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 問健康推進課☎(376)9139		
	12月の月例ウオーキング	日集合①12月1日㈫＝グリナード永山広場(永山1－4)②8日㈫＝九頭龍公園③15日㈫＝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飲み物、帽子、雨具(傘は不可)備動きやすい靴と服装で。ウオ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
	初冬の森林ウオークを楽しもう(清水入緑地～長池公園)	日12月4日㈮午前9時30分～正午(9時15分受け付け) 集合京王相模原線南大沢駅改札口前	対中級者(アップダウンあり)定30人(申し込み先着順)コース中郷公園～清水入緑地～長池公園～四谷見附橋～せせらぎ緑道～京王相模原線京王堀之内駅(歩程約6km)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。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ID1021496申11月24日㈫午前9時から、電話で、健康推進課へ
	望郷の防人が歩いた歴史街道　よこやまの道を唐木田から東へ	日12月10日㈭午前8時50分～午後1時 集合からきだ菖蒲館	対中級者(アップダウン・急な下り階段あり)定25人(申し込み先着順)コースからきだ菖蒲館～Y字橋～よこやまの道(一本杉公園・防人見返りの峠・エコプラザ多摩)～京王相模原線若葉台駅(歩程約9km)持ち物飲み物、帽子、雨具(傘は不可)、軽食(必要な方のみ)備動きやすい靴と服装で。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ID1021524申11月24日㈫午前9時から、電話で、健康推進課へ
	ピラティス入門(健康ストレッチ)　ストレッチと深呼吸で健康増進、代謝UPで若返り!	日12月17日㈭午後2時～4時(1時45分受け付け) 集合大栗川・かるがも館	定20人(申し込み先着順)講師清水智子氏(ピラティスインストラクター、ヨガインストラクター)持ち物飲み物、タオル、ヨガマット(貸し出しあり)備動きやすい服装でID1021456申11月24日㈫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7日㈪午前10時～11時50分・17日㈭午後1時～2時50分 場リフォームプライス多摩アリーナ(総合体育館)	¥210円(市外の方は420円)内なんでもお悩み相談室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、リフォームプライス多摩アリーナ(総合体育館)☎(374)2313へ
		日12月20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円内ヨガ相談会(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
教育	電子図書館を使ってみよう!	日11月25日㈬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(いずれかお持ちの方のみ)備詳細は、図書館・市公式ホームページ参照ID1016765申当日直接会場へ問中央図書館☎(373)7955
	流星群のメカニズムを知ろう!&ふたご座流星群を観よう!	日12月13日㈰①午後6時～7時20分②午後8時～9時 場①中央図書館活動室1②多摩中央公園大芝生広場	定50人(会場先着順)内①トークショー②観察会講師萩野正興氏、古荘玲子氏(いずれも天文学者)持ち物レジャーシート、双眼鏡・望遠鏡(お持ちの方)協力明星大学天文同好会「すばる」備暖かい服装で②雨天・曇天中止、小学生以下は要保護者同伴、中学生は各グループに要保護者1人同伴。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ID1021501申当日直接会場へ問中央図書館☎(373)7955
	AIと作る、わたしの思い出の一冊	日12月19日㈯午後2時～4時 場中央図書館サテライトカウンター前	対18歳以上定12人(申し込み先着順)内AIに思い出を語りながら自分だけの本の構成や目次を作る講師企画飯塚博氏(多摩AI勉強会)持ち物スマートフォン備詳細は、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ID1021475申問11月20日㈮～12月11日㈮に、電話で、中央図書館☎(373)7955へ
文化	ヴィータ・コンサートハーモニカバンド Pedestrianzコンサートvol.2～2本のクロマチックハーモニカが織りなすハーモニー～	日12月18日㈮午後7時(6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)出演Pedestrianz曲目名探偵コナンのテーマ(大野克夫)、RIDE ON TIME(山下達郎)、TWILIGHT IN UPPER WEST(T-SQUARE)他主催ヴィータ・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)ID1012270申当日直接会場へ問関戸公民館☎(374)9711
	第22回せいせきハートフルコンサート 	日令和9年1月31日㈰午後2時～3時30分 場関戸公民館ヴィータホール	定200人(応募者多数の場合は抽選)出演本名陽子氏(声優、歌手)、Kao氏(バイオリン)、多摩中学校吹奏楽部・JRC部生徒、東愛宕中学校生徒有志ほか備1回の申し込みにつき、1組2人まで申し込み可ID1021592申12月15日㈫必着の、インターネット手続きまたは往復はがきに郵便番号・住所・氏名・電話番号・希望人数を記入し郵送で、〒206－0003聖蹟桜ヶ丘郵便局留せいせきハートフルコンサート係URLhttps://seiseki.tokyo/news/machi_news019.htmℓ へ問主催中央商店会☎(373)5869
	古文書から歴史を読む【多摩地域編】2026年度(全5回)	日令和9年2月11日㈷・20日㈮・27日㈮、3月7日㈯・14日㈯、各午後2時～4時 場①パルテノン多摩会議室3・4②オンライン	対高校生以上の中級者定①30人②100人(いずれも応募者多数の場合は抽選)¥5,000円(全回分)内多摩地域の古文書を読み、地域の歴史を学ぶ講師岩橋清美氏(國學院大學文学部教授)持ち物筆記用具備詳細は、パルテノン多摩URLhttps://www.parthenon.or.jp/event/202702komonjo/ 参照。オンラインは期間限定の見逃し配信あり申問12月23日㈫必着の、インターネット手続きまたは往復はがきで、氏名(ふりがな)・電話番号・メールアドレスを記載し、〒206－0033落合2－35パルテノン多摩「古文書から歴史を読む【多摩地域編】」係☎(375)1414へ

市外局番の記載のない電話番号などの市外局番は、(042)です。申し込みの宛て先住所が記載されていない場合は、郵便番号のみで送れます。
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。