



3年ぶりの開催！ランナーに元気を！

第55回記念青梅マラソン大会  
ボランティアを募集します！ 問 スポーツ推進課



日時 令和5年2月19日(日) 午前6時30分～午後4時ごろ  
※活動場所によって異なります。

対象 健康な方

業務内容 ランナーの案内、給水など

※業務内容は大会事務局が決定します。

その他 集合時刻、業務内容等の詳細は後日通知します▷ボランティアコート、帽子、記念品、昼食は大会当日の受付時に支給します。

申し込み 11月30日の午後5時までに電話☎24-6311で住所、氏名、年齢、性別、電話番号を青梅マラソン大会事務局へ

スポーツ体験もできます！

西多摩地域広域行政圏体育大会

問 体育大会…福生市スポーツ推進課☎042-552-5511▷スポーツフェスタ…日の出町文化スポーツ課☎042-588-5806



西多摩地域にお住まいの皆さんが参加する体育大会です。青梅市をはじめとする8市町村の代表選手が各競技会場で熱戦を展開します。

日程 11月6日(日)～20日(日)

会場・時間 市ホームページ(2次元コード)参照

種目 バレーボール、バドミントン、テニス、サッカー ほか

体験型イベント「スポーツフェスタ」

触れる機会の少ないスポーツ体験を通じて、新しい「出会い」や「発見」をしませんか。各市町村の特産品などが当たるくじ引きを先着順で行い、スタンプラリーも実施します。

日時 11月19日(土) 午前10時から

会場 亜細亜大学日の出キャンパス

初心者大歓迎！

リラックスヨガ教室

問 御岳交流センター

日程 11月10日、17日、24日、12月1日、8日、15日、22日の木曜日

時間 午前10時30分～11時45分

会場 御岳交流センター交流室

内容 体の柔軟性や筋力を高めるベーシックなヨガ。優しく体をほぐして、健康な体を目指しましょう！

定員 各回先着12人(予約制)

費用 1回500円

服装・持ち物 運動しやすい服装、飲み物、汗拭きタオル、ヨガマット(貸出あり)

申し込み 電話☎79-0720  
または直接御岳交流センターへ



市民体育大会  
ゴルフ参加者募集

問 市ゴルフ協会☎24-1511、青梅ゴルフ倶楽部☎22-0261、市スポーツ推進課

日程 12月6日(火)

会場 青梅ゴルフ倶楽部

対象 小学生以上の

市内在住・在勤・在学者

定員 先着200人(予約制)

費用 エントリー代1,500円、プレー代11,000円

※当日集金(別途食事代)

申し込み 15日までに青梅ゴルフ倶楽部に備え付けの所定の用紙に記入し直接同倶楽部または市ゴルフ協会へ



ウォーキングフェスタに  
参加してみませんか

日時 11月23日(祝) 午前9時から(午前8時30分受付開始)

※小雨決行

対象 市内在住・在勤・在学者

※小学生以下は保護者同伴

内容 市役所をスタート・ゴールとし、市民球技場・長淵地区・青梅地区の多摩川沿いを中心に歩くコースです。

定員 先着150人(予約制)

費用 200円 ※当日集金

服装・持ち物 履き慣れた歩きやすい靴、雨具等、飲み物

申し込み 16日までに電話、電子メール☎div2090@city.ome.lg.jpまたは直接スポーツ推進課へ(市役所3階)

※メールの件名を「ウォーキングフェスタ」とし、電話番号、参加者全員の氏名・住所を本文に記載してください。



ビデオプロジェクター操作講習会

ビデオプロジェクターの正しい操作方法を学びませんか

本講習を受講すると市で貸し出している視聴覚ライブラリーのビデオプロジェクターを借りることができるようになります。

日時 11月18日(金) 午後6時30分～午後8時

会場 市役所2階201～203会議室

対象 16歳以上の市内在住・在勤・在学者

定員 先着15人(予約制)

持ち物 顔写真2枚(2.5cm×2.5cm)、筆記用具

申し込み 住所、氏名、年齢、電話番号、職業を電話、電子メール☎div7050@city.ome.lg.jpまたは直接社会教育課へ

(公財) 青梅佐藤財団共催事業

神津善行のタンゴの世界  
華麗なるアルゼンチンタンゴ



問 (公財) 青梅佐藤財団☎090-5195-3030、市社会教育課

神津善行が司会進行しながらアルゼンチンタンゴ、コンチネンタルタンゴの世界へいざないます。菅原洋一氏も特別出演します。

日時 12月18日(日) 午後2時開演(午後1時開場)

会場 プリモホールゆとりぎ大ホール

対象 小学生以上

費用 2,000円

申し込み 次のいずれかの方法で

▷上記2次元コードから

▷プリモホールゆとりぎの窓口(月曜を除く午前9時～午後8時)にて



郷土・青梅の知識を深めてみませんか

わがまち青梅講座  
秩父鎌倉道を歩く

問 郷土博物館☎23-6859

市文化財保護指導員がご案内します。

日時 11月26日(土) 午前9時10分  
JR軍畑駅前集合

※雨天中止

行程 軍畑駅(集合)～奥沢橋梁～鎧塚～軍畑大橋～軍畑の渡し跡～大船の井戸～柚木の郷倉～愛宕神社～正午・即清寺(解散)

定員 15人(抽選)

申し込み 11日(必着)までに往復ハガキに〈往信裏〉住所、氏名、年齢、電話番号〈返信表〉住所、氏名を記入し、〒198-0053青梅市駒木町1-684青梅市郷土博物館「わがまち青梅講座」係へ  
※同伴者は1枚につき1人まで可(同伴者名も必ず記入してください)