

**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	2月の自然観察会「冬の雑木林」	日2月4日(火)午前10時～正午 集合当日午前10時～11時に、旧多摩聖蹟記念館へ	内都立桜ヶ丘公園内の豊かな自然を散策共催多摩市植物友の会備雨天・荒天中止、歩きやすい靴と服装で。当日は資料を配布し、各自で散策ID1009625問教育振興課☎(338)6883
	2月の植物写真展示	日毎週月・水曜日、祝日を除く午前10時～午後4時 場旧多摩聖蹟記念館	内「とげのある植物」をテーマに、イヌザンショウ・サイカチ・タラノキ・ニガイチゴなどの写真を展示備2月13日(木)・18日(火)・25日(火)・27日(木)は休館問教育振興課☎(338)6883
	植物特別講演「身近な植物カタバミから眺める生き物のつながりー形態変異・繁殖干渉・共生ー」	日2月15日(土)午前10時～正午 場パルテノン多摩会議室1	定70人(応募者多数の場合は抽選)¥1,000円内カタバミの生態についての講演講師堂園いくみ氏(東京学芸大学教授)備詳細は、パルテノン多摩ホームページ参照申問主催2月5日(水)午後4時までに、インターネット手続きで、パルテノン多摩URL https://www.parthenon.or.jp/specialecture2024/・☎(375)1414へ
健康・福祉	2月のスポーツ・健康・体力相談	日2月4日(火)午前10時～11時50分、20日(木)午後1時～2時50分 場総合体育館第3スポーツホール内相談コーナー  日2月16日(日)午前10時～正午 場アクアブルー多摩トレーニングルーム	¥210円(市外の方は420円)内むくみ解消ストレッチ持ち物室内用靴備当日空いている場合は直接申し込み可ID1011366申電話または直接、総合体育館☎(374)2313へ  ¥大人310円、シニア150円内免疫力アップ! ヨガで始める健康習慣(スタジオレッスンではありません)備当日空いている場合は直接申し込み可ID1011366申問電話または直接、アクアブルー多摩☎(338)7667へ
	健康づくり推進員主催事業 問健康推進課☎(376)9139		
	2月の月例ウォーキング	日集合①2月4日(火)=グリナード広場(永山1-4)②18日(火)=パルテノン多摩大階段下	対初心者内①永山コース②多摩センターコース持ち物飲み物、帽子、雨具(傘は不可)備動きやすい靴と服装で。ウォーキング用ポール使用不可。雨天中止申当日午前9時45分～10時に、直接集合場所へID①1011720②1011728
健康エクササイズ～姿勢を正そう～	日2月1日(土)午前9時45分～11時30分(9時30分から受け付け) 場永山公民館ベルブホール	定30人(申し込み先着順)内正しい姿勢を知り、自宅で気軽にできるさまざまなエクササイズを体験講師古田裕子氏(健康運動指導士)持ち物フェースタオル1枚、飲み物備運動できる服装でID1016366申1月22日(水)から、電話で、健康推進課へ	
楽しいヨガ講習会～ヨガで血流を良くしてリフレッシュ!～	日2月14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)内ヨガの講話と実技講師河野郁江氏(多摩市スポーツリーダー)持ち物ヨガマットまたはバスタオル(敷き物)、スポーツタオル(ストレッチで使用)、飲み物備運動できる服装でID1013800申1月22日(水)から、電話で、健康推進課へ	
スポーツ	楽しく!美しい!ラジオ体操教室	日場①愛宕かえで館=2月17日(月)午前10時～11時30分②貝取こぶし館=2月20日(木)午後2時～3時30分、各30分前から受け付け	対市内在住・在勤・在学者定①25人②20人(いずれも申し込み先着順)内体の効果的な伸ばし方や体操のコツの指導講師山田小太郎氏(国士館大学男子新体操部監督)持ち物室内履き、タオル、飲み物ID1012979申問①1月25日(土)～2月10日(月)②2月3日(月)～20日(木)に、電話または直接、①愛宕かえで館☎(375)2990②貝取こぶし館☎(389)4196へ
	ネオテニスフレンドカップ	日2月16日(日)午前9時～11時30分 場総合体育館第1スポーツホール	対ネオテニス経験者で、ラリー(打ち合い)ができる方(1チーム2人)定16チーム(申し込み先着順)持ち物室内用運動靴、飲み物主催スポーツ推進委員協議会備申し込み用紙は、総合体育館・市役所第二庁舎2階スポーツ振興課で配布ID1016440申問2月7日(金)までに、ファクシミリまたは直接持参で、申し込み用紙を、ニュースポーツ体験教室会場またはスポーツ振興課☎(338)6954・FAX(371)3711へ

ヴィータ  
**第3回VITAふれあいまつり**  
 ～ふれあい、ひろがる。活動の輪。～

日2月9日(日)場関戸公民館、多摩ボランティア・市民活動支援センター(ヴィータ)主催第3回VITAふれあいまつり実行委員会備考一部有料の催しあり。☎(374)9711

時間・内容は一部変更する場合あり。詳細は、要問い合わせID1012352申当日直接会場へ問関戸公民館

場所	時間	内容	
関戸公民館	ヴィータホール	10:00～18:00 ダンスパフォーマンス、伝統芸能、演奏など(会場先着順)	
	市民ロビー	9:30～18:00	オープニング(和太鼓演奏)、ダンス、演奏、朗読劇、合唱ほか
		10:00～16:30	市民団体の活動紹介、活動体験、相談など
	ギャラリー	10:30～17:00	多摩の歴史を学べる創作カルタ取り、演劇・パフォーマンス体験ワークショップ
	スタジオ	10:30～17:30	和太鼓体験、ダンス体験、キーボード演奏体験
	ホワイエ	10:00～16:30	多摩演劇フェスティバル実行委員会のあゆみ
	第2学習室	10:00～17:00	朗読体験、小中学生向け茶道体験
第3学習室	10:00～17:30	瞑想体験、産業カウンセラーによる傾聴講座ほか	
多摩ボランティア・市民活動支援センター(ヴィータ7階)	10:00～16:30	昔遊び・輪投げ・ポッチャ体験など	
さくら広場	12:00～12:30	和太鼓演奏(雨天時は中止)	

**聖蹟桜ヶ丘エリアマネジメント カワマチシンポジウム**  
 ～語ろうぜこのマチのカ、カワのある聖蹟桜ヶ丘～

日2月15日(土)午後2時～3時50分場関戸公民館ヴィータホール定200人(市内在住・在勤・在学者優先の申し込み先着順)主催(一社)聖蹟桜ヶ丘エリアマネジメント共催多摩市備考閉会後に交流会あり(費用500円)。詳細は、公式ホームページ参照ID1016509申問公式ホームページのインターネット手続きで、行政管理課☎(338)6948へ