

**栗原一郎氏絵画作品展のお知らせ**



作品名「学舎」

市が所蔵する、栗原一郎氏から寄贈を受けた作品を展示します。  
 栗原氏は福生市出身で在住の現代洋画家です。シェル美術賞展や安井賞展で入選した経歴を持ち、美術界で高い評価を得ています。  
**【期間】** 12月5日(火)～10日(日)午前10時～午後7時※入場無料  
**【場所】** プチギャラリー第一展示室(福生駅改札口隣)  
**【問合せ】** 生涯学習推進課生涯学習推進係 ☎ 551・1950

**「新春ふっさウォーキング」を開催します**

今回は熊川地区を中心にウォーキングを実施します。9月に稼働を開始した防災食育センターや日光橋公園からみずくらいど公園までは玉川上水沿いを歩きます。  
 お昼には温かい「すいとん」でお腹も満たして、新春の福生を体いっぱい満喫します。  
**【日時】** 1月6日(土)午前8時30分～  
**【場所】** 中央体育館裏駐輪場集合(雨天中止)  
**【コース】** 中央体育館→明神下

公園→熊川地域体育館→拜島駅→防災食育センター→日光橋公園→みずくらいど公園→ほたる公園→中央体育館(約8km)  
**【費用】** 1人300円(保険代等) ※雨天中止の場合も、返金できません。  
**【持ち物】** お椀、お箸、水筒、雨具など  
**【協力】** ふっさウォーキングタートルズ  
**【申込み期間】** 受付中。12月28日(木)までに参加費を添えて、市内各体育館窓口へ(休館日を除く)。  
**【問合せ】** スポーツ推進課 ☎ 552・5511

**費用の記載のない事業は無料です**  
 がん検診推進事業「乳がん検診・子宮頸がん検診無料クーポン券」が届いた方へ  
 がんは早期発見、早期治療が大切です。まだ受診され、受診できない恐れがあります。この機会にぜひ受診してください。  
**【受診期間】** 1月31日(水)まで  
 ※1月は大変混雑が予想され、受診できない恐れがあります。

**熊川地域体育館事業**  
 トレーニングスペースまたはクライミングをご利用の方にスタンプを1個押します。(12月18日(月)・25日(月)・1月15日(月)・22日(月)・29日(月)はスタンプを2個押します！)  
 10個たまると1回利用無料券がもらえます。  
**【期間】** 開催中(1月31日(水))  
**【問合せ】** 熊川地域体育館 ☎ 552・1980

**福生市総合型地域スポーツクラブの体験会を実施!**  
 市では、住民が自ら運営し、スポーツ習慣やコミュニケーションの充実を図ることを目的とした総合型地域スポーツクラブの設立が決定しました。  
 平成30年2月の創立予定を前に、スポーツクラブ体験会を開催します。ぜひご参加ください。  
**【日時】** 12月17日(日)午前10時～正午※申込み不要。直接現地にお越しください。  
**【場所】** 第二中学校体育館  
**【体験種目】** ノルディックウォーキング・ドッジビー・ポッチャ・パドミントン  
**【持ち物】** 運動できる服装・シューズ(外用および室内用)  
**【問合せ】** スポーツ推進課 ☎ 552・5511

**福生市総合型地域スポーツクラブの体験会を実施!**  
 市では、住民が自ら運営し、スポーツ習慣やコミュニケーションの充実を図ることを目的とした総合型地域スポーツクラブの設立が決定しました。  
 平成30年2月の創立予定を前に、スポーツクラブ体験会を開催します。ぜひご参加ください。  
**【日時】** 12月17日(日)午前10時～正午※申込み不要。直接現地にお越しください。  
**【場所】** 第二中学校体育館  
**【体験種目】** ノルディックウォーキング・ドッジビー・ポッチャ・パドミントン  
**【持ち物】** 運動できる服装・シューズ(外用および室内用)  
**【問合せ】** スポーツ推進課 ☎ 552・5511



**中央体育館事業** 【問合せ】中央体育館 ☎ 552・5511

教室名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費	
①火曜ヨガ(10回)	一般の方	火	正午～午後1時	1月16日～3月27日(2月13日は休み)	40人	初回2,000円と毎回利用券150円	
②火曜モーニングエアロ(10回)			午前10時～11時		30人		
③シニア健康体操(10回)	50歳以上の方	火	午後1時30分～2時30分		1月10日～3月28日(3月21日は休み)	25人	初回1,000円と毎回利用券150円
④火曜健康ストレッチ(10回)	一般の方	火	午後2時40分～3時40分			20人	
⑤ナイトストレッチ(10回)		火	午後7時30分～8時30分				
⑥水曜モーニングエアロ(11回)	一般の方	水	午前10時～11時		1月10日～3月28日	25人	初回1,100円と毎回利用券150円
⑦リラクセスストレッチ(11回)			午後2時～3時				
⑧ジュニアダンス(11回)	小学1～6年生	水	午後5時～6時	15人		初回1,100円と毎回利用券70円	
⑨ナイトヨガ(12回)	一般の方	水	午後8時～9時	40人		初回2,400円と毎回利用券150円	
⑩若草健康体操(12回)	高齢者の方	木	午前9時30分～10時50分	25人		初回1,200円と毎回利用券150円	
⑪ボディメイクエアロ(13回)	一般の方	木	午前10時～11時15分	1月4日～3月29日		30人	初回2,600円と毎回利用券150円
⑫アロマで体調改善運動(13回)	女性の方限定	木	午後1時30分～3時		40人	毎回500円(利用券含む)	

**【持ち物】** 運動できる服装で、室内用運動靴(①・④・⑤・⑦・⑨・⑫は不要)・タオル・水分補給できる物(ふた付)  
**【申込み】** 12月14日(木)(必着)までに、中央体育館窓口、電子申請または往復はがきに、教室名・氏名(ふりがな)・生年月日・住所・電話番号・返信用宛名(往復はがきのみ)を記入し、〒197-0005 福生市北田園2-9-1 中央体育館へ(申込み多数の場合は抽選)。※⑫は申込み不要。当日開始15分前までに窓口へお越しください。

**福生地域体育館コース参加型教室** 【問合せ】福生地域体育館 ☎ 530・8811 地域体育館共通ホームページ: <http://www.tama-spo.com/fussa/>

教室名	対象	曜日	時間	期間	回数	定員	参加費
ナイトピラティス	16歳以上の方	火	午後7時～8時	1月9日～3月27日	12	40人	初回4,800円と毎回利用券150円
ラク楽体操塾	高齢者の方	木	午前11時～正午	1月11日～3月29日		15人	
転ばん塾	高齢者の方	木	午後1時30分～3時	1月11日～3月29日		45人	
骨盤体操コース型	16歳以上の方	金	午後1時30分～2時30分	1月12日～3月30日		15人	
こどもHIPHOP①	小学1～4年生	火	午後4時20分～5時20分	1月9日～3月27日	25人	初回4,800円と毎回利用券70円	
こどもHIPHOP②	小学3～6年生		午後5時30分～6時30分(お迎えが必要です)				
ジャズHIPHOP	小学3～6年生	木	午後6時10分～7時10分(送迎が必要です)	1月11日～3月29日	30人	初回3,600円と毎回利用券70円	
低学年ダンス	小学1～3年生	土	午後1時20分～2時20分	1月13日～3月31日	20人		
キッズダンス	年中長児		午後0時10分～1時10分				
小学生バスケット	小学2～6年生	水	午後4時15分～5時45分	1月10日～3月28日(3月21日は休み)	11	30人	初回4,400円と毎回利用券70円

**【申込み】** 12月15日(金)(必着)までに、往復はがき、または地域体育館共通ホームページから①教室名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日(学年)⑤電話番号⑥返信用宛名(往復はがきのみ)を記入し、〒197-0013 福生市武蔵野台1-8-7 福生地域体育館内教室係へ(申込み多数の場合は抽選)。

**熊川地域体育館コース参加型教室** 【問合せ】熊川地域体育館 ☎ 552・1980 地域体育館共通ホームページ: <http://www.tama-spo.com/fussa/>

教室名	対象	曜日	時間	期間	回数	定員	参加費
フリースタイルキッズダンス	小学生	火	午後6時～7時(お迎えが必要です)	1月16日～3月27日(2月13日は休み)	10	25人	初回3,500円と毎回利用券70円
ジュニアバスケット	小学生	水	午後4時30分～5時45分	1月10日～3月28日(3月21日はお休み)	11	25人	初回3,800円と毎回利用券70円
キッズHIPHOP	年中児～小学3年生		午後4時45分～5時45分				
ジュニアHIPHOP	小学3～6年生	水	午後6時～7時(お迎えが必要です)	1月12日～3月30日(2月16日は休み)	11	20人	
楽しいバスケット	小学生	金	午後4時30分～5時45分				

**【申込み】** 12月15日(金)(必着)までに、往復はがき、または地域体育館共通ホームページから①教室名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日(学年)⑤電話番号⑥返信用宛名(往復はがきのみ)を記入し、〒197-0003 福生市熊川380-7 熊川地域体育館教室係へ(申込み多数の場合は抽選)。