



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
 健康・福祉	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1月10日・17日、2月14日・28日、3月14日・28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)ID1016107申問12月21日(土)必着の、往復はがき往信欄裏面に「1月～3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
	講演会「壁の向こうの孤独～ひきこもりに地域や家族ができること～」	日1月13日(祝)午後2時～4時 場二幸産業・NSP健幸福祉プラザ7階研修室	定50人(申し込み先着順)内国内外の多くの当事者と交流してきた当事者の視点から、ひきこもりの実情について知る講師ぼそっと池井多氏(当事者団体VOSOT主宰)申12月6日(金)午前9時～1月10日(金)に、インターネット手続き・電話で、多摩ボランティア・市民活動支援センター☎(373)6611、またはメールで、ブロッコリーの会へ問ブロッコリーの会☒broccoli.salon@gmail.com
 教育	日本語ボランティア養成講座(全10回)	日1月11日～3月22日の各土曜日午前10時～正午(2月15日を除く) 場関戸公民館第3学習室	対18歳以上の市内・近郊の在住・在学者定20人(応募者多数の場合は抽選)¥10,000円(全回分。別途テキスト代あり)内外国人に日本語を教えるための基礎的知識と教え方の実践申問12月23日(月)までに、往復はがき往信欄裏面に住所・氏名・電話・年齢・メールアドレス、返信欄表面にご自身の住所・氏名を記入の上、〒206-0011関戸4-72多摩市国際交流センター☎(355)2118・☒tic@kdn.biglobe.ne.jpへ
 文化	永山公民館サロンライトコンサート	日12月14日(土)午後3時～4時15分(2時45分開場) 場永山公民館ベルブホール	対未就学児不可定130人(会場先着順)出演曲目澤田流勝邦会(津軽三味線)=津軽じょんから節ほか、田中百合子(ピアノ)=ショパン：軍隊ポロネーズOp.40-1ほかID1013601申当日直接会場へ問永山公民館☎(337)6661
	【“たまには芝居”参加作品】あつし先生と沙悟浄の「わが西遊記」	日12月22日(日)午後2時・5時(各30分前開場) 場関戸公民館ヴィータホール	定各200人(申し込み先着順)¥1,000円(小学生以下無料)構成演出河村卓哉原作中島敦「悟浄歎異」よりID1014868申問インターネット手続き・メールまたは電話で、クレープの店ちゃとらん☒takuya.chatrun@me.com・☎042(585)5623へ
	献立の定番に♪本場のフィリピン家庭料理を、フィリピン出身ミラさんと作りましょう！	日1月18日(土)午前10時～午後2時 場二幸産業・NSP健幸福祉プラザ調理実習室	対おおむね中学生以上定12人(申し込み先着順)¥3,500円(2人以上の参加は一律500円引き)内チキンアドボ(チキン煮込み)・ポークシニガン(酸味のある具沢山スープ)・フルーツサラダの調理実習と実食備詳細は、公式ホームページ参照ID1016108申問12月5日(木)午前10時から、電話または直接、二幸産業・NSP健幸福祉プラザ☎(356)0303(日曜日・祝日・第2土曜日を除く午前8時30分～午後5時)へ
	パルテノン多摩ミュージアム「古文書から歴史を読む【多摩地域編】」(全5回)	日1月26日(日)、2月11日(祝)・15日(土)・16日(日)・24日(月)、各午後2時～4時 場パルテノン多摩会議室3・4(オンライン受講あり)	定会場=30人(応募者多数の場合は抽選)、オンライン=100人(申し込み先着順)¥5,000円(全回分)内多摩地域に関する史料を解説し、地域の歴史を考える講座申問12月20日(金)必着の、郵送またはインターネット手続きで、往復はがきに、「古文書から歴史を読む」・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・受講方法(会場・オンライン)の希望を記載し、〒206-0033 落合2-35 パルテノン多摩URLhttps://www.parthenon.or.jp/event/202501komonjo/・☎(375)1414へ
	タマリズムコンテストドラフト会議	日12月16日(月)午後1時～5時 場LINK FOREST(鶴牧3-5-3)	対フリーランス・個人事業主などを除く市内事業者内「観光まちづくり」をテーマに大学生などが考案した企画の審査。事業化を希望する企業があればドラフト形式でのマッチングを実施備詳細は、タマリズムプロジェクトURLhttps://tamarism.com 参照ID1006532申込締切12月12日(木)問タマリズムプロジェクト実行委員会事務局☒tamarism@keio-kanko.co.jp・市役所経済観光課☎(338)6867
 スポーツ	多摩市スポーツ推進委員協議会主催事業 対市内在住・在勤・在学者問スポーツ振興課☎(338)6954		
	ノルディックウォーキング体験教室	日12月21日(土)午前9時30分～11時30分(9時15分から受け付け) 集合多摩中央公園付近	定25人(申し込み先着順)コース豊ヶ丘南公園～永山南公園～永山北公園解散(歩程約4km)持ち物帽子、タオル、飲み物、ノルディックポール(無料貸し出し可)備雨天中止。運動できる靴と服装、両手の空くかばんでID1011279申12月6日(金)～18日(水)に、電話で、スポーツ振興課へ
	ニュースポーツ体験教室	日12月15日(日)午前9時20分場総合体育館第2スポーツホール	対小学生以上内ボッチャ、ネオテニスなど持ち物室内用運動靴、飲み物、タオル備運動できる服装でID1008729申当日直接会場へ
	総合体育館第4期定期教室事業	日1月～3月 場総合体育館	定14人～25人内幼児・児童教室、フィットネス教室、ヨガ・ピラティス、軽体操など備詳細は、要問い合わせ申問12月9日(月)午前9時から、費用を持参の上、直接、総合体育館☎(374)2313・URLhttps://tama-sports.com/へ
	初心者のためのトレーニング教室(全5回)	日1月14日～2月11日の各火曜日午前10時～11時、1月16日～2月13日の各木曜日午後7時～8時 場総合体育館	対高校生相当以上の市内在住・在勤・在学者で、医師から運動制限を受けていない方定各5人～10人(申し込み先着順)¥4,000円(全回分)備申し込み時に市内在住・在勤・在学が分かるものを要提示ID1011366申問12月14日(土)午後5時から、直接、総合体育館☎(374)2313へ
暮らし	日野法人会 新春講演会	日1月7日(火)午後3時30分～5時 場京王プラザホテル八王子(八王子市旭町14-1)	定250人(申し込み先着順)内日本政治の舞台裏申問12月13日(金)までに、電話・ファクシミリ・メールまたは日野法人会URLhttps://www.tohoren.or.jp/hino/?page_id=3562に掲載の申込書に必要事項を記入し、(公社)日野法人会☎042(593)9900・FAX042(593)9899・☒hino_info@tohoren.or.jpへ