



催し

楽市

2日 日 10:00~15:00 市役所前市民ひろば。フリーマーケットと市内業者出店による市フリーマーケット1,100円事前、先着順 山岸 3480-2074

バラ講習会

2日 日 13:00~15:30 西河原公民館。元肥鉢替え作業等休眠期の管理。バラ栽培の相談可 筆記用具 無 締切開催 前日 日 江バラ愛好会 3489-2308

鼓舞の会 作品展

4日 日 10:00~17:00 (最終日 16:00) 泉の森会館。元 江小・中学校職員6人による作品展。絵画・写真 無 5497-5444 (泉の森会館取次) 平岡

ベビーマッサージ

5日 日 (初めての人)・10日 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 生後2カ月から乳児と母親 1,200円 事前 日 母と子と助産師の会 3488-2616

(18:00~21:00) 長尾

「手打ち蕎麦の郷一泊江」蕎麦打ち教室

9日 日 14:00~16:00 岩戸地域センター。手打ち蕎麦を指導 手ぬぐい、前掛け、タッパー(持ち帰り用) 子どもから 先着10人 材料費2,000円 事前 元祖 蕎麦打ち迷人会 080-1282-8166 Msn.kambarajcom.home.ne.jp 神原

家族相談日

11日 日 (電話相談) 10:00~12:00。心の病についての相談を受ける 心の病を持つ当事者とその家族、市民 無 問 江さつき会 080-9275-2090 安藤

リウマチ友の会例会

12日 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 関 節 リウマチ患者、家族 200円 調布・江リウマチ友の会 5497-5585 柴田

親子ピクス

首すわり~1歳半=12日 日、1歳~2歳半=17日 日 10:15~11:15 中央公民館。クリスマスの曲で子どもと触れあい遊び & 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

「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(☎3430-1111 FAX3430-6870)で受け付けています。2月号の原稿の締め切りは1月4日金です。

●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 江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、問問合わせ先、MEメール、HPホームページ

クリスマスごはん会 スポット

「ごはん+居場所 おかえり」(宮川裕子代表)が22日 日 正午~午後3時に中央公民館でクリスマスごはん会を催す。

同会は、さまざまな年代の人が集まって食事をしながら気楽に話ができる場所づくりを目指し、昨年結成された。毎月第4土曜日にみんなの広場や公民館でごはん会を開いている。スタッフ数人で料理を作るが、高齢者や子どもが食べやすいよう材料選びや野菜の切り方にも気を配るという。また、

参加費を抑えるため、米や調味料などはNPO法人フードバンク 江から、野菜は市内の農家から提供を受けている。ひとり暮らしの高齢者は「野菜がたくさん食べられるし、家族で食卓を囲んでいる雰囲気味わえるので、うれしい」と喜んでいる。

クリスマスごはん会ではミートローフ、ホワイトシチューに加え、参加者がデコレーションをしてデザートのカップケーキを食べる予定。また、立教大学のボランティアサークル「どりいむ・ぼっくす」の2人が披露するジャグリングなどの大道芸も楽しめる。宮川さんは「クリスマスをたくさんの人と楽しく過ごしましょう」と参加を呼びかけている。参加費は19歳以上が300円、子どもは無料。先着50食。

問い合わせ ☎090-1208-3823 Mokaeri2017@gmail.com 宮川さん。

靴 子どもと母親 1回 1,000円 先着順。締切開催前日 日 親子ピクスサークル Moyakobikusu.k@gmail.com 加藤

河原でリースづくり

13日 日 10:00~。和泉多摩川河川敷。河原で木の実を集めて、クリスマスリースを作ろう 持 外遊びできる服装、着替え、昼食(任意)、飲み物 0歳~未就学児親子 材料費50円 締切開催前日 日 江あおぞら自主保育 江おひさまの会 Mkomae.ohisama@gmail.com 山内

ITO塾 X'mas ダンスパーティー

16日 日 13:30~16:30 中央公民館。一人参加可 持 ダンスシューズ 1,000円 調布トップ ☎3489-8872 Mshiiiba1641@tbz.t-com.ne.jp 椎葉

バードウォッチング

16日 日 9:00~13:00。南部地域センター前

集合(雨天中止)。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 調布 江探鳥会 ☎080-2094-8822 由井

駒井町会料理教室「こんにやく作り」

18日 日 13:30~16:30 南部地域センター。南部地域センター地域協力事業。こんにやく粉を使って、食物繊維の豊富な手作りこんにやく 持 エプロン、三角巾、ふきん 成人 先着12人 無 事前 日 駒井町会 ☎3489-2150 (南部地域センター取次) 小林

はじめての遺言相談

19日 日 10:00~12:00 泉の森会館。遺言書のポイント整理 先着2人 資料代500円 締切10日 日 遺言書を考える会 ☎090-6480-3930 北條

講座「陰陽五行と食養生」

22日 日 15:00~17:00

初詣 伊豆美神社(中和泉3-21-8)

1月1日 日 午前0時から3時頃、10時から午後4時頃まで神酒を振る舞う ほか御神矢(数に限りあり)、幸福土鈴、幸福熊手などを授与。1日 日 午前10時からおはやし、獅子舞 ほかを披露。4日から新年初祈禱を受け付け ☎3489-8105 伊豆美神社。

小足立八幡神社(西野川2-33-1)

1月1日 日 午前0時から2時頃まで神酒と甘酒を振る舞う。

子之権現三島神社(西野川1-17-8)

31日 日 午後11

泉龍寺仏教文庫。身土不二、未病、万病一元、気血水とは。講師：高橋公子さん(食養研究会) 定40人 資料代200円 調布 泉龍寺仏教文庫運営理事会 ☎3480-3251 FAX3489-2114 菅原

第16回猪方町会文化講演会「武蔵の国の国府の成り立ち」

22日 日 14:00~16:00 南部地域センター。南部地域センター連携講座。講師：佐藤はるかさん(府中郷土の森博物館説明員) 持 筆記用具 先着50人 無 調布 猪方町会 ☎3489-2150 (南部地域センター取次) 小林

ジュニア育成地域推進事業ビーチボール大会

こまCUP後 23日 日 9:00~市民総合体育館 持 ユニフォーム(ゼッケン)、シューズ、タオル、飲み物、昼食 小学1~6年生 無 事前 FAXのみ受付。締切5日 日。申込用紙は市民総合体育館受付窓口で配布 日 江ビーチボール協会 ☎3430-4096 三角

第29回KOMAE CUP 2018(秋)シニアサッカー大会後

24日 日 8:00~16:00 江市民グラウンド。各チーム30分試合を3本実施 40歳以上のチーム(市外チームも可) 先着5チーム 1チーム6,000

時頃から1月1日 日 午前2時頃まで甘酒を振る舞う。

岩戸八幡神社(岩戸南2-8-2) 31日 日 午後10時30分頃から餅つきを行う。1月1日 日 午前0時過ぎから餅と神酒を振る舞う。

白幡菅原神社(猪方2-4-4)

1月1日 日 午前0時から2時頃までおはやしの演技と甘酒を振る舞う。

日枝神社(駒井町1-6-11)

1月1日 日 午前0時から2時頃までおはやしの演技と甘酒を振る舞う。

※各神社とも車での参拝は遠慮ください。

円 日 締切7日 日 KSCマトウロ ☎5497-1888 Mmasumi77@jcom.home.ne.jp 増見

募集

電話による高齢者の安否確認&傾聴

電話する日時=日・日または日・日 13:30~16:00 ①利用者=週2回 一人暮らし高齢者、高齢者夫婦 ②ボランティア=月2回程度と定例会(第3日 10:30~12:00) 江江市社会福祉協議会 70歳くらいまで 若干名 年600円 事前 日 江電話訪問はとの会 ☎5761-5556 こまえくぼ1234 取次

ダンススポーツシニア講習会

毎日 10:05~11:05 市民総合体育館。生涯スポーツシニア育成事業。軽やかなステップを学ぶ 持 ダンスシューズ 健康な人 無 調布 江市ダンススポーツ連盟 ☎3488-0621 Mtaka375@jcom.home.ne.jp 高橋

会員募集

ハワイアン

毎 第2・4日 18:00~20:00 中央公民館。生涯学習の一環。初心者歓迎 持 ウクレレ、ギター等 若干名 月4,000円 調布 KONA

商店街

和泉多摩川商店街振興組合 歳末福引大売出し

歳末福引大売出しは8日 日 まで。商店街加盟の各店で買い物200円ごとに補助券1枚、1,000円ごとに抽選券1枚を配布。7日 日 ~9日 日 に抽選券1枚または補助券5枚で1回抽選。景品はおせちセット、よみうりランドナイトチケット、米5kg、参加加盟店で使える10,000円分・5,000円分の金券など。問い合わせ ☎3488-4174 へアーズ・アイデア。

御台橋商栄会 年末サンクスセール

年末サンクスセールは1日 日 ~20日 日 (スクラッチカードがなくなり次第終了)。商店街加盟の各店で買い物500円ごとにその場で当たるスクラッチカードが1枚引ける。景品は参加加盟店で使える5,000円・2,000

(イコナ) ☎3480-8966 栗山

英会話

毎 日 A=13:00~14:30、B=15:00~16:30 中央公民館または西河原公民館。カナダ人講師を中心に学ぶ。初・中級 持 筆記用具、テキスト 日 Eメールで連絡可能(携帯メールを含む)、日本語禁止に対応できる英語力の人 先着A=2人、B=1人 日 4,000円(テキスト代随時) 事前 日 江国際友好クラブ Mkatsufujii@outlook.com 藤井

小学生バレーボール

毎 日 日 17:00~19:30、毎 日 日 時間不定(遠征、試合あり) 緑野小学校。見学・体験無料 持 体育館履き、飲み物、タオル 小学1~4年生の女子 日 3,000円 事前 日 江セブン ☎

円・500円分の金券及び現金100円。問い合わせ ☎3489-1621 プロハンズ アイヅヤ。

江江地商店会 江江地商店会創立50周年記念感謝祭第1弾

感謝祭：1日 日 ~31日 日。期間中に商店会加盟の各店で買い物1,000円以上のお客様に各店先着180人にボックスティッシュ5箱プレゼント。問い合わせ ☎3489-6519 コマエ理容室。

こまえスタンプ会が歳末セールを実施

市内の商店や企業が加盟しているこまえスタンプ会が歳末セールを1日 日 ~31日 日 に実施。期間中に「こまえスタンプカード」のスタンプが全て押されたカードを利用すると、総額10万円の金券が当たる抽選券を1枚進呈。当選番号は、平成31年1月15日 日 からこまえスタンプ会加盟店で発表。問い合わせ ☎3480-9367 木村メガネ。

080-5376-8471 山本

書道

毎 第2・4日 13:30~15:30 中央公民館。楷書基本から、ひらがな、万葉がな、ペン習字 日 4,000円 年 部屋代1,000円 先着順 調布 美墨会 ☎3480-1920 武居

英会話

毎 日 15:00~17:00 中央公民館。見学歓迎 持 ノート、筆記用具 初・中級 定3~4人 日 4,000円 事前 日 英会話に親しむ会 ☎080-6623-2012 FAX3480-9225 田中

リラクゼーションバレエ

毎 日 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 日 3,200円 調布 Yu'sエッセンシャルバレエ ☎3489-2251 原田