

令和6年度障がい者スポーツ体験教室

日11月5日(火)午後2時～3時場総合体育館第2スポーツホール対障がいの有無に関わらずどなたでも内ダンス、ヴェルディ玉入れ持ち物室内履き、飲み物主催東京ヴェルディ(株)、多摩市特別協力京王聖蹟桜ヶ丘SC備考詳細は、公式ホームページ参照ID1010691申当日直接会場へ問東京ヴェルディ(株)普及部☎044(946)3042

まち美化キャンペーン

きれいで清潔なまちを目指し、ポイ捨てなどの環境美化やごみ減量啓発のため、市民・市民団体・事業者の皆さんと協働して、駅周辺の清掃活動や啓発物の配布を行います。一緒にまちをきれいにしましょう！

日場など下表の通り共催多摩市まち美化推進協議会備考雨天中止。当日は集合場所にのぼり旗を設置ID1002290申当日直接集合場所へ問環境政策課☎(338)6831

日時	清掃場所	集合場所
10/24(木)15:00～16:00	唐木田駅周辺	唐木田駅改札口付近
10/25(金)15:00～16:00	多摩センター駅周辺	小田急多摩センター駅改札口付近
10/26(土)10:00～12:00	乞田川沿い(多摩センター～永山)	小田急多摩センター駅改札口付近
10/28(月)15:00～16:00	聖蹟桜ヶ丘駅周辺	聖蹟桜ヶ丘駅西口交番付近

市民のひろば

12月5日号の原稿受け付けは10月24日(木)～31日(木)です(先着30団体)。掲載には条件あり(掲載規定参照)。掲載規定・掲載用紙は公式ホームページに掲載の他、市役所3階秘書広報課、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館で配布ID1005206

※詳細は各連絡先へ。市は関与しません

会員募集

※場所は、主な活動場所です

認知症予防運動の会日毎月第2・4月曜日10:15～12:00場二幸産業・NSP健康福祉プラザ多目的ホール対70歳以上の市内在住者¥入会金(1,000円)、月会費(500円)備考定員5人。認知症予防コグニサイズを実施☎090(4438)8300熊谷

東京多摩プロバスクラブ日毎月第1水

曜日13:30～15:30場関戸公民館学習室ほか対多摩市・近隣市在住者¥入会金(無料)、6カ月会費(12,000円)備考専門職退職男女。講話・研修旅行・サークル活動(俳句・ゴルフなど)。見学申込歓迎問k.ito.skyy.g@gmail.com伊藤フィットネス体操クラブさくら日月2回土曜日13:00～15:00場和田中学校クラブハウス対運動不足を感じている男女¥入会金(無料)、月会費(3,000円)備考有酸素運動・筋トレ・ストレッチでカラダ改善。50～60代中心。無料体験あり問fitnessstaisou.sakura@gmail.com帯刀

催し案内

澤地久枝公演会・武田美通鉄の造形作品展示日10/22(火)13:30(13:00開場)場永山公民館ベルブホール¥1,000円備考定員150人(申し込み先着順)問戦争いらない多摩市民の会☎(376)5065野呂

万葉時代再現！防人の道ウォーク日

第5回多摩市ボッチャフレンドカップ

年齢や、障がいの有無に関わらず、皆さんと一緒に楽しめる人気スポーツ「ボッチャ」の大会を今年も開催します。ご家族やお友達と一緒に、ぜひご参加ください！

日12月8日(日)午前9時～午後4時(午前8時30分から受け付け)場総合体育館第1スポーツホール対チームの代表者が市内在住・在勤・在学者のいずれかである、3～5人のチーム定40チーム(申し込み先着順)持ち物室内用運動靴、タオル、飲み物主催多摩市スポーツ推進委員協議会協賛大塚製薬(株)、東京ヴェルディ(株)、トヨタS&Dフリースト西東京(株)募集要項配布場所公式ホームページ、市役所第二庁舎2階スポーツ振興課、総合体育館、アクアブルー多摩備考詳細は募集要項参照ID1012985申問10月21日(月)～11月20日(水)に、公式ホームページのインターネット手続きまたは、参加申込書をファクシミリ・直接持参で、スポーツ振興課☎(338)6954・FAX(371)3711へ



10/26(土)9:45～15:30場グリナード広場(永山1～4)¥1,000円備考歴史古街道団20周年記念行事。詳細は、ホームページ参照問歴史古街道団☎090(3315)2381みやこ

第100回記念多摩市民舞発表大会日10/27(日)13:00(12:30開場)場関戸公民館ヴィータホール¥無料問多摩市民舞連合会☎(375)5177三浦

〈写真展〉北陸を駆け抜けた蒸気機関車日10/31(木)～11/5(火)10:00～20:00(最終日は17:00)場京王聖蹟桜ヶ丘SC AB館5階連絡ブリッジギャラリー¥無料問メンバーの会☎090(1850)2919秋本

精神疾患からの回復を助ける家族の対話法日11/2(土)13:30～16:00場二幸産業・NSP健康福祉プラザ¥300円(資料代)備考講師＝高森信子氏問サンクラブ多摩☎(371)3380藤岡

詩吟無料講習会 日本詩吟学院岳智会多摩支部日11/2・30、12/14・21、各土曜日13:00～15:30場関・一つむぎ館第3

会議室はか¥無料備考気軽にご参加ください問岳智会多摩支部☎090(2440)9316伊集院

本物のアロマの香りに包まれるヨガ体験会日11/7・21各木曜日10:00～12:00場関・一つむぎ館¥1,000円備考ヨガの前にフットケアあり。体験参加は1回のみ。2回希望の場合相談問アロマヨガのびのびの会☎akimiyo@hotmail.co.jp御代聡子

第62回藤紫賀会「舞踊の会」日11/8(金)12:00(11:30開場)場パルテノン多摩小ホール¥無料問藤紫賀会☎(375)1838加藤

東洋の英智氣と血が巡る太極拳と瞑想の体験会日11/14・28各木曜日10:00～12:00場関・一つむぎ館¥1,000円備考体験参加は1回のみ。2回希望の場合は2回目1,500円問太極拳・気功ゆるりらの会☎akimiyo@hotmail.co.jp御代聡子

有料広告

※この広報紙に掲載されている有料広告は市の業務と直接関係ありません。内容は広告主にお問い合わせください

多摩市在住、60歳以上、おしごとをお探しの方へ！

入会説明会開催

11/12(火) 9:30～11:30

《場所》多摩市桜ヶ丘4-40-1

まずは資料請求から

予約制です。下記までご連絡ください。

TEL.042-371-3580

公益社団法人 多摩市シルバー人材センター

※11月入会ご希望の方は、11/5(火)まで

シルバー人材センター就業体験講習

プロから学ぶ「庭木の剪定」

受講料 無料

11/6(水) 10:00～13:00

《場所》鶴牧西公園内みどりの家

《対象》市内在住、60歳以上

シルバー人材センターに入会されていない方

《定員》20名(予約制・先着順)

要予約。下記までご連絡ください。

TEL.03-5211-2326

受付 (公財)東京しごと財団シルバー講習担当係

平日(土日祝を除く)9:00～17:00

共催 公益社団法人 多摩市シルバー人材センター

医療法人財団青溪会

駒木野病院

【院長】菊本 弘次【副院長】田 亮介・笠原 麻里・鬼塚 愛彦

精神科 児童精神科 老年精神科

神経内科 リハビリテーション科

当院は、皆様から親しまれ信頼される医療機関として、精神医療の提供に取り組んでいます。うつや統合失調症などの精神疾患に加えて、子どもの精神疾患や、アルコール依存症、認知症など、様々なこころの問題に対して診断や治療を行いながら、健康を取り戻すお手伝いをしております。

Tel.042-663-2222

Fax.042-663-3286

〒193-8505 東京都八王子市裏高尾町273



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) 内容 ID公式ホームページの広報ID 申申し込み 問問い合わせ 問ホームページアドレス IDの後の7桁の番号を、公式ホームページのトップページにある「広報ID検索」に入力すると記事に関連するページにすぐにアクセスすることができます。