秋のこがねい市民文化祭10周年記念イベント こうさくげきじょう 親子で作ってあそぼう

時9月30日（金）午後3時～5時所小金井　宮地楽器ホール小ホール講いしかわ☆まりこ（造形作家）対4歳～小学校2年生と保護者定16組（大人1人に対し子ども2人まで。多数抽選）申8月29日までに、Eメールで住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、こうさくげきじょう（✉kousakugekijou@gmail.com）へ問かつた（☎090－9035－0776）、コミュニティ文化課文化推進係（☎042－387－9923）

図書館貫井北分室・公民館貫井北分館連携講座 9月は自殺対策強化月間です いのちを守るゲートキーパーになろう

市民の皆さんがゲートキーパーとして、必要時に対象者や身近な方々を支え自殺を防ぐことができる心構えを学びます。

時9月10日（土）午前10時～正午所公民館貫井北分館講小原彰子さん（認定NPO法人東京多摩いのちの電話事務局長）ほか定30人（申込順）申8月1日から、電話、Eメールまたは直接、図書館貫井北分室（☎042－385－3561✉nukuikita-lib@kcd.biglobe.ne.jp）へ

初級音訳講習会

時8月24日～9月14日の毎週水曜日、9月22日（木）いずれも午前10時15分～午後0時15分（全5回）所図書館本館地階集会室内視覚障がい者向けの音訳サービスに協力していただける方を養成するための基礎講習会講磯部誠子さん（東京都音訳指導員）定10人（申込順）他保育あり（要事前申込）申8月2日から、直接または電話で図書館本館（☎042－383－1138）へ

スポーツ

第2回ポールウオーキング教室

専用ポールを持って歩きます。正しい姿勢のまま、歩幅を広げてバランスよく歩けるようになります。コロナ禍で衰えた脚力を取り戻しませんか。

時9月14日（水）午前10時～正午所総合体育館ほか講岡本公子さん（こくぶんじ地域クラブ副会長）対市内在住・在勤・在学の18歳以上の方定25人（多数抽選）申8月26日（必着）までに、郵送、ファクスまたはEメールで、住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、NPO法人黄金井倶楽部「PW係」（〒184－0005桜町2－2－31☎042－406－2280FAX042－406－2290✉kc_mshk@jcom.zaq.ne.jp）へ

第74回市民体育祭

【バスケットボール大会 中学生の部】

時8月27日（土）、28日（日）午前9時から所東京電機大学中学校体育館ほか対市内在住・在学の中学生チーム定男女各9チーム（申込順）■代表者会議8月中旬に武蔵野東中学校で申8月2日～10日に、電話で市バスケットボール連盟・宮崎（☎090－3221－5419）へ

【テニス大会】

時9月11日（日）午前9時から（予備日＝18日）所市テニスコート場対市内在住・在勤・在学の方および市テニス連盟員■競技種目①一般の部のミックスダブルス②壮年の部のミックスダブルス（当日50歳以上で年齢合計が110歳以上）③スーパーシニアの部（当日60歳以上。個人エントリーも可）■競技方法①②トーナメント方式③エントリー数により大会本部で決定他ドロー閲覧は、9月4日（日）午前11時から、市テニスコート場クラブハウスで申8月28日午前9時～正午に、直接、市テニスコートへ問市テニス連盟・蛭田（☎090－4921－5677）

【グラウンドゴルフ大会】

時9月13日（火）午前8時から（雨天＝20日）所上水公園運動施設グラウンド対市内在住・在勤・在学の方■競技方法4ラウンド32ホールのトータルスコアで順位を決定定60人（申込順）申8月1日～22日に、電話で市グラウンドゴルフ連盟・林（☎042－403－1160）へ

【柔道大会】

時9月18日（日）午前9時～午後6時所総合体育館柔道場対市内在住・在勤・在学の方（4歳以上。2段まで）※専門学校・大学の柔道部員、警察官、刑務官を除く■競技種目幼児、小・中学生の学年別、高校・一般の段別¥500円申8月1日～8日に、電話で市柔道連盟・廣瀬（武蔵中央接骨院内☎0422－41－4349）へ

【合気道演武大会】

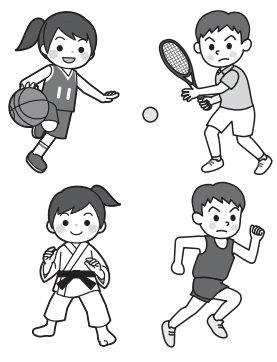
時9月19日（祝）午後1時～5時所総合体育館柔剣道場対市内在住・在勤・在学の方定30人申8月31日までに、電話で市合気道連盟・小山田（☎042－313－6708）へ

【バスケットボール大会 一般・シニアの部】

時9月23日（祝）、25日(日)、10月9日(日)、10日(祝)、23日(日)、30日(日)、11月13日(日)、27日（日）いずれも午前9時～午後9時所総合体育館ほか対市内在住・在勤・在学の方■競技種目一般（高校生以上）・シニア（40歳以上）男女■競技方法トーナメント方式定▽一般男子＝32チーム▽一般女子＝16チーム▽シニア男女＝12チーム（いずれも申込順）■代表者会議9月15日（木）午後7時から総合体育館会議室で※不参加の場合は大会に出場不可申8月1日～31日に、ファクスまたはEメールでチーム名・出場種目・代表者の住所・氏名・電話番号を明記し、市バスケットボール連盟・荒井（☎FAX＝0422－31－5011✉hello-toruaki@tbz.t-com.ne.jp）へ

【陸上競技大会】

時11月3日（祝）午後0時30分から所東京学芸大学総合グラウンド対市内在住・在勤・在学の小学校4年生以上の方および協会加盟クラブ登録者■競技種目▽小学校4～6年生の部＝いずれも100㍍、4×100㍍リレー▽中学校1年生・共通（2・3年生）の部＝いずれも100㍍、400㍍、4×100㍍リレー、走り幅跳び、砲丸投げ▽高校生・大学生・一般の部＝いずれも100㍍、400㍍、4×100㍍リレー、走り幅跳び、砲丸投げ※1人2種目まで（リレーを除く）他▽小学生のスパイクは禁止▽アスリートビブスは、当日配布申9月30日までに、市陸上競技協会ホームページ（https://koganeishi-rikujo.www2.jp/）の申込フォームで問同協会・高岡（☎080－5053－4687）



令和４年度芸術文化振興計画推進事業

からだのことばでおしゃべりしよう

ゆったり体を動かしながら、お子さんと一緒に言葉ではない「ことば」でおしゃべりしてみましょう。

時９月14日（水）、10月13日（木）、11月14日（月）、12月５日（月）、令和５年１月11日（水）、31日（火）午前10時から、11時30分からまたは午後２時から（各回30分程度。月齢別。全６回）

所小金井　宮地楽器ホール小ホールほか

講はらだまほさん（振付家）ほか

対０～１歳児と保護者

定24組（多数抽選）

¥1,000円

申８月１日～５日に、申込専用フォーム、ファクスまたはＥメールで、参加者の氏名（ふりがな）・子どもの生年月日・連絡先（電話番号・メールアドレス）を明記し、ＮＰＯ法人アートフル・アクションへ

問事業内容と応募＝ＮＰＯ法人アートフル・アクション（☎FAX＝042－316－7236✉mail@artfullaction.netHPhttps://artfullaction.net）、芸術文化振興計画＝コミュニティ文化課文化推進係（☎042－387－9923）

申込専用フォーム

広告掲載等のお問い合わせは、フレックス株式会社（広告代理店）✉t.nakano@flex-ad.co.jpへ

広告枠

東京都 東京しごとセンター 東京しごとセンター多摩
女性の“はたらきたい”の気持ちをサポート　託児付 0歳6カ月～
女性しごと応援キャラバン caravan　参加無料
対象：求職中の女性の方ならどなたでもOK!
女性のためのしごと探しセミナー　個別相談会　就活ノウハウブック
in 国分寺 8月9日(火) cocobunjiプラザ　in 南大沢 8月26日(金) 八王子市南大沢文化会館　各日10:00～12:00 ※12:20～ 個別相談会(希望者のみ)
東京しごとセンター
女性しごと応援キャラバン運営事務局
TEL:03-6734-1346 受付時間／平日9:00～17:00
お申込み詳細はこちら

高気密・高断熱・外断熱・24H換気の家
「住む人が幸せになれる家」
「大切なのは住み心地」
株式会社
黒柳建設
小金井市貫井北町1-7-26
☎042-384-7555

お庭の事なら個人邸専門の
～（株）庭屋中村へ～
©新座市2010
※見積無料 0120-194-284 いくよ にわし
（株）庭屋中村 〒352-0017 新座市菅沢2-11-11
植木剪定1本の高さと値段
（1～3m未満）3,000円
（3～4m未満）6,000円
（4～5m未満）8,000円
造園・土木作業の価格の目安
（コンクリートうち）1㎡/ 8,000円
（ブロック3段積）1㎡/11,300円
（白砂利敷き）1㎡/ 3,000円
造園１級施工管理技士 中村 健人
詳しくは！（株）庭屋中村 検索
・親切、丁寧な対応をお約束いたします
・植木1本でもお伺いさせて頂きます
・小さなお庭づくりもお任せ下さい