郷土資料室特別展示
「松原庵の宗匠～星布と友昇の俳諧～」

問合せ郷土資料室☎530・1120

俳諧は江戸時代の庶民の間で流行し、福生などの多摩地域においても、江戸時代後半の19世紀にはいると俳諧が普及していきます。

この時代、熊川村の玉石亭梅里や福生村の田村幽夢が投句や句合と呼ばれる催しなど積極的な俳諧活動を行ない、その後、森田友昇や田村友甫といった、幕末から明治期の俳壇に名を残した俳諧の宗匠が出現します。特に友昇は、松尾芭蕉の系譜に連なる「松原庵四世」を継いだことで有名です。

今回の特別展示では、福生の俳人森田友昇と友昇が継承した松原庵の系譜に関係する資料を中心に紹介します。

星布（松原庵）杏花園（太田南畝）発句画賛幅

友昇発句短冊

期間10月3日㈯～12月6日㈰
休館日毎週月曜日（月曜日が祝日の場合は開館し、翌火曜日が休館）

特別展示の記念講演会も行ないます

日時10月31日㈯午後2時～3時30分
演題「女流俳人星布の手紙」
講師安田吉人氏（中央学院大学非常勤講師）
場所中央図書館2階会議室
定員先着50人
申込み10月6日㈫から電話で郷土資料室☎530・1120へ。

●わくわく土曜日

「秋の自然観察会」

文化の森を中心に秋の樹木や野草、森に住む昆虫の観察をします。

日時10月17日㈯午後1時～3時
参加費保険代100円
講師栗原仁氏
参加資格市内在住・在学の方（未就学児童は保護者同伴のこと）
定員先着30人
申込み10月6日㈫～15日㈭の間に郷土資料室☎530・1120へ。

中央体育館

「ご参加ください！」
中央体育館の開放事業

①ウォーキング講習会

ウォーキングは「散歩」と違って、普段歩いているペースを速め心拍数を上げて、体の中いっぱいに酸素を取り込む、いわゆる有酸素運動です。

脂肪が燃え、生活習慣病の予防や肥満の解消になるほか、心肺機能の向上にもつながる、気軽にできる人気の健康法のひとつです。

ぜひ、チャレンジしてみませんか？履きなれたスポーツシューズをお忘れなく！

日時10月10日㈯午前10時～
※雨天中止
集合中央体育館測定室
場所多摩川中央公園ほか
対象市民の方（参加費無料）
内容血圧、体脂肪測定等（屋内）、ウォーキング（屋外）
指導体育館スポーツトレーナー
※申込み不要、直接会場へ。

②ヒーリングストレッチ

ストレッチを中心に、フォームローラー（ストレッチポール）やバランスボールなどを使ってのリラクゼーションクラスです。

フォームローラーは、身体の内側から凝りをほぐし、体幹のバランスを整えます。ポールを降りた後、床に吸い込まれるような不思議な感覚を体感してください。

日時毎週水曜日午後2時～
場所中央体育館柔道場他
対象18歳以上の市民の方
指導体育館スポーツトレーナー
参加方法当日、券売機で個人使用券（150円）を購入して受付に提出後、直接会場にお集まりください。なお、初回のみ中央体育館窓口で簡単な登録があります。※汗拭きタオル、飲料水が必要。
問合せ①②ともに中央体育館☎552・5511

秋の市民ハイキング

高尾山（1号路）を登ろう！今回は少し、健脚向きのコースになります。

日時11月1日㈰※雨天中止
集合場所京王線高尾山口駅開札前
集合時間午前9時10分
コース高尾山口駅→さる園→薬王院→高尾山頂→4号路で下山→吊橋→タコ杉→高尾山口駅※約5時間30分の行程（歩行時間約4時間）
参加費一人100円（雨天中止の場合も返金できません。）※交通費等は自己負担
対象市内在住・在勤・在学の方（小学生は保護者同伴）
定員先着40人
※詳細は申込み時に説明。
申込み10月6日㈫から参加費を添えて、直接中央体育館☎552・5511へ。※定員になり次第締め切ります。また、月曜日は休館日のため受付は行ないません。

市民会館 催し物インフォメーション

問合せ市民会館☎552・1711

★世界の音楽①
中南米への旅-コンドルは飛んで行く-
日時10月11日㈰午後2時開演
場所市民会館小ホール（つつじホール）
料金全席指定2,000円（公演間近!）

★福生ニューイヤーガラコンサート
日時平成22年1月17日㈰午後3時開演
場所市民会館大ホール（もくせいホール）
料金S席3,500円、A席2,800円
出演安藤赴美子（Ｓｏｐ）、坂本朱（M・Ｓｏｐ）、水口聡（Ｔｅｎ）、与那城敬（Ｂａｒ）
演奏内藤彰指揮、東京ニューシティ管弦楽団
チケット取扱い市民会館（好評発売中）
※詳細は市民会館ホームページ（http://www.fussashimin.hall-info.jp/）

ご利用ください!!
「熊川地域体育館 ☎552・1980」、「福生地域体育館 ☎530・8811」
ホームページ（共通） http://www.tama-spo.com/fussa

▶体育の日イベント「スポーツチャレンジいきいき福生」を実施

10月12日㈷に熊川地域体育館・福生地域体育館で、体育の日イベント「スポーツチャレンジいきいき福生」を実施します。

子どもから大人まで、スポーツチャレンジャーの皆さん、集まれ!

日時10月12日㈷（体育の日）※参加対象は市内・市外を問いません。
参加費終日無料（イベント参加費100円）
時間【熊川地域体育館】午前9時～午後10時（イベントは午後4時まで）
【福生地域体育館】午前8時～午後10時（イベントは午後4時まで）※利用時間は1人（1組）1回につき1時間30分（イベント以外の球技・トレーニング室利用の場合に限り）
内容時間帯により、さまざまな体験教室・スポーツイベントを用意しています。
注意事項室内用運動靴が必要

▶熊川地域体育館に新施設登場「クライミングウォール」

9月15日にクライミングウォールが登場しました。

ロープを使わずに、専用の壁を登るボルダリングが楽しめます。子どもから大人まで、初めての方も大歓迎です。筋力やバランス、柔軟性などさまざまな要素が詰まった、登るだけで楽しめる全身運動を、ぜひ体感してください。

初回利用には講習が必要となります。また、未就学児には高校生以上の保護者が同伴してください。

費用1回（1時間30分）大人150円、小人70円
※利用時間帯が決まっていますので、詳しくは熊川地域体育館までお問い合わせください。

福生地域体育館事業案内

♣子どもＨＩＰＨＯＰ
日時11月7日～12月12日の毎週土曜日、午後3時30分～4時30分の全6回
場所福生地域体育館第2体育室
対象市内在住の小学1年生～6年生
定員20人（申込み多数の場合責任抽選）
参加費1,500円（初回に集めます。）
注意事項室内用運動靴（紐靴）を必ず用意してください。
※汗拭きタオル、飲料水持参

♣ボールペン字講座
日時11月2日～12月14日の毎週月曜日、午後7時～8時の全6回（休館日・祝日を除く）
定員10人（申込み多数の場合責任抽選）
対象15歳以上の市民の方
参加費教材費等2,000円（初日に集めます。）
申込みいずれも10月25日㈰までに福生地域体育館窓口、電話、ホームページでお申し込みください。

熊川地域体育館事業案内

♠子どもヒップポップ
日時11月7日～12月12日の毎週土曜日、午後1時～2時の全6回
場所熊川地域体育館第2体育室
対象市内在住の小学1年生～6年生
定員20人（申込み多数の場合責任抽選）
参加費1,500円（初日に集めます。）
注意事項室内用運動靴（紐靴）を必ず用意してください。
※汗拭きタオル、飲料水持参

♠月曜卓球倶楽部

初心者の方でも気軽に参加ができます。

日時10月19日～12月7日の毎週月曜日、午後1時～2時30分の全6回（休館日・祝日除く）
対象市民の方
定員20人
参加方法参加ごとに利用券（大人150円、小人70円）を購入してください。

※申込み不要、当日受付。

♠ボールペン字講座
日時10月28日～12月2日の毎週水曜日、午後7時～8時の全6回（休館日・祝日を除く）
対象15歳以上の市民の方
定員10人（申込み多数の場合責任抽選）
参加費教材費等2,000円（初日に集めます。）
申込みいずれも10月25日㈰までに熊川地域体育館窓口、電話、ホームページでお申し込みください。