

生涯学習ガイド

催し



郷土資料室
常設展示のお知らせ

「福生の歴史」

「福生の成り立ちと

ひとびとの歩み」

郷土資料室では、郷土資料の収集・調査・保管・研究・教育普及など郷土理解の場、祖先の文化遺産の伝承の場として展示活動をはじめ、さまざまな事業を行っています。

今回、郷土資料室では、市内から出土した縄文時代の土器、中世の埋蔵銭をはじめ

め、板碑などを展示し、福生の歴史を探ります。皆さんのご来場をおまちしています。

期間 4月10日(土)～6月16日(水)

休館日 毎週月曜日及び5月6日(木)

時間 午前10時～午後5時

問合せ 郷土資料室 ☎530・120

※郷土資料室は、展示替えのため4月5日から9日まで休館します。



▶長沢遺跡出土「勝坂式土器」

男女共同参画情報誌「あなたとわたし」 市民編集委員を募集します!

▶第13号の「あなたとわたし」



市では、男女共同参画社会の実現にむけて、市民編集委員とともに男女共同参画情報誌「あなたとわたし」を作成・発行しています。この情報誌の編集、発行に協力いただける『市民編集委員』を募集します。

応募資格 市内に在住、在勤の方。年齢、性別、経験を問いません。

募集人員 6人程度 ※応募多数の場合は抽選とします。

内容 企画、取材、原稿作成等、発行までの編集作業。(無報酬)

申込み 4月20日(必着)までに、応募用紙に必要事項を記入の上、協働推進課へ。 ※郵送可。

応募用紙は、市庁舎、各体育館、公民館、図書館にあります。

問合せ 協働推進課協働推進・男女平等推進担当(第三庁舎2階)

スポーツ



ウォーキング

講習会

(体力スポーツ相談)

ウォーキングは、「散歩」とは違い、普段歩いていないペースを速め、心拍数を上げて体内にいったい酸素を取り込みます。いわゆる有酸素運動にすることで、脂肪が燃え生活習慣病の予防や肥満の解消になるほか、心配機能の向上にもつながります。気軽にできる人気の健康法のひとつです。

ぜひチャレンジしてみませんか! 楽しく運動しましょう。

日時 4月17日(土)午前10時

場所 中央体育館・測定室

内容 血圧、脈波、体脂肪測定及び体力相談(屋内)、ウォーキング等(屋外)

講師 榊原あつ子氏(トレーナー) ※参加費無料

問合せ 中央体育館 ☎552・5511

運動不足解消

エクササイズ

(ラリーフィットネス)

運動の苦手な方や、運動不足の方、リズム体操などで汗をかきませんか。ストレスの発散などに効果があります。会社帰りに簡単エクササイズ。

日時 毎週火・金曜日午後7時30分

場所 中央体育館主競技場

対象 高校生以上の市民

指導 体育館スポーツ指導員

参加方法 参加当日、券売機にて個人利用券(150円)を購入して、直接会場にお集まりください(事前申込みは不要)。 ※室内用運動靴持参

問合せ 中央体育館 ☎552・5511

講座・教室



朗読講座

朗読の豊かな世界を味わってみませんか?

日時 4月23日～10月8日までの第2・第4金曜日午前10時～正午、全12回

場所 白梅会館

対象 市内在住・在勤の初心者

定員 先着15人

講師 平井任子氏(NPO法人音訳・朗読の会) 平井ユリ子氏(理事)

費用 無料

申込み 4月4日午前9時から公民館白梅分館 ☎553・3454

障害者青年学級

「こじのはらっぱ」

参加しませんか!

グループで様々なことを学ぶ合の中で、社会性や自主性を育み合い、公民館や地域の中で活動していきます。

日時 5月16日(日)～平成17年3月13日(日)、原則午前10時～午後3時、月2回日曜日

特別な知識や経験は必要ありません。障害者青年学級「こじのはらっぱ」に参加して一緒に活動していきます。

日時 5月16日(日)～平成17年3月13日(日)、原則午前9時30分～午後3時30分、月2回日曜日

活動場所 公民館本館・市内等

申込み 公民館本館 ☎552・7111

総合治水推進週間 施設見学会

日時 5月16日午前10時現地(蔵前水の館)集合、午後3時ごろ有明解散。内容 下水道施設(蔵前水の館)、河川施設(水上バスにて隅田川)見学。

※昼食持参。

対象 小学4年以上(小学生は保護者同伴) 定員 100人。応募者多数の場合は抽選。

申込み 4月23日(必着)までに往復はがきに全員の住所・氏名・年齢・電話番号を明記のうえ、〒163-8001東京都下水道局計画調整部 ☎03・5320・6594へ。

市内の3児童館交流事業

「みんなであそぼうデー!」

多摩川中央公園(雨天の場合は福生三小体育館)に於いて、ほかの児童館のおともだちと遊びます。

日時 4月17日(土)午前10時～午後3時

対象 小学新2年生～6年生、各館30人

申込み 5日午後4時～4時30分に各児童館へ。



◆こどもえいがかい「ピーターパン」 6日(火)午後3時～4時30分
対象 幼児以上(幼児は保護者同伴)
※入場無料

武蔵野台児童館 ☎553・8822

◆のびのびひろば 6日(火)午前10時30分～正午 対象 0・1歳児と保護者
※時間内で自由に遊びに来てください。

◆スポーツランド「ドッジボール」 8日(木)低学年の部 午後2時30分～3時15分 高学年の部 午後3時15分～4時 対象 小学生以上 持ち物 うわばき



熊川児童館 ☎539・1515

◆ぬりえ・きりえ週間 1日(木)～3日(土)・5日(月)午後3時～4時30分
対象 ぬりえ:小学生・きりえ:小学2年生以上

◆こぐまひろば 6日(火)、午前10時～正午 対象 0・1歳児と保護者
※親子のふれあい交流の場

◆おはなしのひろば「パペット絵本:まきばのなかまたち」13日(火)午前10時30分～11時 対象 幼児以上

◆工作トントン「オリジナル時間割表を作ろう」21日(水)午後3時～4時30分 対象 小学生24人 材料費10円 持ち物 サランラップの芯・うわばき
申込み:5日午後4時～4時30分

児童館であそぼう 4月(その1)



田園児童館 ☎552・3133

◆おはなし会「のはらにでてみよう」 毎週月曜日午後3時30分～4時 対象 小学生

◆よちよちすくすくひろば 6日(火)午前10時～正午 対象 0・1歳の幼児と保護者

◆おはなしのひろば パネルシアター「うたのおもちゃばこ」13日(火)午前10時30分～11時 対象 幼児と保護者

