スポーツ

中央体育館開放事業

◆スローヨガ5
参加申込み受付

日時 11月12日～平成23年1月21日の間の金曜日正午～午後1時（全10回）
定員 各回40人（申込み多数の場合責任抽選）
場所 中央体育館内
対象 18歳以上の市民（高校生除く）
指導 インストラクター
申込み 電子申請または往復はがきに、住所、氏名、生年月日、電話番号を記入し、11月1日(月)（当日消印有効）までに〒197－0005福生市北田園2－9－1中央体育館内スポーツ振興課へ。
参加費 1，000円（初日に集金します。）
参加方法 当日、券売機で個人使用券（150円）を購入して受付に提出後、直接会場にお集まりください。
※お子さん連れの参加は、他の参加者に迷惑がかかりますのでご遠慮ください。マタニティヨガに対応していませんので妊娠中の方の申込みはご遠慮ください。

◆高齢者向け健康体操～シニアビクス～

高齢者を対象にした、リズム体操と筋力トレーニングのクラスです。さまざまなトレーニングアイテムを使い、筋肉の再教育を行ないます。
日時 毎週火・金曜日午後2時～
場所 中央体育館柔・剣道場
対象 高齢者
指導 体育館スポーツトレーナー
参加方法 当日、券売機で個人使用券（150円）を購入して受付に提出後、直接会場にお集まりください。（初回のみ中央体育館窓口で簡単な登録があります。）※室内用運動靴、汗拭きタオル、飲料水もお持ちください。
問合せ 中央体育館☎552・5511

福生地域体育館教室のご案内

◆福生ころばん塾
日時 11月18日～12月9日の間の毎週木曜日午後1時～2時（全4回）
対象 60歳以上の方
定員 20人
内容 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。
参加費 1，500円（初回に集めます。）
講師 佐藤イク子氏（健康運動指導士）

◆小学生ミニバス倶楽部
日時 11月9日～12月21日の間の毎週火曜日午後4時～5時（11月23日を除く全6回）
対象 小学4～6年生
定員 15人
内容 バスケットボールを通じて、基礎体力づくりから基本技術を教えます。後半のゲームでは、かっこよくシュートを決めよう！
参加費 1，500円（初日に集めます。）

◆幼児体操教室
日時 11月13日～12月18日の間の毎週土曜日午後2時～3時（全6回）
対象 年中・年長児
定員 20人
内容 鬼ごっこ、マット、跳び箱、鉄棒などを行ないます。
参加費 無料（市民の方）
申込み 10月31日(日)までに直接窓口、電話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責任抽選）。
問合せ 福生地域体育館☎530・8811、ホームページ（http://www.tama-spo.com/fussa）

ブラインドサッカー関東リーグが開催されます

市営競技場リニューアルオープン記念「ボイボイフェスタ」で模範試合を行なったブラインドサッカーを、観戦できます。

今度は、関東リーグの開催です。世界選手権で活躍した選手が目の前でプレーします。みなさん応援に来てください。「ボイ！」

日時 11月13日(土)正午～
場所 市営競技場
対戦カード・キックオフ時間
【正午】山梨キッカーズ対ティーウイングス
【午後1時】たまハッサーズ対ウォリアーズ
【午後2時】山梨キッカーズ対エフシーアヴァンツァーレ
※観戦無料。その他アイマスクをかけてのPKなど、体験イベントもあります。
☆ボランティア募集！
午前11時に会場にお越しください。また、途中からの参加、途中退出も可能です。内容は、試合会場の設営と試合運営の補助になります。

主催 日本ブラインドサッカー協会
後援 福生市教育委員会
問合せ スポーツ振興課☎552・5511

市制施行40周年記念事業 秋のウォーキング大会 浅川周辺の散策を楽しむ！

日程 11月13日(土)※雨天中止
コース JR中央線豊田駅→黒川清流公園→神明野鳥の森公園→高幡不動尊（昼食）→多摩都市モノレール万願寺駅※約11㎞
集合 JR立川駅中央線下りホーム最後尾（東京寄り）
※詳しいコース・集合場所は参加申込書（各体育館にあります）をご覧ください。
参加費 一人100円（保険代、雨天中止の場合でも返金できません。）※交通費は自己負担
持ち物 弁当、水筒、雨具、帽子など
対象 市内在住・在勤・在学の方※小学生は保護者同伴
申込み 11月11日(木)午後5時まで（休館日を除く）に参加費を添えて直接、各体育館へ。
問合せ 中央体育館☎552・5511

第20回西多摩地域広域行政圏体育大会開催のお知らせ

西多摩地域にお住まいの皆さんが参加する体育大会が開催されます。この大会は、西多摩地域にお住まいの皆さんに、広くスポーツ・レクリエーションを普及し、地域の活性化と住民の皆さんの交流・親睦を図ることを目的としています。

西多摩地域8市町村の代表選手が各競技会場で熱戦を展開します。多くの皆さんの応援をお願いします。

大会期日 11月21日(日)
種目・会場・時間 下表のとおり
主催 西多摩地域広域行政圏協議会・西多摩地域体育協会連絡協議会
主管 西多摩地域広域行政圏体育大会実行委員会　後援 東京都
問合せ スポーツ振興課☎552・5511

種目別会場一覧表

競技種目	開催会場	競技開始時間
バレーボール(家庭婦人)	羽村市スポーツセンター第1ホール(2面)	午前10時30分
剣道(個人戦)	瑞穂武道館	午前10時
バドミントン(男・女ダブルス団体戦)	福生市中央体育館(主競技場)	午前9時40分
テニス(男女別団体戦)	都立羽村高校テニスコート(4面) 瑞穂町営第2庭球場(4面)	午前9時
ゲートボール(団体戦「混成可」)	瑞穂第一小学校校庭(4面)	午前10時
インディアカ(男女別)	羽村第一中学校体育館(5面)	午前10時
卓球(男女別団体戦)	瑞穂中央体育館	午前10時
綱引き(男女別)	羽村市スポーツセンター第2ホール	午後1時
ソフトテニス(男女別団体戦)	羽村市富士見公園テニスコート(5面)	午前9時30分
ファストピッチソフトボール(男女別)	瑞穂町営第2グランド(2面) 瑞穂町営少年サッカー場(1面)	午前8時30分
スローピッチソフトボール(男子)	瑞穂町青梅信用金庫富士見総合グランド(1面)	午前9時
軟式野球(男子)※1	瑞穂町営グランド	午前9時
陸上競技(ロードレース)※2	福生市多摩川中央公園、福生市南公園	午前10時
グラウンドゴルフ(団体戦・個人戦「男女別」)	瑞穂第五小学校校庭	午前10時
サッカー※3	羽村市宮の下運動公園 瑞穂ビューパーク競技場	午前10時

※1軟式野球 11月14日(日)に4回戦まで、11月21日(日)に準決勝・決勝を行なう。
※2陸上競技（ロードレース） 11月20日(土)に行なう。
※3サッカー 11月7日(日)・14日(日)に第1回戦(4試合)及び準決勝を羽村市宮の下運動公園で、11月21日(日)決勝・3位決定戦を瑞穂ビューパーク競技場で行なう。
▶雨天等の場合、屋外種目については、原則として中止とする。ただし、軟式野球、サッカーについては、11月21日現在の成績により表彰する。

福生ふれあいフェスティバル開催に伴う中央体育館臨時休館のお知らせ

10月31日(日)の福生ふれあいフェスティバル開催に伴う準備のため、10月29日(金)午後1時～30日(土)終日、及び開催のため31日(日)終日、中央体育館は臨時休館します。この間、使用申請等の業務も行ないません。利用者の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。
問合せ 中央体育館☎552・5511

市民会館催し物インフォメーション

問合せ 市民会館☎552・1711

◆第1回トリバンフェスティバル
日時 11月23日(祝)【1部】午後2時30分開場、午後3時開演
【2部】午後5時30分開場、午後6時開演
場所 市民会館大ホール（もくせいホール）
出演 スーパーバイザー後藤次利率いる「落とし穴」ほか
料金 【1部・2部】各1，500円【通し券】2，500円※発売中！
トリバン（トリビュート）とは 著名なミュージシャン、バンドの音楽を敬愛し、楽曲演奏やパフォーマンスをするバンドのことです。

◆ニューイヤーコンサート
「音楽のおくりもの」わいわいコンサート
～子どもたちと一緒にクラシックを～
日時 平成23年1月15日(土)【午前の部】午前10時30分開場、午前11時開演【午後の部】午後1時30分開場、午後2時開演
場所 市民会館大ホール（もくせいホール）
料金 大人1，000円、子ども（3歳～中学生まで）500円
※乳幼児同伴可！
発売日 10月23日(土)