



5月15日号アンテナ欄の締め切りは大型連休が編集期間と重なるため、4月14日(金)に早まります。ご注意ください。秘書広報課広報係

ボランティア・市民活動センターから

申し込み・問い合わせ

電話 23・7163 23・7165

〒231-0042 青梅市東青梅1-17-3

おもちの病院おうめ

4月1日〜22日の土曜日、4月29日(祝) 午後1時〜4時

▽福祉センター▽おもちの無料修理※即日修理できない場合・直らない場合あり▽費用無料(部品代等実費)▽直接会場へ

パソポラ・カフェ 4月8日(土) 午後1時〜3時

30分▽福祉センター▽中高年で初心者・障害のある方▽パソコン・タブレット何でも相談、インターネット体験等▽パソコンボランティア青

梅▽費用無料▽直接会場へ

●CAPS事業 ☆CAPSサロン: 4月15日(土)、27日(木) 午後1時〜4時

就労・生きがい支援(パソコン指導・農業サロンの日程を

発表☆手作りサロン: 4月21日(金) 午後1時30分

なんでも情報局 アンテナ

★催し(子ども向け)

●ちっちゃクラブ 4月28日(金) 午前11時〜正午

むのき幼稚園▽0歳〜歩き始め1歳の親子▽先着20組▽費用無料▽同園 塩野

電話 31・5400へ申し込み(平日の午前10時以降)

★催し

●洋ラン教室 4月1日(土) 午後1時15分〜4時

▽東青梅市民センター▽洋ランの展示、植え替え、株分け等の栽培相談▽費用無料▽直接会場へ▽青梅洋ラン

クラブ 土方 23・1627

●第28回青梅ステンドグラスサークル展 4月5日(水)〜9日(日) 午前10時

〜午後6時※9日は午後4時まで▽中央図書館多目的室▽林 西蔵氏が指導する4団体の合同作品展▽入

場無料▽直接会場へ▽同実行委員会 林 090・2933・1636

4時▽青梅市民センター▽4時7日、21日、28日の金曜日

午後7時30分〜9時30分▽総合体育館▽小学3年生以上の初心者▽費用無

料▽運動のできる服装▽直接会場へ▽奥多摩合気道会

志村 76・1608

●春の植物観察会 4月9日(日) 午前9時〜JR青梅

駅または9時15分風の子・太陽の子広場入り口集合

▽青梅の森入り口〜三町分岐点〜おにぎり岩〜北八津

〜赤っ禿〜午後9時30分〜この観察地点で解散予定※雨

中止(中止の場合は当日の朝連絡)▽日本植物友の

会会員 佐久間正敬氏▽先着20人▽200円(保険代含む)

▽飲み物、メモ帳、雨具持参(お持ちの方はルーペ、ステッキ)▽7日までに青

梅の森・ひさかきの会 佐藤 090・5440・7838へ申し込み

●ふれんどリーフェスティバル 4月9日(日) 午前11時

〜午後2時▽青梅福祉作業所(千ヶ瀬町3-393-4)▽アトラクションゲー

ム、手品、模擬店など▽入場無料▽直接会場へ▽同作業所 樋口 23・3612

●合気道初心者体験講習会 4月7日、21日、28日の金曜日

午後7時30分〜9時30分▽総合体育館▽小学3年生以上の初心者▽費用無

料▽運動のできる服装▽直接会場へ▽奥多摩合気道会

志村 76・1608

●自立センター福祉公開講座「ビーズアクセサリー」

4月19日(水) 午後1時30分〜3時30分▽明田川冬子

氏▽費用無料▽連続参加不可▽3日から同センター

電話 31・631へ申し込み(平日の午前8時30分〜午後5

時15分・留守番電話への申し込み不可)

●大人のための英会話・韓国語入門講座 5月9日

〜6月27日の火曜日 午後6時〜7時(韓国語、午後7

時30分〜8時30分(英会話)▽青梅市民センター▽先着

15人▽5千円(8回)、2千円(テキスト代)▽国際文化

交流協会 前田 090・6489・2803へ申し込み

●ザ・のどじまん! 出演者募集 6月18日(日) 午後1時

〜2時▽釜の淵市民館▽市内在住・在勤・在学者▽

生バンドで歌うのどじまん

▽8人※選考あり▽3千200円(チケット8枚含む)▽ふ

れあい音楽祭実行委員会 林 090・7170・5750へ申し込み

●認知症予防「げんき教室」 4月10日(月) 午後2時

〜3時30分▽福祉センター▽認知症に関心のある方▽同

教室の取り組み、いすに座ってできる体操▽健康運動

指導士▽先着30人▽300円▽軽く運動のできる服装、飲

み物持参▽直接会場へ▽三多摩健康友の会青梅・奥多摩

支部 小林 31・0339

●詩・短歌・俳句朗読会 4月16日(日) 午後1時

〜4時▽青梅市民センター▽好きな作品(自作可)を朗

読▽先着20人▽500円(資料代)▽10日までに風のおし

やべり会 矢田部 24・9382へ申し込み

●自立センター福祉公開講座「ビーズアクセサリー」

4月19日(水) 午後1時30分〜3時30分▽明田川冬子

氏▽費用無料▽連続参加不可▽3日から同センター

電話 31・631へ申し込み(平日の午前8時30分〜午後5

時15分・留守番電話への申し込み不可)

●大人のための英会話・韓国語入門講座 5月9日

〜6月27日の火曜日 午後6時〜7時(韓国語、午後7

時30分〜8時30分(英会話)▽青梅市民センター▽先着

15人▽5千円(8回)、2千円(テキスト代)▽国際文化

交流協会 前田 090・6489・2803へ申し込み

●ザ・のどじまん! 出演者募集 6月18日(日) 午後1時

〜2時▽釜の淵市民館▽市内在住・在勤・在学者▽

生バンドで歌うのどじまん

7236・1948

●紙芝居の演じ方 第2火曜日

午後1時〜5時▽東青梅市民センター▽紙芝居

を持参して演じ方を学ぶ▽尾花栄一氏▽月額1千円▽

見学歓迎▽紙芝居 木崎 080・6507・9207

●英語 火曜日 午前10時

30分〜11時30分▽河辺市民センター▽2〜3歳の未就

園児の親子▽手遊び、歌、ゲームなど▽10組▽1回800

円▽体験一回無料▽オープ

ンセサミ 菅原 080・1004・2765

●大人の英会話 火曜日 午後3時

〜5時▽新町市民センター▽英文を作る初

級者▽日常会話、発表など▽森谷一之氏▽10人▽月

3千円▽体験一回500円▽Kツアー 山中 31・5271

●和太鼓 火曜日 午後7時

〜9時30分▽釜の淵市民館▽小学生以上▽伊藤芳男

氏▽月額大人3千500円、小人2千500円▽神代太鼓 紫

藤 090・2413・0960

●ドイツ語 木曜日 午後7時

30分〜9時30分▽福祉センター▽アンドレアス・ク

ロース氏▽月額2万円▽4月13日(木)の午後7時30分

から説明会あり▽ドイツ語講座 田村 22・0387

●フラダンス 第2・3・4金曜日

午後5時30分〜6時30分

4歳〜小学2年生、6時30分〜7時30分

小学3年生〜中学生▽今井市民センター▽女子▽月額3

千円▽無料体験可▽マイレ

ラウイフラサークル 岡野 090・6925・6155

●楊名時太極拳 金曜日 午前10時

〜11時30分▽釜の淵市民館▽月額1千円▽楊

名時太極拳の淵教室 細瀧 22・9844

●機能改善体操 金曜日 午前10時

30分〜11時30分▽東青梅市民センター▽膝、腰、肩の三

軽エクササイズ▽先着12人▽月額4千円▽Sutopo 近藤 050・3395・5484

●キッズダンス&こども日舞 ☆キッズダンス: 金曜日

午後3時30分〜5時※4月14日(金)、21日(金)

に無料体験可・永山ふれあいセンター☆こども日舞: 第

2・4土曜日 午後5時〜6時※4月15日(土)、22日

午後5時〜6時※4月15日(土)、22日

午後5時〜6時※4月15日(土)、22日

午後5時〜6時※4月15日(土)、22日

●少年・少女サッカー 土曜日、祝日

午前9時〜午後7時(以降) ☆夏季ソフト

ニス教室: 6月1日、15日の木曜日、4日(日)、

11日(日) (5回) 午後7時〜9時

▽総合体育館▽市内在住・在勤・在学者で緑に

関するボランティア活動の経験が1年間に10日以上あ

る方▽50人(抽選)▽1万4千400円▽4月28日(消印)

までに都環境局 HP http://www.kanryometro.tky

oを参照し、郵送〒163-8001または

03・5388・1379で同局自然

環境部緑環境課 03・5388・3555へ申し込み

●東京都市育て支援員養成研修 地域保育・地域子育

て支援・放課後児童・社会的養護の各コース▽詳細は

(公財)東京都福祉保健財団 HP http://www.fukushinai

kan.or.jpまたは都福祉保健局

4640へ申し込み

●体協事務局の受付時間

平日: 午前10時〜午後4時

土曜日: 午前10時〜正午

(水・日曜日、祝日は休み)

●ソフトテニス ☆青梅ミックス大会: 5月14日(日)

午前8時30分集合、9時試合開始

※予備日5月21日(日) ※雨天等での中止連絡

は行いませんのでお問い合わせください

▽市民球技場▽市内在住・在勤・在学

のソフトテニス愛好者▽8歳未満の部・12歳未満の部

▽12歳以上の部(ベアの合計年齢)▽1ペア1千500円

※当日集金▽4月20日までに

●初任者水泳教室 5月11日

〜7月27日の木曜日 午後8時30分

〜9時30分▽セントラルフィットネススク

ラ▽西東京プール▽水泳協会指導員

▽7千円(3か月)▽体験可▽市水泳協会主催

▽往復ハガキに住所、氏名、年齢、電話番号を記入

し、〒197-0825あきる野市雨間478-5

中条久夫 042・588・8695へ申し込み

●ソフトテニス ☆青梅ミックス大会: 5月14日(日)

午前8時30分集合、9時試合開始

※予備日5月21日(日) ※雨天等での中止連絡

は行いませんのでお問い合わせください

▽市民球技場▽市内在住・在勤・在学

体協事務局へ申し込み▽成澤 23・7461(平日は

午後7時以降) ☆夏季ソフトニス教室: 6月1日、

15日の木曜日、4日(日)、11日(日) (5回) 午後7

時〜9時▽総合体育館▽市内在住・在勤・在学者で緑に

関するボランティア活動の経験が1年間に10日以上あ

る方▽50人(抽選)▽1万4千400円▽4月28日(消印)

までに都環境局 HP http://www.kanryometro.tky

oを参照し、郵送〒163-8001または

03・5388・1379で同局自然

環境部緑環境課 03・5388・3555へ申し込み

●東京都市育て支援員養成研修 地域保育・地域子育

て支援・放課後児童・社会的養護の各コース▽詳細は

(公財)東京都福祉保健財団 HP http://www.fukushinai

kan.or.jpまたは都福祉保健局

4640へ申し込み

●体協事務局の受付時間

平日: 午前10時〜午後4時

土曜日: 午前10時〜正午

(水・日曜日、祝日は休み)

●ソフトテニス ☆青梅ミックス大会: 5月14日(日)

午前8時30分集合、9時試合開始

※予備日5月21日(日) ※雨天等での中止連絡

は行いませんのでお問い合わせください

▽市民球技場▽市内在住・在勤・在学

のソフトテニス愛好者▽8歳未満の部・12歳未満の部

▽12歳以上の部(ベアの合計年齢)▽1ペア1千500円

※当日集金▽4月20日までに

●初任者水泳教室 5月11日

〜7月27日の木曜日 午後8時30分

〜9時30分▽セントラルフィットネススク

ラ▽西東京プール▽水泳協会指導員

▽7千円(3か月)▽体験可▽市水泳協会主催

▽往復ハガキに住所、氏名、年齢、電話番号を記入

し、〒197-0825あきる野市雨間478-5

中条久夫 042・588・8695へ申し込み

●ソフトテニス ☆青梅ミックス大会: 5月14日(日)

午前8時30分集合、9時試合開始

※予備日5月21日(日) ※雨天等での中止連絡

は行いませんのでお問い合わせください

▽市民球技場▽市内在住・在勤・在学

のソフトテニス愛好者▽8歳未満の部・12歳未満の部

▽12歳以上の部(ベアの合計年齢)▽1ペア1千500円

※当日集金▽4月20日までに

●初任者水泳教室 5月11日

〜7月27日の木曜日 午後8時30分

〜9時30分▽セントラルフィットネススク

ラ▽西東京プール▽水泳協会指導員

▽7千円(3か月)▽体験可▽市水泳協会主催

▽往復ハガキに住所、氏名、年齢、電話番号を記入

し、〒197-0825あきる野市雨間478-5

中条久夫 042・588・8695へ申し込み

●ソフトテニス ☆青梅ミックス大会: 5月14日(日)

午前8時30分集合、9時試合開始

※予備日5月21日(日) ※雨天等での中止連絡

は行いませんのでお問い合わせください

▽市民球技場▽市内在住・在勤・在学

のソフトテニス愛好者▽8歳未満の部・12歳未満の部

▽12歳以上の部(ベアの合計年齢)▽1ペア1千500円

※当日集金▽4月20日までに

●初任者水泳教室 5月11日

〜7月27日の木曜日 午後8時30分

〜9時30分▽セントラルフィットネススク

ラ▽西東京プール▽水泳協会指導員

▽7千円(3か月)▽体験可▽市水泳協会主催

▽往復ハガキに住所、氏名、年齢、電話番号を記入

し、〒197-0825あきる野市雨間478-5

中条久夫 042・588・8695へ申し込み

●ソフトテニス ☆青梅ミックス大会: 5月14日(日)

午前8時30分集合、9時試合開始

※予備日5月21日(日) ※雨天等での中止連絡

は行いませんのでお問い合わせください

▽市民球技場▽市内在住・在勤・在学

のソフトテニス愛好者▽8歳未満の部・12歳未満の部

▽12歳以上の部(ベアの合計年齢)▽1ペア1千500円

※当日集金▽4月20日までに