



講座・催し物

日日時・日程・期間 場場所 対対象 定定員 ¥費用(記載のないものは無料) 内内容 備備考 申申し込み 問問い合わせ
 ID公式ホームページのトップページにある「広報ID検索」に7桁の数字を入力すると関連ページにアクセスできます

分類	名称	日時・場所	対象・定員・申し込み・問い合わせなど
環境	インセクトウォッチング第4回	日9月28日(土)午前10時～正午 集合 恵泉女学園大学入口バス停(一本杉公園側)	対小学生以上定20人(応募者多数の場合は抽選) ¥高校生以上=500円、小・中学生=250円(当日集金) 内町田市小野路町の里山を歩きながら、専門家の解説を聞き、昆虫を観察 講師 昆虫専門家 持ち物 雨具、筆記用具、飲み物、帽子、マスク(推奨) 申問 主催9月6日(金)午前10時～20日(金)午後4時に、インターネット手続きで、パルテノン多摩 URL https://www.parthenon.or.jp/event/insectwatching2024/ ・ ☎(375)1414へ
	みんなの植物観察会「放浪する植物たち」	日10月8日(火)午前10時～正午 集合 京王相模原線南大沢駅	定50人(応募者多数の場合は抽選) ¥500円 内松木日向緑地(八王子市南大沢1-14-1)で、初心者でも楽しめる植物観察会 講師 多摩市植物友の会会員 持ち物 雨具、筆記用具、飲み物、帽子、マスク(推奨) 備天候などにより実施内容を変更する場合があります。詳細は、パルテノン多摩 URL https://www.parthenon.or.jp/event/minshoku2024/ 参照 申込期間 9月10日(火)午前10時～24日(火)午後4時 問 パルテノン多摩 ☎(375)1414
健康・福祉	健幸Spot×龍生堂薬局特別イベント骨密度測定会～お買い物のついでに健康チェックしませんか?～	日9月7日(土)午前10時～午後4時 場 グリナード永山健幸Spot・どんぐり広場(永山1-4)	対どなたでも(骨密度測定会は原則20歳以上) 内 血圧、体重、骨密度測定、健康相談 ID1002749 申 当日直接会場へ 問 健幸Spotについて=市役所企画課 ☎(338)6916、骨密度測定・健康相談について=龍生堂薬局永山店 ☎(373)6089
	骨盤ストレッチ～骨をゆるめて元気ハツラツ!!～	日9月20日(金)午前10時～正午 場 貝取こぶし館ホール	定20人(申し込み先着順) 内 骨盤ストレッチの講話と実技 講師 井上清美氏(ペルビクストレッチインストラクター) 持ち物 敷物(ヨガマットやバスタオルなど)、スポーツタオル(ストレッチで使用)、飲み物 主催 健康づくり推進員 備 動きやすい服装で ID1015287 申 問 9月9日(月)から、電話で、健康推進課 ☎(376)9139へ
	マジック無料講習会～多摩市社会福祉協議会ボランティア活動等振興助成事業～(全3回)	日10月5日・19日、11月2日、各土曜日午後6時10分～7時30分 場 永山公民館視聴覚室	対18歳以上 定10人(申し込み先着順) 内 誰でもできる簡単マジック 協力 多摩ボランティア・市民活動支援センター 備 全回参加できない場合は要相談 申 問 10月4日(金)までに、電話またはメールで、マジックエコー ☎050(5864)1758 ・ ㊚suwanoenaga1015@gmail.com 中山へ
	福祉学習サポートボランティア入門講座	日10月11日(金)午後1時30分～3時 場 多摩ボランティア・市民活動支援センター活動室(ヴィータ)	対市内在住・在勤・在学者 定15人(申し込み先着順) 内 福祉体験学習メニューの紹介、車いす指導体験・高齢者疑似体験 講師 (社)福楽友会職員ほか 申 問 9月9日(月)午前9時から、電話またはインターネット手続きで、多摩ボランティア・市民活動支援センター ☎(373)6611 ・ URL https://tama-shakyo.jp/gakusyuuaponyuumon ・ ㊚(373)6629へ
	骨盤ケア講座「骨盤から整える、快適な身体づくり」(全6回)	日10月11日・25日、11月8日・22日、12月13日・27日、各金曜日午前10時～11時20分 場 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ集会室	対おおむね18歳以上の女性 定15人(応募者多数の場合は抽選) ¥7,800円(全回分) 講師 末政めぐみ氏[(一社)日本ピルピスワーク協会認定1級ピルピスワーカー] ID1014980 申 問 9月28日(土)必着の、往復はがき往信欄裏面に、「10月～12月骨盤ケア申込」・住所・氏名(ふりがな)・年齢層(40歳代など)・電話番号、返信欄宛名面に住所・氏名を記入し郵送、または住所・氏名を記入した未使用のはがきを直接持参し、〒206-0032南野3-15-1二幸産業・NSP健幸福祉プラザ3階事務室管理係 ☎(356)0303へ
スローヨガ「ヨガの呼吸で心と体のバランスを整えましょう」(全6回)	日10月11日・25日、11月1日・15日・29日、12月6日、各金曜日午後6時～7時 場 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ多目的フロア	対中学生以上 定25人(応募者多数の場合は抽選) ¥4,800円(全回分) 講師 寺澤やよい氏(全米ヨガアライアンス認定200時間ヨガインストラクター) ID1010711 申 問 9月28日(土)必着の、往復はがき往信欄裏面に「10月～12月スローヨガ申込」・住所・氏名(ふりがな)・年齢層(40歳代など)・電話番号、返信欄宛名面に住所・氏名を記入し郵送、または住所・氏名を記入した未使用のはがきを直接持参し、〒206-0032南野3-15-1二幸産業・NSP健幸福祉プラザ3階事務室管理係 ☎(356)0303へ	
教育	恵泉女学園大学・多摩市国際交流センター連携日本語学習支援者養成講座(全15回)	日9月28日、10月5日・12日・19日、11月9日・16日・30日、各土曜日午前9時30分～午後0時40分 場 恵泉女学園大学(南野2-10-1)	対20歳以上 定20人(応募者多数の場合は抽選) 内 多文化共生、異文化理解など ¥市内在住者=16,000円ほか 申 問 9月17日(火)までに、インターネット手続きで、恵泉女学園大学 URL https://www.keisen.ac.jp/extension/japanese-special-course/ ・ ☎(376)8211へ
文化	連続講座「続・謎解き多摩ニュータウン」第2回	日9月29日(日)午後1時～4時 場 中央図書館活動室1	対高校生以上 定40人(申し込み先着順) 内 「多摩センターはなぜセンターなのか～まちの構造と施設配置に込めた思い」、多摩センター地区の地下トンネル施設「共同構」を見学 講師 多摩ニュータウン学会会員 共催 多摩市、多摩ニュータウン学会 ID1014674 申 問 9月9日(月)から、電話で、中央図書館 ☎(373)7955へ
	国際理解講座「インドネシア 多様な文化と神々の国」	日9月29日(日)午後2時～4時 場 関戸公民館大会議室	対中学生以上 定60人(申し込み先着順) ¥TIC会員=無料、一般=300円 講師 鳥内スサティ氏(コミュニケーター) 申 問 9月7日(土)～27日(金)に、電話またはメールで、「インドネシア」・住所・氏名・電話番号を、多摩市国際交流センター ☎(355)2118 ・ ㊚tic@kdn.biglobe.ne.jp へ
はたらく	「SNS集客を実現する4つのステップ」セミナー	日9月25日(水)午後2時～4時 場 オンラインまたは多摩商工会議所(関戸1-1-5)	対中小・小規模事業者 定50人(申し込み先着順) 内 2,000人の人生を変えた「満席講座」作りからSNS集客ついて4つのステップごとに学ぶ 講師 加藤あい氏(株)スマイルリボン代表取締役 ID1015616 申 問 9月17日(火)までに、電話で、多摩商工会議所 ☎(375)1211 ・ URL https://www.tamacci.or.jp/ へ
	傾聴力向上セミナー～コミュニケーション・営業の質を変える聴く力とは～	日10月3日(木)午後2時～4時 場 オンラインまたは多摩商工会議所(関戸1-1-5)	対中小・小規模事業者 定50人(申し込み先着順) 内 「傾聴」の基本・効果、会話しやすい空間づくり、傾聴における話し方と表現の仕方、会話での実践練習など 講師 田中杏奈氏(エムシー・プレゼンラボ代表) ID1015617 申 問 9月24日(火)までに、電話で、多摩商工会議所 ☎(375)1211 ・ URL https://www.tamacci.or.jp/ へ

市主催の催し物などは、変更・中止する場合があります。事前に主催者にお問い合わせいただくか、ホームページなどでご確認ください。特別の記載がない場合の市の窓口の受付時間は午前8時30分～午後5時です。