

出前おはなし会

絵本・紙芝居の読み聞かせや手遊び等を行います。

【日時】 6月26日(木)午前11時～午後1時
【場所】 子ども家庭支援センター(子ども応援館1階)
【対象】 乳幼児・小学生
【出演】 ポケット☆ポケット ※直接どうぞ
【問合せ】 中央図書館 ☎ 553・3111

「ソフトテニス講習会」

参加者募集

ヨネックスの選手による講習会です！ 専門家による指導で、もっとソフトテニスを楽しみましょう。
【日時】 6月21日(出)午後1時～5時
【場所】 武蔵野台 テニスコート
【対象】 高校生以上でソフトテニス経験者(初級・中級)
【講師】 ヨネックスアドバイザ リースタッフまたは選手
【参加費】 500円
【持ち物】 テニスシューズ(ラケットがあれば持参)
【主催】 福生市ソフトテニス連盟
【申込み】 6月16日(月)までに、同連盟菊地へメール (fussa.softtenis@gmail.com) または電話: ファックスで同連盟浦野 ☎ 552・6868へ。



全国から集え健脚!

第4回ラン&ウォーク in 福生 参加者募集

名物「4時間ラン」には、全国から多くの参加者が集まります。仲間と一緒に爽快な汗を流しましょう!
【日程】 10月18日(出)
【場所】 多摩川中央公園
【種目】 4時間ラン・4時間ウォーク・4時間ウォーク・親子ペアレース(1周)・20km 駅伝(4区間)・10kmラン
※詳細は市ホームページまたは申込書(中央体育館にあります)をご覧ください。
【主催】 ラン&ウォーク in 福生実行委員会
【申込み】 9月15日(祝)までに、申込書を中央体育館窓口へ持参、または東洋システムホームページ(http://info.toyosystem.co.jp/ruhandwalk/)からお申し込みください。各種目とも定員になり次第締め切ります。
【問合せ】 東洋システム(株)内エントリリーセンター ☎ 513・3611 (平日午前10時～午後5時)、スポーツ推進課 ☎ 552・5511

今年小学生も大歓迎! 市営プールでカヌーに挑戦

カヌーを通じて水に親しんでおくと、カヌープールの専門家と連携して行う、1日限定特別教室です!

【日時】 6月28日(出)前半の部 午前10時～午後1時 後半の部 午後2時～5時
【場所】 市営プール
【対象】 市内在住・在勤・在学で「前半の部」は一般の方(後半の部)は小学生(1・2年生は保護者同伴)
【定員】 各先着25人
【参加費】 200円(保険代) ※当日徴収します。
【持ち物】 水分補給できる物、水着または濡れてもよい服装
【主催】 福生市教育委員会、(有)ブイワールド(市営プール指定管理者)、東京女子体育大学・同短期大学(実技指導)
【申込み】 6月3日(火)から直接、中央体育館窓口 ☎ 552・5511へ。

市内の幼児から中学生、またその指導者を対象に、来る2020年東京オリンピックに出場できるような選手の育成を目指して実施している事業です。9つの種目から興味のあるものを選んで、ぜひ積極的に参加してください!
【内容】 教室、強化練習、指導者講習会など
※詳しい内容は各実施団体へお問い合わせください。
【実施団体・連絡先】

少年軟式野球連盟・設楽	☎ 090・5543・8169
ソフトボール連盟・児島	☎ 090・2550・6835
空手道連盟・小杉	☎ 090・6348・1138
バレーボール連盟・亀井	☎ 090・3046・2869
卓球連盟・成末	☎ 090・6135・6902
サッカー連盟・野中	☎ 090・2763・7305
柔道連盟・宮川	☎ 090・9367・7284
剣道連盟・緑川	☎ 090・6933・5582
バドミントン連盟・奥村	☎ 080・5549・2260

【問合せ】 福生市体育協会 ☎ 551・0211

中央体育館事業

教室名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費
① 火曜ヨガ(11回)	18歳以上	火	正午～午後1時	7月1日～9月30日(7月22日、9月16日・23日は休み)	40人	初回2,200円+毎回150円
② 火曜モーニングエアロ(9回)	50歳以上		午前10時～11時	7月1日～9月30日(7月22日、8月12日・19日、9月16日・23日は休み)	30人	初回900円+毎回150円
③ シニア健康体操(9回)			午後1時30分～2時30分			
④ 火曜健康ストレッチ(9回)	18歳以上	水	午後2時40分～3時40分	7月2日～9月24日(8月13日・20日は休み)	20人	初回1,100円+毎回150円
⑤ ナイトストレッチ(9回)			午後7時30分～8時30分			
⑥ 水曜モーニングエアロ(11回)			午前10時～11時			
⑦ リラックスストレッチ(11回)	小学1～6年生	水	午後2時～3時	7月2日～9月24日(8月13日・20日は休み)	15人	初回1,100円+毎回70円
⑧ ジュニアダンス(11回)			午後5時～6時			
⑨ ナイトヨガ(13回)			午後8時～9時			
⑩ 若草健康体操(11回)	高齢者の方	木	午前9時30分～10時50分	7月3日～9月25日(8月14日・21日は休み)	25人	初回1,100円+毎回150円
⑪ 木曜バランスボール(11回)	18歳以上		午後7時30分～8時30分	7月3日～9月25日(8月14日は休み)	15人	初回2,400円+毎回150円
⑫ ボディメイクエアロ(12回)			午前10時～11時15分			
⑬ アロマセルフコンディショニング(12回)	18歳以上の女性		午後1時30分～3時	7月3日～9月25日	40人	毎回500円(利用券含む)
⑭ トレーニング教室(13回)			午後2時～3時30分	7月3日～9月25日	15人	初回1,300円+毎回150円

【持ち物】 運動できる服装・室内用運動靴(①・④・⑤・⑦・⑨・⑬は不要)・タオル・水分補給できる物
【申込み】 体育館窓口(①は不可)、電子申請、または往復はがきに教室名、住所、氏名(フリガナ)、生年月日、電話番号、返信用宛名を記入し6月13日(金)までに〒197-0005 福生市北田園2-9-1 中央体育館内スポーツ推進課へ。 ※抽選制途中参加・体験が可能なものもありますのでお気軽にお問い合わせください。
【問合せ】 中央体育館 ☎ 552・5511

地域体育館事業

【(2館共通) 申込み】 往復はがきに教室名、住所、氏名(フリガナ)、生年月日(学年)、電話番号、返信用宛名を記入し各体育館へ。ホームページからも申込可。 ※抽選制

▼福生地域体育館 ☎ 530・8811 〒197-0013 武蔵野台1-8-7 福生地域体育館教室係

【申込期限】 6月14日(出)必着 注: 保護者の方の迎えが必要。

教室名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費
骨盤体操コース型(12回)	一般の方	金	午後1時30分～2時30分	7月4日～9月19日	15人	初回3,600円+毎回150円
こどもヒップホップ①(12回)	小学1～4年生	火	午後4時20分～5時20分	7月1日～9月16日	40人	初回3,600円+毎回70円
こどもヒップホップ②(12回)	小学3～6年生		午後5時30分～6時30分注			
高学年バスケット(12回)	小学4～6年生	水	午後4時～5時	7月2日～9月17日	25人	初回3,600円+毎回70円
小学生バスケット(12回)	小学1～6年生	木	午後4時45分～5時45分	7月3日～9月18日	30人	
ジャズヒップホップ(12回)	小学4～6年生		午後6時10分～7時10分注			

▼熊川地域体育館 ☎ 552・1980 〒197-0003 熊川380-7 熊川地域体育館教室係

【申込期限】 6月15日(出)必着 注: 保護者の方の迎えが必要。

教室名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費	
フラダンス(13回)	一般の方	火	午後2時30分～3時30分	7月1日～9月30日(9月23日は休み)	20人	初回5,200円+毎回150円	
親子でフラダンス(13回)	親子(3歳児～)		午後4時～5時			初回6,500円+毎回大人150円・小人70円	
キッズジャズヒップ(11回)	小学生		午後5時30分～6時30分注			初回3,300円+毎回70円	
ピラティス(13回)	一般の方	水	午前9時15分～10時15分	7月2日～9月24日(ジュニアバスケットは8月13日は休み)	15人	初回5,200円+毎回150円	
やさしいピラティス(13回)	小学生		午前10時30分～11時30分			初回3,600円+毎回70円	
アロマヨガ(13回)	一般の方	木	午後2時30分～3時30分	7月3日～9月25日	12人	初回5,200円+毎回150円	
キッズヒップホップ①(13回)	小学1～3年生		午後4時30分～5時30分			25人	初回3,900円+毎回70円
キッズヒップホップ②(13回)	小学4～6年生		午後5時40分～6時40分注				
楽しいバスケット(12回)	小学生	金	午後4時30分～5時45分	7月4日～9月26日(8月15日は休み)	20人	初回3,600円+毎回70円	