

分類	名称	日時・場所	対象・定員・申し込み・問い合わせなど
スポーツ	多摩市スポーツ推進委員協議会主催事業 問 スポーツ振興課 ☎(338)6954		
	ニュースポーツ体験教室	日 3月15日(日)午前9時20分～11時30分 場 総合体育館第2スポーツホール	対 小学生以上の市内在住・在勤・在学者 内 ポッチャ、ネオテニス 持ち物 室内用運動靴、飲み物、タオル 備 動きやすい服装で 1008729 申 当日直接会場へ
	お花見スポットを巡るノルディックウオーキング体験教室	日 3月22日(日)午前9時30分～11時30分(9時15分受け付け) 集 多摩中央公園遊具広場前	対 市内在住・在勤・在学者で3km程度歩ける方 定 25人(申し込み先着順) コース 多摩中央公園～宝野公園～奈良原公園～鶴牧東・西公園～まろにえ公園～Y字橋～エコにこセンター(歩程約3km) 持ち物 帽子、タオル、飲み物 備 動きやすい靴と服装で。ノルディックポールの貸し出しあり。雨天中止 1011279 申 3月6日(金)～19日(木)に、電話で、スポーツ振興課[当日は ☎070(1591)6185]へ
	多摩センタースプリングフェスタ2026～SPORTS DAY～	日 3月20日(祝)～21日(土) 午前10時～午後5時 場 パルテノン大通り周辺	内 多摩どまんなかバスケ、ストラックアウト、キックターゲット、フリーマーケット、キッチンカーなど 備 天候などにより中止する場合あり。多摩どまんなかバスケ出場のみ要事前申し込み。詳細は、要問い合わせ 1019541 申 当日直接会場へ 問 多摩センタースプリングフェスタ実行委員会 ☎090(8636)4886(平日午前10時～午後5時)
総合体育館第1期定期教室事業	日 4月～6月 場 総合体育館	定 14人～25人 費 教室により異なる 内 幼児・児童＝フットサル、チアダンスなど、大人＝ZUMBA、ヨガリラックスなど 備 詳細は、要問い合わせ 申 3月17日(火)午前9時から、費用を持参し、直接、総合体育館 ☎(374)2313・URL https://tama-sports.com/ へ	
教育	本と。語り合い「宇宙、妖怪、本づくり」	日 3月22日(日)午後1時30分～3時30分 場 中央図書館サテライトカウンター前	内 編集者とデザイナーによる本についてのトークイベント 企画 出演 妹尾浩也氏(グラフィックデザイナー)、佐藤大器氏(出版編集者) 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 1019540 申 当日直接会場へ 問 中央図書館 ☎(373)7955
文化	永山公民館サロンライトコンサート	日 3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 小学生以上 定 130人(会場先着順) 出演 曲目 メホルアミーガ(鍵盤ハーモニカ、ピアノ)＝リベルタンゴ他、コーラスTSUBASA(コーラス)＝昴ほか 1015949 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】劇団MarchWind第11回公演「評決」	日 3月28日(土)午後6時、29日(日)午後1時～4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) 費 1,500円(未就学児は無料) 主催 多摩演劇フェスティバル実行委員会 1012325 申 公式ホームページのインターネット手続き・電話またはメールで、劇団MarchWind ☎080(3563)2483・✉chang.izumo@gmail.com 川本へ
	読売日本交響楽団 パルテノン多摩演奏会 藤岡幸夫×務川慧悟	日 6月7日(日)午後2時(1時15分開場) 場 パルテノン多摩大ホール	対 小学生以上 費 8,200円 出演 藤岡幸夫氏(指揮者)、務川慧悟氏(ピアノ)、読売日本交響楽団(管弦楽) 曲目 スメタナ 交響詩「モルダウ」、グリーグ ピアノ協奏曲ほか 申 問 インターネット手続きまたは電話で、パルテノン多摩 URL https://www.parthenon.or.jp/event/20260607yomikyō・☎(376)8181へ
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 動きやすい服装と運動靴で。試行でウオ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 申 3月9日(月)午前9時から、電話で、健康推進課 ☎(376)9139へ			
健康・福祉	春風の中、野川を歩く	日 3月24日(火)午前9時30分～午後0時30分 集 京王線飛田給駅改札前	対 初級者 定 25人(申し込み先着順) コース 京王線飛田給駅～スタジアム通り～武蔵野の森公園～野川公園～野川～清水橋～神代植物公園入口(歩程約7km) 1016720
	歴史あふれる神社・城址公園と四季折々の草花を愛でる	日 3月27日(金)午前8時40分～午後0時30分 集 JR線南多摩駅北口	対 中級者 定 30人(申し込み先着順) コース JR線南多摩駅～JR線稲城長沼駅～亀山下公園～矢野口橋～穴澤天神社～小沢城址～菅小谷緑地～京王線京王稲田堤駅(歩程約8km) 1019327

### 市民のひろば

4月20日号の原稿受け付けは3月9日(月)～16日(月)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 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  
**筋力向上体操同好会** 日 毎週火曜日9:30  
 場 二幸産業・NSP健康福祉プラザ多目的フロア 対 どなたでも 費 入会金(500円)、月会費(2,250円) 備 介護予防のための筋力向上体操で体力アップをめざす 問 ☎080(5691)9256 長野  
**ジュニア書道「墨の花」** 日 火・水曜日15:00～19:00(各月3回、約1時間30分) 場 乞田・貝取ふれあい館 対 5歳以上 費 入会金(無料)、月会費(3,000円) 備 硬筆、毛筆指導。見学へどうぞ 問 ☎090(7211)

5036岡本  
**すこやか3B(健康体操)** 日 ①火曜日13:30～15:00 ②金曜日14:00～15:30(月3回) 場 ①永山公民館 ②関戸公民館ほか 対 60歳以上の女性 費 入会金(1,000円)、月会費(2,300円) 備 音楽に合わせて楽しく体力アップ! 体験可 問 ☎090(2519)2412 コヤ  
**福陶会** 日 火・木・土曜日のいずれか9:00～17:00 場 二幸産業・NSP健康福祉プラザ陶芸室 対 どなたでも 費 入会金(2,000円)、月会費(2,500円) 備 初心者でも気軽に陶芸楽しめる会です。電話問い合わせ&見学大歓迎! 問 ☎090(9014)3785 高須  
**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 費 入会金(無料)、月会費(2,000円) 備 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りませんか 問 ☎(375)5531 長谷部  
**健康体操トリムゆう** 日 木曜日9:30～11:30(月3回) 場 落合中学校クラブハウス 対 健康長寿を目指す女性 費 入会金(無

料)、月会費(2,000円) 備 筋トレ、ストレッチ、リズム体操で体が整い体力がつきます。無料体験あり 問 ☎090(2230)8972 増田  
**唐木田健康マージャン** 日 木曜日10:00～12:00・14:00～16:00(月2回) 場 からきだ菖蒲館 対 女性の初心者 費 入会金(1,000円)、3ヵ月会費(7,000円) 備 家庭麻雀的に楽しんでいます。午後の方に空気が多いです。教えてくれる男性が1人います 問 ☎080(5532)4290 佐藤まこと  
**ヨガグループ「ジャスミン」** 日 毎週土曜日10:00～11:30 場 総合体育館第5スポーツホール 対 どなたでも 費 入会金(無料)、月会費(2,000円) 備 体験あり 問 ☎(373)2569 杵刈  
**永山テニスクラブ** 日 ①毎週土曜日12:00～18:00 ②毎週日曜日9:00～18:00ほか 場 ①多摩東公園コート ②諏訪・青陵中学校ほか 対 どなたでも 費 入会金(1,000円)、年会費(14,000円) 備 季節により時間変更。ビジター参加も歓迎 問 ✉nagayama.tennis.c@gmail.com  
**多摩市失語症友の会** こだま日 毎月第1土曜日13:30～15:30 場 二幸産業・NSP

健康福祉プラザ 対 失語症の障がいがある方 費 入会金(無料)、年会費(2,000円) 問 ☎(374)4724 伊藤  
**多摩写真会** 日 毎月第3土曜日13:30～17:30 場 TOM HOUSE 対 写真撮影に興味のある方 費 入会金(2,000円)、年会費(12,000円) 備 プロ写真家による作品講評・指導、会員相互の作品発表と研修などを実施。写真をご一緒に楽しみませんか! 問 ✉ishimizu-hitsuji@jcom.zaq.ne.jp 清水

### 催し案内

**合気道講習会 無料体験稽古** 日 3/21(土)9:20～10:20 場 武道館 武道場 費 無料 備 5歳からシニアの方まで参加できます。動きやすい服装でお越しください 問 多摩市合気道連盟 ☎090(6517)2049 増井(留守電へ)  
**鴻翔中国語サークル公開講座** 日 3/12・19 各木曜日9:30～11:00 場 豊ヶ丘地区市民ホール第2会議室 費 無料 備 中級(会話中心・初級相談)。要事前申し込み 問 鴻翔中国語サークル ✉yorikokyo@gmail.com 京順子

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。