

# 文化・芸術・スポーツ情報

～地域にある 楽しく 健康で 豊かな 時間・空間～



# オアシス

第181号

令和2年・3年 2020・21

## 12・1月号

発行：公益財団法人くたち文化・スポーツ振興財団  
〒186-0003 国立市富士見台2-48-1  
<https://kuzaidan.or.jp/>

市民芸術小ホール／郷土文化館／古民家  
市民総合体育館／財団総務課

隔月5日発行

講師 参加費 子育ておすすめ事業 郷土文化館・古民家の事業 576-0211

### 冬季企画展

## 民具案内関連企画展

# むかしのくらし展

1月12日(火)～3月14日(日)  
9:00～17:00(入館は16:30まで)

会場：郷土文化館 特別展示室  
休館日：1月14日(木)、28日(木)、  
2月12日(金)、25日(木)、  
3月11日(木)

みなさんは、電気のなかった時代が想像できますか？  
夜暗くなったら、どうしていたのでしょうか？  
洗たくは？ とっても寒いときは？  
では、電化製品がようやく買えるようになったとき、  
家にはどんなものがあったのでしょうか。くらしが  
変わる様子がわかる、さまざまなものを展示します。

着物かな？  
ふとんかな？

かいまき (大正時代)

小さな小さな「かいまき」  
だれかが  
着るのかな？

かいまき雛形 (昭和初期)

こちらは昭和41年(1966)頃の  
富士見台団地へのお引越しの光景。  
どんな生活の道具があるかわかるかな？

無料

### 天体観測

## 冬の星空ウォッチング

①すばるとオリオン星雲  
1月22日(金)  
17:30～19:00

②「冬の三角形」をつくる星々  
2月19日(金)  
18:00～19:30

冬の星空はとても澄んでいて、  
星がよく見えます。望遠鏡を  
使って、神秘的な星の世界をの  
ぞいてみませんか？

伊東昌市 (元国立天文台)

場所：郷土文化館 研修室・武蔵野庭園  
定員：各回12名(申込先着順)  
持物：防寒具、双眼鏡(お持ちの方だけでかまいません)

申込み：①12月22日(火) 9:30より電話にて  
②1月19日(火) 9:30より電話にて

※駐車場に限りがあるため、なるべく公共交通機関をご利用下さい。  
※小学生以下は要保護者同伴。  
※くもりや雨天など星が見えない場合は、館内で宇宙のお話をします。

無料

### 自然観察会

## 冬の生き物探し

2月11日(木・祝) 10:00～12:00

土や朽木の中で越冬する昆虫たちを探しながら、冬の自然の  
観察方法を学びましょう。

NPO法人国立市動物調査会  
100円

集合：郷土文化館 研修室  
周辺の野外環境を歩きます。  
(雨天時は研修室にて講話)

定員：15名(申込先着順)  
持物：防寒具および筆記用具

申込み：1月12日(火) 9:30より電話にて

### おうちでも楽しめる郷土文化館

当館ホームページにて、くたち郷土文化館で行われた講座の  
動画配信をしています。配布資料もあわせて公開していますの  
で、是非ご活用ください。

LINE UP 自然講座 身近な水辺を体感しよう  
歴史講座 襖の下張文書から-府中宿の田中屋と遊女-  
歴史講座 多摩川の洪水と用水の普請

郷土文化館ホームページ  
<https://kuzaidan.or.jp/province/>

参加費

### くたちあの日、あの頃

—写真でたどるくたちNo.18—

昭和3(1928)年頃 滝乃川学園本館  
(滝乃川学園所蔵資料)

平成19(2007)年  
保存修復前の本館

左は谷保村移転当初の滝乃川学園本館の写真です。  
本館は、日本の昭和初期を代表する教育建造物として  
重要なだけでなく、廊下や階段・窓など、創設者  
の石井亮一・筆子夫妻の知的しょうがいしゃへの配  
慮が具現化された建物です。平成14(2002)年度に  
国の登録有形文化財となった後、同19(2007)年よ  
り保存修復工事が行なわれ、同21(2009)年に石井  
亮一・筆子記念館として活動を開始しました。

滝乃川学園所蔵資料による秋季企画展「写真にみる滝乃川学  
園 - 歩みの記録を中心に -」は、12月13日(日)まで郷土文  
化館 特別展示室にて開催中です。

### お知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度の古民家  
伝統行事「まゆだま飾り作り」「節分豆まき」は中止にな  
りました。あらかじめご了承下さい。

### クラシックバレエ

SHIONO BALLET STUDIO

個性を大切に育てるレッスン  
ベースとなる体幹を鍛え、バレエの基礎をみ  
っちり練習。発表会毎年、コンクール・イベ  
ントにも積極的に参加。  
3歳から成人まで。

◆クラシックバレエとエナジーサロン◆  
空き時間スタジオレンタル有

しおのけいこ  
塩野啓子バレエスタジオ  
国立市富士見台4-12-1-201  
shiono@fa2.so-net.ne.jp  
<http://shionoballet.jp/>  
電話042-577-5663

### フォルテかけっこ塾

速く走りたい 小・中学生を  
徹底サポート!!

フォルテかけっこ塾®は、速く走りたい小・中学生のためのプログラム  
を開催しています。陸上競技はもちろん、サッカー・野球などの様々な  
スポーツの基礎練習にも最適! 練習前後の手洗い、手指の消毒、ソー  
シャルディスタンスなど、感染症対策にも努めています。  
好評につき、定員に達している際には、すぐにご入塾できない場合が  
ございます。ご興味のある方は、お早めにお問い合わせください。

かけっこ塾(くたち)の詳細  
開催日程：毎週水曜日 17:00-18:30  
練習場所：国立市内  
参加対象：小学生・中学生  
※詳細は、体験申込時にご説明いたします。

オアシスをご覧の方は、  
**体験無料**  
(2021年1月末まで有効)  
※お申込の際、「オアシス」をご覧になった旨を  
お伝えください。通常1,650円の体験料が無料  
になります。体験での参加は、1回限りです。

体験は、弊社ホームページよりお申込ください。お電話でのお申込も可能です。  
右記QRコードから、弊社ホームページにアクセスできます。

株式会社フォルテ  
03-3708-0078

### 募集 2021年度財団嘱託職員募集

◆仕事の内容 ①芸術小ホールの施設管理運営・受付業務及び事務補助  
芸術小ホールの事業補助等  
②総合体育館の施設管理運営・受付業務及び事務補助

◆資格等 ①②パソコンの基本操作ができる63歳未満の方

◆報酬 ①②時給 1,200円 交通費別途支給

◆勤務時間 ①1日6.25時間以内(ローテーション勤務 土・日・祝日勤務あり)  
原則、午前8時30分から午後3時30分まで(うち休憩45分)  
②1日6.25時間以内(ローテーション勤務 土・日・祝日勤務あり)  
原則、早番午前8時30分から午後3時30分まで(うち休憩45分)  
遅番午後3時15分から午後10時15分まで(うち休憩45分)  
なお、①②とも第2、第4木曜日は休館日で休み

◆勤務期間 2021年4月1日～1年間(年度更新有)

◆申込・問い合わせ 履歴書(写真貼付)に希望の①、②の仕事の内容を明記し、  
2021年1月13日(水)までに下記に郵送(必着)かお持ちください。  
提出書類はお返ししません。  
公益法人くたち文化・スポーツ振興財団 総務課宛  
〒186-0003 国立市富士見台2-48-1 ☎042-574-1511



**落語** **発売中**

くにたち芸小 **ホール寄席**  
「立川かしめニツ目昇進記念落語会」

**12月13日(日)** **全席指定** **ホール**

14:00(開場13:30)

芸小名物『すたじお寄席』のレギュラーメンバー立川かしめのニツ目昇進を記念して、大御所たちが揃います。立川かしめの成長と大御所真打たちの落語に期待してください。

立川談四楼 三遊亭遊雀 立川志らら 立川こしら 立川かしめ

一般3,000円 高校生以下1,000円 未就学児入場不可 団体割引あり

協賛：銀星交通株式会社



**管弦楽** **発売中**

くにたち市民オーケストラ  
2021年 **ニューイヤーコンサート**

**1月17日(日)** **全席指定** **ホール**

14:00(開場13:30)

新春恒例となりましたニューイヤーコンサート、今年も華やかなプログラムとなっております。シュトラウスのワルツ・ポルカに心を躍らせ新しい年を祝いましょう。


指揮：宮野谷 義傑(みやのや よしひで)

J.シュトラウス2世/皇帝円舞曲 アンネン・ポルカ  
ワルツ「酒、女、歌」 ワルツ「芸術家の生涯」  
ワルツ「美しく青きドナウ」  
J.シュトラウス2世&ヨゼフ・シュトラウス/  
ピチカート・ポルカ ほか

※都合により演奏曲目が変更になる場合がございます。

1,000円 未就学児入場不可

公演時間は1時間を予定。  
終演予定時刻は15時です。



**室内楽** **スタジオコンサートvol.100** **発売中**

**東京鮮烈session Live in くにたち**  
～現代タップダンス&オリジナルジャズのひととき～

**1月30日(土)** **全席自由** **スタジオ**


14:00(開場13:30)

本場NYから帰国したタップダンサー丹精、フラメンコを中心に舞台や著名アーティストのツアー参加などで活躍中のパークッション橋本容昌、CMからドラマまで数々のレコーディングやライブをこなすガットギター大里健伍、著名アイドルから大物演歌歌手のサポートもつとめるジャズギター福岡吾郎によるユニット。百戦錬磨の4人が織りなす唯一無二のオリジナルジャズサウンドをお楽しみください!!

橋本容昌(Percussions) 丹精(Tap Dance)  
大里健伍(G. Gt) 福岡吾郎(E. Gt)

Duke Ellington / It don't mean a thing  
Chick Corea / Spain  
大里健伍 / Viajero ほか

1,000円 未就学児入場不可



**無料の催し** **無料**

**第8回 わくわく子どもフェスタ**

**2月21日(日)**

今回のフェスタはいつもとちょっと違う!

**ホール公演**  
ロバの音楽座「楽器の国へようこそ」  
14:00(開場13:30)  
★子どもの来場者には数量限定で「工作キット」をプレゼント!

**動画配信**  
「マリンバ演奏」  
「子ども仕舞」  
「くにたちカルタ」  
3つの動画を2/21～3/31の期間限定でネット配信します。ぜひご覧ください!

無料  
ロバの音楽座「楽器の国へようこそ」の参加券は1/25(月)から芸術小ホール、各児童館、市役所児童青年課で配布します。お問合せ・主催：わくわく子どもフェスタ実行委員会 TEL：042-576-1313 (トマツ)



**落語** **発売予定**

**第45回 くにたちすたじお寄席**

**3月7日(日)** **全席自由** **スタジオ**

14:30(開場14:00)

チケット発売：12月13日(日)

メンバー全員が昇進目指して気迫十分! 今回のゲストはらく次師匠です。

立川らく次 立川志庵  
らく兵 立川かしめ 立川志らびー

1,500円 未就学児入場不可



**冬の市民一芸塾** **参加費**

**衣類のかわいいお繕い「ダーニング講座」**

**1月22日・2月5日・19日** **アトリエ**  
**3月5日・19日**  
**全5回 隔週金曜 13:30～15:30**

ダーニングはヨーロッパ伝統のお繕い方法です。衣類のダメージを自分でお直しできるようになってみませんか?

橋本千恵子  
受講料2,000円 教材費2,000円  
ダーニングマッシュルーム代金2,530円(お持ちでない方のみ)  
持ち物：お繕いの練習に使っても良い衣類、刺繍針またはとじ針、糸切ばさみ、ダーニングマッシュルーム、筆記用具  
定員：10名

**お申し込み 12月18日(金)～1月8日(金)**  
午前9時～午後7時の間に受講料、材料費等を添えてホール窓口にてお申込みください。代理の方によるお申し込みは、本人を含め2名まで。受講料および教材費等をお支払い後、受付完了とします。受付期間終了後のキャンセルの場合、受講料および教材費等のご返金はご容赦ください。



**「ぶらっとこくぶんけん」対談企画** **参加者募集**

一冊対談集 **クリエイターと語るこの国の古典と現代**  
**第6回 森永邦彦×ロバート キャンベル**

**1月29日(金)** **ホール**

18:00～19:30

国文学研究資料館(こくぶんけん)は、国内各地の日本文学とその関連資料を大規模に集積し先進的な共同研究を推進する日本文学の基盤的な総合研究機関です。このたび、同館を中心に多摩地域における学術・文化の発展に関する事業「ぶらっとこくぶんけん—多摩学術文化プラットフォーム」企画として、同館館長のロバート キャンベル氏と市出身のファッションデザイナー・森永邦彦氏(アンリアルレイジ)による対談会を国立市内で初めて行います。知性が呼応し、ボーダレスに広がる対話をぜひお聴きください。

無料  
お申し込み 1/5号の国立市報をご覧ください  
お申し込み方法等の詳細を1/5号の国立市報、芸術小ホール公式ウェブサイト等でお知らせ致します。

共催：国文学研究資料館 多摩信用金庫 国立市

**無料の催し** **無料**

**クリスマスコンサート**  
**ランチタイムコンサート**

**12月16日(水)** **エントランスホール**

17:30～18:40

「クリスマスはきらきら夢の中で」  
藤波B GM (Pf.)  
Leigh Harline/星に願いを 成田為三/浜辺の歌 ほか  
「世界のB様大研究!」  
アンサンブル・マレット  
：那須律子 小田もゆる 方波見智子  
Beethoven/トルコ行進曲 Brahms/ハンガリー舞曲第1番 ほか

**1月20日(水)**  
12:10～12:50  
「～Dugtrio(ダグトリオ)のニューイヤーコンサート 2021～」  
Dugtrio(ダグトリオ)  
：瀬戸彩也香(Pf.) 中澤咲里(pf.) 山崎花香(Vo.)  
ヨハン・シュトラウス2世/トリッチ・トラッチ・ポルカ  
プッチーニ/「ラ・ボエーム」より 私が街を歩けば ほか

【注意事項】  
整理券は45席分12/16 17:00～・1/20 11:30～配布します。  
公式サイトにある「当館公演にご来場予定のお客様へのお知らせ」をご確認ください。

**お知らせ**

**ランチタイムコンサート&ステージに出演しませんか**

**出演団体募集**  
音楽、ステージパフォーマンス(手品や落語、講談、お笑いなど)出演者をお待ちしています。詳細は募集要項(12月中旬から芸術小ホールほか市内公共施設にて配布)または公式サイトでご確認ください。  
開催日時：2021年4月～2022年3月  
原則として各月第3水曜日12:10～12:50  
開催場所：芸術小ホールエントランス  
募集期間：1月8日(金)～1月29日(金)  
※14日・28日(木)は休館日  
募集対象：市内及び周辺市に在住・在勤・在学の方  
出演料：無料

**令和3年くにたち音楽祭新規出演団体募集中止のお知らせ**  
令和3年度に予定している「くにたち音楽祭」は、新型コロナウイルス感染症の影響により、新規の出演団体の募集は見送りさせていただきます。  
なお、すでに令和2年度に出演を予定していた団体については、今後の新型コロナウイルス感染症の状況等を考慮し、「くにたち音楽祭」を開催する予定です。

共催：くにたち音楽祭実行委員会



**公共ホール音楽活性化事業**

**Urban Saxophone Quartet**  
**Saxophone SONORITY**

**2月11日(木)・祝**  
**I部 13:30(開場13:00) / II部 16:30(開場16:00)**

サクソフォンカルテットのための曲をホールの響きで楽しんでもらえるコンサート。サクソフォン四重奏の魅力がたっぷりかつまったプログラム！初めてホールで音楽を聴く人にも、久しぶりのコンサートに出掛けたい人にも、四人のハーモニーが優しく響きます。迫力の鑑賞体験をホールで味わってください。

**Urban Saxophone Quartet :**  
千葉一喜 (Soprano Sax.) 西田早希 (Alto Sax.)  
中村優香 (Tenor Sax.) 中村賢太郎 (Baritone Sax.)

**R.クレリス/かくれんぼ V.モンティ/チャルダッシュ**  
J.S.バッハ/G線上のアリア 高橋宏樹/アミューズメント・パーク組曲  
H.マンシーニ/ムーン・リバー A.テザンクロ/サクソフォン四重奏

**¥1,500円**

こちらからもご購入できます



後援：国立市教育委員会 助成：(一財)地域創造 制作協力：(一社)日本クラシック音楽事業協会




**体験プログラム 募集**

**ピアノとホールのシェアプログラム**

ホールでグランドピアノを奏でることができます **ホール**

**実施日**：2月1日(月)・3日(水) ヤマハ(CFⅢ)

**時間**：13:00~20:00までの1時間(正味55分)単位でご選択ください。


※上記2日間で一人あるいは一団体に付き、最大1時間のみご利用となります。

**対象**：小学生以上  
小学生のご利用には保護者の付き添いをお願いします。

**利用料金**：2,000円/1時間 ご利用日当日にお支払いください。

**申し込み**：1月5日(火)10:00～受付は電話のみです

**ご注意**：当日の調律はありません。客席への立ち入りはご遠慮ください。用意する備品はピアノ椅子2・荷物置き用長机1です。弦に触れるような特殊演奏はご遠慮ください。音響、照明の操作は行いません。時間内での準備、片付けをお願いします。申し込み後キャンセルは必ずご連絡をお願いします。



**くにたちデビューコンサートvol.13**

**“目で聴き、耳で観るものがたり”**  
**ストラヴィンスキー 兵士の物語 The Soldier's Tale**

**3月27日(土)**  
**マチネ 13:30(開場13:00) / ソワレ 16:30(開場16:00)**

音楽、語り、舞踊で綴るストラヴィンスキーの傑作「兵士の物語」は、スペイン風邪の蔓延する中、第一次大戦後の社会変革と苦境の時代に生まれました。それから百年…奇しくも世界は再び病禍に見舞われ、分断と混迷の最中にあります。すべてを手に入れたかに見えて、今なお惑う人類に時の彼方から「これからどうするつもりなのか」と選択をせまります。

**立石春花 (Cl.) 伊藤太郎 (Vn.) 井口みな美 (Pf.)**  
志鎌優成 (振付・兵士) 門倉祐貴 (悪魔) 大山怜依 (王女) 竹内麻利菜 (語り)

**¥1,000円** 未就学児入場不可





**チケット取扱い**

芸術小ホール窓口 ☎ 042-574-1515  
(株)しまだ文具店 ☎ 042-576-4445  
白十字国立南口店 ☎ 042-572-0416  
Confetti ☎ 0120-240-540  
www.confetti-web.com  
Peatix <https://peatix.com>

- Pマークはくにたちポイント対象事業です。くにたちポイント付与ならびにポイントを使つてのチケット購入は芸術小ホールのみで可能です。
- Uマークがある事業は、未就学児入場が可能です。マークがない事業へのご入場はご遠慮ください。
- カンフェティで予約するとセブンイレブンでお支払いができます。手数料別途220円かかります。またWEB予約の場合「カンフェティ」会員登録(無料)が必要です。
- Peatixはインターネットで予約ができる手数料無料のサービスです。お支払いは当日となります。

**芸術小ホール電話予約** 公演日当日、開場の1時間前までに窓口でお支払。または公演日1週間前までに郵便局窓口でお振り込み。詳細は芸術小ホール(042-574-1515)まで!

チケット情報等Twitterにて随時配信



＜当館公演にご来場予定のお客様へのお知らせ＞ コロナウイルス感染拡大防止のため、公演にご来場のお客様へお願いがあります。ご来館前の体調確認、マスク着用、手指消毒に加え、館内での飲食禁止、贈り物・出待ちの禁止等、詳細を左のQRコード(公式ウェブサイトのお知らせ <https://kuzaidan.or.jp/hall/?p=6013>)にて確認していただけますようお願い致します。今後も公演を続けていけるよう、皆様のご理解賜りますようお願い申し上げます。

**夏の家カフェ**

美味しいランチやスイーツと一緒に  
**ハワイアンな空間を国立で味わえるのは**  
ここだけ！  
ゆったりとしたランチやティータイムをお過ごし頂けます。

**ランチ 600円～**  
店内(スープ又はサラダ付き)  
テイクアウト(ご予約)も承っております。  
その他、焼菓子や姉妹店の焼きたてベーカリーも毎朝、取り寄せして販売しております。  
お食事をご注文のお客様は、  
コーヒーまたは紅茶を無料サービス(ホットまたはアイスをお選びください)  
※ご注文の際、オアシスをご覧になった旨スタッフへお伝えください  
感染症対策にも努めて営業しております。  
安心してご来店ください。

夏の家カフェ市役所  
国立市富士見台2-48-1  
国立市民総合体育館横  
営業時間 11:00～14:00  
☎042-573-4153



**★小・中学生スキー教室★**

※この事業は総合体育館の事業ではありません。

**3月13日(土)**

現地集合・現地解散  
会場：軽井沢プリンスホテルスキー場  
対象：小学4年生～中学2年生  
定員：30名  
(先着順、状況により中止の場合有)  
参加費：3,000円  
(昼食代、レンタル費用や交通費、リフト代は別途)  
締切：2月25日(木) FB・line・メールで直接お申込みください。  
お申込み・お問合せ：  
国立市スキー・スノーボード連盟  
TEL：070-5456-8291  
FB：<https://www.facebook.com/kunitachi.skiteam/>  
line：<https://lin.ee/UlCpE04>  
Mail：[tanaka.nippo@gmail.com](mailto:tanaka.nippo@gmail.com)



東京女子体育大学・東京女子体育短期大学  
**公開講座のご案内**

〒186-8668 東京都国立市富士見台4-30-1  
TEL 042-572-4131 (代表)  
FAX 042-572-4317  
<http://www.twcpe.ac.jp>

☆この講座は、東京女子体育大学・東京女子体育短期大学主催の講座です。  
☆はがき・ファックス・WEBから申し込みます。大学のホームページをご覧ください。

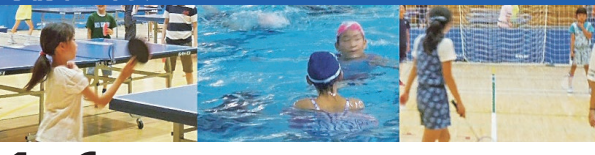
- ◇バレーボール  
12月19日(土) 13:00～16:00  
高校生(女子) 40名
- ◇ソフトボール  
12月20日(日) 10:00～12:00  
中学・高校生(女子) 40名
- ◇ハンドボール  
1月24日(日) 13:00～16:00  
高校生(女子) 40名



**子育ておすすめ事業** **無料**

### 冬休み小・中学生無料開放

事前申込不要



**1月6日水**

時間：9:00～17:00 バドミントン、卓球  
10:00～17:00 水泳  
※最終受付予定時間 16:30

会場：第一体育室 バドミントン、卓球  
室内プール 水泳

※混雑状況により予定よりも早く受付を終了することがあります。

☆種目は一人1回1時間を繰り返しプレイできます。  
☆同伴する保護者の方も無料でプレイできます。  
☆コーチによるワンポイントアドバイスが受けられます。  
☆バドミントン・卓球は動きやすい服装と上履が必要です。  
☆水泳は水着と水泳帽が必要です。  
☆当日、体育館1Fロビーの専用受付でお申込みください。  
☆感染症対策のため利用人数を制限することがあります。

**子育ておすすめ事業** **無料**

### サッカークリニック

締切：12月25日(金)必着



現地集合&解散 **ボール持参** **1月17日**

時間：[Aコース] 小学1・2年生 9:30～11:00  
[Bコース] 小学3・4年生 11:30～13:00

会場：国立第五小学校 校庭

対象：[Aコース] 市内在住、在学の小学1・2年生  
[Bコース] 市内在住、在学の小学3・4年生

定員：各コース75名(合計150名)

☆動きやすい服装、運動靴でお越しください。☆着替える場所はありません。

**FC東京 普及部コーチ**

**親子で参加** **参加費**

### 親子体操教室③

締切：12月21日(月)必着



**1月22日金～3月19日金** ※2月12日を除く

毎週**金曜日** 時間：9:30～11:30  
会場：第一体育室、第二体育室 交互  
定員：25組 50名  
対象：親と2歳～4歳までのお子様

☆動きやすい服装、上履きをお持ちください。

**塩野 啓子** **¥5,000円(8回分)**

**親子で参加** **参加費**

### 親子スイミング教室③

締切：1月12日(火)必着



**2月15日月～3月22日月**

毎週**月曜日** 時間：15:30～16:30  
会場：室内プール  
定員：20組 40名  
対象：親とオムツのとれた3歳～6歳までのお子様

☆水着と水泳帽をお持ちください(親子とも)。

**堀 政代** **¥4,000円(6回分)**

**いきいき健康づくり** **無料**

### インターバル速歩

事前申込不要



現地集合&解散 **雨天中止 自由参加**

**12月4日金、1月8日金、2月5日金**

時間：10:00～11:00  
会場：谷保第三公園 (国立市富士見台2-34)

☆歩きやすい服装、歩き慣れたシューズ、飲み物をお持ちください。  
☆着替える場所はありません。 ☆野球場バックネット裏にご集合ください。

**川上 義昌(インターバル速歩インストラクター)**

**いきいき健康づくり** **参加費**

### 太極拳24式・48式⑤

締切：12月21日(月)必着



**1月19日火～3月23日火**

毎週**火曜日** 時間：13:00～14:40  
※1月26日と2月23日は除く。  
会場：第三体育室  
定員：45名

☆動きやすい服装、上履きをお持ちください。  
☆初めての気功と健康太極拳との両方への申し込みはできません。  
※経験者向けのクラスです。

**山口 みな子** **¥5,000円(8回分)**

**いきいき健康づくり** **参加費**

### 初めての気功と健康太極拳⑤

締切：12月21日(月)必着



**1月19日火～3月23日火**

毎週**火曜日** 時間：14:45～16:25  
※1月26日、2月23日を除く。  
会場：第三体育室  
定員：35名

☆動きやすい服装、上履きをお持ちください。  
☆太極拳24式・48式との両方への申し込みはできません。  
※初心者向けのクラスです。

**山口 みな子** **¥5,000円(8回分)**

**いきいき健康づくり** **参加費**

### レベルアップゴルフ②

締切：1月12日(火)必着



コース：※必ず希望の曜日コースとA・Bコースを指定してください。

[火曜日コース] **2月2日火～3月23日火** 毎週**火曜日**  
※2月23日と3月16日を除く

[金曜日コース] **2月5日金～3月19日金** 毎週**金曜日**  
時間：[Aコース] 9:15～10:35 ※2月12日を除く  
[Bコース] 10:40～12:00

会場：国立南ゴルフセンター 2F(国立市青柳2-18-6)  
定員：各コース11名(合計44名)

☆初心者の方でもお申し込みいただけます。

**猪俣 英昭** **¥9,000円(6回分)**

**いきいき健康づくり** **参加費**

### やさしいヨガ④

締切：1月12日(火)必着



**2月10日水～3月31日水** 毎週**水曜日**

時間：[Aコース] 9:30～10:30 ※必ず、希望のコースを  
[Bコース] 10:40～11:40 どちらか1つ指定して  
ください。  
会場：第二体育室、第三体育室 交互  
定員：各コース35名(合計70名)

☆上履きが必要ありません。  
☆動きやすい服装でお越しください。

**津江 なつみ** **¥5,000円(8回分)**

## 総合体育館の休館

受水槽の工事のため**1月26日(火)・27日(水)**は休館とします。ただし、窓口は開いていますので、利用料の支払いや還付等は受け付けます。手続きの時間は午前9時～午後5時です。

### 室内プールの休室

工事後の水質検査のため**1月29日(金)～2月4日(木)**の間、室内プールは休室とします。

### ◆申込方法◆

官製ハガキまたはホームページからお申込ください。応募者多数の場合は、抽選になります。

### ホームページでの申込方法

**【締切最終日16:00】** 12月4日(金) 9:00～各事業の締切日(最終日は16:00)

[各事業への参加の可否等は申込締切後、1週間を目途に連絡いたします] QRコードまたはホームページ(<https://kuzaidan.or.jp/gym/>)から、参加希望の事業を選択してお申込みください。

◆お一人様1アドレスでお申込みください。処理手続き上、代理でのお申込みはできません。

◆ご記入頂いたメールアドレスに間違いがある場合、こちらから返信することができません。送信前に、もう一度ご確認ください。

◆フリーメール・一部の携帯電話からの申込みの場合、自動返信メールが受信できないという事象が発生しております。

◆返信メールが届かない場合は、大変お手数ですが官製ハガキでお申込みください。

◆QRコードは機種により対応していない場合があります。

◆パケット通信料はお客様のご負担となります。

※QRコードは(株)テックソーウェアの登録商標です

### ◆申込資格◆

市内在住、在勤、在学者(高校生以上で体調の管理ができる方)。事業により、募集対象(年齢・学年)が設定される場合がありますので、ご確認の上お申込みください。

### ハガキでの申込方法

**【締切日必着】**

ご希望の事業名、住所、氏名(ふりがな)、年齢(※)、性別、電話番号、在勤者は勤務先、在学者は学校名・学年を明記の上、各事業の締切日までにお申込みください。

※記載漏れが多くなっています。ご注意ください。

※事業内容に関係しますので、必ず年齢(事業開始時の満年齢、親子の事業につきましてはお子様の月齢まで)をお書きください。

**【宛先】**  
〒186-0003  
国立市富士見台2-48-1  
くにたち市民総合体育館