

子ども

会員募集

凡例 日時 場所・会場 対象 内容 講師 定員 費用 申込方法 物持ち物 問い合わせ先 HP ホームページ 検索 ページ番号 検索 FAX ファクス メール 託児あり 主催 共催 注意事項

### 2月のおれんじCafe

☑認知症の方やその家族、地域の方

#### おれんじCafeにんじん

☑1日・15日(水)

🕒14:00~16:00

📍①さわやかプラザもとまち※当日直接会場へ②オンライン

💰①100円②通信料は自己負担

☎②電話または✉hiroba@ninjin.or.jpで介護老人保健施設にんじん健康ひろば ☎(042) 329-2581へ

#### おれんじCafeサンライト

☑14日・28日(火)

🕒13:00~16:00

📍特別養護老人ホームサンライト(西町1-31-2)※当日直接会場へ

💰100円

☎☎(042) 595-7351

→高齢福祉課 ☎(042) 321-1301

#### ぴかりこひろば

2月1日(水)10:00~11:00

#### おもちゃのワークショップ

定3組※先着順 申1月18日(水)~31日(火)の月~金曜日10:00~16:00に電話または直接ひかり保育園 ☎(042) 575-7237へ

#### 恋こいプレイルーム

2月18日(土)9:45~11:00頃

#### パパ・ママ集まれリトミック

定7組※先着順 申2月6日(月)~17日(金)の月~金曜日10:00~16:00に電話または直接恋ヶ窪保育園 ☎(042) 321-0465へ

■ 共通事項 ☑未就学児と保護者 →保育幼稚園課(内359)

### 提案型協働事業 ゆいぼっこの妊娠期講座

妊娠期~出産に向けた体づくりのこと、生まれてくる赤ちゃんとの生活のことを、妊婦さんとパートナーや上のお子さんに向けてお話しします。

☑2月23日(祝)①9:30~12:30②14:00~16:00

📍①西町地域センター②オンライン

☑妊娠中の方とその家族※子ども同伴可

定①5組②10組※いずれも先着順

💰無料※②の通信料は自己負担

申1月16日(月)から氏名・お住まいの町名・電話番号・出産予定日・第何子かを✉yuibocco@gmail.comまたは電話でゆいぼっこ~地域につなげるサポーター'S~ ☎(070) 3363-8554へ

📄①母子健康手帳

注詳しくは市HP 🔍検索1027699をご覧ください

→健康推進課 ☎(042) 321-1801

### 学ぶ 楽しむ

参加する

#### 樺友会学習会「ウクライナ危機・戦争と日本の安全保障」

☑1月21日(土)13:30~15:30 📍東京経済大学※当日直接会場へ 講師 藤原修さん(東京経済大学教授) 💰500円/→中村 ☎(042) 313-8442

#### シニアスポーツ振興事業 シニアミニテニス講習会・初心者講習会

☑2月8日(水)9:00~11:30 📍市民スポーツセンター ☑おむね60歳以上の方 講師 天野孝一さん(ミニテニス考案者) 定15人※先着順 申1月16日(月)~25日(水)に、住所・氏名・年齢・電話番号を電話またはファクスで 物室内用運動靴・飲み物 備 市体育協会・(公財)都体育協会・都/→国分寺ミニテニス連盟・大木 ☎& ☎(042) 322-5467

### 会員募集

○「市民掲示板」「会員募集」の各サークルの活動・掲載内容の確認、トラブルの解決は当事者間でお願いします  
○見学・無料体験ができます(日時・会場は施設の予約が取れない場合があるため、目安になります)

サークル名	日時	会場	入会金	会費	問い合わせ	備考
美容バレエ フリーダム	毎週火曜日 9:45~11:15	ひかりスポーツセンターほか	1,000円	月3,500円	高瀬 ☎(042) 327-5939	ストレッチやバーレッスンで楽しく女子力をアップ。経験不問
かな書道の会	毎月第2・4土曜日 13:30~15:00	西町地域センター	なし	月1,500円	庄司 ☎(080) 8728-2100 (16:00~18:00)	毛筆を愉しむひとときを。初めは名前を美しく書いてみましょう
国分寺市長野県人会 (郷土との交流と親睦)	1月(新年会)・6月(総会)ほか	本町・南町地域センターほか	なし	年2,000円 ※イベント実費	山石 ☎(042) 301-2871	☑長野県出身者と信州にゆかりのある方
ダンスサークルこぶしの会 (社交ダンス)	月3回土曜日 13:00~17:00	本町・南町地域センター	1,000円	月3,000円	小林 ☎(080) 3426-3900	社交ダンスの経験が多少ある方歓迎。ダンスが好きなたちで楽しく踊っています
自立生活体操クラブ・金曜けやき	毎週金曜日 10:00~11:00	市民スポーツセンター	500円	月1,500円	植村 ☎(042) 315-8457	有酸素運動やいすを使った筋力トレーニングで健康寿命を延ばします
自立生活体操クラブ・月曜西町	毎週月曜日 13:30~14:30	西町地域センター	500円	月1,500円	高松 ☎(042) 575-4538	有酸素運動やいすを使った筋力トレーニングで楽しく健康づくり
ガールスカウト東京都第97団	月2~3回日曜日 (主に午前中)	市内公園・ひかりプラザなど	3,000円	月2,750円 ※団積立金含む	飯田 ✉gsjtokyo97@gmail.com	☑年長児以上※詳しくはHP https://gs-tokyo97.jimdofree.com/へ

○「市民掲示板」「会員募集」の掲載申し込み用紙は市政戦略室広報担当(内409)で配布。市HPからダウンロード可。掲載申し込み締め切りは掲載希望号の1か月前です  
○「会員募集」の掲載は、原則、公民館を除く市内の公的・公共会場のものに限ります

### 2月の 公立保育園 地域交流事業

☑市内在住の保育園に在園していない乳幼児(保護者同伴)  
☑参加希望日の2週間前~前日の月~金曜日(祝日を除く)  
10:00~16:00に電話または直接実施保育園へ  
→保育幼稚園課(内359)

保育園 ☎(042)	園庭開放	きて・みて・あそぼ!
こくぶんじ ☎322-0211	1日(水)~28日(火) 期間内の月~金(祝日を除く) 11:30~13:00 ※当日直接会場へ	14日(火)10:00~11:00 ひな飾りをつくろう 定5組※先着順
ひかり ☎575-7237	—	14日(火)9:30~10:30頃 おえかきたのしいな (0・1・2歳児) 定各1組※先着順
恋ヶ窪 ☎321-0465	—	22日(水)9:45~11:00 ひな祭り制作 定7組※先着順

### 地域包括支援センターのイベント

#### 家族介護交流会

知っておこう 失敗しないための高齢者施設の選び方

2月2日(木)14:00~15:30  
国分寺ひかり診療所(光町3-13-34)

施設選びのポイントやどのような施設があるのかをご紹介します。

☑市内在住・在勤・在学の方

講師 成田めぐみさん((株)笑満花)

定7人※先着順

申1月16日(月)~2月1日(水)に地域包括支援センターひかり ☎(042) 573-4058へ

ほっ! とできる

### 認知症の人を支える家族懇談会

事前に電話で高齢福祉課へご連絡ください。

☑2月6日(月)13:30~16:00 📍いずみプラザ※当日直接会場へ

☑認知症の人を介護している方、介護を経験した方

→高齢福祉課 ☎(042) 321-1301

スマートフォンの操作などを楽しく学んでみませんか

### シニア向けスマートフォン教室

2月14日(火)

①10:30~13:15 ②14:00~16:45※同内容  
リオンホール

☑スマートフォンの基本操作を学びたい60歳以上の都民

講師 スマートフォン教室講師

定各回40人※多数の場合抽選

申1月16日(月)~2月7日(火)の9:00~17:00(土日を除く)に電話でスマートフォン普及啓発事業事務局 ☎(03) 6845-7883へ

催都

注受講時には貸し出しするデモ用スマートフォンを使用

→デジタル行政推進室(内413)