

費用の記載のない事業は無料です

スポーツ・ダンス講習会

正しいダンスの動きを理論し、脳と身体の活性化や集中力の向上を図ります。年齢に関係なく、ダンスを通じてその効果を体験しませんか。

【問合せ】同協会・北条 090・65103534
レベルや目的にあわせて利用！ 地域体育館でトレーニングしよう！

【利用時間】
▼月・金曜日：午前9時～午後10時50分（最終入場時間は午後10時30分）
▼土・日・祝日：午前8時～午後9時50分（最終入場時間は午後9時30分）

福生地域体育館

【休館日】毎月第四月曜日
※祝日の場合は翌日が休館

【日時】6月3日～7月8日の毎週水曜日午後7時30分～9時30分（全6回）

【参加費】初めてのの方はプリント代500円

【利用方法】 トレーニング室を初めて使用する方は、利用者講習会（予約制）を必ず受けていただきます。

【持ち物】室内用運動靴

【主催】スポーツダンス協会

【指導】北条氏・船戸氏（同協会指導員）

【参加方法】開催日初日に、直接会場へ。

【利用時間】
▼午後4時30分～月・水・金曜日
▼午後7時～月・水・木・土曜日

【料金】90分150円

【持ち物】運動できる服装

【問合せ】福生地域体育館 530・8811

【申込方法】5月24日（日）までに参加申込書（各公民館で配布）を各公民館へ。

【対象】15歳（高校生）以上

【申込方法】5月24日（日）までに参加申込書（各公民館で配布）を各公民館へ。

【日時】6月4日（木）午後7時～

【場所】市民会館・公民館

【問合せ】大竹 080・3176・1173

【費用】1回50円（おやつ代）

【対象】市内在住・在勤の方

【申込方法】講座と一緒に申し込みください。

【費用】1回50円（おやつ代）

Table with 7 columns: 教室名, 対象, 曜日, 時間, 期間, 参加費. Contains details for various sports and dance classes.

※①は木曜日、土曜日、両方への参加も可能です。
【持ち物】運動できる服装で室内用運動靴（③・④は不要）・水分補給できる物（ふた付）・タオル
【申込み（①のみ）】5月30日（土）（必着）までに、中央体育館窓口、電子申請、または往復はがきに教室名・氏名（ふりがな）・生年月日・住所・電話番号・返信用宛名（往復はがきのみ）を記入し、〒197-0005 福生市北田園2-9-1 中央体育館スポーツ推進課へ。
※②～⑦は申込不要。開始10分前までに会場へ。

市民文化祭の参加申込みを受付中です。
【申込方法】5月24日（日）までに参加申込書（各公民館で配布）を各公民館へ。
※締切日厳守
▼第1回実行委員会
代表責任者は必ずご出席をお願いします。
【日時】6月4日（木）午後7時～

市民のひろば
＜会員募集＞
▼演歌舞踊教室（雪舞会）
やさしく新日本舞踊を学び、発表しましょう！
（見学・体験入会可）
【日時】毎月第一・二・三水曜日 午前9時30分～11時30分
【場所】市民会館・公民館集会所
【費用】月会費2,500円
【問合せ】清水 ☎513・0680 または上記日時に直接会場へ。
＜催し物＞
▼金曜会水彩画展
静物画や野外スケッチ風景画など、会員一同が楽しく描いた絵が

【利用時間】
▼月・金曜日：午前9時～午後10時50分（最終入場時間は午後10時30分）
▼土・日・祝日：午前8時～午後9時50分（最終入場時間は午後9時30分）
【休館日】毎月第四月曜日
※祝日の場合は翌日が休館
【利用方法】 トレーニング室を初めて使用する方は、利用者講習会（予約制）を必ず受けていただきます。
【料金】90分150円
【持ち物】運動できる服装、水分補給できる物（ふた付）、タオル
【問合せ】福生地域体育館 530・8811、熊川地域体育館 552・1980
★地域体育館共通ホームページ（http://www.tonah.spo.com/fussa/）
▼関東ユースアルティメット選手権大会シリーズ第1戦
フライイングディスク競技のメジャー種目「アルティメット」の関東地区における小・中・高校生などを対象とした公式戦です。
関東レベルの熱い戦いはもちろん、どこまで飛ばせるかを競う「ディスタンス大会」（飛び入り参加が可能）や体験教室、ご当地グルメ「福生ドッグ」のブースなども出店されます！
当日は「たっけー☆☆」も登場！ ぜひ、会場へお越しください！
【日時】5月24日（日）午前10時～午後7時※ディスタンス大会は午後1時30分～
【場所】市営競技場
【問合せ】NPO法人クラブアトレレチコフッサ（GONNA）・篠田 ☎090・1428・5812
第45回福生市民文化祭への参加申込み及び第1回実行委員会のお知らせ
市民文化祭の参加申込みを受付中です。
【申込方法】5月24日（日）までに参加申込書（各公民館で配布）を各公民館へ。
※締切日厳守
▼第1回実行委員会
代表責任者は必ずご出席をお願いします。
【日時】6月4日（木）午後7時～
【場所】市民会館・公民館
3階第4・5集会所
▼第45回市民文化祭
【演示期間】10月25日（日）～11月15日（日）までの土・日・祝日（8日間）
【展示期間】10月31日（土）～11月1日（日）（2日間）
【場所】市民会館・公民館
市民会館前庭、さくら会館、茶室「福庵」
▼開場式
【日時】10月31日（土）午前10時
【場所】市民会館小ホール（つつじホール）
【問合せ】公民館事務所 ☎552・2118
公民館託児保育付き講座
上手に聞いてハッピーコミュニケーション
「子どもの気持ちによりそって」
話すより聴くことから、より良いコミュニケーションのきっかけにしましょう。
【日時】6月5日・12日・19日・26日、7月3日の金曜日 午前10時～正午（全5回）
【場所】市民会館・公民館
第3集会所※託児は児童室
【対象】市内在住・在勤の方
【費用】1回50円（おやつ代）
【申込み】講座と一緒に申し込みください。
託児保育について
講座参加者のお子さんを預かりします。仲間のなかで遊びを通して自立や社会性を育てる支援をします。
【対象】市内在住の1歳以上で就園前の幼児（0歳児は事前にご相談ください）
【定員】先着15人
【費用】1回50円（おやつ代）
【申込み】講座と一緒に申し込みください。