

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)

○剣道体験会

回3月9日(日)、23日(日) 午前10時~11時(9時30分受付)

場住友金属鉱山アリーナ青梅

対年中~中学生

問青梅錬心館 田村 ☎090-1556-7727

○未就園児招待会~スタンプ遊びをしよう!~

回3月14日(金) 午前10時~10時45分

場富士学院幼稚園

対0~2歳児と保護者

問同幼稚園 鬼塚 ☎042-555-1241

☆催し

○剣詩舞体験教室

回3月3日(月)、10日(月) 午後3時~4時

場S&Dたまぐーセンター

定先着10人

費1回800円

問愛夢美会 齊藤 ☎76-0966

○初心者向けフラダンス体験会

回3月4日、11日、18日、25日の火曜日 午前9時30分~10時

場住友金属鉱山アリーナ青梅

対40~70代の女性(初心者)

費1回1,000円

問プアエナOme 秋元 ☎090-6491-5262

○初心者向けフラダンス体験会

回3月5日、19日、26日の水曜日 午前9時30分~10時30分

場今井市民センター

対60代以上の女性(初心者)

定先着5人

問レファ 下田 ☎090-5526-7385

○いきいきひだまりサロンの会

回3月5日、12日、19日、26日の水曜日 午前10時~正午

場福祉センター

対認知症予防に関心のある方

費1回600円(お茶菓子、資料代)

問同会 大西 ☎090-8519-4370、iki2hidamari@gmail.com

○心と体の健康ヨガ

回火曜日コース…3月11日、18日、25日①午後1時30分から②午後2時45分から▷木曜日コース…6日、13日、27日①午前10時から②11時15分から▷土曜日コース…29日①午前9時15分から②10時30分から③11時45分から

場御岳交流センター

対18歳以上

費1レッスン1,000円

問SAT SANG yoga group

本間 ☎080-5417-5028、

☎kaori.h.yoga@gmail.com

○みんなで川そうじ!

回3月8日(土) 午前10時~11時 場霞川・五反田橋左岸丸階段付近集合

対小学生以上

問霞川くらしの楽校 河内 ☎090-2451-8471

○春の養生薬膳料理

回3月14日(金) 午前10時~午後1時 場河辺市民センター

対18歳以上

定先着8人

費3,000円

問8日までに枸杞の実くらぶ 山崎 ☎080-6505-6577

○認知症家族の会

回3月14日(金) 正午~午後3時 場福祉センター

対認知症の方を介護する家族

定先着45人

費400円

問同会青梅ネット 河村 ☎090-8894-4558

○家族会による精神保健福祉相談会

回3月19日(水) 午後1時~4時 場福祉センター

定先着3人

問青梅精神保健福祉家族会 ほっと・スタイル 遠藤 ☎080-5192-2270

○青梅陶芸教室

回3月19日(水) 午後1時30分~4時 場河辺市民センター

費1回2,000円(別途材料費、焼成代)

問同教室 福田 ☎090-4011-5065

☆会員募集

○楽しい散歩と話し合い交流会

回第2・4日曜日 午前9時30分~4時 場多摩地方中心

費年額1,000円

問軽ハイキングと交流会 矢田部 ☎080-1012-5559

○水泳

回火曜日 午後7時~9時

場S&Dスイミングプラザ羽村

対18歳以上

費月額3,500円、入会金1,000円

問ワイワイナイター 山崎 ☎080-5532-0416

○体操

回水曜日(月4回) 午後1時~3時 場河辺市民センター

対60歳以上で軽い運動のできる方

費半年額3,000円

問河辺健康体操クラブ 長野谷 ☎090-4758-9841

○囲碁

回金曜日 午後1時~5時

場東青梅市民センター

費月額500円

問コスミ会 青山 ☎090-9963-5659

○合気道

回土曜日 午前9時~11時

場永山体育館

費月額4,000円

問習錬館道場青梅支部 並木 ☎090-2306-3323、shurenkandojo@gmail.com

☆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

○第46回青梅市民バドミントン団体戦

回3月16日(日) 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、市内体育施設を利用して活動している方 費1チーム6,000円(協会登録団体は5,000円、高校生以下は4,000円)

問4日までに市バドミントン協会 ホームページから

問市バドミントン協会 坂田 ☎23-7815、sakata7815@yahoo.co.jp

☆その他

○「OMEフリマ」出店者募集

回3月9日(日) 午前10時~午後3時 ※雨天中止

場市役所仮設駐車場

定80区画(1区画6.5m×2.5m。駐車場所含む)

費出店料2,000円(市自治会連合会「すまいるカード」提示で1,000円)

問8日までに2次元コードから

問同実行委員会 ☎fleamarket.ome@gmail.com

○第2回青梅市民健康麻雀大会

回5月6日(祝) 午前9時~午後4時

場S&Dたまぐーセンター

対市内在住・在勤・在学の15歳以上(中学生不可)

定100人(抽選)

費1,500円(軽食含む) ※すまいるカード提示で1,000円

問ウエルネスマージャン・スマートルールを確認のうえ、3月31日までに2次元コードまたは往復ハガキに氏名、年齢、住所、電話番号、すまいるカードの有無を記載し、〒198-0031師岡町4-4-3-505青梅市民健康麻雀大会事務局へ※1枚につき1人まで 問事務局 ☎ome.kenko.mahjong@gmail.com

○令和7年度自衛官等採用募集

回各採用種目受付…▷自衛官候補生・通年受付中▷一般幹部候補生(飛行要員は①のみ)・①4月4日(必着)まで②4月23日~6月6日(必着)▷一般曹候補生・5月7日(必着)まで▷予備自衛官補(一般・技能)・4月8日(必着)まで※試験日等詳細は2次元コード参照

問自衛官福生募集案内所

☎042-551-4725

○あおぞらカフェ(認知症カフェ)

回3月26日(水) 午後2時~3時30分

場(社福)博仁会和楽ホーム

対市内在住の方

定30人

問同会あおぞらカフェ窓口 木本 ☎74-4411

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

○一緒に日本語を勉強しませんか

回3月5日~26日の水曜日 午後7時30分~9時

場福祉センター

対日本語が初心者から上級者の外国人

問ボランティア・市民活動センターへ

○パソコン・スマホカフェ(何でも相談)

回3月8日(土) 午後1時~3時30分 場福祉センター

対中高年で初心者の方

定先着6人

問ボランティア・市民活動センターへ

広告

青梅で買取&質なら
NIJIYA
にじや質店
Since 1998
遺品相続 鑑定
☎0120-985-191 P6台

相続 遺言 後見 会社登記
のご相談は 初回相談 無料
☎070-2353-4489
司法書士あきやま法律事務所
https://www.akiyama-legal.com/

KUMON
くもん書写教室の先生になりませんか
教室開設説明会(渋谷・町田・立川会場10:00~12:00、東京会場10:30~12:30)
■渋谷 3/14(金)・17(月) 渋谷ヒカリエ 11階ヒカリエカンファレンスルームB
■東京 3/18(火)・26(水) 丸の内センタービル 18階 会議室
■町田 3/19(水) 町田市文化交流センター 5階 会議室コスモス
■立川 3/25(火) TTM立川ホール 立川南口MHビル 5階 会議室(立川市御殿町2-1-33)
右記日程でオンライン説明会を開催します(各30分)
3/11(火)17:00~ 3/13(木)10:00~
3/19(水)10:00~ 3/19(水)18:00~
3/25(火)10:00~ 3/27(木)16:00~
3/28(金)10:00~ 3/31(月)17:00~
株式会社 公文エルアイエル ☎0120-410-297