物<br>タオル |

プラザ主催事業

公演チケットはインターネット・電話・来館で予約・購入、講座はEメール・往復はがき・来館で申込ができます。  
※その他詳細については、iプラザ(https://iplaza.inagi.tokyo.jp/)及び市内公共施設に置いてある「iプラザインフォメーション」等をご参照ください。▷問合せ 稲城市立iプラザ ☎042-331-1720

| 公演名                                    | 日時                    | 料金等                         | 内容等                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------|-----------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ブroomジカ使節団メンバーによる早春を彩るパロック・アンサンブルコンサート | 3月2日(日) 午後2時開演(1時半開場) | 全席指定 一般 2,200円<br>※未就学児入場不可 | 【出演】圓谷俊貴(チェンバロ)、池田梨枝子(バロックヴァイオリン)、山本徹(バロックチェロ)、荒井豪(バロックオーボエ)<br>【予定曲目】G線上のアリア(J.S.バッハ)、無伴奏チェロ組曲第3番より(J.S.バッハ)、トリオ・ソナタ(プレシャネッロ) 他<br>バロック名曲選～奏者による楽器のお話と共に～<br>古くて新しい、古楽の魅力を存分にお届けするコンサート。なかなか生の演奏に触れることのない古楽器についてメンバーによる解説もあります。 |

| 講座名・受講料                                                                                                                                                                               | 日時                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| ＜生涯学習イベント＞「iプラザ みんなの写真展開催」～わたしの好きな時間～<br>一般公募を募り、皆様から素敵な写真作品を出展いただきました。デジタル画像が溢れる現在、あらためてプリントされた写真の魅力を感じてみませんか。お気軽にiプラザギャラリーへご来場ください。<br>場内に感想ノートを設置しています。皆様のご感想お待ちしております。<br>【入場料】無料 | 【展示期間】<br>2月16日(日)～2月24日(月・振)<br>午前10時～午後8時<br>*最終日のみ午後3時終了 |

iプラザ公式 Facebook もぜひご覧ください。 https://www.facebook.com/inagi.iplaza

パソコン講座

| 講座名・内容                                                                                                                                                                      | 開催日時                                                                                                                                                                                          | 参加費    | 定員                                                        | 申込                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| <b>ミニ講座</b><br>① <b>Zoom体験</b><br>オンライン会議“Zoom”への参加の仕方を体験する講座です。<br>② <b>パソコンで音楽</b><br>音楽CDからの取り込みとCDに書き込む方法を学びます。<br>③ <b>スマホ写真の取り込み</b><br>撮りためたスマホの写真をパソコンへ移動する方法を学びます。 | 1月25日(土)、2月22日(土)、<br>3月29日(土)<br>午後1時～2時半                                                                                                                                                    | 500円   | 開催日毎に<br>先着2人。<br>講座①～③<br>のどれか1<br>つを選択。                 | 開催日より前<br>のパソコン何<br>でも相談開催<br>日に、参加費<br>を添えてお申<br>し込みください。 |
| <b>ワードで絵手紙入門</b><br>特別な画像編集ソフトを使わず<br>ワードだけで絵手紙を作成する<br>方法を学びます。                                                                                                            | 1月23日(木)<br>午前9時45分～午後3時                                                                                                                                                                      | 1,000円 | 先着5人                                                      |                                                            |
| <b>Zoom入門</b><br>オンライン会議“Zoom”の会議<br>参加及び主催方法を学びます。                                                                                                                         | 2月15日(土)<br>午後1時～4時                                                                                                                                                                           |        |                                                           |                                                            |
| <b>ムービー入門</b><br>デジカメの写真動画を動画に編集し<br>て音楽を付け、映画の様に<br>楽しめます。                                                                                                                 | 3月27日(木)<br>午後1時～4時                                                                                                                                                                           |        |                                                           |                                                            |
| <b>パソコン何でも相談</b><br>パソコンのこと何でも相談でき<br>ます。相談時間は概ね1時間<br>です。お気軽にお越しください。                                                                                                      | 【1月】11日(土)、16日(木)、18日(土)、<br>25日(土)、30日(木)<br>【2月】8日(土)13日(木)、15日(土)、<br>20日(木)、22日(土)<br>【3月】6日(木)、8日(土)、<br>13日(木)、22日(土)、27日(木)、29日(土)<br>【4月】3日(木)、10日(木)、12日(土)、<br>17日(木)<br>午前9時半～11時半 | 無料     | 定員無し。<br>相談者が多<br>い時はお待ち<br>頂く事、<br>対応出来な<br>い事があ<br>ります。 | 申込不要                                                       |

ナレーション 加藤登紀子上映 時間76分▼連絡先 三宅 ☎080(9380)1178

第30回「いろいろばたのつどい」

語りの会「いろいろばた」

年に一度のつどいに、どうぞ皆様お気軽にお出かけ下さい。

▼期日 2月22日(土)▼時間 午後1時半～3時半▼会場 城山体験学習館▼対象 どなたでも

▼入場料 無料▼内容 昔話他

▼連絡先 荻原 ☎(378)8179

※夜間のみ

パソコン講座 パソコン楽らくクラブ

▼日時・内容等 左表のとおり

▼会場 中央文化センター▼対象 どなたでも▼持ち物 パソコン(持参できない場合は要相談)▼連絡先 梅田 ☎080(347

7)3418▼その他 HP: https://ipaso.moi.jp/は「ipaso」で検索できます。

白馬八方尾根でスキーを楽しみましょう C.S.C稲城

沢山滑った後はアルプスの麓で温泉に浸って疲れを癒します。

▼期日 3月1日(土)～3日(月)▼会場 八方尾根スキー場(宿泊白馬ピエモンヤマジウ)▼対象 どなたでも(小学生以下保護者同伴)▼参加費 三〇、〇〇円、小中学生は二八、〇〇円、宿泊(1泊2食付)・講習・傷害保険等込み▼その他 現地集合、現地解散。1泊短縮1万円引き 詳細・申込はHPより http://sites.google.com/view/cschonpage