

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	健康づくり推進員主催事業 申 閏6月23日(月)午前9時から、電話で、健康推進課 ☎ (376) 9139へ		
	初心者太極拳 男性も女性もゆっくりと筋肉を動かし血流促進	日 7月4日(金)午前10時～正午 場 貝取こぶし館ホール	対 初級者向き 定 25人(申し込み先着順) 講師 安藤育子氏(日本武術太極拳連盟公認A級指導員) 持ち物 飲み物、タオル、上履き(靴下・素足でも可) 備 運動できる服装で ID 1014828
	夏のおもてなし料理～薬膳料理で暑さに負けない体づくり～	日 7月8日(火)午前10時～午後1時15分(午前9時45分受け付け) 場 健康センター調理室	定 20人(申し込み先着順) ¥ 300円(お釣りのないよう当日持参) 内 夏野菜とチキンのラタトゥイユ、焼キノコと干しエビのマリネ、スイカと枝豆のゼリー 講師 荻谷麻利子氏(管理栄養士) 持ち物 エプロン、三角巾、ふきん2枚 ID 1014831
	7月のスポーツ・健康・体力相談	日 7月9日(水)午前10時～11時50分・24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	¥ 210円(市外の方は420円) 内 夏バテ予防 持ち物 室内専用靴 備 当日空いている場合は直接申し込み可 ID 1011366 申 閏 電話または直接、総合体育館 ☎ (374) 2313へ
		日 7月20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	¥ 大人310円、シニア150円 内 夏の関節バランスチェック 備 当日空いている場合は直接申し込み可 ID 1011366 申 閏 電話または直接、アクアブルー多摩 ☎ (338) 7667へ
 教育	夏休み手話教室(全3回)	日 8月6日(水)～8日(金)午前10時～11時50分 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 全回参加できる小学生以上の方 定 30人(申し込み先着順) ¥ 99円(支払いは任意。全回分保険代) 主催 多摩市手話サークル「クローバー」 申 閏 6月20日(金)～7月16日(水)に、電話またはファクシミリで、多摩ボランティア・市民活動支援センター ☎ (373) 6611・ FAX (373) 6629へ
	話そう！好きな本のこと！(①海外文学②沢木耕太郎③恩田陸)	日 ①7月12日②8月9日③9月13日、各土曜日午後1時30分～3時30分 場 中央図書館活動室2・3	定 各15人(会場先着順) 内 テーマの作家や作品について、好きなポイントなどを語る コーディネーター 読み語り物集女、図書館職員 持ち物 ①大人になってから影響を受けた海外文学作品 備 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 ID 1014332 申 当日直接会場へ 閏 中央図書館 ☎ (373) 7955
	図書館ウラ側探検！中央図書館バックヤードツアー	日 7月26日(土)①午前10時30分～正午②午後1時30分～3時 場 中央図書館活動室1	対 ①小学生(小学3年生以下は要保護者同伴)②中学生以上 定 ①10組②15人(いずれも応募者多数の場合は抽選) 内 普段は入れない図書館の地下や書庫などの案内、本のカバーかけ体験など 持ち物 筆記用具 備 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 ID 1017527 申 閏 6月20日(金)～7月4日(金)に、図書館ホームページのインターネット手続きで、中央図書館 ☎ (373) 7955へ
 スポーツ	ハンドボール市民大会	日 8月3日(日)午前9時～午後6時15分 場 総合体育館第1スポーツホール	対 高校生以上で構成されたチーム ¥ 200円 ID 1003873 申 閏 7月25日(金)までに、電話で、多摩市ハンドボール連盟 ☎ 090(8178)2775宮嶋(平日午前9時～午後5時)へ
	第51回 秋季剣道大会(個人戦)	日 9月21日(日)午前10時～午後5時 場 武道館	対 8月2日時点で剣道連盟登録会員である市内在住・在勤・在学者 ¥ 高校生以下＝600円、一般＝1,200円 ID 1003873 申 7月27日(日)までに、電話またはメールで、剣道連盟 ☎ 080(4612)6465・ E yuichi.ymmt1982@gmail.com 山本へ



市民のひろば

8月5日号の原稿受け付けは6月24日(火)～7月1日(火)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 **ID** 1005206 ※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

山遊くらぶ **日** 毎月第1火曜日19:00～21:00 **場** 永山公民館視聴覚室 **対** 市内および近隣市在住者 **¥** 入会金(無料)、年会費(1,200円) **備考** 月例会での低山から高山の中から計画の山を選択し参加 **閏** ☎ 090(5305)1603杉田治

永山クラブ 写真同好会 **日** 毎月第2火曜日 **場** 唐木田菖蒲館 **対** 写真に興味あれば **¥** 入会金(無料)、月会費(2,000円) **備考** スナップ、風景、お花、街撮り、乗り物、どんな写真でも持ち寄り、写真談義しませんか！ **閏** **E** hiraide@taupe.plala.or.jp 平出昭雄

健康体操ひまわり **日** 水曜日9:30～11:30

(月3回) **場** 和田中学校クラブハウス **対** 楽しく健康になりたい方 **¥** 入会金(無料)、月会費(2,000円) **備考** 無料体験に参加してみませんか？体が軽くなり変化に気付き、若々しい毎日を送いませんか **閏** ☎ 090(1600)3943長谷部

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** 市内・近隣市在住者、退職男女 **¥** 入会金(無料)、6カ月会費(12,000円) **備考** 講話、研修旅行、サークル活動、地域奉仕、国内外プロバスクラブとの交流親睦 **閏** **E** k.ito.skyy.g@gmail.com 伊藤

司馬遼太郎を語る会 **日** 毎月第1・3木曜日14:00～16:00 **場** 貝取こぶし館 **対** 市内在住者 **¥** 入会金(無料)、月会費(500円) **備考** 歴史上や現代の出来事について、順番にテーマを選んで議論してます **閏** ☎ 090(4925)3124松浦隆夫

スポーツw吹矢多摩唐木田支部 **日** 毎月第1・4日曜日午前、毎月第2・3日曜日午後 **場** 鶴牧中学校クラブハウス **対** 老若男女 **¥** 入会金(無料)、月会費(1,000円) **閏** ☎ (374) 8883笹原邦夫

第40回 野外コンサート実行委員会 **日** 7/19(土) **場** 鶴牧東公園 **対** 高校生以上 **¥** 入会金(無料)、月会費(無料) **備考** 多摩

ニュータウン野外コンサートボランティアスタッフ募集。詳細はメールでご連絡ください **閏** 多摩ニュータウン野外コンサート実行委員会 **E** tama-yagai-mado@infoseek.jp

催し案内

ギターアンサンブル・ロセータ コンサート **日** 6/21(土)15:00(14:40開場) **場** 関戸公民館ヴィータホール **¥** 無料 **備考** エトピリカ、アシタカせっ記、コパカパーナ **閏** アンサンブル・ロセータ **E** qiittle_jug@yahoo.co.jp 梅田

雅武者太鼓バイキングDAY **日** 6/21(土)19:00～20:30 **場** 二幸産業・NSP健康福祉プラザ多目的フロア **¥** 無料 **備考** 小学生以上。和太鼓衆雅武者ホームページ参照。上履き持参 **閏** 和太鼓衆雅武者 **E** gamusyamurasaki@yahoo.co.jp 佐藤

「星」の歌を一緒に！練習会無料ご招待！ **日** 6/25(水)14:00～16:00 **場** 関・一つむぎ館3階 **¥** 無料 **備考** 7月7日の七夕さまを歌で祝いましょう。先着10人 **閏** 抒情歌100曲歌う会 ☎ (371) 6315宮林

中央大学第20回市民講演会 **日** 6/28(土)14:00～15:30 **場** パルテノン多摩第1会議室 **¥** 無料 **備考** 『陰謀論・フェイクニュースとどう向き合うか』中央大学法学

部教授橋本基弘 **閏** 中央大学多摩白門会 ☎ 090(4523)6130足立

桜桃の朗読会 朗読遊人の会(彩聲) **日** 6/30(月)13:30(13:00開場) **場** 永山公民館視聴覚室 **¥** 無料 **備考** 4名の女性と俳優草野裕の朗読を。定員40人(要予約) **閏** 朗読遊人の会 ☎ 090(1426)5853クサノ(予約申し込み、非通知不可)

多摩市スポーツウエルネス吹矢初心者教室 **日** 6/30、7/7・14各月曜日 **場** 総合体育館第1会議室 **¥** 各100円 **備考** ゲーム感覚で楽しみ健康増進に役立つスポーツ。老若男女どうぞ **閏** 多摩市スポーツウエルネス吹矢協会 ☎ 090(6704)5124松田

相続・遺言・成年後見・死後の事務無料相談会 **日** 7/2(水)13:15～15:30 **場** 消費生活センター講座室(ベルブ) **¥** 無料 **備考** 要事前申し込み。各組45分以内の個別相談 **閏** NPO法人シニアサポート多摩 ☎ (400) 5264

多摩市茶道連盟 月釜へのお誘い **日** 7/13、11/9、2/8各日曜日10:00～15:00 **場** 関戸公民館茶室 **¥** 各800円 **備考** 茶室で出会う、日本文化の豊かで特別なひととき **閏** 多摩市茶道連盟 ☎ (375) 7005小西