

福生市スポーツ推進計画 2012「修正後期」を策定しました

平成23年度に「福生市スポーツ推進計画」を策定してから5年が経過し、内容の見直しを行いました。

今後は本計画に基づき、市民の皆さんとともに各施策の実現を図り、市民が日常的にスポーツに親しみ、楽しめる環境づくりを進めていきます。

なお、計画は市ホームページ、市内公共施設でも閲覧できます。

【問合せ】スポーツ推進課 ☎552・5511

「1ヶ月の日」はなんと無料！市内の体育館でスポーツを満喫！

5月5日(祝)のこどもの日は、市民の方限定で市内3つの体育館を無料で利用できます。

「今まで体育館を利用したことがない」という方も、この機会にぜひ利用してみてください！

【利用時間】

▼中央体育館・熊川地域体育館・午前9時～午後9時

▼福生地域体育館・午前8時～午後9時50分(最終入場午後9時30分)

※小・中学生のみでの利用は午後6時まで。

【対象】市内在住・在勤・在学の方

【持ち物】室内用運動靴など 【問合せ】中央体育館 ☎552・

5511、熊川地域体育館 ☎552・1980、福生地域体育館 ☎530・8811

中央体育館事業「ゴールデンスウィークスペシャル」

①HOT&COOL

二種類の異なる内容のレッスンを一度に体験できます。

HOT部門ではZUMBA Aでたっぷり汗をかき、COOL部門はストレッチポールを使って身体をほぐします。

汗をかく爽快感と身体がほぐれる心地よさが病みつきになります！

【日時】5月5日(祝)午前11時30分～午後1時

【場所】中央体育館多目的室

【対象】16歳以上の方

【定員】20人

【参加費】300円(体育館利用料含む)

【持ち物】運動できる服装で、室内用運動靴、水分補給できるもの、タオル等

【講師】藤澤莉代氏

【申込み】4月29日(祝)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 ☎552・5511へ。

②のびのびストレッチ

凝り固まった身体を伸ばそう！普段運動をしない方や高齢者向けの教室です。

ストレッチで身体を動かすことで血行がよくなり、清々しい一日を迎えられますよ。

【対象】16歳以上

【持ち物】室内用運動靴など

【問合せ】中央体育館 ☎552・

連休で疲れた身体を朝からすっきりさせましょう！

【日時】5月5日(祝)午前10時～10時45分

【場所】中央体育館多目的室

【対象】16歳以上の方

【定員】20人

【参加費】100円(体育館利用料含む)

【持ち物】運動できる服装、水分補給できるもの等

【講師】藤澤莉代氏

【申込み】4月29日(祝)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 ☎552・5511へ。

福生地域体育館からのお知らせ

▼個人利用について

バドミントンやバスケットボール、ビーチボール、卓球等の利用ができます(道具の貸出は無料※数量限定。ただし事前予約はできません。受付順となります)。

【料金】大人150円・小人(中学生以下)70円※1回90分

▼トレーニング室について

常時、トレーナーを2人配置し、運動初心者の方も安心して利用できます。

初めての方は、講習会の受講が必要となります(事前予約制)。

【対象】16歳以上

【持ち物】室内用運動靴など

【問合せ】中央体育館 ☎552・

事前に申込みが必要

「コース型教室」や、当日集まった方で行う「当日参加型教室」など、幼児から高齢者まで、さまざまな教室を用意しています。

詳細は地域体育館ホームページに掲載しています。

【開館時間】

〈平日〉午前9時～午後10時50分(最終入場時間は午後10時30分)

〈土・日・祝日〉午前8時～午後9時50分(最終入場時間は午後9時30分)

【休館日】毎月第四月曜日

【問合せ】福生地域体育館 ☎530・8811

子どもスポーツ教室

①鉄棒&ボールゲーム

逆あがりや、ほかのいろいろな技に挑戦したり、ボールゲームを楽しもう！

②クライミング

クライミングの技を教わって、こどもの日限定のコースにチャレンジしよう！

【日時】①4月29日(祝) ②5月5日(祝)※いずれも午前10時～11時30分

【場所】熊川地域体育館

【対象】小学生

【定員】先着15人

【費用】300円

【持ち物】運動できる服装で、室内用運動靴、水分補給できる物(ふた付)、タオル等

【申込み】熊川地域体育館窓口(☎552・1980)で

申込用紙に必要事項を記入のうえ、参加費を添えて教室の前日までに提出してください。

図書館からのお知らせ

▼中央図書館おはなし会

【日時】5月3日(祝)・10日(水)・17日(水)・24日(水)・31日(水)各日とも午後3時～

【場所】中央図書館

【対象】幼児～小学生※直接どうぞ

▼中央図書館おはなし会「おはなしのポケット」

【日時】5月6日(土)午後3時～

【場所】中央図書館

【出演】ポケット☆ポケット

【対象】幼児～小学生※直接どうぞ

▼中央図書館乳幼児おはなし会「おはなしであそぼ！」

【日時】5月2日(火)午前11時～

【場所】中央図書館

【出演】おはなしのもり

【対象】乳幼児(1、2か月の赤ちゃんもどうぞご参加ください) ※直接どうぞ

▼わかぎり図書館乳幼児おはなし会

【日時】5月24日(水)午前11時～

【場所】わかぎり図書館2階

【対象】乳幼児と保護者※直接どうぞ

▼わかたけ図書館おはなし会

【日時】5月10日(水)・24日(水)午後3時～

【場所】わかたけ図書館2階

【対象】幼児～小学生※直接どうぞ

▼わかたけ図書館乳幼児おはなし会

【日時】5月18日(木)午前11時～

【場所】わかたけ図書館2階

【対象】乳幼児と保護者※直接どうぞ

▼武蔵野台図書館乳幼児おはなし会

【日時】5月17日(水)午前11時～

【場所】武蔵野台児童館1階

【対象】乳幼児と保護者※直接どうぞ。武蔵野台児童館との共催です。

【問合せ】各図書館へ。

・中央図書館 ☎553・3111

・わかぎり図書館 ☎552・7421

・わかたけ図書館 ☎551・0083

・武蔵野台図書館 ☎553・8881

市民のひろば

〈会員募集〉

▼ボーイスカウト福生第1団・2団新入隊員募集

〈福生第1団〉(活動区域:一小、四小、六小、七小) 〈福生第2団〉(活動区域:二小、三小、五小)

【入団説明会の日時】4月23日(日)午前10時～正午

【入団説明会の場所】〈第1団〉扶桑会館

〈第2団〉白梅会館

【対象】小学1年生以上の男子・女子

【問合せ】佐藤 ☎552・7530

〈催しもの〉

▼福生美術協会第三回展

市内で活躍中の芸術家による絵画などの作品展です。

【日時】4月18日(火)～23日(日)午前10時～午後7時(初日は午後1時から開催。最終日は午後5時終了)

【場所】プチギャラリー

【問合せ】伊藤 ☎552・0138

▼福生美術同好会「油絵作品展」

【日時】5月9日(火)～14日(日)午前10時～午後7時(初日は午後1時から開催。最終日は午後5時終了)

【場所】プチギャラリー

【問合せ】遠藤 ☎553・3529

「地元マイスター講座 プロのコツを伝授! Cafe du jardin シェフによるお菓子作り体験」参加者募集



「素材の持つ自然のおいしさを表現すること」をコンセプトにしている村山シェフに、お菓子作りを教えられるチャンス☆

大人気講座第3弾では、ガトーショコラ作りのコツを伝授します!

【日時】6月8日(木)・15日(木) (1日2回)

(A) 午後1時～3時

(B) 午後4時30分～6時30分

【場所】市民会館調理室

【対象】中学生以上

【定員】各回16人(応募多数の場合は抽選)

【費用】2,000円※保険料・材料費込み

【申込み】往復はがきに①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥希望日⑦希望回(A)、(B)どちらでも)を記入のうえ、5月19日(金)までに〒197-0011 福生市福生2455 市民会館「地元マイスター講座」係へ。

【問合せ】市民会館 ☎552・1711