



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	植物写真展「林の縁の植物」	日6月2日(火)~28日(日)午前10時~午後4時 場旧多摩聖蹟記念館	内オオバギボシやヤマブキなど、林のふちによく見られる植物の写真を展示 備休館日は除く ID1011254 問教育振興課 ☎(338)6883
	自然観察会「夏のはじめ」	日6月2日(火)午前10時~11時30分 集旧多摩聖蹟記念館	内都立桜ヶ丘公園内の豊かな植物を観察 備雨天中止。歩きやすい靴と服装で ID1009625 申当日午前9時45分~10時に、直接集合場所へ 問教育振興課 ☎(338)6883
	コミュニティガーデン&ファームプロジェクトラベンダーでお楽しみ	日6月13日(土)午前10時~正午 場グリーンライブセンター多目的室	定24人(申し込み先着順) ¥500円(保険料など) 講師NPO法人Green Works 持ち物ガーデン手袋、移植ゴテ・ガーデン用はさみ(お持ちの方のみ) 備汚れても良い服装で ID1017347 申問5月22日(金)から、インターネット手続きまたは電話で、グリーンライブセンター URL https://tama-gl.c.jp/events/c260613/ ・ ☎(375)8716へ
健康・福祉	健康づくり推進員主催事業~夏にそなえて筋力アップ~ 持ち物 飲み物 備動きやすい靴と服装で 問健康推進課 ☎(376)9139		
	6月の月例ウォーキング	日集合①6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 持ち物帽子、雨具(傘は不可) 備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 ID①1011720②1011721③1011728 申当日午前9時45分~10時に、直接集合場所へ
	運動、筋トレによる健康寿命、認知力アップおよびフレイル予防	日6月10日(水)午前10時~正午 場健康センター会議室2	定25人(申し込み先着順) 講師小山雅弘氏(NESTA認定パーソナルトレーナー) 持ち物タオル(汗拭き用) ID1019857 申5月22日(金)午前9時から、電話で、健康推進課へ
	「貯筋」簡単トレーニング&歩くための基礎代謝アップ運動	日6月15日(月)午後2時~3時 集からきだ菖蒲館ホール	定15人(申し込み先着順)内梅雨時の運動不足解消、どなたでも自宅でできる運動の習得 講師内田英利氏(日本成人病予防協会指定講師) 持ち物室内用運動靴 ID1019736 申5月22日(金)午前9時から、電話で、健康推進課へ
	腰痛・膝痛改善体操~運動を通じて「痛み」と上手に付き合おう!~	日6月15日(月)午後2時~4時 場ひじり館ホール	定25人(申し込み先着順)内腰痛・膝痛改善と予防体操、講義と実技 講師後藤靖治氏(日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー) 持ち物敷き物(バスタオルなど)、室内用運動靴、筆記用具、タオル(汗拭き用) ID1017146 申5月22日(金)午前9時から、電話で、健康推進課へ
	6月のスポーツ・健康・体力相談	日6月9日(火)午前10時~11時50分・19日(金)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) 内梅雨でもできる有酸素運動 持ち物室内用運動靴 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、総合体育館 ☎(374)2313へ
		日6月21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 内関節痛相談会(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。1枠20分 ID1011366 申問電話または直接、アクアブルー多摩 ☎(338)7667へ
	司法書士による市民のための成年後見相談会	日6月13日(土)午後1時30分~4時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) 相談員リーガルサポート東京支部所属司法書士 備相談時間1組40分(要予約) 申問5月22日(金)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
文化	【“たまには芝居”参加作品】劇団ドラマ館 第37回公演「楽屋-流れ去るものはやがてなつかしき」	日6月20日(土)午後6時、21日(日)午前11時30分・午後2時30分(各30分前開場) 場関戸公民館ヴィータホール	定各150人(申し込み先着順) ¥2,500円(高校生以下1,000円) 主催多摩演劇フェスティバル実行委員会 ID1014868 申問電話・メールまたはインターネット手続きで、劇団ドラマ館 ☎090(9960)9773・✉doramakan@yahoo.co.jp・URL https://ticket.corich.jp/apply/441701/ 阿部へ
	アニメーション映画「ブレッドウィナー」上映会(日本語吹替・字幕版)	日6月27日(土)午前10時30分(10時開場) 場永山公民館ベルブホール	定140人(申し込み先着順)内家族を支えるために髪を切り、“少年”になった少女を描いた物語 ID1019940 申問5月22日(金)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
	苔玉づくり講座	日6月28日(日)午前10時~正午 場市民活動・交流センター	定20人(申し込み先着順) ¥1,500円 内おしゃれでかわいい癒しのインテリア作り 講師上館由美氏(アトリエゆずか) 備小学3年生以下は要保護者同伴 申問6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
教育	電子図書館を使ってみよう!	日5月27日(水)午前11時~正午 場中央図書館サテライトカウンター前	内自宅で利用できる多摩市電子図書館の使い方を説明 持ち物スマートフォン、タブレット、パソコン(いずれもお持ちの方のみ) 備詳細は、図書館ホームページ参照 ID1016765 申当日直接会場へ 問中央図書館 ☎(373)7955
	マンション管理セミナー「区分所有法改正に伴う管理規約の見直しについて」	日6月20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)内区分所有法改正の概要やポイントについての講演・意見交換 講師高野光祥氏、坂田英督氏(いずれも多摩マンション管理士会) ID1011384 申問公式ホームページのインターネット手続き・電話またはファクシミリで、都市計画課 ☎(338)6817・FAX(339)7754へ
暮らし	セカンドライフに向けて、“今”知りたいお金の話	日6月27日(土)午前9時30分~11時30分(9時受け付け) 場消費生活センター講座室(ベルブ)	対市内在住・在勤・在学者定40人(申し込み先着順) 内資産運用や形成、金融トラブルの最新事情など ID1018293 申問5月20日(水)~6月22日(月)に、公式ホームページのインターネット手続きで、消費生活センター ☎(337)6610へ
	ジュニア空手道講習会	日①5月24日②6月7日、各日曜日 午前9時30分~11時 場武道館	対小学生以上の市内在住・在勤・在学者 持ち物タオル、飲み物 備動きやすい服装で 申問①5月23日(土)②6月6日(土)までに、メールで、多摩市空手道連盟 okshinkar@gmail.com 岡本へ
スポーツ	アーリーサマーフェスティバル2026 ①模擬店②hiphop(ダンス)教室③水泳教室体験会	日6月21日(日)①午前11時②午後1時~2時③幼児=午前9時30分、小学生=10時30分(各40分) 場アクアブルー多摩	対②高校生以上③幼児、小学生定②28人③各15人(いずれも申し込み先着順) ¥②900円③1,000円(別途プール入場料が必要) 備詳細は、アクアブルー多摩 URL https://www.tama-pool.org/ 参照 申問①当日直接会場へ②③5月21日(水)午前9時から、電話または直接、アクアブルー多摩 ☎(338)7667へ

