

市民の掲示板

ファクス、はがき、メールで申し込む催しは、「イベント名、希望日、住所、氏名、電話番号」を記載してください。

第17回寿会・大和支部舞踊大会

新舞踊の華やかな競演・諸流派多数出演
 日10/11(月)10:30~16:00 場シリウス内サブホール 持マスク 申不要 問同会・根本 ☎090(3316)3725。

大和市子育てママ応援プロジェクト

いずれも 場オンライン開催(ZOOM) ①はアークホテル大和(中央4-1-17) 対市内在住の女性(子ども同伴可) 定各先着8人 費各500円 申電話でママプロ・伊奈 ☎045(360)2678へ/①瘦せる近道は空腹時間を作ること ▶ 日10/11(月)11:00~12:00/②赤ちゃんの便秘対策どうしてる? ▶ 日10/13(水)13:30~14:30/③輝け!愛されママ講座 ▶ 日10/15(金)13:00~14:00/④脳を休める頭蓋骨のセルフケア ▶ 日10/18(月)13:00~14:00/⑤心と体を軽くする呼吸ストレッチ ▶ 日11/5(金)10:30~11:30。

やってみよう! 練功十八法

首肩腰足の凝りなどをほぐす医療体操
 日10/12・19の火曜日10:00~12:00(全2回) 場西鶴間コミセン(予定)ほか 対成人 費500円 持マスク、室内シューズ、飲み物、運動ができる服装 申電話であやめ会・中谷 ☎(263)1844へ。

体験! 音楽に乗って中国医療体操

中国整形外科医が考案した練功十八法
 日10/14~28の木曜日10:00~12:00(全3回) 場西鶴間コミセン(予定)ほか 対成人 費500円 持マスク、室内シューズ、飲み物、運動ができる服装 申電話で練功紫音の会・植木 ☎(261)6989へ。

太極拳体験会

無料太極拳講座 日10/14(木)11:00~13:00 場シリウス6階生涯学習センター 定先着3人 持飲み物、運動ができる服装 申電話で揚名時太極拳大和教室・青島 ☎(264)3470へ。

高森先生と学ぶ家族SST勉強会

統合失調症などの回復力を高める接し方
 日10/14(木)13:30~16:30 場シリウス6階生涯学習センター 対統合失調症などの家族・支援者 費500円 申不要 問大和さくら会(SST勉強会)・田辺 ☎(268)2471。

おやこで楽しく食育を学ぼう

手洗いチェック、クイズ、プレゼントあり
 日10/16(土)10:00~15:00(入退場自由) 場シリウス6階生涯学習センター 対5歳以上の子と保護者 定先着30人 申電話で食生活改善推進協議会・伊藤 ☎080(4327)1329へ(当日も可)。

県央ウォーキング協会

いずれも 費500円 持マスク、飲み物、雨具 申不要 問同協会・三浦 ☎(263)5154 / 第21回県央まほろば大会(10・15曜)
 ▶ 日10/17(日)8:00ふれあいの森親水広場集合 場親水広場~南林間~境川~大和スポーツセンター(11:30頃解散) / 柿生の里めぐり(11曜) ▶ 日10/26(火)9:20鶴亀松公園(川崎市麻生区上麻生4-2)集合 場鶴川駅まで自由歩行(12:00頃解散) / 川シリーズ 引地川ウォーク(14曜) ▶ 日11/1(月)8:50円行公園(藤沢市湘南台3-6)集合 場引地川沿い~鶴沼海岸(13:00頃解散)。

成年後見専門相談

行政書士による成年後見の相談 日10/19(火)13:30~14:10~14:50(いずれも30分以内) 場保健福祉センター 申電話で大和市社会福祉協議会・榊原 ☎(260)5634へ。

フォーク&素敵な歌の会

フォークソング、ポップス、GSを歌う 日10/22(金)16:00~18:40 場渋谷学習センター 対市民 定先着30人 費500円 持マスク、飲み物 申不要 問音楽クラブ・名取 ☎080(6636)0729。

第292回大和正論の会勉強会

評論家 林文隆氏講演 日10/24(日)14:00~16:30 場つきみ野学習センター 定先着70人 費1,000円(女性は500円) 申不要 問同会・清水 ☎080(3466)5092。

雅楽楽器体験(笙・箏・龍笛)

誰でも音が出て癒やされる体験講座 日10/24、11/14いずれも日曜日16:00~17:00 場シリウス6階生涯学習センター 対雅楽未経験者・初心者 定各先着3人 費各500円 持筆記用具 申10/18(月)までにEメールsakaigawagakuso@gmail.comで境川楽所・松永へ 問松永 ☎080(6994)2766。

アマビエと蘇民将来

疫病退散の呪術とその思想を考える 日10/25(月)11:00~13:00 場シリウス6階生涯学習センター 定先着20人 費1,000円 持筆記用具 申10/20(水)までに電話で史の会・田崎 ☎070(5465)3513へ。

マンション管理無料相談会

管理組合の運営に関する疑問など 日10/27(水)13:30~15:30 場シリウス6階生涯学習センター 対理事会役員やマンション居住者 定先着2組 持管理規約など 申Eメールtanaba0707@s8.spaaqs.ne.jpで神奈川県マンション管理士会・平塚へ 問平塚 ☎090(1405)2024。

骨盤調整ヨガ

骨盤を緩め筋肉のバランスを整える 日10/29~11/26の毎週金曜日いずれも10:00~11:20 場大和スポーツセンター 対女性 定各先着20人 費各1,000円 持ヨガマットまたはバスタオル、フェイスタオル、飲み物 申電話でスマイルヨガ・高橋 ☎080(6590)2299へ。

相続、遺言、後見など無料相談会

行政書士による無料相談会 日10/30(土)13:00~16:00 場シリウス6階生涯学習センター 申不要 問神奈川県行政書士会大和・綾瀬支部・安部 ☎090(2800)1934。

布でブックカバーを作ろう

ミシンを使って物作りの楽しさを知る 日11/1(月)10:00~12:00 場桜丘学習センター 対ミシンを使える人 定先着5人 申電話でぬうぬうくらぶ・山谷 ☎090(7701)4052へ。

「歌声」歌遊び会

元ともしび司会者と歌声を歌う 日11/2(火)13:30~16:00 場桜丘学習センター 対市内在住・在勤者 定先着100人 費1,000円 持マスク、飲み物 申電話で同会・藤原 ☎090(5793)4252へ。

俳句教室

講師 栗林浩氏 日11/3(祝)13:30~16:30 場桜丘学習センター 対市内在住・在勤・在学者 定先着5人 費500円 持筆記用具 申電話でつきみ句会・河合 ☎090(6792)0252へ。

気功サークル無料体験講座

気功を通して呼吸を整え健康増進 日11/4(木)9:30~10:30 場つきみ野学習センター 定先着5人 持動きやすい服装で 申電話でつきみ野気功サークル・山本 ☎090(5816)6990へ。

複音ハーモニカへのお誘い

アンサンブル演奏、初心者指導 日11/6(土)14:20~16:20 場シリウス6階生涯学習センター 定先着20人 持C調ハーモニカ(貸し出し可。要連絡) 申不要 問大和ハーモニカ愛好会・林 ☎045(922)0394。