



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	健康づくり推進員主催事業 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。試行でウォーキング用ポール持参可(ノルディックポールは不可)。雨天中止 問 健康推進課☎(376)9139		
	12月の月例ウォーキング	日 集合①12月2日(火)=グリナード広場(永山1-4)②9日(火)=九頭龍公園③16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聖蹟桜ヶ丘コース③多摩センターコース ID ①1011720②1011721③1011728 申 当日午前9時45分～10時に、直接集合場所へ
	初冬の尾根歩きウォーキング	日 12月5日(金)午前9時15分～正午 集合 京王線長沼駅改札口前	対 中級者(アップダウンあり) 定 25人(申し込み先着順) コース 京王線長沼駅～六社広場～殿ヶ谷戸の道～野猿の尾根道～平山口～六国の道～平山城址公園～京王線平山城址公園駅(歩程約5km) ID 1018753 申 11月25日(火)午前9時から、電話で、健康推進課へ
	12月のスポーツ・健康・体力相談	日 12月2日(火)午前10時～11時50分・17日(水)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 筋トレ&筋膜ローラー 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 問 電話または直接、総合体育館☎(374)2313へ
		日 12月21日(日)午前10時～正午(1枠20分) 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 アロマ相談会(スタジオレッスンなし) 備 当日空いている場合は直接申し込み可 ID 1011366 申 問 電話または直接、アクアブルー多摩☎(338)7667へ
	がん哲学外来カフェ	日 12月13日(土)午後1時～3時 場 グリーンライブセンター	内 がん患者の方などが語らう安らぎの場 備 がんの治療などはありません ID 1011730 申 当日直接会場へ 問 グリーンライブセンター☎(375)8716(火～日曜日)
	親族後見人懇談会 	日 12月20日(土)午前10時30分～11時30分 場 消費生活センター講座室(ベルブ)	対 市内在住または市内で活動中の親族後見人、親族後見人として活動予定の方 定 20人(申し込み先着順) 内 後見活動について参加者同士で懇談、弁護士からのアドバイス 申 問 11月25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/SAKW73gwt97m7GUbA へ
	司法書士による市民のための成年後見相談会	日 12月20日(土)午後1時30分～4時40分(相談時間は40分) 場 消費生活センター講座室(ベルブ)	対 市内在住・在勤者 定 8組(申し込み先着順) 講師 司法書士(リーガルサポート東京支部所属) 申 問 11月25日(火)から、電話またはファクシミリで、多摩市社会福祉協議会権利擁護センター☎(373)5677・ FAX (373)5612へ
	公民館市民企画講座 女性障がい者と人権～旧優生保護法との闘い～	日 12月20日(土)午後2時～4時30分 場 関戸公民館ヴィータホール	定 100人(会場先着順) 内 障がい者が子どもを産み育てる権利を奪ってきた「旧優生保護法」の問題と闘ってきた障がい当事者による講演 講師 堤愛子氏(自立生活センター町田ヒューマンネットワーク副理事長) 備 要約筆記・手話通訳あり ID 1015169 申 当日直接会場へ 問 自立ステーションつばさ☎(389)6491・✉ tsubasa199404tbs@gmail.com
	どうする?!介護ー実例で学ぶ介護と医療ー	日 12月21日(日)午後2時～4時(1時30分開場) 場 関戸公民館大会議室	定 40人(申し込み先着順) 内 老老介護の現実や働き盛りで両親の介護が始まった経験などの実例から問題点を探る 保育 4人[1歳以上の未就学児。12月11日(木)午後5時までの申し込み先着順] 講師 淵野純子氏(あいクリニック在宅なんでも相談室ほか) 主催 I女性会議多摩支部 ID 1018762 申 問 11月25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または電話で、TAMA女性センター☎(355)2110へ
 文化	ヴィータ・コンサート 武山茂 ウクレレソロコンサート～優しい音色で奏めます!～	日 12月19日(金)午後2時(1時30分開場) 場 関戸公民館ヴィータホール	定 200人(会場先着順) 曲目 見上げてごらん夜の星を(坂本九)、ブルーハワイ(エルビスプレスリー)、恋人はサンタクロース(荒井由実)ほか 主催 ヴィータ・コンサート実行委員会 備 乳幼児などの親子室利用による鑑賞可(3室。会場先着順) ID 1012270 申 当日直接会場へ 問 関戸公民館☎(374)9711
	ミニ門松づくり 	日 12月26日(金)午前10時～正午 場 市民活動・交流センター創作活動室2	対 どなたでも(小学3年生以下は要保護者同伴) 定 10人(申し込み先着順) ¥ 1個=1,200円、1対=2,000円 持ち物 手拭き、持ち帰り袋 備 汚れても良い服装で ID 1018750 申 問 12月1日(月)午前9時から、電話または直接、市民活動・交流センター☎(400)7723へ
 環境	12月植物写真展「紅葉」	日 毎週月・水曜日除く午前10時～午後4時 場 旧多摩聖蹟記念館	内 イチョウやイロハモミジなど色づく秋の紅葉の写真を展示 備 12月9日・16日・23日・30日各火曜日は休館 ID 1011254 問 教育振興課☎(338)6883
	12月自然観察会「名残の実」	日 12月2日(火)午前9時45分～11時30分 集合場所 旧多摩聖蹟記念館	内 都立桜ヶ丘公園内の豊かな植物を観察 共催 多摩市植物友の会 備 雨天中止。動きやすい靴と服装で ID 1009625 申 当日午前10時までに直接会場へ 問 教育振興課☎(338)6883
	一年草と球根もガーデンに植えよう! 	日 12月14日(日)午前10時～正午〔予備日:20日(土)〕 場 グリーンライブセンター	定 24人(申し込み先着順) ¥ 500円(保険料など) 講師 NPO法人GreenWorks 備 長袖長ズボンの汚れても良い服装で ID 1017347 申 問 11月22日(土)から、電話またはインターネット手続きで、グリーンライブセンター☎(375)8716・ URL https://tama-gl.c.jp/events/c251214/ へ
	多摩中央公園「水辺のマルシェSPークリスマス2025-」	日 12月20日(土)・21日(日)午前10時～午後4時 場 多摩中央公園大池前テラス	内 できたてグルメを楽しみながらクリスマスを彩るアイテムを見つけよう 備 悪天候中止 申 当日直接会場へ 問 主催 TAMAセントラルパークJV☎(400)0338(午前9時～午後5時)

市主催の催し物などは、変更・中止する場合があります。事前に主催者にお問い合わせいただくか、ホームページなどでご確認ください。
特別の記載がない場合の市の窓口の受付時間は午前8時30分～午後5時です。