

福生地域体育館事業【問合せ】福生地域体育館 ☎ 530・8811

【地域体育館共通ホームページ】
http://www.tama-spo.com/fussa

事業名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費
やさしいフラダンス(託児付)(全10回)	一般の方	月	午前10時~11時	4月8日~7月29日	20人	初回一括5,000円
楽しいフラダンス(託児付)(全10回)			午前11時~正午			
こどもHIPHOP I(全12回)	小学1~4年生	火	午後4時20分~5時20分	4月9日~6月25日	25人	初回一括2,700円と参加毎70円
こどもHIPHOP II(全12回)	小学3~6年生		午後5時30分~6時30分			
ナイトピラティス(全12回)	一般の方		午後7時~8時			
福生ころばん塾(全15回)	高齢者の方	木	午後1時30分~2時30分	4月11日~7月18日	20人	初回一括3,700円と参加毎150円
わんぱく体育 I(全15回)	小学2~3年生	土	午前11時~正午	4月13日~7月20日	25人	初回一括3,400円と参加毎70円
わんぱく体育 II(全15回)	小学1年生		午後0時10分~1時10分			

【申込み】3月27日(木)までに往復はがき(必着)、またはホームページからお申し込みください。申込み多数の場合は抽選となります。往復はがきの場合は①教室名②住所③氏名④生年月日(学年)⑤電話番号⑥返信用宛名を記載し、〒197-0013 福生市武蔵野台1-8-7 福生地域体育館内教室係へ。※託児は別途料金がかかります。事前にご予約ください。

熊川地域体育館事業【問合せ】熊川地域体育館 ☎ 552・1980

事業名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費
フラダンス(全12回)	一般の方	火	午後2時~3時	4月9日~6月25日	20人	初回一括6,000円
親子フラダンス(全12回)	親子(3歳児~)		午後3時30分~4時30分		20組	初回一括8,400円
ピラティス(全12回)	一般の方	水	午前10時30分~11時30分	4月10日~6月26日	15人	初回一括6,000円
やさしいピラティス(全12回)			午前9時15分~10時15分			
ジュニアバスケット(全12回)	小学生	木	午後4時30分~5時30分	4月11日~6月27日	20人	初回一括2,700円と参加毎70円
アロマヨガ(全12回)	一般の方		午後2時30分~3時30分			
キッズヒップホップ①(全12回)	小学1~3年生	木	午後4時30分~5時30分	4月11日~6月27日	25人	初回一括2,700円と参加毎70円
キッズヒップホップ②(全12回)	小学4~6年生		午後5時40分~6時40分(送迎が必要です)			
楽しいバスケット(全11回)	小学生	金	午後4時30分~5時30分	4月12日~6月28日	20人	初回一括2,500円と参加毎70円

【申込み】3月27日(木)までに往復はがき(必着)、またはホームページからお申し込みください。申込み多数の場合は抽選となります。往復はがきの場合は①教室名②住所③氏名④生年月日(学年)⑤電話番号⑥返信用宛名を記載し、〒197-0003 福生市熊川380-7 熊川地域体育館内教室係へ。

中央体育館事業【問合せ】中央体育館 ☎ 552・5511

事業名	対象	曜日	時間	期間	参加費	定員	
①ボディメイクエアロ(全13回)	18歳以上の方	木	午前10時~11時30分	4月4日~6月27日	初回一括2,600円と参加毎150円	30人(抽選)	
②木曜バランスボール(全13回)			午後7時~8時		初回一括1,300円と参加毎150円	25人(抽選)	
③アロマセルフコンディショニング(全12回)			午後1時30分~3時		毎回500円(利用券含む)	40人(抽選)	
④金曜バランスボール(全12回)		金	18歳以上の方	午前10時~11時	4月5日~6月28日(5月3日は休み)	初回一括1,200円と参加毎150円	25人(抽選)
⑤金曜ヨガ(全12回)				正午~午後1時		初回一括2,400円と参加毎150円	40人(抽選)
⑥金曜初心者エアロ(全12回)				午後1時30分~2時30分		初回一括1,200円と参加毎150円	25人(抽選)
⑦金曜健康ストレッチ(全12回)		午後2時40分~3時40分					
⑧金曜ナイトエアロ(全12回)		土	土	午後7時~8時	4月6日~6月29日(5月4日は休み)	初回一括1,200円と参加毎150円	20人(抽選)
⑨美ボディコントロール(全12回)		午後7時30分~8時30分					

【持ち物】運動できる服装、室内用運動靴・タオル・水分補給できるもの(③⑤は運動靴不要)
【申込み】電子申請、または往復はがき(当日消印有効)に教室名・氏名・生年月日・住所・電話番号を記入し、3月23日(土)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(⑤以外は中央体育館窓口でも受け付けます)。往復はがきの場合は返信用宛名を記入してください。

春のウォーキング大会
第18回春のウォーキング大会を開催します。
【日程】4月20日(土)
【コース】武蔵五日市駅→(バス乗車)青木平→龍珠院→瀨音の湯→五日市郷土館→武蔵五日市駅(約10km) ※詳細は申込書をご覧ください。
【参加費】一人150円(雨天中)

止の場合も返金しません。【持ち物】弁当、水筒、雨具
【申込み】4月18日(木)午後5時までに参加費を添えて市内体育館へ。小学生の参加は保護者の同伴が必要です。
【問合せ】中央体育館 ☎ 552・5511

推進委員がフォームチェックやペースメーカーをして、皆さんをフォローします。
【日時】4月6日(土)・20日(土)午前10時~(小雨決行)以降、第一・三土曜日(月2回)の練習会
【集合】中央体育館 ※受付は午前9時45分
【練習場所】多摩川中央公園周辺

【対象】市内在住・在勤・在学で、初心者の方・久しぶりに走る方など
【参加費】参加毎500円(保険代ほか)
【持ち物】運動着、ランニングシューズ、着替え等
【申込み】4月2日(火)までに電話で中央体育館 ☎ 552・5511へ。

市民会館催し物
福生ミュージックコレク ション①ダイナマイト・ミキ JAZZを歌う
【日時】3月23日(土)開場午後1時30分、開演2時
【出演】ダイナマイト・ミキほか
【料金】1,000円
【出演】Over The Top
gs&SISTER JET
【料金】1,000円、18歳以下500円 ※好評発売中。
【問合せ】市民会館 ☎ 552・1711

公民館事業

▼市民音楽講座「見えないけど・・・あるもの」

子どもから大人まで、経験を問わず気軽に参加できる合唱講座です。最終日は6月16日(日)に行われる市民音楽祭でその成果を発表します。
【日程】4月14日(日)・20日(土)・28日(日)、5月1日(水)・8日(水)・12日(日)・18日(土)・26日(日)、6月2日(日)・9日(日)・15日(土)・16日(日) ※全12回
【時間】〔日曜日〕午後1時30分~3時30分
〔水・土曜日〕午後7時~9時
【場所】市民会館・公民館第4・5集会室
【定員】先着100人(市内在住・在勤の方を優先)
【曲目】「さんば〜風のとおり道」、「かわいいかくれんぼ」、「ひょっこりひょうたん島」ほか
【講師】高橋逸子氏(児童合唱団フレンズ指導者ほか)
【申込み】4月3日(水)午前9時から公民館事務所 ☎ 552



昨年の講座の様子

・2118へ。

▼お茶席体験「茶室福庵で抹茶を飲みませんか？」

お茶席が初めての方も気軽に茶道を体験できます。抹茶とお菓子を福庵でお楽しみください。
【日時】4月14日・28日、5月12日・26日、6月9日・23日の日曜日午前10時~午後3時
【場所】茶室「福庵」立礼席
【定員】先着25人 ※直接会場へお越しください。
【費用】300円(茶菓子代等)
【問合せ】公民館事務所 ☎ 552・2118

▼保育室併設講座「子育てサロン 食育のすすめ」

食育の原点である味覚や選食能力、食卓での幼児教育、免疫やアレルギー、食糧自給率、食の安全などについて広く学び、考えます。
【日時】4月11日(土)午前10時~正午 ※以後7月11日までの毎週木曜日(全14回)
【場所】公民館白梅分館2階集会室・和室
【対象】市内在住の方

【定員】20人(応募多数の場合は保育室に子どもをあずける方を優先し、抽選)

【講師】木村陽子氏(小児科クリニック管理栄養士・子育てサロン主宰)

【費用】1,500円程度(食材費)

【申込み】3月21日(木)~4月6日(土)の間に公民館白梅分館 ☎ 553・3454へ。

＜保育室について＞

保育室は、親と子が離れ、子どもが仲間の中で遊びを通し、育っていく場です。その中で見えてくる子どもの成長については、学習会で話し合います。

【対象】1歳以上で就学前の幼児 ※0歳児は要相談

【定員】15人(応募多数の場合は保育室併設講座に参加した経験の少ない保護者の方を優先し、抽選)

【費用】1回50円(おやつ代)

【申込み】4月6日(土)までに直接来館のうえ、保育室併設講座と一緒に申し込みください。

【第二中学校吹奏楽部スプリングコンサート2013】ぜひお越しください。【日時】3月24日(日)午後1時30分開演(1時開場)【場所】市民会館大ホール(もくせいホール)【曲目】吹奏楽のための綺想曲「じゅげむ」、「復興」ほか【問合せ】第二中学校 ☎ 551・1970