

住友金属鉱山アリーナ青梅

令和7年度第3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 10月2日（木）～12月27日（土）

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅

申し込み 9月16日の午前9時からインターネット（上記2次元コード）から受付（先着順）※1アカウントにつき、1人まで▷複数のスクール申込可▷定員になり次第、受付終了▷電話での申し込み不可▷駐車場あり・有料▷幼児の一時預かり有料

曜日	教室名	時間	費用
月	ママヨガ	10:00～11:00	7,200円
	ひきしめピラティス	11:15～12:15	
	太極拳	13:00～14:00	4,800円
	バドミントン	13:00～14:30	
	Jr. フットサル（年中・年長）	16:30～17:20	
	Jr. フットサル（1～3年生）	17:30～18:30	
火	お気軽エアロ	13:00～14:00	5,400円
	ZUMBA（昼）	14:15～15:15	7,200円
	パワーヨガ	19:00～20:00	
	骨盤調整ヨガ	20:15～21:15	
	運動知育（ベビークラス）	10:00～11:00	7,700円
	マットピラティス	10:00～11:00	6,000円
水	手話（入門）	10:00～12:00	10,000円
	子ども英会話	16:00～16:50	20,000円

曜日	教室名	時間	費用
木	チアダンス（小学生）	16:50～17:50	12,000円
	リラックスヨガ	10:00～11:00	7,200円
金	アクティブヨガ	11:15～12:15	
	ジャイロキネシス（リハビリクラス）	14:00～15:00	
	ジャイロキネシス（実践クラス）	15:15～16:15	
	ZUMBA（夜）	19:00～20:00	7,800円
	幼児体育	16:00～16:50	13,000円
	児童体育	17:00～18:00	
土	HIPHOP	11:15～12:15	6,600円
	LesMills BODY COMBAT	18:00～18:45	7,000円
	ZEROエアロ	19:00～20:00	6,000円
	運動知育（5、6歳クラス）	10:00～11:00	8,400円
	運動知育（3、4歳クラス）	11:15～12:15	
	KID'S HIPHOP	10:00～11:00	7,700円

(公財) 青梅佐藤財団共催事業・国際理解講座公開講座

恐竜くんトークショー
「恐竜の不思議おしえます！」



問 社会教育課生涯学習推進係

学術的な内容ながら、難しい表現や専門用語は使わず、誰もが親しみやすい言葉と得意の恐竜イラストを駆使して、謎と発見に満ちた奥深い恐竜の世界へご案内！

こどもはもちろん大人も引きつけて離さない、楽しくて分かりやすい「恐竜くん」ならではのトークショーをお送りします！

日時 11月1日（土）午後2時開演（1時30分開場）

会場 S&Dたまぐーセンター多目的ホール

対象 市内在住・在学・在勤の小学生以上（小学1～3年生は保護者同伴）

定員 250人（抽選）

申し込み

10月5日までに申し込みフォーム（上記2次元コード）から

講師 恐竜くん（田中真士）氏

6歳の時に恐竜に魅了され、高校時代に単身カナダに留学。恐竜の研究が盛んなアルバータ大学で、古生物学を中心に広くサイエンスを学ぶ。



イラスト：恐竜くん © Masashi Tanaka

3市合同ウォークラリー～season2～



問 健康センター ☎ 23-2191

青梅市、西東京市、富士市（静岡県）の3市が、健康ポイントアプリ「うめPON（うめぽん）」内で歩数を競い合う市町村対抗のウォークラリーイベントの第2回です。今回は富士市がリーダー役を務めます。

富士市を周遊しながら駿河湾から富士山頂を目指すコースをお楽しみください。

期間終了後、18万6,000歩（1日目目安歩数6,000歩）を達成した参加者の中から抽選で、富士市の特産品またはデジタルギフトをプレゼントします。

※期間内の合計歩数が93万歩（1日あたり平均歩数3万歩）を超えた方は抽選の対象外となります。

期間 10月1日（水）～31日（金）

エントリーコード54歳以下…6761:8189:9955

エントリーコード55歳以上…6761:4102:2192

※うめPONアプリダウンロード後に

エントリーコードを入力してください。

うめPONに登録していない方はこちらから→



おうめヘルス&ウォークアプリ



大門市民センター全館休館のお知らせ

問 大門市民センター ☎ 31-2251

揚水ポンプの交換のため、期間中は水道が使用できないことから、全ての窓口業務を休止するほか、会議室、体育館および大門図書館の利用ができなくなります。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

休館期間 10月24日（金）～31日（金）

中央図書館 ☎ 22-6543



絵本のべんきょうかい会

回10月3日（金）午前10時～正午
園ボランティア室
図書館などこどもたちの前で読み聞かせやおはなし会の活動をしている方、する予定がある方、絵本に興味がある方
園テーマ「おいしい絵本」と新刊

絵本の紹介（令和7年3月～4月に出版された絵本）と読み聞かせ。
講師…絵本研究会 園先着20人

9月の納期限（9月30日）

▷国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料…3期



より充実した広報紙を作成するために、アンケート調査を実施しています。

広報おうめについてご意見・ご感想をお寄せください。



発行・編集 青梅市役所秘書広報課
〒198-8701 青梅市東青梅1-11-1
☎ 0428-22-1111
FAX 0428-22-3508
https://www.city.ome.tokyo.jp/

