生涯学習ガイド

スポーツ

初心者ナイター テニス教室

日時10月10日(金)～10月28日(火)午後7時30分～9時30分毎週火・金曜日、全6回場所武蔵野台テニスコート対象市内在住・在勤・在学の初心者(高校生以上)定員45人参加費1,500円(ボール代など)、当日持参

申込み電話または直接スポーツ振興課☎552・5511へ。

熊川地域体育館

☎552・1980

※室内用運動靴持参

ストレッチ&ダンベルエクササイズ

①昼の部日時毎週金曜日午後1時30分～3時

②夜の部日時毎週水・木・土曜日午後7時30分～8時45分

対象中学生以上の市民(ただし夜の部、中学生の参加は保護者同伴)

エアロビクスタイム

日時毎週火曜日(祝日・休館日を除く)午前10時～11時15分対象高校生以上の市民

参加方法当日券売機にて個人使用券(大人150円、小人70円)を購入し、直接参加してください。

10月13日(祝)体育の日 無料開放について

10月13日(祝)体育館は、午前9時～午後10時までの間、市民(在勤・在学含む)の皆さんは無料で使用できます。どうぞ、ご家族やお仲間でご利用ください。(室内履きをご持参ください。)

ただし、中央体育館は、福生市民総合体育大会総合開会式のため、午前9時～正午まで、主競技場は、午後5時まで使用できません。

また、小中学生のみでの利用は午後5時までです。

問合せ中央体育館☎552・5511、熊川地域体育館☎552・1980、福生地域体育館☎530・8811

第13回西多摩地域 広域行政圏体育大会開催!

西多摩地域の8市町村の代表選手が各競技会場で熱戦を展開します。

大会期日10月26日(日)【種目・会場・時間は下表参照】※剣道は19日(日)に行います。

問合せスポーツ振興課スポーツ振興係☎552・5511

※雨天等の場合、野外種目については原則として11月2日(日)に順延

競技種目	開催会場	時間
バレーボール(家庭婦人)	青梅市河辺市民センター体育館	午前10時30分
剣道(団体戦「混成可」)	青梅市河辺市民センター体育館	午前10時
バドミントン(ダブルス団体戦)	青梅市総合体育館(第1スポーツホール)	午前9時40分
テニス(男女別団体戦)	青梅市市民球技場テニスコート	午前9時
ゲートボール団体戦「混成可」	奥多摩町立氷川中学校グランド	午前10時30分
インディアカ(男女別)	青梅市総合体育館(第1スポーツホール)	午前10時
卓球(男女別団体戦)	青梅市総合体育館(第1スポーツホール)	午前10時
綱引き(男女別)	奥多摩町立氷川中学校体育館	正午
ソフトテニス(男女別団体戦)	青梅市青梅スタジアムテニスコート(男)	午前9時
	青梅市友田レクリエーション広場テニスコート(女)	
ファーストピッチソフトボール(男女別)	青梅市市民球技場野球場(男)	午前9時
	奥多摩町立氷川中学校グランド(女)	
スローピッチソフトボール(男女別)	奥多摩町登計原山村広場運動公園(男)	午前8時30分
	奥多摩町立氷川小学校グランド(女)	
軟式野球(男子)	青梅市青梅スタジアム野球場	午前9時
	奥多摩町登計原山村広場運動公園	
陸上競技(ロードレース)	奥多摩むかしみち(奥多摩町境地内)	午前10時
レクリエーション種目(グランドゴルフ)	奥多摩町立古里小学校グランド	午前10時

市民ハイキング ～箱根・旧街道～

日時10月31日(金)午前7時30分中央体育館集合出発※雨天中止対象市内在住・在勤の方定員30人(定員を超えた場合は責任抽選)参加費1,000円(保険代など)

※急な登り坂がありますので軽装での参加はご遠慮ください(軽登山靴等必要)。

申込み往復はがきに市民ハイキング参加希望・ハイキング歴・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記入のうえ、10月15日までに(当日消印有効)〒197－0005福生市北田園2－9－1中央体育館内スポーツ振興係へ。

※はがき1枚につき1人まで(家族での申し込みを除く)。

問合せスポーツ振興課☎552・5511

ほのぼのハイキング

JR寄居駅から標高330mの鐘撞堂山(かねつきどうやま)へ。

日時10月22日(水)午前7時50分集合拝島駅八高線ホーム前方※雨天の場合29日(水)に延期歩行時間約2時間30分対象市内在住・在勤の方定員先着15人費用保険代50円(当日徴収)※交通費実費申込み10月4日午前9時から公民館白梅分館☎553・3454へ。

ラジオ体操研修会のお知らせ

健康は、人生の財産です。体力づくりと健康づくりをめざし、更にさわやかな毎日を過ごせるよう、「みんなの体操、ラジオ体操第一、第二」を基本からマスターしてみませんか。NHKテレビ体操でおなじみの「遠藤愛」さんの指導により、ラジオ体操の研修会を行います。お気軽にご参加ください。

①10月12日(日)午前9時30分～午前11時30分場所福生第三小学校体育館

②11月16日(日)午前9時30分～午前11時30分場所福生第四小学校体育館

講師遠藤愛氏(NHKテレビ体操アシスタント)費用無料

問合せ福生市ラジオ体操会連盟富山☎551・2833

「2003年ふれあい写真コンテスト」作品募集

「考えてみませんか 身近なことから人権を」

親子、お年寄り、友達などとの微笑ましいふれあいの場面、家族、職場、地域での楽しい交歓の場面などをテーマにした「ふれあい」の写真を募集します。

サイズカラーまたは白黒プリントキャビネ以上ワイド4つ切りまで。

申込み10月31日(当日消印有効)までに〒192-0364東京都八王子市南大沢2丁目27フレスコ南大沢東京法務局八王子支局内多摩西人権擁護委員協議会「ふれあい写真コンテスト」係☎0426・70・6240へ。※応募要綱は、市役所1階ロビーにあります。

講座・教室

熊川分水再発見講座

玉川上水開削350年の今年、改めて熊川分水の成り立ちから、文化財的価値や景観美についての関心を深める機会です。

日時10月8日(水)午前10時～正午、以後毎週水曜日、全6回場所白梅会館講師高崎勇作氏(福生市文化財保護審議会委員)、坂上洋之氏(玉川上水歴史研究家・元福生第2小教諭)、天野宏司(国学院大学歴史地理学)及び土木技術・自然環境研究家を予定。

対象市内在住・在勤の方

申込み10月3日午前9時から、公民館白梅分館☎553・3454へ。

地震講座 (阪神・淡路大震災から学ぶこと)

工学院大学でマグニチュード7・2を体感しよう!

日時10月24日(金)午後1時～午後5時集合白梅会館見学先工学院大学八王子校舎実験棟(福生市のバス使用)

※見学前に地震についてのお話があります。

対象市内在住・在勤の方定員先着20人講師大塚毅氏(工学院大学助教授)・角田四郎氏(作家)費用無料

申込み10月5日午前9時から公民館白梅分館☎553・3454へ。

第23回 松林会館 だれでもなんでも展

今年は「なんでも展心をつなぐ小さな活動」をテーマに開催します。

幼児の作品から年齢を重ねた方の作品まで展示され、手作りのぬくもりと文化の薫を伝えてくれる気さくな文化祭です。

※ただいま作品・出演者募集中です。

10月18日(土)

午前11時～午後5時

▼映画「双子の星」「氷河ねずみの毛皮」▼マジックショー▼展示(絵画・陶芸など)▼模擬店(喫茶ほか)

10月19日(日)

午前10時～午後4時

▼映画▼演示(大正琴・剣詩舞・コーラス・マジックショー・みんなで唄おうコーナーほか)▼展示▼模擬店

問合せ公民館松林分館☎552・3624

公民館講師派遣援助事業 講演会「盲ろう者の理解のために」

盲ろう者の社会生活を知り、接し方を学びます。公民館利用サークルが企画し、公民館が後援する事業です。公開ですので、サークル以外の方もご参加ください。

日時10月18日(土)午後2時～4時講師田幸勇二氏(全国盲ろう者協会・東京盲ろう者友の会所属)場所公民館本館定員先着30人

申込み手話サークル福手の会　福原(☎・FAX550・4038)へ。

10月の交通キャンペーン　自転車利用のマナーを高めよう　二人乗りはやめましょう