

分類	名称	日時・場所	対象・定員・申し込み・問い合わせなど
 暮らし	たまかんフェスタ 	日 10月19日(日)午前10時～午後3時 場 多摩清掃工場	内 煙突のぼり体験、清掃工場特別見学会、ステージ、模擬店ほか 備 詳細は、公式ホームページ参照または要問い合わせ 申 当日直接会場へ 問 多摩ニュータウン環境組合 URL https://www.tama-seisokojo.or.jp・ ☎ (374)6331(平日午前9時～午後5時)
	公民館事業者提案型講座「人生100年時代を見据えたライフプランを考える」	日 ①11月1日(土)②15日(土)③27日(木)、各午後2時～4時 場 ①消費生活センター講座室②③永山公民館集会室	対 原則、市内在住・在勤者 定 50人(申し込み先着順) 内 ①これからの資産形成②介護と相続③終活 講師 池田翔氏[アクサ生命(株)マスターフィナンシャルプランアドバイザー] 共催 アクサ生命保険(株) ID 1018465 申問 10月7日(火)午前9時から、公式ホームページのインターネット手続きで、関戸公民館 ☎ (374)9711・ FAX (339)0491へ
	マンション管理セミナー「駐車場をめぐる課題と対策」	日 11月1日(土)午後1時30分～4時(1時開場) 場 永山公民館ベルブホール	定 80人(申し込み先着順) 内 居住者の高齢化から生じる課題ほか ID 1011384 申問 10月7日(火)午前9時から、電話・ファクシミリまたは公式ホームページのインターネット手続きで、都市計画課 ☎ (338)6817・ FAX (339)7754へ
 スポーツ	楽しく学んでフレイル予防 ウォーキング&簡単筋トレ教室 	日 10月16日(木)午前10時30分～正午(10時受け付け) 場 南豊ヶ丘フィールド	対 成人の方(中高年向け) 定 30人(応募者多数の場合は抽選) ¥ 500円 講師 徳田由美子氏(元800m日本記録保持者ほか) 持ち物 タオル、飲み物(水のみ可) 主催 (一社)東京グリーンスポーツリンク 備 運動のできる服装・靴(スパイク不可)で 申問 10月14日(火)午後3時までに、インターネット手続きまたは電話で、南豊ヶ丘フィールド URL https://ws.formzu.net/fgen/S249917267/・ ☎ (400)5487(午前10時～午後5時)へ
	多摩市、(一財)多摩市スポーツ協会主催事業 第51回多摩市民スポーツ大会 ID 1003873		
	ターゲット・バードゴルフオープン大会	日 10月23日(木)午前10時～午後4時 場 新日本物流スタジアム多摩	¥ 500円 備 運動のできる服装で。道具の貸与あり 申問 10月16日(木)までに、電話またはメールで、ターゲット・バードゴルフ協会 ☎ 090(5033)8147(午後1時～5時)・ ✉ m.iijima3@gmail.com 飯嶋へ
	合気道演武大会	日 10月26日(日)午前9時30分～午後0時30分 場 武道館	対 5歳以上 備 運動できる服装で。演舞体験会あり 申問 演舞大会出場希望者＝10月25日(土)までに、メールで、合気道連盟 ✉ kero6341@gmail.com 阿久津へ。体験希望者＝当日午前9時30分に、直接会場へ
 健康・福祉	ラグビー市民大会	日 11月2日(日)午前9時～午後3時30分、9日(日)午前9時～午後4時 場 陸上競技場	対 5歳～壮年の市内在住・在勤・在学者で構成されるチームまたは協会所属チームのチーム単位 持ち物 ユニホーム 備 スパイクまたは運動靴で 申問 10月15日(水)までに、電話で、ラグビーフットボール協会 ☎ 090(9801)6856(午前9時～午後6時)笠松へ
	健康づくり推進員主催事業 申問 10月7日(火)午前9時から、電話で、健康推進課 ☎ (376)9139へ		
	元タカラジェンヌによる人気のストレッチ	日 10月22日(水)午後1時30分～3時30分 場 ひじり館ホール	定 20人(申し込み先着順) 講師 八汐ゆう美氏(元宝塚歌劇団星組) 持ち物 ヨガマットまたはバスタオル(敷物用)、上履き、飲み物 備 動きやすい服装で ID 1018179
	小田急多摩線の沿線を巡り森林浴を楽しむ	日 10月24日(金)午前8時40分～正午 集合 小田急多摩線栗平駅南口改札口	対 中級者(アップダウン、山道あり) 定 25人(申し込み先着順) コース 小田急多摩線栗平駅～鶴川台尾根緑地～真光寺公園～汁守神社～諏訪南公園～永山北公園(歩程約9km) 持ち物 飲み物、帽子、雨具(傘は不可) 備 動きやすい服装と運動靴で。試行でウォーキング用ポール使用可(ノルディックポールは不可)。雨天中止 ID 1015724
 健康・福祉	専門職後見人懇談会 	日 11月14日(金)午後2時～4時 場 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ7階研修室	対 市内在住または市内で後見活動をしている・活動予定の専門職の方 定 20人(申し込み先着順) 内 死後事務と相続財産引き継ぎまでの流れ 講師 芳賀培之氏(東京弁護士会) 備 詳細は、多摩市社会福祉協議会 URL https://tama-shakyo.jp 参照 申問 10月7日(火)から、電話またはインターネット手続きで、多摩市社会福祉協議会権利擁護センター ☎ (373)5677・ URL https://forms.gle/8wwzKJdMGzWwUGDr6 へ

市民のひろば

11月20日号の原稿受け付けは10月7日(火)～10月15日(水)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
ヨガサークル・スーリヤ**日**第1・3月曜日、毎週木曜日など、各10:00～11:00・11:20～12:20**場**貝取こぶし館ほか**対**中高年～シニア、初めての方**¥**入会金(無料)、1回(600円)**備考**お気軽にお問い合わせください**問****☎**090(1469)7412所
フォークダンス同好会LaLaLa**日**第1・3・4水曜日10:00～12:00**場**二幸産業・NSP健幸福祉プラザ**対**どなたでも**¥**入会金(無料)、月会費(250円)**備考**はじめての方でも大丈夫!健康維持、ス

トレス解消に! **問****☎**090(6717)2521松田繁
スマイル(社交ダンス)**日**毎週木曜日9:45～11:45**場**多摩永山中学校クラブハウス**対**初級～中級**¥**入会金(1,000円)、月会費(3,000円)**備考**ダンスの正しい形を追求し、健康で美しい体の線を作る! **問****☎**(374)0505三宅
太極拳・氣功ゆるりらの会**日**第2・4木曜日10:00～12:30**場**関・一つむぎ館**対**太極拳に興味のある方**¥**入会金(1,000円)、年会費(500円)**備考**参加チケット3,000円(2回分)。別途参加時の会場費200円**問****✉**akimiyo@hotmail.co.jp 御代聡子
基楽会**日**毎月16～18日程度、各13:00～17:00**場**豊ヶ丘地区市民ホール**対**どなたでも**¥**入会金(無料)、6カ月会費(2,000円)**備考**会員20名。総当たり大会年中開催。たのしい人生と囲碁を**問****☎**(338)2040ハギワラ

催し案内

第15回多摩絵画サークル作品展**日**10/7(火)～12(日)10:00～17:00(初日は12:00か

ら)**場**関戸公民館ギャラリー**¥**無料**問**多摩絵画サークル**☎**090(8749)0104野崎己見子(代表)
オカリナとギター・津軽三味線のコンサート**日**10/12(日)12:00～13:00**場**関戸公民館市民ロビー**¥**無料**備考**♪コンドルは飛んでいく♪いそしぎ♪千本桜♪エーデルワイス他**問**オカリナサークルまーがれっと**☎**090(4957)4602児玉
不調と向き合う 優しいヨガ体験会**日**10/16、11/6各木曜日10:00～12:15**場**関・一つむぎ館**¥**1,000円**備考**ヨガの前にフットケアタイムあり。体験参加は原則1回のみ**問**アロマヨガのびのびの会**✉**akimiyo@hotmail.co.jp 御代聡子
相続①勉強会②相談**日**10/21(火)・30(木)①10:00・13:30②11:30・15:00・16:00**場**関戸公民館創作室**¥**無料**備考**21日＝宮武弁護士、30日＝上野税理士**問**終活健幸サポート多摩**☎**090(8089)7578
第9回大熊啓とささやかに歌うつどい in多摩**日**10/21(火)14:00～16:15(13:45からストレッチ)**場**永山公民館ベルブホール**¥**700円**備考**歌詞を大きく映します

問大熊啓さんと歌う会**☎**090(1857)1357山本
相続・遺言・成年後見・死後の事務無料相談会**日**10/23(木)13:15～15:30**場**消費生活センター講座室(ベルブ永山)**¥**無料**備考**要事前申し込み。各組45分以内の個別相談**問**NPO法人シニアサポート多摩**☎**(400)5264
朗読を楽しむ会発表会**日**10/24(金)13:30～16:00**場**中央図書館活動室1**¥**無料**備考**私達は好きな物語を読んでいます。どうぞおいでください**問**朗読を楽しむ会**☎**(338)2205森章二
第1回子どもが好きな昔話を大人が聞く会**日**10/26(日)14:00～16:00**場**中央図書館活動室2・3**¥**無料**備考**子どもの喜びをともに味わい昔話を楽しみましょう**問**多摩おはなしネットワーク**☎**080(5547)8434辻山妙子
うんこと死体の復権上映会**日**10/26(日)18:50～20:40(18:30開場)**場**永山公民館視聴覚室**¥**大人(1,500円)、大学生(1,000円)**備考**映画上映後、循環について考えてみませんか!**問**東寺方寺小屋**✉**htg.terakoya2060003@gmail.com