komaeの仲間

催し

10月・11月の展示
市役所2階。10月は書、11月は水彩画（須貝寿英）¥無問狛江市文化協議会☎3489-6064絹山

第77回多摩川乗馬会「こま祭」後
1日㊐10：00～15：00多摩川河川敷自由ひろば。引き馬、ふれあい動物園。長野県わら馬会、甲州和式馬術披露¥無引き馬1周500円 問NPO法人バリアフリーセンター・福祉ネット「ナナの家」☎5438-2773FAX5438-2774Mnet7@sk2.so-net.ne.jp浅井

狛江市民まつり流し踊り講習会
5日㊋・19日㊋・11月2日㊋13：00中央公民館。初心者歓迎¥無申事前問狛江市文化協議会☎3489-8673FAX3488-5613（流し踊り代表）西牧

レッツダンス狛江
8日㊐13:10～16:00中央公民館。初心者、1人参加可。ミキシングとトライアルあり持ダンスシューズ¥400円問狛江ソシアルダンスサークル☎090-9363-8332佐々木

「手打ち蕎麦の郷—狛江」蕎麦打ち教室
8日㊐・22日㊐14：00～16：00岩戸地域センター。手打ち蕎麦を指導持手ぬぐい、前掛け、タッパー（持ち帰り用）対子どもから定先着10人¥1回2,000円申事前問元祖 蕎麦打ち迷人会☎080-1282-8166Msn.kambara@jcom.home.ne.jp神原

子育て学習会＆懇談会後補
10日㊋19：00～20：30中央公民館。子育ての悩みや知恵を話し合う対子育て中の人、「地域子育て」に興味のある人¥無問ごはん＋居場所おかえり☎090-1208-3823 Mokaeri2017@gmail.com宮川HPhttp://okaeri.webcrow.jp/

リウマチ友の会例会
11日㊌13：30～15：30調布市総合福祉センター。情報交換、懇談会持飲み物対関節リウマチ患者、家族¥200円問調布・狛江リウマチ友の会☎・FAX5497-5585柴田

ベビーマッサージ
11日㊋（初めての人）・16日㊊（以前参加した人）10：00～11：30西河原公民館。助産師の指導でベビーマッサージを行う持バスタオル、タオル、防水シート対生後2カ月からの乳児と母親¥1,200円申事前問母と子と助産師の会☎・FAX3488-2616（18:00～21:00）長尾

親子英語
11日㊌・19日㊋・29日㊐9:40～10：40（乳児）、10:50～11:50（幼児）中央公民館。親子で英語で歌って踊って遊ぶ。英語が苦手な人歓迎持動きやすい服装対0歳～未就学前の子どもと親定先着各15人¥500円（おやつ、飲み物代込み）申事前問親子英語サークルMoyakoeigo_komae@yahoo.co.jp木村

親子ビクス
首すわり～1歳半＝13日㊎・25日㊌、1～2歳半＝23日㊊10：30～11：30中央公民館他。子どもと一緒に曲に合わせたふれあい遊び＆ママのボディケア持動きやすい服装（着替え）、タオル、飲み物、室内運動靴¥500円申先着順。締切開催前日問親子ビクスサークルMoyakobikusu.k@gmail.com土屋

バードウォッチング
15日㊐9：00～13：00。和泉多摩川駅前集合。下流に向かって観察。南部地域センターで解散持双眼鏡（無くても可）、筆記用具、昼食¥200円問狛江探鳥会☎・FAX3480-8049Mmatsumura-takeko@sky.plala.or.jp松村

第23回秋の住宅まつり後
15日㊐10：00～15：00市役所前市民ひろば。無料住宅相談、大工教室やタイル板金工作などを実施対市民及び周辺住民¥無問東京土建一般労働組合狛江支部☎3480-9761FAX3430-0505Mkomae@tokyo-doken.or.jp小田井HPhttp://www.tokyodokenkomaeshibu.jp/

子ども多摩川探検隊
17日㊋（雨天時20日㊎）11：00（年長は9:30）～15：00和泉多摩川河川敷、せたがや水辺の楽校。年長は指導者と多摩川探検、乳幼児親子は野外炊事と外遊び対未就学児（年中年齢以下は親子参加）定先着40人¥1家族300円申締切16日㊊問あおぞら自主保育 狛江おひさまの会☎070-5077-6895Maikamamagood@gmail.com佐藤HPhttp://blog.goo.ne.jp/komaeohisama

交流・人間力向上
22日㊐13:30～16：30和泉多摩川地区センター。会話を通じて人間力を高め、笑顔のあふれる仲間づくりを持筆記用具対若者意識を持てる人定先着15人¥資料代500円申事前問話の勉強会「空と海」☎090-1828-3488Mryoma-08so11@ezweb.ne.jp加藤

サムシング中葉会発表会
22日㊐13:00～15：30西河原公民館。講師のピアノ伴奏もあり¥無問サムシング中葉会☎3480-0440佐藤

秋のダンスパーティー
22日㊐13:30～16：30中央公民館。ワンポイントレッスン・ミキシング・トライアルほか持ダンスシューズ¥1,000円問狛江ボールルームダンス☎090-1885-5725高橋

創立30周年記念講演会・拡大相談会
24日㊋13：30～16：00カレーショップ・メイ。心の病への支援とは。講師：川崎洋子さん（「みんなねっと」元理事長）対心の病を持つ当事者とその家族、市民¥無問狛江さつき会☎080-9275-2090安藤

マンション管理無料相談会
27日㊎18：30～20：00中央公民館。マンションに関係する相談対分譲マンション居住者¥無申先着順問狛江市マンション管理士会☎6277-6301FAX3483-7098大鳥

秋の東丹沢・白山順礼峠ハイキング
29日㊐7：20狛江駅北口噴水前集合。白山展望台から丹沢大山山塊、相模湾、東京の眺望が開ける持ハイキングができる服装と装備定先着20人¥おとな600円、子ども300円申締切10月22日㊐問わらじの会☎・FAX3430-0711Mwaraji_komae@yahoo.co.jp大友

はじめての遺言相談
30日㊊10:00～12：00泉の森会館。遺言書のポイント整理定先着2人¥資料代500円申締切20日㊎問遺言書を考える会☎090-6480-3930北條

シルクロードのつどい2017「講演と音楽で贈るシルクロードの風」
11月4日㊏13:20～17：00泉の森会館。シルクロードの写真と話、5つの国の民俗音楽と舞踊定先着80人¥資料代2,000円（当日2,500円、小中高生500円）申締切10月31日㊋問日本シルクロード文化センター☎・FAX3480-4478Msilkroad-j@ef.lomo.jp野口HPhttp://silkroad-j.lomo.jp/

狛江市秋季硬式テニス大会（年齢別ミックスダブルスとシングル戦）後
11月5日㊐10：00（集合9:30）～16：00（予備日11月19日㊐）。元和泉市民コート、東野川市民コート。詳細は市民コート、市民総合体育館に設置の要綱で確認対高校生以上の市内在住・在勤・在学者。ペアの1人は市外可申先着順。ホームページから。10月22日㊐9:00～29日㊐17:00問狛江市硬式テニス協会☎3488-0752岡田HPhttp://www.komae-taikyou.jp/category/tennis/

狛江市オープン卓球大会後
12月10日㊐9：00～20：30市民総合体育館。個人戦：一般、40歳、50歳、60歳、70歳の男女対オープン定先着250人¥1,000円申10月13日㊎～23日㊊問狛江市卓球連盟☎・FAX3480-2616武田

会員募集

手編み
月3回㊌9:00～12：00中央公民館。自分の好きなものを編む。初心者歓迎持毛糸、あみ棒月3,000円入1,000円問手あみの会☎080-6578-9215土肥

タッチラグビー
毎㊏9：30～11：30市内グラウンドほか。ボールを使った鬼ごっこのようなスポーツ持運動しやすい服装、飲み物対高校生以上（小・中学生は相談）年8,000円問狛江タッチラグビークラブMkomaetouch.adm+wakko@gmail.com林HPhttp://sites.google.com/site/komaetouch rugbyclub/

ジャズボーカル
毎第2㊌岩戸地域センター・毎第4㊌南部地域センター14:00～16:00。講師を迎えジャズの名曲をレッスン対初心者、ジャズボーカル愛好者定18人月3,000円問ジャズボーカルスマイル☎090-3599-3164同会

カラオケ
毎㊎13:00～17:00中央公民館または西河原公民館。歌の好きな人を募集持カラオケカセット月750円入500円申事前問カラオケこもれび☎3489-2075米山

リフレッシュ体操
毎㊊9:00～11:15市民総合体育館。全身を動かし運動不足解消月2,500円問狛江リフレッシュ体操同好会☎3489-9833本橋

健康マージャン
毎第1・3㊊、毎第2・4㊋12:30～16:55中央公民館または西河原公民館。腕磨きは和やかに。見学可持飲み物、タオル対女性定5人月600円（3カ月一括1,500円）入2,000円申締切20日㊎問健康マージャン「こま・A」☎080-3021-5569塩見

手工芸
毎第2・4㊊13:30～16:30中央公民館。手作りした小物を販売し、社会貢献として寄付活動を行う持裁縫道具一式対手作りの好きな人定先着10人月500円申事前問たまりば☎・FAX3430-1443大我

グラウンドゴルフ
毎㊊9:00～11:00西和泉グランド、第2・4・5㊌/第1・3㊎10:00～12:00狛江市民グランド。グラウンドゴルフの普及と高齢者の心身と健康維持に寄与対市内在住の成人年3,000円問狛江市グラウンドゴルフ協会☎3488-2568小菅

小学生バレーボール
毎㊌16:00～18:30、毎㊋17:00～19:30、毎㊏・㊐時間不定（遠征、試合あり）緑野小学校。見学・体験歓迎持体育館履き、飲み物、タオル対小学1～4年生の女子月3,000円申事前問狛江セブン☎080-5376-8471山本HPhttp://komae7.wix.com/komae7#

リラクゼーションバレエ
毎㊋19:15～21:30中央公民館。クラシックバレエを基礎とした美容健康体操。見学自由月3,200円問Yu's エッセンシャルバレエ☎3489-2251原田

手編み
月3回㊊10:00～12:00中央公民館。自分で好きなものを編む。入会随時対初心者、経験者、基礎を学びたい人月3,000円施設使用料200円入1,000円問ニットサークル☎3480-9451阿部

中国語
月3回㊐10:30～12:00または17:30～19:00中央公民館。北京出身の女性講師から学ぶ定若干名月4,500円(別途教材費)入1,000円申事前問中国語サークル☎080-3923-6953Myamadat69@yahoo.co.jp山田

ほっとサロン
毎第1・3㊋14:00～16:00あいとぴあセンター。気楽なトークや暮らしの気がかり等を話したりする場定5人¥無問“ほっと”サロン☎5761-5556（こまえくぼ1234取次）徳永

おにぎり少年団
毎第1・3㊏14:30～17:00（月1回キャンプなどの行事）。たくさん遊んで、生きる力をつけよう対小学1年生～中学3年生年5,300円（行事ごとに参加費実費）申事前問おにぎり少年団☎080-8734-6788 Monigiri.snd@gmail.com杉

ゴルフ
年6回近くのゴルフ場。女性の会持ゴルフ用具対年齢制限なし定6人年5,000円¥各回2,000円申事前問狛江レディース会☎090-9311-4195 Muemuranobuko16416@softbank.ne.jp上村

中国語
月3回㊐18:00～19：40岩戸地域センター。中国語の文法や作文を主に学ぶ持筆記用具月4,500円申事前問中国語教室☎090-7230-1014倉部

フォークダンス
毎㊌13:30～16：00中央公民館。新しい講師を迎えレッスン持フォークダンス用シューズ対健康な人月1,500円入500円問フォークダンス プロローグ☎3430-6771村上

書道
毎第1・2・4㊋14：00～17:00駄倉地区センター。ペン、毛筆をけいこ対5歳以上定3人月4,000円入2,000円申事前問玉朱会☎3489-4694樋渡

商店街

狛江のまちゼミ開講

狛江市商店会連絡協議会が「狛江のまちゼミ」を開催する。

市内の商店主などが講師となって暮らしに役立つ合計26のワンポイント・セミナーを10月14日㊏から11月11日㊏まで実施する。

参加は基本的に無料（材料費などは一部有料）。詳しくは狛江市商工会で配布するパンフレットか、コマエリア（http://www.komaeria.com）、狛江市商工会サイト（http://www.komaec.net）で。問い合わせ☎3489-0178狛江市商店会連絡協議会(狛江市商工会内)

「komaeの仲間」は市民活動団体の情報コーナーです。

掲載ご希望の方は事前に登録が必要です。市役所2階地域活性課（☎03－3430－1111FAX3430-6870）で受け付けています。12月号の原稿の締め切りは10月31日㊌です。

●記事中の記号● 健康、スポーツ、音楽、芸能、文芸、教養、交流・地域、お知らせ、補狛江市市民公益活動事業補助金事業、後市または市教育委員会後援、持持ち物、対対象、定定員、月月会費、年年会費、¥参加費、無無料、入入会金、申申し込み、問問い合わせ先、MEメール、HPホームページ