



司法書士・税理士による 無料法律相談会

とき 10月21日(土) 午前10時～午後4時

ところ 東部市民センター

内容 相続、遺言、不動産登記、会社・法人登記、借地・借家問題、成年後見、家族信託、空家問題、クレジット・サラ金問題、税務相談など

申込み 当日、会場へ 問合せ 東京司法書士会田無支部・志村 042(469)3092

ノルディックウォーキング教室

ノルディックウォーキングは、2本のポールを使って歩く全身運動です。秋が深まる多摩湖を目指して、健康増進のため歩きましょう。

※こたらい健康ポイント事業対象。とき 11月12日(日) 午前9時から受付 雨天中止

ところ 西武線萩山駅北口または東村山市立萩山公園

※天候不順の場合は、当日の午前7時以降に、市役所(042(341)1211)へお問い合わせください。

※駐車場はありません。

コース 東村山市立萩山公園から多摩湖(約4.9km)

対象 市内在住・在勤・在学の方

定員 30人

持ち物 タオル、飲み物、ノルディックポール(お持ちの方のみ)、リュックなどの両手が空くバッグ

※動きやすい服装でお越しください。ノルディックポールの貸し出しがあります。

※歩け歩け記録証をお持ちの方は、持参してください。

申込み 11月1日(水)までに、電子メールで教室名、住所、氏名、電話番号、ノルディックポール貸し出しの要不要を文化スポーツ課へ(電話可、申込み多数の場合は抽選) 042(346)9612、cdcc0020@city.kodaira.lg.jp

スポーツイベント

市民総合体育館 (〒187-0025 津田町一丁目1番1号) 042(343)1611

日…日時 場…場所 費…費用 対…対象 定…定員 種…種目 内…内容 申…申込み HP…ホームページ検索 問…問合せ先

*体育館…市民総合体育館。種目の内容など、詳しくは大会要項をご覧ください。各問合せ先へ。大会要項は体育協会(市民総合体育館内)にあります。

ラージボール卓球大会 (小平市卓球連盟)

日 11月4日(土) 午前8時50分から 場 体育館 費 1人500円 対 市内在住・在勤・在学の方 種 個人戦:男女別シングルス(混合の場合あり) 申 10月29日(日)の午後5時までに、費用を添えて体育館へ 問 朝比奈070(6455)1333(平日午後5時以降)

秋季バレーボール大会 (一般男子の部、女子の部) (小平市バレーボール連盟)

日 11月11日(土) 午前9時から 場 体育館 費 1チーム4,000円(口座振込。未登録チームは別途登録料2,000円) 対 市内在住・在勤・在学の高中生以上で構成されたチーム 種 6人制 申 10月27日(金)までに、電子メールの件名に大会名、チーム名を入力のうえ、問合せ先へ 問 渡辺090(8584)4019、kvla_info@yahoo.co.jp

バレーボール秋季大会 (家庭婦人の部) (小平市バレーボール連盟)

日 11月12日(日) 午前9時から 場 体育館 費 1チーム4,000円(口座振込。未登録チームは別途登録料2,000円) 対 市内在住・在勤の家庭婦人で構成されたチーム 種 9人制 申 10月30日(月)までに、電子メールの件名に大会名、チーム名を入力のうえ、問合せ先へ 問 柴宮080(4370)4838、kvla.ladies@gmail.com

市民ゴルフ大会 (小平市ゴルフ協会)

日 11月16日(木) 場 青梅ゴルフ倶楽部 費 参加費3,000円、プレー費は16,900円(昼食費、諸経費別)で各自精算。 対 市内在住・在勤の1ラウンド110ストローク以内でプレーできる方 定 56人 種 男子グロス、女子グロス、総合ネットほか 内 18ホールストロークプレーによるグロスの競技と、新ペリアハンディキャップ方式によるネットの競技 申 10月27日(金)まで(消印有効)に、はがきに住所、氏名、生年月日、電話番号、市民ゴルフ大会参加希望を記入のうえ、滝島和好(〒187-0044 喜平町1-6-2)へ(先着順) 問 滝島090(5320)9567、柿島090(3135)7089

秋季市民卓球大会 (中学生の部) (小平市卓球連盟)

日 11月25日(土) 午前8時50分から 場 体育館 費 団体戦1チーム500円、個人戦1人200円 対 市内在住・在学の中学生 種 団体戦(4単、1複)、個人戦(男女別シングルス戦) 申 11月4日(土)の午後5時までに、費用を添えて体育館へ 問 朝比奈070(6455)1333(平日午後5時以降)

市民体育祭 バドミントンダブルス大会 (一般男女) (小平市バドミントン協会)

日 11月26日(日) 午前9時から 場 体育館 費 一般(高校生以上)…1組2,000円 対 市内在住・在勤・在学・在クラブの方 種 一般(高校生以上)男女…1部~3部(3部は初心者)、壮年の部(50歳以上) 申 ホームページを確認のうえ、11月10日(金)の午後5時までに参加費を添えて体育館へ 問 久家042(342)7437(火曜日を除く午後5時以降)

シニアダンススポーツ (社交ダンス) 講習会 (小平市ダンススポーツ連盟)

日 12月3日(日) 午後0時30分~4時 場 福祉会館市民ホール 対 おおむね60歳以上の方 種 80人程度(一人でも参加可) 申 当日、会場へ 問 矢澤090(9323)2732

合気道見学体験会 (小平市合気道連盟)

日 ①10月21日・28日の土曜日 午前11時~午後0時30分 ②10月22日・29日の日曜日 午後4時30分~6時30分 場 ①花小金井南中学校柔道場、②体育館 対 市内在住・在勤・在学の小学生からシニアの方 ※運動のできる服装でお越しください。 申 合気道教室の見学と体験 日 当日、会場へ 問 先山090(5582)7342

ゲートボール初心者教室 (小平市ゲートボール連盟)

日 10月29日(日)、11月25日(土)、12月16日(土) 午前9時~正午 場 福祉会館前市民広場 対 市内在住の小学生からシニアの方 ※運動のできる服装でお越しください。 申 ポールの打ち方からゲーム参加までの基礎的な競技とルールを学ぶ 日 当日、会場へ 問 瀧澤042(344)6148

レディースバドミントン教室 (小平市バドミントン協会)

日 11月13日~令和6年4月22日の月曜日(第1週、第5週、祝日を除く) 午前9時~11時15分 場 体育館 費 1回1,000円 対 市内在住・在勤・在クラブの20歳以上の女性で、初心者・中級者の方 ※シューズ持参、ラケットの貸し出しあり。 申 当日、会場へ 問 久家042(342)7437(火曜日を除く午後5時以降)

ソフトテニス初心者・中級者講習会 (小平市ソフトテニス連盟)

日 10月29日、11月12日・19日・26日の日曜日 午後1時30分~4時30分 全4回 場 天神テニスコート 費 2,000円(中学生・高校生は1,000円) 対 市内在住・在勤・在学(中学生以上)・在クラブの方 ※初級者は、経験年数3年未満の方(初めての方含む)。 ※中級者は、経験年数3年以上で、試合のできる方。 定 20人 申 基本技術と試合方法の習得 日 10月20日(金)の午前9時から、電話で問合せ先へ(先着順) 問 榎本042(462)4326

学校体育館スポーツ個人開放中止日

10月 一小…27日 二小…29日 三小…29日 四小…20日・22日・29日 五小…22日・29日 六小…24日 七小…20日・22日・29日 11月 二小…12日・17日・19日 三小…12日・14日 四小…5日・26日 五小…19日・26日 六小…12日・14日・21日・28日 七小…24日・26日・28日

Table with 7 columns: イベント名, とき, ところ, 費用, 申込み・問合せ, 備考. Includes events like 防災フェスタ, 自彊術普及会, 東障校技能祭, etc.

掲載希望団体は秘書広報課、公民館利用団体は各公民館へ 政治、宗教、営利不可 先着順で受付 添削あり 掲載後の責任は負いかねます 秘書広報課042(346)9505

ご利用ください 市民無料相談 市民課市民相談担当

Table with 4 columns: 相談名, 担当者, 相談日, 相談時間など. Lists consultation services like 法律相談, 税務相談, 交通事故相談, etc.

東京土建小平東村山支部 住宅デー

市内6会場で、包丁研ぎ、まな板削り、無料住宅相談、子ども木工教室、社会福祉協議会への寄付金の受け付けなどを行います。会場により内容が異なります。詳しくは、ホームページをご覧ください。

とき 11月5日(日)

ところ 東部公園(五小正門前)、天神地域センター公園、七小東公園(大沼公民館裏)、福祉会館前広場、中島地域センター公園、キッチンリぼん(小川西町4-14-21)

※いずれも午前10時から午後2時まで。包丁研ぎ(1世帯2本まで、予約の方を優先)の受け付けは、午後1時まで。

※中止の場合はホームページでお知らせします。

後援 国土交通省、東京都、小平市、小平市教育委員会、小平市社会福祉協議会ほか

HP検索 東京土建小平東村山支部

問合せ 東京土建小平東村山支部042(342)2846