

市民のひろば

【催し物】一月スキーツアー(1.5泊)

日時平成24年1月20日(金)~22日(日)
場所ニューグリーンピア津南スキー場(集合・中央体育館)
定員20人
費用38,000円(バス代・宿泊費・保険代)※リフト代は除く

申込み受付中。電話予約のうえ、所定の申込用紙に記入し、12月25日(日)までにFAXか郵便でお送りください(宛先等は申込用紙に記載してあります)。
問合せ福生市スキー連盟・升澤 ☎090・7830・4215、FAX03・5313・4029

市民会館催し物 インフォメーション

◆井上あずみクリスマスファミリーコンサート

日時12月23日(祝)開場午後1時、開演1時30分
場所市民会館大ホール(もくせいホール)
料金全席指定大人1,500円、子ども(小学生以下)1,000円※好評発売中!



◆青島広志の世界わくわく音楽紀行 with ブルー・アイランド楽団

日時平成24年2月25日(土)開場午後3時、開演3時30分
場所市民会館大ホール(もくせいホール)
料金全席指定大人2,000円、高校生以下1,000円※好評発売中!

◆無声映画と昭和歌謡
日時平成24年3月24日(土)開場午後5時30分、開演6時
場所市民会館小ホール(つつじホール)
料金全席指定2,000円
出演者東京大衆歌謡楽団ほか
発売日12月17日(土)※発売日当日は午前9時より窓口販売・午後1時より電話予約開始
問合せ市民会館 ☎552・1711



成人の日記念行事 成人式

今年成人式は、平成3年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた方が対象となります。

対象者で、平成23年11月15日現在、市内に住所がある方には、12月上旬に案内状をお送りしました。案内状は記念品の引換券を兼ねていますので、当日持参してください。

案内状がまだ届いていない方は、生涯学習推進課にご連絡いただくか、当日、場内の受付で申し出てください。新成人の皆さんにとって、人生最良の1日になるよう、新成人が集まって実行委員会を作り、準備をしています。

※福生市から市外に転出された方には案内状をお送りできませんが、福生市の成人式に出席することができます。当日、場内の受付にお越しください。

日時平成24年1月9日(祝・成人の日)

▽受付開始:午後0時30分

▽式典:午後1時~1時45分

▽成人のつどい:午後1時45分~3時
※成人のつどいでは、実行委員会の企画のほか、なつかしの給食コーナー等を予定しています。

場所市民会館大ホール(もくせいホール)

注意事項

場内は禁煙です。アルコール類の持ち込みもできません。また、あらかじめ許可を受けた方以外は、ステージに上がることはできません。そのほか、ルールをお守りいただけない場合は、退場していただくことがあります。新成人の皆さんのご理解、ご協力をお願いします。

問合せ生涯学習推進課地域教育支援係 ☎551・1958



地域体育館事業

◆福生・熊川地域体育館無料開放日

平成24年1月の市民無料開放日は4日(木)です。市内在住・在勤・在学の方は施設使用料が無料です。年末年始の運動不足を解消しましょう!教室は料金がかかりますので、ご注意ください。

福生地域体育館スポーツ教室

①ナイトピラティス

コアを意識したエクササイズで、気になるお腹周りを引き締めましょう!

日時平成24年1月17日~3月6日の毎週火曜日(休館日、祝日除く)午後7時~8時

対象15歳以上の方

定員30人

参加費3,500円(初回集金)

②福生ころばん塾

前後に体力測定を行ない、個人に

合った運動処方方で転倒予防に効果的な筋力、バランス、歩行能力の向上を目指します。いす、スモールボール、タオルなどを使って楽しく運動します。

日時平成24年1月12日~3月29日の毎週木曜日午後1時30分~2時30分

対象60歳以上の方

定員15人

講師伊藤イイク子氏(健康運動指導士)

参加費3,000円(初回集金)、参加毎150円

③子どもHIPHOP

リズムに合わせて楽しくダンス♪かっこよくポーズを決めよう!

日時平成24年1月17日~3月13日の毎週火曜日午後5時~6時(2月7日を除く)

対象小学生

定員20人

参加費3,000円(初回集金)

①②③共通申込み平成24年1月8日(日)までに直接窓口、電話、ホームページからお申し込みください。

問合せ福生地域体育館 ☎530・8811

熊川地域体育館スポーツ教室

①小学生バスケットボール教室

基礎練習からゲームまでを練習します。体力をつけたい子集まれ!

日時平成24年1月6日~3月23日の毎週金曜日午後4時15分~5時15分

対象小学4~6年生

定員25人

参加費3,300円(初回集金)、参加毎70円

②託児付きフラダンス

楽しくフラダンスをしましょう!

日時平成24年1月17日~3月27日の毎週火曜日(※3月20日を除く)午後2時~3時

対象15歳以上

定員20人

参加費4,500円(初回集金)※託児は別途料金がかかります。

託児定員5人※事前予約が必要です。詳しくはお問い合わせください。

③親子でフラダンス

親子で楽しくフラダンスをしましょう!

日時平成24年1月17日~3月27日の毎週火曜日(※3月20日を除く)午後3時30分~4時30分

対象3歳以上と親

定員15組

参加費6,300円(初回集金)

①②③共通申込み直接窓口、電話、ホームページでお申し込みください。

問合せ熊川地域体育館 ☎552・1980

地域体育館共通ホームページ

http://www.tama-spo.com/fussa

中央体育館事業

持ち物室内用運動靴、水分補給できるもの、タオル、運動できる服装

※詳細は中央体育館へお問い合わせください。またすべての教室に申込みが必要です。

申込み締切12月25日(日)

問合せ中央体育館 ☎552・5511(福生市北田園2-9-1)

事業名	対象	曜日	時間	期間	内容	参加費	備考	申込み
1 バランスボールエクササイズ	18歳以上	金	午前10時~11時	平成24年1月6日~3月30日	バランスボール	毎回利用券150円	定員20人 指導体育協会 トレーナー	電子申請・往復はがき・中央体育館
2 シニアビクス(金)	50歳以上		午後2時~3時30分		高齢者向けリズム体操			
3 ナイトビクス(金)	保護者同伴であれば中学生以上から可		午後7時~8時30分		初・中級リズム体操			
4 ボクササイズ	18歳以上	第二・第四金曜日	午前10時~11時	平成24年1月3日~3月23日	中・上級者エアロビクス		定員30人 指導インストラクター	
5 ボディコンディショニング	保護者同伴であれば中学生以上から可	土	午後7時30分~9時	平成24年1月7日~3月24日	リズム体操・筋力トレーニング等	初回1,500円と毎回利用券150円	定員20人 指導体育協会 トレーナー	
6 キッズ体操3	3歳児	木	午後3時30分~4時25分	平成24年1月2日~3月29日	フラフープ・マット・鉄棒等	初回840円	定員24人 指導体育協会 トレーナー	
7 キッズ体操4	4歳児	土	午前10時~10時55分	平成24年1月4日~3月24日	フラフープ・マット・鉄棒等	初回700円	定員18人 指導体育協会 トレーナー	電子申請・往復はがき
8 キッズ体操5	5歳児		午前11時15分~午後0時10分					
9 親子体操	2歳児と親	水	午後10時	平成24年1月8日~3月21日	体操・フラフープ・マット等	毎回利用券150円		
10 セルフリンパマッサージ5	女性の方			日時平成24年1月11日・18日・25日の水曜日午前10時30分~正午	アロマオイルを使ったリンパマッサージ	初回500円と毎回利用券150円	定員30人 指導インストラクター	

参加してみませんか! 市民総合体育大会・スキーの部

誰でも滑れるコースで行ないますので、気軽に参加してください。

日時平成24年2月5日(日)

種目大回転(男女・年齢別)

場所長野県菅平スキー場

参加費5,000円(大会参加費・交通費※中型バス利用。一定の人数に達しないとバス借上げ中止。保険代も含みます。)※現地で大会のみ参加の場合1,000円

定員25人(定員になり次第締切)

※大会のみの場合、制限なし

主管福生市スキー連盟

申込み12月21日(木)から、電話予約のうえ、所定の申込用紙に記入して、1月15日(日)までにFAXか郵便でお送り下さい。※申込み用紙は各体育館に置いてあります。宛先等は申込用紙に記載してあります。

問合せ福生市スキー連盟・升澤

☎090・7830・4215、FAX03・5313・4029