

### 子ども・若者 関連情報

#### 小学生ゴルフ教室(Tama kids golf) (各全3回)

●A日程=10月5日・12日・19日、B日程=10月26日・11月2日・9日、各土曜日午後2時～4時(1時40分集合)●場米軍多摩ヒルズゴルフコース(連光寺)●対市内在住の小学2～6年生で、保護者が送迎でき、9月24日(火)午後6時30分から市役所東庁舎会議室で開催する説明会に参加できる方(国籍により参加できない場合あり。外国籍の方は申し込み前に要問い合わせ)●定各8人(応募者多数の場合は初めて参加する方優先の抽選)●¥2,000円(全回分。説明会時に集金)●協力タマキッズゴルフの会●備考保護者は練習場・コースの見学不可●ID1003885●申問9月20日(金)までに、公式ホームページのインターネット手続きで、スポーツ振興課 ☎(338)6954へ



#### 永山公民館子育て支援講座第一弾「パーソナルカラー診断体験」

子育てから少し離れて、エクセレントイメージコンサルタントによるパーソナルカラー診断を体験しませんか?  
●日10月8日(火)午前10時～11時30分●場永山公民館集会所●乳幼児の保護者(保育対象でない子どもは一緒に参加可)●定12人(市内在住者優先の申し込み先着順)●保育20人(1歳以上の未就学児)●講師椿ありさ氏[(一社)パーソナルデザイン協会副理事長]●ID1015608●申問9月9日(月)午前9時～9月30日(月)に、電話または公式ホームページのインターネット手続きで、永山公民館 ☎(337)6661へ

### 児童館だより

【共通事項】  
●申問は各館へ●備考対象の記載がないものはどなたでも。未就学児は要保護者同伴。申し込みの記載がないものは当日直接会場へ  
●けやきっずーノ宮児童館 ☎(375)4643  
●JUMP-JAM 9月13日(金)午後4時～4時30分●前庭(雨天中止)●ID1009975  
●とも～る永山児童館 ☎(373)0991  
●赤ちゃんタイム 9月11日～25日の各水曜日午前10時30分～11時30分●対おおむね1歳3カ月までの子ども・妊娠中の方●ID1003610  
●幼児のつどい「ママ&ぽよぽよ」 9月12日～10月3日の各木曜日午前

10時30分～11時30分●対おおむね1歳3カ月以上の未就学児●ID1010027  
●アドバイス☆DAY 10月2日(水)午前10時30分～11時30分●対未就学児の保護者●内保健師による相談●ID1013878  
●あいらんど愛宕児童館 ☎(373)7677  
●ちびっこたいむ 9月5日～19日の各木曜日、10月2日(水)、各午前10時30分～11時30分●対0歳以上の未就学児●内体操、歌、ふれあい遊びなど●備考9月12日は歯科衛生士による出張教育「親子で虫歯予防」●ID1003619  
●コスモ連光寺児童館 ☎(338)5881  
●移動児童館「ひじり館であそぼう」 9月18日(水)午後2時30分～4時30分●内卓球などさまざまな遊びを実施。秋まつりのチケット交換(有料)あり●場ひじり館ホール●ID1011468  
●のびのびハウス豊ヶ丘児童館 ☎(338)5882  
●はじめのいっぽ 9月18日、10月2日、各水曜日午前10時30分～11時30分●対おおむね0～1歳児●ID1003630  
●コアクラブ 9月11日・25日各水曜日午前10時30分～11時30分●対おおむね1歳以上の未就学児●ID1010052  
●ビーボ東寺方児童館 ☎(338)5883  
●ビーボたいむ 9月9日・30日各月曜日午前11時～11時30分●対未就学児、妊娠中の方●ID1011789  
●アドバイスDAY 9月20日(金)午前11時～正午●対未就学児●内健康センターの保健師による出張相談●ID1012986  
●ヴィヴァーチェ諏訪児童館 ☎(375)0991  
●幼児のつどい「はとぽっぽ」 9月11日～25日、10月2日の各水曜日午前10時30分～11時30分●対1歳以上の未就学児●ID1014039  
●0歳児のつどい「ひなたぼっこ」 9月12日～26日、10月3日の各木曜日午前10時30分～11時30分●対0歳児●備考12日はあすのき保育園による身長体重測定とわらべうたの時間、26日は北諏訪小学童クラブで開催●ID1010688  
●ゆう桜ヶ丘桜ヶ丘児童館 ☎(338)7122  
●0歳児のつどい「あかちゃんとのんびりタイム」 9月13日・27日各金曜日午前11時～正午●対0歳児●備考13日は栄養士による離乳食の話。27日はおんぶと抱っこのお話●ID1011347  
●幼児のつどい「ピポッパ」 9月6日・20日各金曜日午前10時30分～11時30分●対1歳以上の未就学児●ID1011348  
●TOM HOUSE 落合児童館 ☎(371)5955  
●ベビー☆パラダイス 9月11日・25日各水曜日午前11時～11時40分●対おおむね1歳6カ月までの子ども●内25日(水)は健康センターの歯科衛生士による講座●ID1011033

●キッズ☆パラダイス 9月12日・26日各木曜日午前11時～11時40分●対おおむね1歳6カ月以上の未就学児●ID1011034  
●からきだ菖蒲館唐木田児童館 ☎(338)2277  
●CoCo♥KARAたいむ 9月12日～10月3日各木曜日午前11時～11時30分●対0歳児●ID1010078  
●Pico★KARAたいむ 9月13日～10月4日の各金曜日午前11時～11時40分●対おおむね1歳以上の未就学児●ID1008806

### いきいきシニア

#### 南なん亭「認知症サポーター養成講座」

認知症当事者とその家族を地域で見守るサポーターになりませんか?  
●日9月26日(木)午前10時～11時30分●場アクアブルー多摩交流スペース●共催多摩センター地域包括支援センター、(社福)多摩市社会福祉協議会●備考手話通訳あり●ID1002887●申当日直接会場へ●内主催二幸産業・NSP健康福祉プラザ ☎(356)0303

#### 千代田区立神田一橋中学校通信教育課程生徒募集

●次のいずれかに該当する方①昭和21年3月31日以前の尋常小学校卒業生・国民学校初等科修了者で高等学校の入学資格が無い方②都内在住・在勤で戦後の混乱の影響などにより、中学校で十分に学べなかった令和7年4月1日現在、満65歳以上の方●選考日12月7日(土)●備考出願書類は神田一橋中学校へ要請求●申問10月7日(月)～11月22日(金)必着の、郵送または直接持参で、願書を、〒101-0003千代田区一ツ橋2-6-14神田一橋中学校 ☎03(3265)5961へ

#### 多摩市老人クラブ連合会多摩市民グラウンドゴルフ大会

●日10月24日(木)午前9時30分～午後3時[雨天時は10月31日(木)]●場市民活動・交流センター●対60歳以上の市内在住者●定200人(応募者多数の場合は抽選)●¥500円(保険料を含む)●持ち物クラブ・ボール(お持ちの方)、飲み物、健康保険証、昼食●備考一般応募者は個人戦(8ホールを2戦)のみ●申問・主催9月5日(木)～30日(月)午後3時に、電話で、住所・氏名・年齢・電話番号を、多摩市老人クラブ連合会事務局 ☎・FAX(356)0309へ

#### 地域の大学生とのおしゃべり広場～シニアのためのブックセレクト&トーク～

地域の大学生と、本をテーマにしたトークを互いにくり広げ、「自分の1冊」を探してみませんか?  
●日9月22日(祝)・10月6日(日)午前10時～正午●場関戸図書館活動室●市内在住の60歳以上の方●定6人(申し込み先着順)●持ち物利用者カード(お持ちでない場合は本人確認書類)●協力大妻女子大学地域連携プロジェクト、大妻女子大学図書館サークルOLIV E、(医)河北医療財団●備考詳細は、各市立図書館で配布・掲示のチラシまたは図書館・市公式ホームページ参照●申問9月6日(金)～20日(金)に、電話で、中央図書館 ☎(373)7955へ

#### 元気塾体験会

●日10月1日(火)午後1時30分～3時●場桜ヶ丘元気塾(桜ヶ丘2-1-1)●対おおむね65歳以上の市内在住者とその家族●内元気塾で行っている介護予防プログラムの体験●ID1002922●申問電話で、桜ヶ丘元気塾 ☎・FAX(311)7300へ

### TAMAフレイル予防プロジェクト(TFPP) ～あなたがもっと健幸になるためのフレイル度チェック!～

高齢になって、体力や気力が衰えた状態をフレイル(虚弱)といいます。 国土館大学や介護予防リーダーと一緒に、チェックリストの記入や歩行速度などを測る測定会に参加し、フレイル予防に取り組みしましょう。

●日9月25日(水)午前10時～11時30分●場愛宕かえで館ホール●対65歳以上の市内在住者●内簡単な問診、測定(5m通常歩行速度、身長・体重・BMI測定、開眼片足立ち)、国土館大学講師によるフレイル予防講座(足の筋力アップ体操、脳トレ、口腔体操など)●持ち物飲み物、タオル●備考動きやすい服装で●ID1002881●電話または直接、愛宕かえで館 ☎(375)2990へ●内国土館大学ウエルネス・リサーチセンター ☎(339)7347(祝日を除く月～金曜日午前10時～午後4時)