

子育てひろば・ユウジョー 簡単エアロビクス

日時 3月5日(木)、16日(月) 午前11時15分～11時45分
※1日のみの参加可
会場 下長瀬自治会館2階
対象 未就学児の親子、妊婦の方、地域の方
講師 池田美帆氏
費用無料
直接会場へ
問い合わせ 長瀬保育園 富樫22-8102、市子ども家庭支援課支援係

子育てひろば・すこやか ママのためのハンドマッサージ

日時 3月5日(木) 午前10時30分～11時30分
会場 畑中保育園すこやかルーム
対象 未就学児の親子、地域の方
講師 中村実苗氏
費用無料
直接会場へ
問い合わせ 畑中保育園 21-5358、市子ども家庭支援課支援係

プレママ・プレパパクラス

日時 3月14日(土) 午前9時45分～正午(9時30分受付開始)
会場 健康センター
対象 出産予定日が4月上旬～7月末の妊婦とその夫
体験・講義内容 赤ちゃんのいる生活をイメージしてみよう▽入浴等の
実習▽赤ちゃんからのメッセージ▽参加者による意見交換等
ほか
定員 先着16組(予約制)
費用無料
服装・持ち物 肘が出せる服装、冊子「はじめまして赤ちゃん」
申し込み 電話23-2191で健康センターへ

青梅市ファミリー・サポート・センター 利用希望者入会説明会

日時 3月21日(土) 午前10時30分～11時30分
会場 福祉センター集会所
対象 3か月～小学生の保護者で、子育てのお手伝いをする方
登録料・年会費無料
※別途利用料
※入会は随時受け付け可

家庭教育講演会 がんばる力はどうやって育つのか～子どもと親の絆を大切に

日時 3月21日(土) 午前10時～正午
会場 四恩幼稚園
対象 未就学児の保護者、子育て支援に関わる方
講師 東京学芸大学教授 大河原美以氏
定員 先着60人(予約制)
費用無料
その他 託児可(6か月～小学生・若干人)、13日場合は電話で同課へ

住友金属鉱山アリーナまつり

各教室の無料体験会のほか、チャレンジキッズパーク、フリーマーケット、インボディー無料測定、飲食物等の物販、豪華賞品が当たる抽選会などを行います。ぜひお出かけください。
日時 3月14日(土) 午前9時～午後9時30分
会場 住友金属鉱山アリーナ(総合体育館)
ナ青梅(総合体育館)
費用無料(一部有料)
直接会場へ
詳細・問い合わせ 住友金属鉱山アリーナ青梅 24-7721、hit@ts.net/
PS://www.omespor

学校施設(音楽室)開放 団体登録の受付

令和2年度も、夜間や土日曜日などに、今井小(第一音楽室)、二中(第二音楽室)を開放します。
利用資格 ①構成員数が10人以上 ②市内在住・在勤・在学者が過半数以上 ③使用責任者が成人の団体
申し込み 3月31日までに社会教育課(市役所3階)で配布する申請書(市ホームページからダウンロード可)を同課へ

竹細工教室「そばざる」を作る

日時 3月13日(金)、14日(土) 午前10時～午後3時(ごろ)
会場 旧宮崎家住宅
対象 両日参加できる成人
講師 浅見精司氏(ほか)
定員 先着10人(予約制)
費用 1千円(材料代)
持ち物 花ばさみ、ものさし、軍手、文鎮(お持ちの方)、昼食、飲み物
申し込み 3日の午前9時から郷土博物館23-6859へ

中央図書館 22-6543

☆いずれも…費用無料▷直接会場へ
中央図書館絵本のペンきょう会 日時=3月13日(金) 午前10時～正午▷対象=子どもたちの前で読み聞かせ等の活動をしている方、する予定がある方▷定員=先着30人
今井図書館おはなし会&こうさく会 日時=3月14日(土) こうさく会…午前10時15分～10時45分、おはなし会…11時～11時40分▷会場=今井市民センター和室▷対象=4歳児以上※未就学児は保護者同伴▷定員=先着30人▷協力=おはなしボランティア
中央図書館「野菜作りのコツと裏ワザ」講座 日時=3月15日(日) 午後2時～4時※1時45分開場▷内容=種まき、植え方、病気減らしのコツなど▷講師=(一社)農山漁村文化協会 吉野隆祐氏▷定員=先着60人
中央図書館映画会「おさるのジョージ」 日時=3月22日(日) 午前10時30分～正午※10時15分開場▷上映予定作品=「おさるのジョージ」2006年制作/M・レイ、H・A・レイ原作/アニメーション/日本語吹替/上映時間約87分▷定員=先着60人
中央図書館映画会「フォレスト・ガンプ 一期一会」 日時=3月22日(日) 午後2時～4時30分※1時45分開場▷上映予定作品=「フォレスト・ガンプ 一期一会」1994年制作/アメリカ/日本語吹替/上映時間約142分▷定員=先着60人

3月の木曜夜間窓口
毎週木曜日は、午後8時まで窓口業務の一部を延長して実施しています。
開設日 5日、12日、19日、26日
対象課・問い合わせ 市民課、保険年金課、介護保険課、高齢者支援課、障がい者福祉課、子育て推進課、収納課、市民税課、資産税課
3月の日曜納付窓口
日時 22日(日) 午前9時～午後4時
問い合わせ 収納課収納管理係

新町市民センター 31-7337

新町ウォーク「春風散歩 野鳥探しに出掛けよう！」
日時=3月21日(土) 午前9時30分～正午※9時15分受付開始▷行程=新町市民センター集合～新田山公園～新町市民センター解散※平松緑地経由▷対象=市民※小学3年生以下は保護者同伴▷講師=日本野鳥の会会員▷定員=先着30人(予約制)▷費用無料▷服装・持ち物=歩きやすい服装、履きなれた靴、双眼鏡(お持ちの方)、飲み物、筆記用具▷申し込み=14日までに直接または電話で新町市民センターへ
春の野草って知ってる?～野草を学んでよもぎ団子を作ろう!～
日時=3月21日(土) 午前10時～正午▷対象=市内在住の3歳～小学生※小学2年生以下は保護者同伴▷講師=(特非)かぶかぶ山のようなちえん代表理事 小川佳那恵氏▷定員=先着10人(予約制)▷費用=1人500円※同伴者も同額▷服装・持ち物=エプロン、三角巾、飲み物、筆記用具▷共催=おうめこどもエコクラブ▷申し込み=10日までに直接または電話で新町市民センターへ

河辺市民センター 22-4885

令和2年度のびのび健康体操教室 日時=原則として第2・4火曜日 午後1時～3時(全21回)▷対象=市内在住で軽運動ができる60歳以上の方▷指導=日本ノルディックウォーキング協会公認インストラクター 石黒成彬氏▷定員=80人(抽選)▷費用無料▷服装・持ち物=運動ができる服装、タオル、体育館履き、飲み物▷申し込み=3月10日(必着)までに往復ハガキに〈往信裏〉住所、氏名、生年月日、性別、電話番号〈返信表〉住所、氏名を記入し、〒198-0036青梅市河辺町6-18-1河辺市民センター「のびのび健康体操教室」へ※1人1通※沢井市民センター「らくらく健康体操教室」との重複受講不可

長淵市民センター 22-3249

☆いずれも…入場無料▷直接会場へ
みんなのお話し会～着る・食べる・住む～「絵本の世界の衣・食・住」
日時=3月14日(土) 午前10時30分～11時30分▷対象=幼児～小学生※親子での参加歓迎▷講師=高野悠子氏▷協力=「ねえ、本よんで!!」の会
調布ことぶき大学 講演会「江戸の小噺・食生活」
日時=3月25日(水) 午後1時30分から▷対象=市内在住の60歳以上▷講師=市シルバーマイスター 若林博司氏

大門市民センター 31-2251

地域散歩「野上と周辺地域の歴史散歩」
日時=3月28日(土) 午後1時～4時※荒天の場合は29日(日)▷行程=大門市民センター集合～日野詰橋～谷野十王堂～塩船観音～天平築跡～吹上小～春日神社～鳥居戸橋～大門市民センター解散▷対象=どなたでも※小学生以下は保護者同伴▷講師=市文化財保護指導員 角田清美氏▷定員=先着30人(予約制)▷費用無料▷服装・持ち物=歩きやすい服装、履きなれた靴、雨具、飲み物▷共催=霞川くらしの楽校▷申し込み=2日の午前9時から電話で大門市民センターへ

沢井市民センター 78-8304

令和2年度らくらく健康体操教室 日時=原則として第1・3火曜日 午後1時～3時(全22回)▷対象=市内在住で軽運動ができる65歳以上の方▷指導=日本ノルディックウォーキング協会公認インストラクター 石黒成彬氏▷定員=80人(抽選)▷費用無料▷服装・持ち物=運動ができる服装、タオル、体育館履き、飲み物▷申し込み=3月10日(必着)までに往復ハガキに〈往信裏〉住所、氏名、生年月日、電話番号〈返信表〉住所、氏名を記入し、〒198-0172青梅市沢井2-682沢井市民センター「らくらく健康体操教室」へ※1人1通※河辺市民センター「のびのび健康体操教室」との重複受講不可

次号の発行は3月15日です

