

小金井 宮地楽器ホール クリスマス・ミニ コンサート

クリスマス・イブに贈る、ゴスペルクワイアさくらによるステージ。サイレント・ナイト、ジョイフル ジョイフル、ハピネスなどを軽快なリズムと力強い歌声でお楽しみください。

時12月24日(日)午後1時開演、3時開演※いずれも30分程度
所同ホール小ホール
定120人(当日先着順) ¥無料
問同ホール(☎042-380-8099)

成人学校

【男のいきいき
セカンドライフ講座】

時1月13日、20日、27日、2月10日いずれも土曜日(全4回)※時間は日により異なる
所公民館東分館ほか
ア後や年金に関する講義、そば打ち体験、群馬県への野外研修、稲葉泰子さん(群馬県そば打ち名人)ほか
住・在勤・在学の男性定16人(申込順) ¥千200円(材料費等)
申12月4日から、電話ま

第522回市民映画会

「ホリデイ」

2006年
ナンシー・マイヤーズ監督
135分

クリスマス休暇を舞台に、恋に傷ついた女性2人が織り成す大人のラブストーリー。

時12月16日(土)午前10時30分から、午後3時30分から(いずれも30分前開場)

所公民館貫井北分館

定70人(当日先着順)

問公民館本館(☎042-383-1184)

たは直接、公民館東分館(☎042-384-4422)へ

【子育て・子育て支援
勇気づけの子育て
—アドラー心理学—

時1月15日〜2月5日の毎週

月曜日午前10時〜正午(全4回) 所公民館貫井北分館

アドラー心理学を使った勇気づけの子育てをグループワークで学ぶ
成瀬夕子さん(勇気づけ親子心理学講師) 対市内在住・在勤・在学の保護者の方定20人(申込順) 他▽保育あり(1歳以上)10人。要事前申込)▽0歳児の同室可申
12月4日から、電話または直接、公民館貫井北分館(☎042-385-3401)へ

男女共同参画講座

第3回きたまち
保育サポーター講座

時1月17日〜2月21日の毎週

水曜日午前10時〜正午(全6回) 所公民館貫井北分館

子どもの理解と子育て支援の意義、子どもの病気と事故の対応、子どもの遊び、心の発達と保育者のかかわりなど
福元真由美さん(東京学芸大学准教授)、高城絵里子さん(ルーテル学院大学専任講

師)ほか 対市内在住・在勤・在学の方定16人(申込順) 他保育あり(2歳以上)10人

申12月4日から、電話、または直接、公民館貫井北分館(☎042-385-3401)へ

ウィンター・ロビー・
コンサート

時12月20日(水)午後5時〜

5時20分 所貫井北センターロビー

内、トーンチャイム演奏・合唱

演奏東京学芸大学学生

申当日直接会場へ 問公民館貫井北分館(☎042-385-3401)

第11回都市農地保全 自治体フォーラム

時12月17日(日) 所板橋区立

文化会館大ホール(板橋区大

山東町51-1) 内▽午後1時

15分から開会およびフォーラム宣言▽午後2時50分から講演「野菜と共に生きる」

小中学生から「心の食育」、講演「花と共に生きる」

農業で世界の人々をおもてな

し) 他午前11時30分から、都

内産農産物の紹介と販売申当

日直接会場へ 問経済課産業振

興係(☎042-387-9882)

三鷹創業塾

(5日間コース)

受講者募集

時1月14日〜28日の毎週日曜

日、2月3日(土)、10日(土)

いずれも午前10時〜午後4時

30分(全5回) 所三鷹産業プ

ラザ7階(三鷹市下連雀3-

38-4) 対起業に興味がある

方、起業して間もない方定40

人 ¥5千円(テキスト・資料

代) 申電話で市商工会(☎042

381-8765)へ

民事調停の利用

無料相談会

時12月14日(木)午後1時〜

4時 所前原暫定集会施設内土

地建物、近隣関係、金銭問題、

交通事故等の民事紛争につい

ての裁判所調停委員(弁護士

含む)による相談会 申当日直

接会場へ 問武蔵野民事調停協

381-8765)へ

ウオーキング大会

歩きませんか

玉川上水緑道を

時12月17日(日) 荒天中止

集散場所・コース①午前8時

JR東小金井駅②8時30分市役

所本庁舎および貫井大橋集合

所東京学芸大学つつじ公園

玉川上水緑道〜小平中央公

園〜正午ごろ玉川上水緑道沿

いの足湯解散(歩行距離約

9.4キロ) 持帽子、水筒申

当日直接各集合場所へ 問市ウ

オーキング協会事務局・浜園

(☎042-381-2200)

栗山公園健康運動センター

水泳教室

時1月4日〜3月22日の毎週

木曜日(プール休場日を除

く) 午前9時〜10時45分(全

11回) 所栗山公園健康運動セ

ンター 対市内在住・在勤・在

学の方定30人(多数抽選) ¥

1回400円。60歳以上の方は200

円(施設利用料) 他事前に各

自で健康診断を受けてくださ

い 申12月15日(必着)までに、

往復はがきに教室名・住所・

氏名(ふりがな)・年齢・電

話番号を明記し、栗山公園健

康運動センター(〒184-000

12中町2-21-1 ☎042-382

-11001)へ

総合体育館

煩惱スイム2017

時12月23日(祝) 所総合体育

館プール申12月1日から、直

接、総合体育館へ 問内容につ

いて 総合体育館(☎042-386

-12120)、事業全般について

係(☎042-386-2462)へ

イベント名	時間	内容	対象	定員(申込順)	費用
親子スイム&ラン	9:30~10:30	親子で泳いで、走っての総合体育館オリジナルアクアスロン	小学校1~3年生の親子	12組	2,000円(1組)
煩惱リレー	10:45~13:15	50m×108本を1チーム6人で交代で泳ぐ	18歳以上の方	6チーム	6,000円(1チーム)
煩惱スイムA	13:45~17:00	50m×108本を80・90・100秒間隔で泳ぐ	小学校4年生以上の方	60人	1,000円
煩惱スイムB	16:40~19:00	50m×108本を50・60・70秒間隔で泳ぐ		56人	

自で健康診断を受けてくださ
い 申12月15日(必着)までに、
往復はがきに教室名・住所・
氏名(ふりがな)・年齢・電
話番号を明記し、栗山公園健
康運動センター(〒184-000
12中町2-21-1 ☎042-382
-11001)へ



総合体育館 煩惱スイム2017

時12月23日(祝) 所総合体育

館プール申12月1日から、直

接、総合体育館へ 問内容につ

いて 総合体育館(☎042-386

-12120)、事業全般について

係(☎042-386-2462)へ

..... 広告掲載等のお問い合わせは、(株)ホープ (広告代理店) ☎092-716-1401へ

内科 小児科 内分泌代謝内科 訪問診療

北多摩中央医療生活協同組合

むさし小金井診療所 ☎042-382-9111

〒184-0004 東京都小金井市本町1-15-9
http://www.musako-shin.coop/

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
09:00 ~ 12:00	●	●	●	●	●	●	-
14:00 ~ 16:00	-	●	●	●	●	-	-
17:00 ~ 19:00	●	-	-	-	-	-	-

JR武蔵小金井駅南口から
ジャノメ通りのつきあたり右へ徒歩4分

休診日:日曜、祝日、年末年始、夏季休暇 *各種予防接種・健康診断あり

訪問 マッサージ

「厚生労働省管轄」「全国鍼灸マッサージ師協会会員」

ご自宅で健康保険を使用してマッサージが受けられます。
ご遠慮なくご相談下さい。詳しくご説明致します。(医師の同意が必要)
訪問いたします施術者はこの地区を担当しています

ホームページをご覧ください ご利用者様専用フリーダイヤル(無料)

0800-111-0220

【アッサム マッサージ】で検索

(株)アッサム 国立市東 1-15-30-4F