

住友金属鉱山アリーナ青梅

令和5年度第2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 7月1日(土)～9月30日(土)

申し込み 6月16日の午前9時(混雑状況により受付時間を早める可能性あり)から所定の申込用紙に記入し、費用を添えて直接住友金属鉱山アリーナ青梅へ ※代理人の申し込みは2人まで可▷電話での申し込み不可▷駐車場あり・有料

曜日	教室名	時間	費用
月	ママのための親子ヨガ	10:00～11:00	8,000円
	ママピラティス	11:15～12:15	
	太極拳	13:00～14:00	6,000円
	バドミントン	13:00～14:30	6,600円
	Jr.フットサル(年中・年長)	17:30～18:20	8,800円
	Jr.フットサル(1～3年生)	18:30～19:30	11,000円
	火	JAZZリズム	13:00～14:00
骨盤コンディショニング		14:15～15:15	
パワーヨガ		19:00～20:00	8,400円
骨盤調整ヨガ		20:15～21:15	
運動知育(ベビークラス)		10:00～11:00	
水	ボディバランスストレッチ	10:00～11:00	6,000円
	コンディショニングバレエ	11:15～12:15	
木	チアダンス	16:50～17:50	12,000円

曜日	教室名	時間	費用
金	リラックスヨガ	10:00～11:00	6,600円
	アクティブヨガ	11:15～12:15	
	体幹エクササイズ(初級)	14:00～15:00	
	体幹エクササイズ(中級)	15:15～16:15	
	ZUMBA GOLD	19:00～20:00	
	ZUMBA	20:15～21:15	
	幼児体育	15:30～16:30	
児童体育	16:30～17:30		
土	HIPHOP	11:15～12:15	7,800円
	手話(入門)	10:00～11:00	6,000円
	手話(初級)	11:15～12:15	
	運動知育(すくすくクラス)	10:00～11:00	9,100円
	運動知育(わくわくクラス)	11:15～12:15	
	KID'S HIPHOP	10:00～11:00	

青梅市の文化遺産78

巣立ちビナについて

市文化財保護指導員 荒井悦子

日本野鳥の会には4月下旬から6月にかけて「まだ羽が生え揃わない幼鳥が落ちていた。おそらく巣から落ちてしまったと思われるのだが巣の場所が分からないから保護したい。どうしたらいいか?」という問い合わせが増えます。多いのがムクドリ、ヒヨドリ、スズメなど身近な野鳥です。これらは巣から落ちてしまったのではなく立派な巣立ちビナです。巣立ち直後はヒナたちもぼんやりしていますが、無防備なので天敵に襲われることもあります。「かわいそうだから保護してエサをあげたら羽が揃って飛べるようになった。」ということもありましたが、その後どうやってヒナはエサを探し生きていくのでしょうか?

野鳥は特別な許可がないと飼うこともできません。親鳥はエサを探しに行きしばらく留守にしていますが、戻ってきた時に声をかけ探し出します。できる限り自然に任せて見守っていただきたいのです。

5月3日の青梅大祭には駅前に多くの人が集まっています。子供が階段の隅っこをスマホで写しています。よく見るとスズメのヒナが2羽います。そこに親鳥がエサを持って帰ってきました。人混みに親鳥も困惑していたと思いますが、しっかりと面倒を見続けていました。



問 郷土博物館 ☎ 23-6859

お～ちゃんフェスタ2023 参加団体募集



日時 9月17日(日) 午前10時～午後4時

会場 市役所

★参加団体説明会

日時 8月25日(金) 午前10時から

※参加団体は必ず出席してください。



ジャンル	出店団体	舞台発表団体	フリーマーケット
募集数	▷西側駐車場…55区画 ※1団体につき最大2区画 ▷会議室…8団体	16団体	先着30区画
費用(説明会時に集金)	1,000～3,000円 ※電気を使用する場合は別途1,000円	2,000円	1,000円
その他注意事項	▷出店資格はボランティア・市民活動団体、福祉団体、福祉施設、社協団体会員、自治会、社会教育団体、PTA、子ども会などの市民団体、企業 ※市内団体・企業優先 ※暴力団関係者、営利目的、個人の出店は不可	▷出演時間は20分(準備・片付け時間を含む)	▷市内の応募者優先 ▷テント等の用意なし
申し込み(7月15日まで)	申込用紙(ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、直接青梅ボランティア・市民活動センターへ		電話 ☎ 23-7163 で青梅ボランティア・市民活動センターへ

沢井市民センター ☎ 78-8304

女性ヨガ教室(初心者向け)～気軽に「椅子ヨガ」で心も体もリフレッシュ～
回7月2日(日) 午後2時～4時
回7月9日(日) 午後2時～4時
回7月16日(日) 午後2時～4時
回7月23日(日) 午後2時～4時
回7月30日(日) 午後2時～4時
回8月6日(日) 午後2時～4時
回8月13日(日) 午後2時～4時
回8月20日(日) 午後2時～4時
回8月27日(日) 午後2時～4時
回9月3日(日) 午後2時～4時
回9月10日(日) 午後2時～4時
回9月17日(日) 午後2時～4時
回9月24日(日) 午後2時～4時
回10月1日(日) 午後2時～4時
回10月8日(日) 午後2時～4時
回10月15日(日) 午後2時～4時
回10月22日(日) 午後2時～4時
回10月29日(日) 午後2時～4時
回11月5日(日) 午後2時～4時
回11月12日(日) 午後2時～4時
回11月19日(日) 午後2時～4時
回11月26日(日) 午後2時～4時
回12月3日(日) 午後2時～4時
回12月10日(日) 午後2時～4時
回12月17日(日) 午後2時～4時
回12月24日(日) 午後2時～4時
回1月7日(日) 午後2時～4時
回1月14日(日) 午後2時～4時
回1月21日(日) 午後2時～4時
回1月28日(日) 午後2時～4時
回2月4日(日) 午後2時～4時
回2月11日(日) 午後2時～4時
回2月18日(日) 午後2時～4時
回2月25日(日) 午後2時～4時
回3月3日(日) 午後2時～4時
回3月10日(日) 午後2時～4時
回3月17日(日) 午後2時～4時
回3月24日(日) 午後2時～4時
回3月31日(日) 午後2時～4時
回4月7日(日) 午後2時～4時
回4月14日(日) 午後2時～4時
回4月21日(日) 午後2時～4時
回4月28日(日) 午後2時～4時
回5月5日(日) 午後2時～4時
回5月12日(日) 午後2時～4時
回5月19日(日) 午後2時～4時
回5月26日(日) 午後2時～4時
回6月2日(日) 午後2時～4時
回6月9日(日) 午後2時～4時
回6月16日(日) 午後2時～4時
回6月23日(日) 午後2時～4時
回6月30日(日) 午後2時～4時
回7月7日(日) 午後2時～4時
回7月14日(日) 午後2時～4時
回7月21日(日) 午後2時～4時
回7月28日(日) 午後2時～4時
回8月4日(日) 午後2時～4時
回8月11日(日) 午後2時～4時
回8月18日(日) 午後2時～4時
回8月25日(日) 午後2時～4時
回9月1日(日) 午後2時～4時
回9月8日(日) 午後2時～4時
回9月15日(日) 午後2時～4時
回9月22日(日) 午後2時～4時
回9月29日(日) 午後2時～4時
回10月6日(日) 午後2時～4時
回10月13日(日) 午後2時～4時
回10月20日(日) 午後2時～4時
回10月27日(日) 午後2時～4時
回11月3日(日) 午後2時～4時
回11月10日(日) 午後2時～4時
回11月17日(日) 午後2時～4時
回11月24日(日) 午後2時～4時
回12月1日(日) 午後2時～4時
回12月8日(日) 午後2時～4時
回12月15日(日) 午後2時～4時
回12月22日(日) 午後2時～4時
回12月29日(日) 午後2時～4時
回1月5日(日) 午後2時～4時
回1月12日(日) 午後2時～4時
回1月19日(日) 午後2時～4時
回1月26日(日) 午後2時～4時
回2月2日(日) 午後2時～4時
回2月9日(日) 午後2時～4時
回2月16日(日) 午後2時～4時
回2月23日(日) 午後2時～4時
回2月29日(日) 午後2時～4時
回3月6日(日) 午後2時～4時
回3月13日(日) 午後2時～4時
回3月20日(日) 午後2時～4時
回3月27日(日) 午後2時～4時
回4月3日(日) 午後2時～4時
回4月10日(日) 午後2時～4時
回4月17日(日) 午後2時～4時
回4月24日(日) 午後2時～4時
回4月30日(日) 午後2時～4時
回5月7日(日) 午後2時～4時
回5月14日(日) 午後2時～4時
回5月21日(日) 午後2時～4時
回5月28日(日) 午後2時～4時
回6月4日(日) 午後2時～4時
回6月11日(日) 午後2時～4時
回6月18日(日) 午後2時～4時
回6月25日(日) 午後2時～4時
回7月2日(日) 午後2時～4時
回7月9日(日) 午後2時～4時
回7月16日(日) 午後2時～4時
回7月23日(日) 午後2時～4時
回7月30日(日) 午後2時～4時
回8月6日(日) 午後2時～4時
回8月13日(日) 午後2時～4時
回8月20日(日) 午後2時～4時
回8月27日(日) 午後2時～4時
回9月3日(日) 午後2時～4時
回9月10日(日) 午後2時～4時
回9月17日(日) 午後2時～4時
回9月24日(日) 午後2時～4時
回9月30日(日) 午後2時～4時
回10月7日(日) 午後2時～4時
回10月14日(日) 午後2時～4時
回10月21日(日) 午後2時～4時
回10月28日(日) 午後2時～4時
回11月4日(日) 午後2時～4時
回11月11日(日) 午後2時～4時
回11月18日(日) 午後2時～4時
回11月25日(日) 午後2時～4時
回12月1日(日) 午後2時～4時
回12月8日(日) 午後2時～4時
回12月15日(日) 午後2時～4時
回12月22日(日) 午後2時～4時
回12月29日(日) 午後2時～4時
回1月5日(日) 午後2時～4時
回1月12日(日) 午後2時～4時
回1月19日(日) 午後2時～4時
回1月26日(日) 午後2時～4時
回2月2日(日) 午後2時～4時
回2月9日(日) 午後2時～4時
回2月16日(日) 午後2時～4時
回2月23日(日) 午後2時～4時
回2月29日(日) 午後2時～4時
回3月6日(日) 午後2時～4時
回3月13日(日) 午後2時～4時
回3月20日(日) 午後2時～4時
回3月27日(日) 午後2時～4時
回4月3日(日) 午後2時～4時
回4月10日(日) 午後2時～4時
回4月17日(日) 午後2時～4時
回4月24日(日) 午後2時～4時
回4月30日(日) 午後2時～4時
回5月7日(日) 午後2時～4時
回5月14日(日) 午後2時～4時
回5月21日(日) 午後2時～4時
回5月28日(日) 午後2時～4時
回6月4日(日) 午後2時～4時
回6月11日(日) 午後2時～4時
回6月18日(日) 午後2時～4時
回6月25日(日) 午後2時～4時
回7月2日(日) 午後2時～4時
回7月9日(日) 午後2時～4時
回7月16日(日) 午後2時～4時
回7月23日(日) 午後2時～4時
回7月30日(日) 午後2時～4時
回8月6日(日) 午後2時～4時
回8月13日(日) 午後2時～4時
回8月20日(日) 午後2時～4時
回8月27日(日) 午後2時～4時
回9月3日(日) 午後2時～4時
回9月10日(日) 午後2時～4時
回9月17日(日) 午後2時～4時
回9月24日(日) 午後2時～4時
回9月30日(日) 午後2時～4時
回10月7日(日) 午後2時～4時
回10月14日(日) 午後2時～4時
回10月21日(日) 午後2時～4時
回10月28日(日) 午後2時～4時
回11月4日(日) 午後2時～4時
回11月11日(日) 午後2時～4時
回11月18日(日) 午後2時～4時
回11月25日(日) 午後2時～4時
回12月1日(日) 午後2時～4時
回12月8日(日) 午後2時～4時
回12月15日(日) 午後2時～4時
回12月22日(日) 午後2時～4時
回12月29日(日) 午後2時～4時
回1月5日(日) 午後2時～4時
回1月12日(日) 午後2時～4時
回1月19日(日) 午後2時～4時
回1月26日(日) 午後2時～4時
回2月2日(日) 午後2時～4時
回2月9日(日) 午後2時～4時
回2月16日(日) 午後2時～4時
回2月23日(日) 午後2時～4時
回2月29日(日) 午後2時～4時
回3月6日(日) 午後2時～4時
回3月13日(日) 午後2時～4時
回3月20日(日) 午後2時～4時
回3月27日(日) 午後2時～4時
回4月3日(日) 午後2時～4時
回4月10日(日) 午後2時～4時
回4月17日(日) 午後2時～4時
回4月24日(日) 午後2時～4時
回4月30日(日) 午後2時～4時
回5月7日(日) 午後2時～4時
回5月14日(日) 午後2時～4時
回5月21日(日) 午後2時～4時
回5月28日(日) 午後2時～4時
回6月4日(日) 午後2時～4時
回6月11日(日) 午後2時～4時
回6月18日(日) 午後2時～4時
回6月25日(日) 午後2時～4時
回7月2日(日) 午後2時～4時
回7月9日(日) 午後2時～4時
回7月16日(日) 午後2時～4時
回7月23日(日) 午後2時～4時
回7月30日(日) 午後2時～4時
回8月6日(日) 午後2時～4時
回8月13日(日) 午後2時～4時
回8月20日(日) 午後2時～4時
回8月27日(日) 午後2時～4時
回9月3日(日) 午後2時～4時
回9月10日(日) 午後2時～4時
回9月17日(日) 午後2時～4時
回9月24日(日) 午後2時～4時
回9月30日(日) 午後2時～4時
回10月7日(日) 午後2時～4時
回10月14日(日) 午後2時～4時
回10月21日(日) 午後2時～4時
回10月28日(日) 午後2時～4時
回11月4日(日) 午後2時～4時
回11月11日(日) 午後2時～4時
回11月18日(日) 午後2時～4時
回11月25日(日) 午後2時～4時
回12月1日(日) 午後2時～4時
回12月8日(日) 午後2時～4時
回12月15日(日) 午後2時～4時
回12月22日(日) 午後2時～4時
回12月29日(日) 午後2時～4時
回1月5日(日) 午後2時～4時
回1月12日(日) 午後2時～4時
回1月19日(日) 午後2時～4時
回1月26日(日) 午後2時～4時
回2月2日(日) 午後2時～4時
回2月9日(日) 午後2時～4時
回2月16日(日) 午後2時～4時
回2月23日(日) 午後2時～4時
回2月29日(日) 午後2時～4時
回3月6日(日) 午後2時～4時
回3月13日(日) 午後2時～4時
回3月20日(日) 午後2時～4時
回3月27日(日) 午後2時～4時
回4月3日(日) 午後2時～4時
回4月10日(日) 午後2時～4時
回4月17日(日) 午後2時～4時
回4月24日(日) 午後2時～4時
回4月30日(日) 午後2時～4時
回5月7日(日) 午後2時～4時
回5月14日(日) 午後2時～4時
回5月21日(日) 午後2時～4時
回5月28日(日) 午後2時～4時
回6月4日(日) 午後2時～4時
回6月11日(日) 午後2時～4時
回6月18日(日) 午後2時～4時
回6月25日(日) 午後2時～4時
回7月2日(日) 午後2時～4時
回7月9日(日) 午後2時～4時
回7月16日(日) 午後2時～4時
回7月23日(日) 午後2時～4時
回7月30日(日) 午後2時～4時
回8月6日(日) 午後2時～4時
回8月13日(日) 午後2時～4時
回8月20日(日) 午後2時～4時
回8月27日(日) 午後2時～4時
回9月3日(日) 午後2時～4時
回9月10日(日) 午後2時～4時
回9月17日(日) 午後2時～4時
回9月24日(日) 午後2時～4時
回9月30日(日) 午後2時～4時
回10月7日(日) 午後2時～4時
回10月14日(日) 午後2時～4時
回10月21日(日) 午後2時～4時
回10月28日(日) 午後2時～4時
回11月4日(日) 午後2時～4時
回11月11日(日) 午後2時～4時
回11月18日(日) 午後2時～4時
回11月25日(日) 午後2時～4時
回12月1日(日) 午後2時～4時
回12月8日(日) 午後2時～4時
回12月15日(日) 午後2時～4時
回12月22日(日) 午後2時～4時
回12月29日(日) 午後2時～4時
回1月5日(日) 午後2時～4時
回1月12日(日) 午後2時～4時
回1月19日(日) 午後2時～4時
回1月26日(日) 午後2時～4時
回2月2日(日) 午後2時～4時
回2月9日(日) 午後2時～4時
回2月16日(日) 午後2時～4時
回2月23日(日) 午後2時～4時
回2月29日(日) 午後2時～4時
回3月6日(日) 午後2時～4時
回3月13日(日) 午後2時～4時
回3月20日(日) 午後2時～4時
回3月27日(日) 午後2時～4時
回4月3日(日) 午後2時～4時
回4月10日(日) 午後2時～4時
回4月17日(日) 午後2時～4時
回4月24日(日) 午後2時～4時
回4月30日(日) 午後2時～4時
回5月7日(日) 午後2時～4時
回5月14日(日) 午後2時～4時
回5月21日(日) 午後2時～4時
回5月28日(日) 午後2時～4時
回6月4日(日) 午後2時～4時
回6月11日(日) 午後2時～4時
回6月18日(日) 午後2時～4時
回6月25日(日) 午後2時～4時
回7月2日(日) 午後2時～4時
回7月9日(日) 午後2時～4時
回7月16日(日) 午後2時～4時
回7月23日(日) 午後2時～4時
回7月30日(日) 午後2時～4時
回8月6日(日) 午後2時～4時
回8月13日(日) 午後2時～4時
回8月20日(日) 午後2時～4時
回8月27日(日) 午後2時～4時
回9月3日(日) 午後2時～4時
回9月10日(日) 午後2時～4時
回9月17日(日) 午後2時～4時
回9月24日(日) 午後2時～4時
回9月30日(日) 午後2時～4時
回10月7日(日) 午後2時～4時
回10月14日(日) 午後2時～4時
回10月21日(日) 午後2時～4時
回10月28日(日) 午後2時～4時
回11月4日(日) 午後2時～4時
回11月11日(日) 午後2時～4時
回11月18日(日) 午後2時～4時
回11月25日(日) 午後2時～4時
回12月1日(日) 午後2時～4時
回12月8日(日) 午後2時～4時
回12月15日(日) 午後2時～4時
回12月22日(日) 午後2時～4時
回12月29日(日) 午後2時～4時
回1月5日(日) 午後2時～4時
回1月12日(日) 午後2時～4時
回1月19日(日) 午後2時～4時
回1月26日(日) 午後2時～4時
回2月2日(日) 午後2時～4時
回2月9日(日) 午後2時～4時
回2月16日(日) 午後2時～4時
回2月23日(日) 午後2時～4時
回2月29日(日) 午後2時～4時
回3月6日(日) 午後2時～4時
回3月13日(日) 午後2時～4時
回3月20日(日) 午後2時～4時
回3月27日(日) 午後2時～4時
回4月3日(日) 午後2時～4時
回4月10日(日) 午後2時～4時
回4月17日(日) 午後2時～4時
回4月24日(日) 午後2時～4時
回4月30日(日) 午後2時～4時
回5月7日(日) 午後2時～4時
回5月14日(日) 午後2時～4時
回5月21日(日) 午後2時～4時
回5月28日(日) 午後2時～4時
回6月4日(日) 午後2時～4時
回6月11日(日) 午後2時～4時
回6月18日(日) 午後2時～4時
回6月25日(日) 午後2時～4時
回7月2日(日) 午後2時～4時
回7月9日(日) 午後2時～4時
回7月16日(日) 午後2時～4時
回7月23日(日) 午後2時～4時
回7月30日(日) 午後2時～4時
回8月6日(日) 午後2時～4時
回8月13日(日) 午後2時～4時
回8月20日(日) 午後2時～4時
回8月27日(日) 午後2時～4時
回9月3日(日) 午後2時～4時
回9月10日(日) 午後2時～4時
回9月17日(日) 午後2時～4時
回9月24日(日) 午後2時～4時
回9月30日(日) 午後2時～4時
回10月7日(日) 午後2時～4時
回10月14日(日) 午後2時～4時
回10月21日(日) 午後2時～4時
回10月28日(日) 午後2時～4時
回11月4日(日) 午後2時～4時
回11月11日(日) 午後2時～4時
回11月18日(日) 午後2時～4時
回11月25日(日) 午後2時～4時
回12月1日(日) 午後2時～4時
回12月8日(日) 午後2時～4時
回12月15日(日) 午後2時～4時
回12月22日(日) 午後2時～4時
回12月29日(日) 午後2時～4時
回1月5日(日) 午後2時～4時
回1月12日(日) 午後2時～4時
回1月19日(日) 午後2時～4時
回1月26日(日) 午後2時～4時
回2月2日(日) 午後2時～4時
回2月9日(日) 午後2時～4時
回2月16日(日) 午後2時～4時
回2月23日(日) 午後2時～4時
回2月29日(日) 午後2時～4時
回3月6日(日) 午後2時～4時
回3月13日(日) 午後2時～4時
回3月20日(日) 午後2時～4時
回3月27日(日) 午後2時～4時
回4月3日(日) 午後2時～4時
回4月10日(日) 午後2時～4時
回4月17日(日) 午後2時～4時
回4月24日(日) 午後2時～4時
回4月30日(日) 午後2時～4時
回5月7日(日) 午後2時～4時
回5月14日(日) 午後2時～4時
回5月21日(日) 午後2時～4時
回5月28日(日) 午後2時～4時
回6月4日(日) 午後2時～4時
回6月11日(日) 午後2時～4時
回6月18日(日) 午後2時～4時
回6月25日(日) 午後2時～4時
回7月2日(日) 午後2時～4時
回7月9日(日) 午後2時～4時
回7月16日(日) 午後2時～4時
回7月23日(日) 午後2時～4時
回7月30日(日) 午後2時～4時
回8月6日(日) 午後2時～4時
回8月13日(日) 午後2時～4時
回8月20日(日) 午後2時～4時
回8月27日(日) 午後2時～4時
回9月3日(日) 午後2時～4時
回9月10日(日) 午後2時～4時
回9月17日(日) 午後2時～4時
回9月24日(日) 午後2時～4時
回9月30日(日) 午後2時～4時
回10月7日(日) 午後2時～4時
回10月14日(日) 午後2時～4時
回10月21日(日) 午後2時～4時
回10月28日(日) 午後2時～4時
回11月4日(日) 午後2時～4時
回11月11日(日) 午後2時～4時
回11月18日(日) 午後2時～4時
回11月25日(日) 午後2時～4時
回12月1日(日) 午後2時～4時
回12月8日(日) 午後2時～4時
回12月15日(日) 午後2時～4時
回12月22日(日) 午後2時～4時
回12月29日(日) 午後2時～4時
回1月5日(日) 午後2時～4時
回1月12日(日) 午後2時～4時
回1月19日(日) 午後2時～4時
回1月26日(日) 午後2時～4時
回2月2日(日) 午後2時～4時
回2月9日(日) 午後2時～4時
回2月16日(日) 午後2時～4時
回2月23日(日) 午後2時～4時
回2月29日(日) 午後2時～4時
回3月6日(日) 午後2時～4時
回3月13日(日) 午後2時～4時
回3月20日(日) 午後2時～4時
回3月27日(日) 午後2時～4時
回4月3日(日) 午後2時～4時
回4月10日(日) 午後2時～4時
回4月17日(日) 午後2時～4時
回4月24日(日) 午後2時～4時
回4月30日(日) 午後2時～4時
回5月7日(日) 午後2時～4時
回5月14日(日) 午後2時～4時
回5月21日(日) 午後2時～4時
回5月28日(日) 午後2時～4時
回6月4日(日) 午後2時～4時
回6月11日(日) 午後2時～4時
回6月18日(日) 午後2時～4時
回6月25日(日) 午後2時～4時
回7月2日(日) 午後2時～4時
回7月9日(日) 午後2時～4時
回7月16日(日) 午後2時～4時
回7月23日(日) 午後2時～4時
回7月30日(日) 午後2時～4時
回8月6日(日) 午後2時～4時
回8月13日(日) 午後2時～4時
回8月20日(日) 午後2時～4時
回8月27日(日) 午後2時～4時
回9月3日(日) 午後2時～4時
回9月10日(日) 午後2時～4時
回9月17日(日) 午後2時～4時
回9月24日(日) 午後