

回…日時、場…会場、対…対象、内…内容、定…定員、費…費用、申…申し込み、問…問い合わせ ※対象・費用・申し込みの記載のないものはどなたでも・無料・直接会場へ

なんでも情報局
アンテナ

☆催し (子ども向け)

○科学あそびの会

回令和6年1月8日(祝) 午後1時30分~3時30分
場新町市民センター
対小・中学生と保護者(4年生以上は子どもだけでも可)
内静電気を作ろう!体感しよう!ライデンコップを作って、雨滝先生と楽しく遊ぼう!
定先着20人
費300円(材料代)
回12月16日午前10時から青梅子ども子育て懇談会☒ome.kodomo.kon@gmail.comへ
場同会 井上☎090-9802-2092

☆催し

○歌声くらぶ

回12月17日(日) 午前10時30分~11時30分
場S&Dたまぐーセンター
内なつかしい歌を一緒に歌いましょう。
定先着50人
費500円
回歌声くらぶ わかつき☎090-5826-5778

○主婦向けストレッチ&フラダンス

回12月19日、令和6年1月9日、16日、23日の火曜日 午前10時~10時40分
場住友金属鉱山アリーナ青梅

対20歳~70歳程度の女性

内初心者歓迎
費1回1,000円
回プアエナOme 秋元☎090-6491-5262

○うたごえ喫茶ねがい

回12月23日(土) 午後1時~4時
場新町市民センター
内皆さんと楽しく歌いましょう。
定先着55人
費700円
回青梅音楽を愛する9条の会 たいら☎090-1123-1934

○ブルーベークリスマスライブ

回12月24日(日) 午後3時~5時
場S&Dたまぐーセンター
内Xmas曲、ダンス、歌、演奏で楽しみましょう。
定先着100人程度
費1,500円(中学生以下無料)

回BLUE BEE 辻☎090-9820-9219

○家族会による精神保健福祉相談会

回令和6年1月18日(木) 午後1時~4時
場福祉センター
内精神障がいや心の問題で悩んでいる方の相談に応じます。
定先着3人
回青梅精神保健福祉家族会ほっとスマイル 遠藤☎080-5192-2270

☆会員募集

○水泳

回火曜日 午前11時~午後1時

場S&Dスイミングプラザ羽村

対18歳以上
内初心者歓迎。無料体験あり。
費月額3,000円、年間1,000円
回ワイワイシールT 矢代☎21-0779

○骨盤矯正 ストレッチ

回木曜日 午後7時30分~8時15分
場河辺市民センター
内気持ちよく全身をストレッチしながら腹筋もつけ骨盤矯正していきます。
定8人
費1回600円

回そのみんサークル 秋山☎080-3951-7596、☒keisan@bb.din.or.jp

○ステンドグラス教室

回第1・3木曜日 午後1時30分~4時(月2回)
場東青梅市民センター
対18歳以上
内ステンドグラス製作、スマホ立てやテラリウム等を製作。見学自由。
費月額4,000円
回ステンドグラスティファニー 藤澤☎24-7946

☆スポーツ協会☎22-0827

水曜を除く月~木曜日…午前10時~午後4時、金曜日…午後1時~4時、土曜日…午前10時~正午(水・日曜日、祝日定休)

○第45回青梅市民バドミントン団体戦

回令和6年2月12日(祝) 午前

9時から
場住友金属鉱山アリーナ青梅
対市内在住・在勤・在学者、協会登録者
内男子1・2・3部、女子1・2・3部。各3ダブルスの団体リーグ戦
費1チーム5,000円(協会登録団体、高校生以下は3,500円)
回令和6年1月24日までに2次元コードから
場市バドミントン協会
坂田☎23-7815

ボランティア・市民活動センター ☎23-7163 ☒23-7165
郵送…〒198-0042 東青梅1-177-3

○おもちゃの病院おうめ / おもちゃの無料修理

回12月16日~令和6年1月27日の土曜日(12月30日を除く) 午後1時~4時
場福祉センター
内お預かりして修理、直らない場合あり

○視覚障がい者のためのスマホ、パソコン教室

回令和6年1月13日(土)、17日(水) 午後1時~3時30分
場福祉センター
内視覚に障がいがある方
内東青梅駅お迎え可。画面が見えなくても便利にスマートフォン、パソコン活用。見学可。

定先着2人
回ボランティア・市民活動センターへ

住友金属鉱山アリーナ青梅

令和5年度第4期パートナーズスクール

問 住友金属鉱山アリーナ青梅☎24-7721



日程 令和6年1月4日(木)~3月30日(土)

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅

申し込み 12月16日の午前9時(混雑状況により受付時間を早める可能性あり)から所定の申込用紙に記入し、費用を添えて直接住友金属鉱山アリーナ青梅へ ※代理人の申し込みは2人まで可▷電話での申し込み不可▷駐車場あり・有料

曜日	教室名	時間	費用
月	ママのための親子ヨガ	10:00~11:00	7,200円
	ママピラティス	11:15~12:15	
	太極拳	13:00~14:00	4,800円
	バドミントン	13:00~14:30	5,400円
	Jr. フットサル(年中・年長)	16:30~17:20	7,200円
	Jr. フットサル(1~3年生)	17:30~18:30	9,000円
火	JAZZリズム	13:00~14:00	6,600円
	骨盤コンディショニング	14:15~15:15	
	パワーヨガ	19:00~20:00	6,000円
	骨盤調整ヨガ	20:15~21:15	
水	運動知育(ベビークラス)	10:00~11:00	7,000円
	ボディバランスストレッチ	10:00~11:00	
木	コンディショニングバレエ	11:15~12:15	4,200円
	チアダンス(小学生)	16:50~17:50	

曜日	教室名	時間	費用
金	リラックスヨガ	10:00~11:00	6,600円
	アクティブヨガ	11:15~12:15	
	体幹エクササイズ(初級)	14:00~15:00	
	体幹エクササイズ(中級)	15:15~16:15	
	ZUMBA GOLD	19:00~20:00	
	ZUMBA	20:15~21:15	
土	幼児体育	15:30~16:20	9,000円
	児童体育	16:30~17:30	
	HIPHOP	11:15~12:15	
	手話(入門)	10:00~11:00	
	手話(初級)	11:15~12:15	
	運動知育(すくすくクラス)	10:00~11:00	8,400円
	運動知育(わくわくクラス)	11:15~12:15	
KID'S HIPHOP	10:00~11:00	7,000円	

広告

介護が必要な方・高齢者生活全般のお困り事を解決します!!

☎042-519-7817

住宅改修 介護用品 補聴器

パナソニック イエジフリーショップ立川

ご相談だけでも大歓迎!是非、私にお任せ下さい!

お詫びと訂正

問 スポーツ推進課



広報おうめ12月1日号8面「青梅市出身サッカー選手とボールを蹴ろう」の日程に誤りがありました。正しくは令和6年1月7日(日)です。お詫びして訂正します。