

吉祥寺地域

運動・健康・福祉

■ソフトバレーボール

☑ソフトバレーボールの練習、交流試合／¥500円(3か月)／☑40歳～／☑毎週火曜日18:30～21:00／☑第三小学校／☑@iQ会 高田 昭 ☎090-4073-6444

■高齢者筋力向上プログラム「つくろう! 健脚教室」

☑市内スポーツクラブ(東地区)で行う、筋力維持・向上に効果的な運動とミニ講座／¥1,000円／☑委託先運動指導者／☑65歳以上の市民／☑4クラス各12名／☑年3期全6回、月・水曜日9:00～10:00／☑メガロス吉祥寺／☑健康づくり支援センター ☎51-0793

▼下記2件の共通項目

☑主に椅子に座ってストレッチ、筋力トレーニング、リズム運動など／¥セラバンド(430円予定)、ソフティボール(950円予定)／☑外部講師／☑令和4年4月1日現在60歳以上の武蔵野市民、自力で参加できる方／☑1年間4月開講、AB2班に分かれて隔週開催☑高齢者総合センター社会活動センター ☎51-1975

■地域健康クラブヘルスケアコース(Hコース) 運動強度:軽

☑火曜日13:30～14:30／☑本宿コミュニティセンター

■地域健康クラブヘルスケアコース(Hコース) 運動強度:軽

☑木曜日13:15～14:15／☑本町コミュニティセンター

▼下記7件の共通項目

☑簡単なストレッチ、筋力トレーニング、リズム運動など／¥セラバンド(430円予定)、ソフティボール(950円予定)／☑外部講師／☑令和4年4月1日現在60歳以上の武蔵野市民、自力で参加できる方／☑1年間4月開講、AB2班に分かれて隔週開催／☑高齢者総合センター社会活動センター ☎51-1975

■地域健康クラブライブリーコース(Lコース) 運動強度:中

☑月曜日14:00～15:00／☑吉祥寺西コミュニティセンター

■地域健康クラブライブリーコース(Lコース) 運動強度:中

☑月曜日14:00～15:00／☑吉祥寺東コミュニティセンター

■地域健康クラブライブリーコース(Lコース) 運動強度:中

☑火曜日13:15～14:15／☑吉祥寺南町コミュニティセンター

■地域健康クラブライブリーコース(Lコース) 運動強度:中

☑火曜日15:00～16:00／☑本宿コミュニティセンター

■地域健康クラブライブリーコース(Lコース) 運動強度:中

☑水曜日13:15～14:15／☑吉祥寺北コミュニティセンター(令和4年度は代替会場:武蔵野総合体育館で開催)

■地域健康クラブライブリーコース(Lコース) 運動強度:中

☑木曜日13:30～14:30／☑御殿山コミュニティセンター

■地域健康クラブライブリーコース(Lコース) 運動強度:中

☑木曜日14:45～15:45／☑本町コミュニティセンター

▼下記2件の共通項目

☑ストレッチ、筋力トレーニング、リズム運動など／¥セラバンド(430円予定)、ソフティボール(950円予定)／☑外部講師／☑令和4年4月1日現在60歳以上の武蔵野市民、自力で参加できる方、新規申込75歳まで／☑1年間4月開講、AB2班に分かれて隔週開催／☑高齢者総合センター社会活動センター ☎51-1975

■地域健康クラブフィジカルコース(Pコース) 運動強度:強

☑火曜日10:15～11:15／☑吉祥寺北コミュニティセンター(令和4年度は代替会場:武蔵野総合体育館で開催)

■地域健康クラブフィジカルコース(Pコース) 運動強度:強

☑火曜日14:45～15:45／☑吉祥寺南町コミュニティセンター

吉祥寺地域

運動・健康・福祉

■0123吉祥寺 0123講座（食事講座）

☑講師による子どもの食に関する講座／¥無料／📍管理栄養士／👤0歳～3歳児の保護者／📅未定／🕒未定／📍0123吉祥寺／📺オンラインでの開催があります／📞0123吉祥寺 ☎20-3210

■0123吉祥寺 0123講座（救急法・安全法）

☑けがの応急手当の仕方と、人工呼吸・心臓マッサージ・AEDの実技を交えた講習／¥無料／📍未定／👤0歳～未就学児の保護者／📅未定／🕒未定／📍0123吉祥寺／📞0123吉祥寺 ☎20-3210

■0123吉祥寺 プレママ対象講座

☑マタニティピラティスと施設紹介／¥無料／👤妊娠中の方／👤8名／🕒6月18日（土）14:00～15:00、10月未定／📍0123吉祥寺／📞0123吉祥寺 ☎20-3210

趣味・教養

■五大学共同講演会 基調講演

☑基調講演と各大学を代表する講師による6回の連続講演会。基調講演には文化人や学識経験者を招く／¥無料／📍牧野篤／👤どなたでも／👤350名／🕒10月7日（金）18:30～20:00／📍武蔵野公会堂／📺オンライン開催の有無は未定／📞武蔵野地域自由大学事務局 ☎30-1904

■武蔵野市寄付講座（後期）成蹊大学「感染症と文学」

☑武蔵野市の寄付により大学が開設する特設講座で、一般学生と一緒に大学で受講／¥5,000円（資料代）／👤18歳以上の市内在住・在学・在勤の方および武蔵野地域自由大学学生／👤50名／🕒9月29日（木）～令和5年1月19日（木）全14回16:50～18:30／📍成蹊大学／📞武蔵野地域自由大学事務局 ☎30-1904

▼下記2件の共通項目

☑武蔵野市老壮連合会との共催で実施する教養講座／¥無料／📍未定／👤どなたでも／📍武蔵野公会堂／📍武蔵野プレイス生涯学習支援係 ☎30-1901

■老壮シニア講座（7月）👤250名（当日先着）／🕒7月13日（水）13:30～15:30

■老壮シニア講座（9月）👤350名（当日先着）／🕒9月14日（水）13:30～15:30

■市民探鳥会

☑井の頭公園にやってくる北国からのお客様をお出迎え／¥無料／📍むさしの自然史研究会／👤年少児以上（小学3年生以下は保護者申込必須）／👤35名（最少催行：18名）／🕒令和5年1月9日（月・祝）9:45～12:00／📍井の頭公園（現地集合・解散）／📍野外活動センター ☎54-4540

■キャンプ in さくら並木公園（むさしのあつたかまつり）

☑どなたでも楽しめるネイチャークラフトを紹介します／¥無料／👤どなたでも／🕒未定／📍未定／📍野外活動センター ☎54-4540

吉祥寺地域

文化・交流・芸術・音楽

▼下記11件の共通項目 無料/どなたでも/満席まで/武蔵野市民芸術文化協会 ☎60-1856

■武蔵野市民芸術文化協会 自主イベント「日本舞踊」

花柳流他の出演・子供から大人による踊り/6月19日(日)11:30~/武蔵野公会堂

■武蔵野市民芸術文化協会 自主イベント「ムービンピック」

未定/8月27日(土)時間未定/武蔵野公会堂

■武蔵野市民芸術文化協会 文化祭「邦楽大会」

三味線、箏曲、長唄/9月25日(日)時間未定/武蔵野公会堂

■武蔵野市民芸術文化協会 文化祭「日本舞踊」

花柳流他の出演、子供から大人による踊り/10月2日(日)時間未定/武蔵野公会堂

■武蔵野市民芸術文化協会 文化祭「吟詠大会」

吟詠・吟剣詩舞/10月9日(日)時間未定/武蔵野公会堂

■武蔵野市民芸術文化協会 文化祭「マジック・ショー」

マジックショータイム/10月22日(土)時間未定/武蔵野公会堂

■武蔵野市民芸術文化協会 文化祭「落語」

落語、漫談など/10月29日(土)時間未定/武蔵野公会堂

■武蔵野市民芸術文化協会 文化祭「和太鼓」

各団体の太鼓演奏/11月3日(木・祝)時間未定/吉祥寺シアター

■武蔵野市民芸術文化協会 文化祭「喜々踊々」

佳卓会、すずめ会、着付け舞による踊りなど/11月6日(日)時間未定/武蔵野公会堂

■武蔵野市民芸術文化協会 文化祭「吟剣詩舞大会」

吟剣詩舞、吟詠など/11月13日(日)時間未定/武蔵野公会堂

■武蔵野市民芸術文化協会 文化祭「歌って踊って笑って」

フラダンス、ダンスなど/11月20日(日)時間未定/武蔵野公会堂

■武蔵野市民芸術文化協会 文化祭「むさしのばやし」

祭りばやし・ちびっ子ばやしなど/無料/市内(在住・在学・在勤)小学生~/満席まで/11月27日(日)時間未定/武蔵野公会堂/生涯学習スポーツ課 ☎60-1902

▼下記4件の共通項目 無料/0123吉祥寺/0123吉祥寺 ☎20-3210

■0123吉祥寺 0123講座(講演会)

文化・教育・医療・食育など、子育てに関連した様々なテーマでの講演/未定/0歳~3歳児の保護者/未定/他オンラインでの開催があります

■0123吉祥寺 のびのびプロジェクト(座談会)

子どもの行動や発達に心配を抱えている親同士の座談会/0歳~未就学児の保護者/8名/12月8日(木)

■0123吉祥寺 のびのびプロジェクト(ペアレントメンターとおはなししましょ)

ひろばの中で子どもの発達について、ペアレントメンターと自由に話ができる日/0歳~未就学児の保護者/なし/6月17日(金)、令和5年1月17日(火)10:00~11:30

■0123吉祥寺 大人のための折り紙ワークショップ

折り紙のワークショップ/折り紙講師/0歳~3歳児の保護者/8名/未定

文化・交流・芸術・音楽

▼下記3件の共通項目 ㊟どなたでも／㊤吉祥寺美術館音楽室／㊦吉祥寺美術館 ☎22-0385

■「鈴木のみたけの“しごとば”展 進化する絵本の世界」イベント

㊦トークショー／㊥一般300円、中高生100円(入館料)／㊧鈴木のみたけ、沖本敦子、佐々木絵理子／㊨40名(8月8日(月)より電話申込開始)／㊩8月28日(日)14:00～16:00

■片山健の油彩画展(仮称)イベント ㊦トークショー／㊥一般300円、中高生100円(入館料)／㊧土井章史／㊨40名／㊩11月予定

■相馬博展(仮称)関連イベント

㊦ワークショップ(作品制作の一部を体験)／㊥1,000円(材料費込み)／㊧相馬博(出品作家)／㊨10名／㊩令和5年1月予定

■相馬博展(仮称)関連イベント

㊦ギャラリートーク／㊥一般300円、中高生100円(入館料)／㊧相馬博(出品作家)／㊨どなたでも／㊩10名／㊪令和5年1、2月予定／㊫吉祥寺美術館企画展示室／㊬吉祥寺美術館 ☎22-0385

■吉祥寺シアター夏のワークショップ

㊦㊥講㊦㊨未定／㊩7月～8月／㊫吉祥寺シアターけいこ場／㊬吉祥寺シアター ☎22-0911

■吉祥寺ダンスLAB. Vol.5『タイトル未定』

㊦2018年度より実施する、若手ダンサーにスポットを当てたダンス公演第5弾／㊦㊨未定／㊩12月10日(土)～11日(日)／㊫吉祥寺シアター劇場／㊬吉祥寺シアター ☎22-0911

■吉祥寺ダンスリライト Vol.3

㊦2019年に始動した、若手の振付家・ダンスカンパニーにフィーチャーするショーケース型公演の第3弾／㊦㊨未定／㊩令和5年3月25日(土)～26日(日)／㊫吉祥寺シアター劇場／㊬吉祥寺シアター ☎22-0911

■【男女共同参画フォーラム2022】男らしさの^{よらい}鑑にさよなら

㊦俺たちから「私」という個人を生きる生き方にシフトした講師による講座／㊥無料／㊧清田隆之／㊨どなたでも／㊩40名／㊪7月3日(日)14:00～16:00／㊫商工会館市民会議室(ゼロワンホール)／㊬男女平等推進センター ☎37-3410

その他

■むさしの創業塾

㊦創業希望者や創業まもない方を対象に、経営に必要な知識を学ぶセミナー／㊥2,000円(予定)／㊧中小企業診断士ほか／㊨20歳～／㊩30名／㊪8月18日、25日、9月1日、8日いずれも木曜日18:00～20:00／㊫武蔵野商工会議所／㊬武蔵野商工会議所 ☎22-3631

■消費生活講座

㊦消費生活に関する講座／㊥一部実費負担あり(おせち料理教室)／㊦市内(在住・在勤・在学)20歳～／㊨45名／㊩年9回程度(予定10:00～11:30)／㊫消費生活センター／㊬オンラインでの開催があります／㊭消費生活センター ☎21-2972

■生きる力を育む幼児教育シンポジウム(仮称)

㊦幼児教育に関する基調講演とパネルディスカッション／㊥無料／㊧未定／㊨どなたでも／㊩未定／㊪9月17日(土)10:00～12:00／㊫武蔵野公会堂／㊬オンラインでの開催があります／㊭子ども育成課 ☎60-1854

■吉祥寺駅周辺帰宅困難者対策訓練

㊦災害時に多くの帰宅困難者の発生が想定される吉祥寺駅周辺地域で、まちぐるみでの混乱防止活動や一時滞在施設への誘導、情報伝達訓練等を実施します／㊥無料／㊦㊨どなたでも／㊩令和5年3年11日(土)時間未定／㊫吉祥寺駅周辺／㊬防災課 ☎60-1821