

稲城長峰ヴェルディフィールド

教室・イベント名	期日	時間	対象	定員	参加費	申込期限
一般開放個人参加 フットサル	8月29日(土) 9月5日(土) 19日(土)	午後5時～7時	満16歳以上の方	30人	500円／1回	当日まで 受付可
かけっこ教室 はやく走れる (全5回)	9月10日(木) 17日(木) 10月1日(木) 15日(木) 22日(木)	午後4時15分～5時	小学1・2年生	20人	2,500円／5回	9月3日(木)
長峰 グラウンドゴルフ 交流会	9月4日(金) 18日(金)	午前9時～11時	どなたでも	50人	300円／1回	当日まで 受付可
レディース ミニサッカーDAY	9月10日(木)	午前9時半～11時	女性	20人	800円	8月31日(月)
小・中学生 個人参加フットサル	9月10日(木)	午後7時～8時 午後8時～9時	小学4～6年生 中学生	20人 20人	300円	開催日の前日

※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📄「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。)

スポーツ教室

	教室名	回数・期日	時間	定員
火曜日	初級一般バドミントン教室 【夜間】 ※都度利用なし	全10回 9月1・8・15・29日 10月6・20日 11月10・17日 12月1・8日	午後7時～8時半	45人
木曜日	初級バドミントン教室 【午前】 ※都度利用なし	全10回 9月3・10・17日 10月1・8・15・29日 11月5・12・19日	午前9時半～11時半	30人
土曜日	初級弓道教室 ※都度利用なし	全10回 9月12・19・26日 10月3・10・17・31日 11月7・14・21日	午後7時～9時	15人

▽主催 東京ヴェルディグルー
▽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)
▽申込方法 市立公園内体育施設
より申込または往復はがき
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8月
25日(火)必着 📄 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
合は市内在住・在勤・在学の方
優先。詳細は📄をご確認ください。
▽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



総合型
地域スポーツ
クラブ

いクラブ

【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 いクラブ📄 <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
エンジョイフラ「イリマコース」 フラを基礎から気軽にゆっくり楽しみたい方のためのクラス新設 に向けた体験会です。初歩から丁寧に指導しますので、初めての 方も安心です。	毎月第1・3水曜日	午後1時～2時	満20歳 以上の方	20人	初回体験 550円 ※通常レッスン 会員1回 550円 一般1回 850円	野村不動産 いなぎ アリーナ	大室 英子氏	運動できる服装 (お持ちの方は パウスカート) 飲み物、タオル
【新事業】卓球はじめてのピンポン これから卓球を始めたい方を対象に、まずピンポンを楽しみ、卓 球の基礎を身に着けます。	毎月第2・4水曜日 ※9月は9日(水) 30日(水)	午後0時40分 ～2時		8人	初回体験 550円 ※通常レッスン 会員1回 550円 一般1回 850円		太田 満子氏	運動できる服装 室内用運動靴 飲み物、タオル (お持ちの方は 卓球ラケット)
理学療法士のセルフケア講座 「個別運動講座」がリニューアル。姿勢や身体の状態を確認しなが ら、一人ひとりに合ったアドバイスを理学療法士がお伝えします。	9月10日(木) 10月8日(木) 11月12日(木) ※全3回のコース	午後2時～3時		6人	6,000円(全3回)		今井 良輔氏 (理学療法士)	運動できる服装 飲み物、タオル 筆記用具
練功十八法(中国健康体操) ヨガや太極拳の動きを取り入れた、ストレッチ健康体操です。	毎月第2・4金曜日	午後2時10分 ～3時20分		若干名	初回体験 550円 ※通常レッスン 会員1回 550円 一般1回 850円		赤見 次子氏 (練功健康指導士)	運動できる服装 飲み物、タオル
9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。						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
9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。					指導員は つきません		

催し物

みんなで楽しむ
オーケストラ

稲城フィルハーモニー管弦楽団
オーケストラの生演奏による
小中学生対象の音楽鑑賞教室で
す。

▼期日 8月22日(土)▼時間 午
後2時～4時(1時半開場)▼会
場 稲城第二小学校▼対象 ど
なたでも▼参加費 無料▼その
他 上履き持参。直接会場へお
越しください▼連絡先 山澤 ☎

▲ 応募フォーム

あなたが応募した
作品が
使われるかも!!

ひろばに絵などの作品を
掲載してみませんか

生涯学習だよりひろばの1面
タイトル横に掲載する作品を募
集します。毎号、みなさんから
ご応募いただいた素敵な写真を
ご紹介いたします。あなたが心を込
めて制作した絵や手芸・習字・
工作など、ジャンルは問いませ
ん。あなたが「みんなに見せた
い」と思う作品の写真をお寄せ
ください。スマホで撮った写真
でOK。作品名を添えて左記フ
ォームからお気軽に応募ください。
▽対象 市内在住・在勤・在学
の方
▽その他 公序良俗に反する作
品は掲載できません。審査のう
え掲載しますので、掲載の可否
や時期についての問合せはご遠
慮ください。
▽申込・問合せ 生涯学習課

助産師によるプレパパ・
プレママ教室
もみの木保育園長峰

土曜日開催の両親学級。楽し
くわかりやすい充実の内容でお
届けします。

▼期日 10月3日(土)▼時間 午
前10時～11時半▼会場 もみの
木保育園長峰▼対象 プレパ
パ、プレママ▼参加費 無料▼
定員 8組(先着順)▼講師 築
嶋あずみ▼その他 一人での参
加も可。詳細は📄にて。▼連絡
先 もみの木保育園長峰 ☎(331)
7505

楽しみ、抛り所発見。
シャンソン・タンゴ体験
けいおうシャンソンクラブ

ピアノ伴奏、ボイトレあり。
認知症、誤嚥対策等にも効果的。
▼期日 8月22日(土)、9月1日
(火)▼時間 午後1時半～3時半
▼会場 いプラザ▼対象 70歳
までの女性、初心者のみ▼定員
各日8人▼参加費 一,〇〇〇
円(資料代)▼その他 両日参加
も可。動きやすい服装で▼連絡
先 谷 ☎(6157)8080
ワークショップのご案内
児童劇団「大きな夢」
稲城子どもミュージカル

劇団員と一緒にミュージカル
を体験してみよう。
▼期日 8月30日(日)・9月6日
(日)▼時間 午前10時～正午▼会
場 第三文化センター▼対象
小学生・高校2年生・六年長児
相談)▼参加費 無料▼持ち物
上履き、飲み物、タオル、動き
やすい服装で来てください▼連
絡先 小池 ☒tanen2026@com
agikm.com