

主催事業のご案内

中央公民館〔東長沼〕
(生涯学習課)
☎042-377-2121
FAX 042-379-0491

第二公民館〔矢野口〕
☎042-378-0567
FAX 042-378-0568

第三公民館〔平尾〕
☎042-331-0230
FAX 042-331-0229

第四公民館〔東長沼〕
☎042-377-4406
FAX 042-377-4488

城山公民館〔向陽台〕
☎042-379-5411
FAX 042-379-5288

郷土資料室〔平尾〕
☎&FAX 042-331-0660

野村不動産いなぎアリーナ
(総合体育館)
☎042-331-7151
FAX 042-331-7181

稲城長峰ヴェルディフィールド
☎042-401-3960
FAX 042-401-3961

スポーツ推進課
☎042-378-2111
FAX 042-379-3600

なるべく公共交通機関
をご利用ください。

よんぶんおもしろサロン みんなあつまれ！ 祭囃子体験

～稲城の郷土芸能を学ぼう～

お囃子(祭囃子)についての
話と実演のほか、実際に使用し
ている道具や楽器に触れること
ができ、お囃子体験もできる貴
重な講座です。親子・ご家族で
ぜひお越しください。

▽期日 12月6日(土)、7日(日)

▽時間 午前10時～11時半

▽会場 第四文化センター

▽対象 どなたでも※小学校低
学年以下は保護者同伴

▽定員 20人(先着順)

▽講師 大丸囃子保存会の皆さ
ん

▽参加費 無料

▽その他 タオル持参、動きや
すい服装で

▽申込方法 11月16日(日)午前10
時から下記申込フオー

ムにて受付

▽申込・問合せ 第
四公民館



シニア学級「ゆうゆう講座」
まだまだ元気な人生を
謳歌しましょう

人生100年時代、無理なく手軽
に実践できる老化防止策を学ん
で健康を維持しませんか。

▽期日・内容 下表のとおり

▽時間 午前10時～正午

▽会場 第三文化センター

▽対象 市内在住・在勤で概ね

市役所1階ロビー

川崎知己(写真)

▼期日・出展者 展示中～28日(金)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

シニア学級ゆうゆう講座

回	期日	内容	講師
1	12月3日(水)	こり固まった筋肉の緩め方	田中 知実氏(パーソナル・ヨガインストラクター)
2	12月10日(水)	認知症の理解とその予防について	高橋 幸太郎氏(いなぎ正吉苑 機能訓練指導員)
3	12月19日(金)	人生100年時代を元気に生きる腸活セミナー	今野 ちほ氏(加工食品診断士)
4	12月24日(水)	暮らしに笑いを～脳を元気に～	藤井 敬三氏(NPO法人「シニア大楽」理事長、日本笑い学会講師)

▽申込・問合せ 第三公民館

60歳以上の方(初めて参加する方優先)

▽定員 15人(申し込み多数の場合は抽選)

▽参加費 無料

▽材料費 1人五〇〇円(第3回のみ)

▽申込方法 11月18日(火)午前10時から、来館、電話または下記申込フォームにて受付

▽申込期限 11月30日(日)午後4時

▽会場 野村不動産いなぎアリーナ(総合体育館)

▽対象 16歳以上の方

▽受講料(傷害保険料込) 一括八、〇〇〇円(全10回)、シャトル代二、五〇〇円

▽申込方法 稲城市立公園内体育施設 Webより申込みまたは往復はがきに①氏名②住所③年齢④電話番号⑤希望教室名を記入し、野村不動産いなぎアリーナ(総合体育館)に郵送してください。※1教室につき往復はがき1通が必要となります。

▽申込期限 往復はがきは11月28日(金)必着 Web申込は初回レッスンの2日前まで

▽その他 申込多数の場合は抽選。抽選・キャンセル待ちの場合は市内優先。詳細は Webでご確認ください。

▽主催 みんなで彩る稲城のまち共同事業体

▽申込・問合せ 〒206-0821 稲城市長峰1の1 野村不動産いなぎアリーナ(総合体育館)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

野村不動産いなぎアリーナ スポーツ教室募集

スポーツ教室で健康・体力づくりをしませんか。初心者の方も大歓迎です。皆様のご参加をお待ちしております。

▽会場 野村不動産いなぎアリーナ(総合体育館)

▽対象 16歳以上の方

▽受講料(傷害保険料込) 一括八、〇〇〇円(全10回)、シャトル代二、五〇〇円

▽申込方法 稲城市立公園内体育施設 Webより申込みまたは往復はがきに①氏名②住所③年齢④電話番号⑤希望教室名を記入し、野村不動産いなぎアリーナ(総合体育館)に郵送してください。※1教室につき往復はがき1通が必要となります。

▽申込期限 往復はがきは11月28日(金)必着 Web申込は初回レッスンの2日前まで

▽その他 申込多数の場合は抽選。抽選・キャンセル待ちの場合は市内優先。詳細は Webでご確認ください。

▽主催 みんなで彩る稲城のまち共同事業体

▽申込・問合せ 〒206-0821 稲城市長峰1の1 野村不動産いなぎアリーナ(総合体育館)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

▼問合せ 稲城市芸術文化団体連合会 ☎070-55555(5)0889

12月1日(月)～12月26日(金) 荒木美智子(水彩画)

おとなの趣味時間 茗テラリウム

自分だけの癒しの空間を、小さなビンに閉じ込めてみませんか。

▽期日 12月20日(土)

▽時間 午前10時～正午

▽会場 第四文化センター

▽対象 市内在住・在勤・在学の成人(小さなお子さんと同室での受講はご遠慮ください)

▽定員 16人(先着順)

▽講師 佐藤とよみ氏(アトリエナチュラルクラフト主宰)

▽材料費 一、二〇〇円

▽持ち物 ハサミ、ピンセット

▽内容 左表のとおり

▽持ち物 参加決定通知または

(持っている方)、タオル、持ち帰りの袋

▽申込方法 11月17日(月)午前10時より下記申込フォームにて

▽申込期限 12月10日(水)

▽申込・問合せ 第四公民館

▽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

▽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

▽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

▽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

▽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

▽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

▽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

▽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

▽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

▽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

▽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

▽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

▽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

▽会場 稲城長峰ヴェルディフィールド

▽内容 左表のとおり

稲城長峰ヴェルディフィールド

教室名	期日	時間	対象	定員	参加費	申込期限
長峰グラウンドゴルフ交流会	11月21日(金) 12月 5日(金)	午前9時～11時	どなたでも	50人	1回 300円	当日まで受付可
一般開放個人参加フットサル(サッカー場)	12月 6日(土)	午後5時～7時	満16歳以上の方	30人	500円	開催日の前日
フットサル大会稲城長峰杯～冬～	12月 7日(日)	午前9時～午後1時	満16歳以上の5～8人で構成されたチーム	5 チーム	1チーム 8,000円	11月30日(日)
レディースミニサッカーDAY	12月11日(木)	午前9時半～11時	女性	20人	800円	11月30日(日)

※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、開催を中止することがあります。
※申込フォームは稲城長峰ヴェルディフィールド Web「教室・イベント」ページにあります。(Webの教室情報は毎月15日に更新予定です。)

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 i クラブ Web https://www.inagi-iclub.org/
▶問合せ ☎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
ヨガ (体験あり) ヨガで姿勢を整えましょう。バレエ指導者でもある講師が丁寧に指導します。	毎週水曜日	午前10時～11時15分	満20歳以上の方	若干名	初回体験 550円 会員1回 550円 一般1回 850円		保坂 咲恵氏 (IHTA認定ヨガ インストラクター2級)	運動できる服装 ヨガマット (またはバスタオル) 飲み物
12月ボルダリング・スクール (通年コース) ・教室(月ごとコース) ・安全講習兼体験会			i クラブウェブサイト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。			野村不動産 いなぎ アリーナ (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 室内用運動靴 飲み物 タオル
12月ボルダリング・個人開放 教室または安全講習兼体験会(上欄)を受講し、修了証のある方が利用できます。			個人開放は当日野村不動産いなぎアリーナ1Fで受付となります。詳しくは、右の二次元コードでご確認ください。個人開放の時間帯が大幅に増えましたので、ぜひご利用ください。				指導員は つきません	

委員会の動き

■社会教育委員の会議

第6回定例会 10月14日

第29期の活動について

第7回定例会 11月11日

第29期の活動について

【問合せ】生涯学習課