



回…日時、場…会場、対…対象、内…内容、定…定員、費…費用、申…申し込み、問…問い合わせ ※対象・費用・申し込みの記載のないものはどなたでも・無料・直接会場へ

なんでも情報局 アンテナ

☆催し（子ども向け）

○子ども絵画体験教室（水彩で木を描こう）

回8月27日（火） 午後4時～5時
場今井市民センター
対年長、小学生
定先着3人
費500円
申かすみ草アート子ども絵画教室 佐藤
☎080-6112-0885、
✉kasumin.0885@docomo.ne.jp

○楽器であそぼう♪

回8月29日（木） 午前9時45分～11時
場かすみ台第一保育園
対未就学児の親子
申かすみ台第一保育園 白井☎31-5760

☆催し

○夏のシェイプアップヨガ

回8月7日、21日、28日の水曜日
午前10時30分～11時30分
場S&Dたまぐーセンター
対女性
定先着10人
費1回1,000円
申健康ヨガ道場 斉藤☎76-0966、
✉hiro-chocobeem@tbz.t-com.ne.jp
○懐かしい歌を皆さんで歌いましょう
回8月11日（祝） 午前10時30分～11時30分
場S&Dたまぐーセンター
定先着50人
費500円
問歌声くらぶ わかつき☎090-5826-5778
○認知症予防「ひだまりサロン」
回8月14日（水）、28日（水） 午前

10時～正午
場福祉センター
対認知症予防に関心がある方
費1回700円
問いきいきひだまりサロンの会 大西
☎090-8519-4370、✉iki2hidamari@gmail.com

○青梅陶芸教室

回8月16日（金） 午後1時30分～4時
場河辺市民センター
費1回2,000円（別途材料費・焼成代）
申同教室 福田☎090-4011-5065

○ストレッチ&ダンスサークル体験会

回8月27日（火）、9月3日（火）①
午前9時30分～10時②10時10分～10時55分
場住友金属鉾山アリーナ青梅
対①70歳以上の女性②30～60代の女性
申プアエナOme 秋元☎090-6491-5262

☆会員募集

○囲碁・将棋

回火曜日 午後1時～5時
場東青梅市民センター
対初級・中級者
費月額300円
申囲碁将棋同好会 渡辺☎080-5407-3848、✉fu1182@ezweb.ne.jp

○合唱

回水曜日（月3回） 午前9時30分～11時30分
場S&Dたまぐーセンター
対女性
費月額4,000円
申女性コーラスもえぎ 小松☎24-3795（午後6時以降）、✉kinuko02011947@gmail.com

○幼児保育

回木曜日 午前10時～11時30分
場あけぼの幼稚園
対1歳半～3年保育入園前のお子さん

定先着10人
費月額2,400円
申ひよこぐみ親子教室 松澤☎76-1577、✉akebonokids1225@yahoo.co.jp

○小物製作

回第4金曜日（月1回） 午後1時30分～3時30分
場梅郷市民センター
定20人
費月額300円
申幾代会 久保☎23-1096（午後5時以降）

○フリートーク英会話

回土曜日 午後1時20分～2時50分
場東青梅市民センター
費1回500円
申青梅イングリッシュカフェ 潮田☎090-9312-3232、✉good@axel.ocn.ne.jp

☆その他

○糖尿病患者さんと糖尿病予備群の方のための「糖尿病1日教室」

回9月14日（土） 午後2時～4時（1時30分開場）
場公立福生病院
定先着30人（予約制）
申（一社）西多摩医師会☎23-2171

○都立特別支援学校非常勤看護師（専用通学車両乗車）募集

回雇用期間…3月31日まで
①午前7時15分～8時45分②午後1時50分～3時20分③3時30分～5時
場都立青峰学園

対看護師免許を持ち、医療機関で通算9年以上の臨床分野の実践経験、学校・児童福祉施設等で通算3年以上の児童・生徒への医療的ケアの実践経験がある方
定2人

申同学園肢体不自由教育部門中学部
川上☎32-3811、✉S8000541@section.metro.tokyo.jp

○第33回「明日のTOKYO」作文コンクール作品募集

テーマ「未来の東京」を生きていくために私にできること
対都内在住・在学の中学生
申9月12日（必着）までに「応募者様式」「応募者総括表」（ホームページからダウンロード可）を添付し、各学校でまとめ、郵送〒163-8001新宿区西新宿2-8-1（一財）東京都人材支援事業団業務部管理課「作文コンクール」担当へ
※個人応募も可。詳細はホームページ（2次元コード参照）をご確認ください。
問（一財）東京都人材支援事業団業務部管理課☎03-5320-7438

ボランティア・市民活動センター

☎23-7163 ㊟23-7165
郵送…〒198-0042 東青梅1-177-3
○パソコン・スマホカフェ

回8月10日（土） 午後1時～3時30分
場福祉センター
対中高年で初心者
定先着6人
問ボランティア・市民活動センターへ

○子ども向けプログラミング

回8月11日（日） 午前9時50分～午後0時10分
場福祉センター
対小・中学生
定先着34人
申CoderDojo青梅ホームページ（2次元コード）から

広告

相続 後見 不動産・商業登記

のご相談は
お気軽に 初回
相談 無料！

☑メール/電話/Zoomによる相談可
☑土日祝日/夜間対応可
☑ご自宅若しくは近隣出張対応可

司法書士あきやま法務事務所
🏠 https://www.akiyama-legal.com/
東京都昭島市宮沢町510番地4

☎070-2353-4489



ジュニアスポーツ教室（卓球）



日時 8月31日～9月21日の土曜日（全4回）
会場 住友金属鉾山アリーナ青梅第1スポーツホール
対象 市内在住の小学生 定員 50人（抽選）
持ち物 トレーニングウェア・タオル・飲み物・室内用運動靴・ラケット（お持ちの方）
申し込み 15日までに往復ハガキで（一社）市スポーツ協会へ

簡単エクササイズ

ラウンドフィットネス



日時 毎日（休館日を除く）
①午前9時～10時②10時～11時③11時～正午
④午後1時～2時⑤2時～3時⑥3時～4時⑦4時～5時
会場 御岳交流センター交流室
対象 15歳以上（保護者同伴で中学生も可）
定員 各回先着10人（予約制） 費用 1回100円※初回無料体験あり
持ち物 運動しやすい服装、室内用運動靴、飲み物、タオル
申し込み 電話☎79-0720または直接同センターへ

外国人のための日本語クラス Japanese class for foreigners



問 国際理解講座事務局☎25-1015（水曜日の午前9時～午後4時30分）
市社会教育課（市役所3階）

いつ？ 9月4日～11月13日の水曜日
午前10時（10:00）から2時間
どこで？ 東青梅センタービル3階（JR東青梅駅南口）
受けられる人は？
市内に住んでいるまたは市内で働いている人で、毎週参加できる人
いくら？ クラスは無料、テキストは有料
子どもを連れて行けますか？ 相談してください。
申し込みは？

「国際理解講座事務局」（東青梅センタービル3階）に電話してください。
※電話がつかない場合は直接市社会教育課（市役所3階）へ
※市ホームページ（2次元コード）も見てください。外国語でお知らせしています。
※日本語を勉強したい外国の方へぜひお知らせください。