もくじ

健康センター・総合体育館コース型プログラム…3

※機種によっては正しく表示されない場合があります。

品川区ツイッター

アカウント/ shinagawacity



〒140-8715 品川区広町2-1-36

代表番号 ☎3777-1111 広報広聴課 ☎5742-6644 Fax5742-6870 http://www.city.shinagawa.tokyo.jp/

# %お得る

問い合わせ 品川区商店街連合会☆5498-5931

mshoren.shinagawa.or.jp/

商業・ものづくり課☆5498-6332 Fax3787-7961

# プレミアム付き品川区内共通商品券の 反売方法が事前申込制に変わ



今回は全て事前申込制で販売します。

ちらしにある**専用応募はがき**からお申し込みください(応募多数の場合は抽選)。 ※専用応募はがき以外での申し込みは受け付けません。



#### ちらしを取得

※区内42郵便局、品 川区商店街連合会事 務局、商店街にて配布。

#### ちらしにある専用応募 はがきで販売場所を選 んで申し込み

※1人1通のみ有効。52円切 手を貼付し郵送。

#### 当選者のみに 当選通知

※10月29日頃発送。

#### 販売期間に指定購入場所で購入

※当選はがきと現金、本人であることの証明書(免 許証、マイナンバーカード、保険証など)を持参し、 購入する。

※応募後の購入冊数・購入場所の変更はできません

# 申込期間 10月1日(土)~20日(木)(必着)

当選はがきが ない場合は

購入できません。

品川区内

# 使用期限 **29年2月28日**火

販売額3億円(6万冊) ※額面総額3億3,000万円分。

販売単価 1冊5,000円

※500円券11枚つづり、5,500円分。 ※1人8冊(4万円)まで購入可能。

購入できる方区内在住、在勤を問わずどなたでも購入できます。

※商店街や商品券取り扱い商店主が購入することはできません。

# 商品券を利用できるお店など

- 区内の約2,000(大型店は除く)のお店
- ●しながわ水族館
- ●大和・国際・帝都・日本・ 荏原・チェッカーグループ の各タクシー会社

※詳しくは、品川区商店街 連合会のホームページをご

共通商品券 歓迎の店 覧ください。

このステッ カーのある お店で商品 券を利用で きます。

※商品券は、釣り銭のないようご利用ください。

#### 販売場所

#### ❶区内42郵便局

販売目時 11月7日(月)~11日(金)午前9時~午後5時

②品川区商店街連合会事務局 土・日曜日も販売します。

西品川1-28-3中小企業センター4階

販売日時 11月7日 (月)~13日 (日)午前10時~午後6時

#### 利用できない商品など

- 公共料金や税金の支払い
- ●たばこの購入
- ●有価証券・商品券・プリペイドカード・切手・印紙・官製はがき・ ごみ処理券などの購入

※上記以外にも加盟店により、商品券を利用できない商品サービスな どがあります。あらかじめご確認ください。



# |しながわ百景 オリジナルフレーム切手 訓練 販売開始!

「しながわ百景」は、区制40周年にあたる昭和62年に区民投票で決定した「し ながわの顔」ともいえる風景です。選定から30年。今でも残るその風景が区 制70周年記念のフレーム切手になりました。品川区の魅力が詰まった切手シー トを、この機会にぜひお求めください。

販売開始/10月3日例午前9時

販売場所/品川区・大田区内の全郵便局(計114局)

区役所広報広聴課(本庁舎5階)・区政資料コーナー(第三庁舎3階)

販売価格/1シート1,500円 (82円切手×10枚、解説書付き)

販売枚数/1,000シート ※売り切れ次第終了。

間広報広聴課シティプロモーション担当☎5742-6616



# 品川区長賞レース開催

「スマイルシティ・わ!しながわ特別」

■10月14日金

※出走時間は午後8時15分(予定)。

圆大井競馬場(勝島2-1-2)

○品川区ご当地キャラの出演、しながわ水族 館のペンギン来場、品川の名産品の販売など も行います。

**問総務課総務係☎5742-6625** 

# 品川区功労者として表彰を受ける皆さん

区では、毎年、区民の生活と文化の向上に功労があった方の功績をたたえ 表彰しています。本年度は、次に掲げる方々が受賞されました。

間総務課(☎3777-1111(内線3007) Fax3774-6356)

# 品川区功労者表彰:

(日時) 10月1日出午前10時

(会場) きゅりあん

イベントホール(大井町駅前)

#### 普通表彰 170人

#### 地方自治の発展に関するもの

#### 自治功労

- ◆法律相談員 耕二 須藤
- ◆区政協力委員 堀 江 新三 伊藤 晃司 賢二 長谷川岱潤 畄 飯野 英雄 清塚 勝彦 佐藤 敦夫 上田 健次 梶山 尚義
- ▶青少年対策地区委員

戸川 貞子 吉 野 秀夫 岩倉 末江 髙橋 信弘 秀明 直井 富岡 滿夫 村上 堀江 新三 孝一 要 伊藤 晃司 山崎 大木 篤 夫 大平 悦子 長谷川岱潤 本多 武 大森 和田 誠弘 隆 佐藤 降 木村 満 佐藤 達夫 髙野恵美子 厚子 藤代 明子 前田 横田 雅行 峯 作 渡部 井上 幸子 大畑 靖 雄 藤本 杉原 真弓 広幸 我妻利津子 有田 聡 聖子 榎本喜久代 梅田 小髙 邦夫 野島 純一 半戸 紀子 内田 孝夫 坂 井 後藤 春美 伸次 京子 越智 三恵 吉村 繁和 藤田 純子 竹山 小岩 健一 原野 孝通 村瀬 正明 上田 健次 廣澤 清水 秀将 晴子 平井 富士原成光 照夫

- ◆統計調査員 関口 君 江 加藤美奈子
- ◆商工相談員 柄澤 明久

永留ミサコ

- ◆民生委員 岡部 佳子 神谷千惠子 渡邊眞佐子 青木 昭子
- ◆社会福祉法人代表者および施設長 山口由美子

- ◆介護認定審査会委員 岩端 隆 彦 中量セイ子
- ◆高齢者クラブ会長 蓬田 邦助 永嶋 昌江
- ◆消防団員

愼 山田 松岡 節子 佐野 弥 生 太郎 邉 津 松本 明大 山口 直久 開發 久治 近藤 俊之 恵子 安田 三次郎 野 辺 和浩 上野 倉本 真一 文子 淳次 古屋 野中

◆明るい選挙推進委員

廣瀬 清美 藤原 秀夫 溝渕眞由美 皆川 淳子 石坂 島本 典子 啓 内田 河崎 元 慈 初子 石川 悦子 松村 浩正 好 枝 坂上 節子 山﨑 加藤 玲 子 宮本 文代 角屋 名美

#### 保健衛生功労

◆嘱託医

秋 津 壽男 河瀬美智代 茂之 酒 井 木内 隆 谷野 早坂 洸 幹 生

- ◆地区薬剤師会会長 小 池 義彦
- ◆地区健康づくり推進委員

芝 はるゑ 菅 波 良司 早苗 信子 渡邉 稲葉 真弓 小川 幸子 橋本 荒 沢 降 雄 石井 信嘉 梅津 峰田喜代子 時子 村野 静子 大高 一浩 悦子 福山 康子 村吉 神谷 富子 高橋 孝子 茂之 秀男 舛 屋 田渕 公子 飴本

#### 環境保全功労

◆公害防止管理者

堤 健二 山﨑 清志

教育の振興と文化の向上に関するもの

#### 教育文化功労

◆品川区立品川歴史館専門委員 池上 悟

- ◆スポーツ推進委員 大津 ふ代 木村 照代 藤田 純子
- ◆スポーツ、芸術等を通じて、社会文化の 振興発展に多年にわたり尽力した方 飯塚千佳子 郡平 池田 大 槻 成子 小沢 文子 小野 正人 小野澤良輔 工藤 慶之 小石 征克 古賀 小石悠記子 昌広 隆 美 佐藤 田口眞由子 伹 野 江 治 鶴田婦美惠 登志恵 成木海次郎 前田 光洋
- ◆青少年委員

廣田ヨシ子 釘宮 清髙 太田 隆 利

- ◆私立幼稚園設置者および園長 遠藤
- ◆区立小・中・義務教育学校PTA会長 健治

#### 産業の振興に関するもの

#### 技能功労

祐二 井村 矢吹 誠 田中 祐作 前田百々子 佐野 文夫 中山 隆一 直明 松原 富明 石坂 加藤 佳弘 和田 本也

#### 徳行に関するもの

#### 寄 付

三和テッキ株式会社 代表取締役社長 宇佐美道雅

品川龍馬会

日本床工事工業株式会社 代表取締役社長 笠 倉 英明

#### 特別表彰 43人

地方自治の発展に関するもの

#### 自治功労

◆法律相談員 宮﨑 良昭

#### ◆区政協力委員 淺野

#### ◆青少年対策地区委員

石川 優子 飯田 民子 新堀 信子 宮川 元 男 矢 野 公俊 光野 賢 優子 右川 鈴木 壯 一 伊藤 正子 中山 雅子 雅子 野村

#### ◆統計調査員

関 静枝

#### ◆民生委員

岡村佐智子 宮入 節子 悦子 田中嘉津子 関根 飯泉惠美子 藤田 和子 成 田 淑 江

#### ◆消防団員

宮森 秀之 小内 国 秋 大貫 和夫 大久保孝彦 哲 嗣 加藤 光男 林 今川幸一郎 伊城 宏一 神保 孝行

#### ◆明るい選挙推進委員

孝彦 川尻 谷口 京子

#### 保健衛生功労

#### ◆嘱託医

河 森 一賢 園 田 浩基 武藤 佑二

#### 教育の振興と文化の向上に関するもの

#### 教育文化功労

◆スポーツ推進委員

弘 北村 鈴木ゆみ江

- ◆スポーツ、芸術等を通じて、社会文化の 振興発展に多年にわたり尽力した方 久津見千枝子 酒井 英夫 泰男 塚本 康二 山﨑
- ◆青少年委員 有馬 成美
- ◆文化財保護審議会委員 福田アジオ

(順不同・敬称略)

※御本人の希望により氏名を掲載して いない方がいます。

# 明るい選挙推進協議会地区教養講座

日時	テーマ	会場	定員 (先着)
10/20休 19:00~20:30	「秋の夜長は古典落語で」	大崎第一区民集会所 (西五反田3-6-3)	75人
10/20休 18:30~20:00	「もしもの時?に備えて防災知識」	荏原第一区民集会所 (小山3-22-3)	90人
11/19(±) 13:20~14:30	「テレビは今…テレビとの付き合 い方」	荏原第五区民集会所 (二葉1-1-2)	100人
11/27(日) 13:30~15:00	「高齢者の健康づくり〜認知症に 強い脳をつくる〜」	八潮地域センター (八潮5-10-27)	110人

参当日、直接各会場へ

閻選挙管理委員会事務局☎5742-6845

#### しながわ学

立正大学と協働し、「しながわを 知る」をコンセプトに、品川に 関する歴史や自然など様々な魅 力について学びます。

圆立正大学(大崎4-2-16)

日程 (全4回) 11/2冰 品川区における都市型観光について 11/9例 | 統計データから見た品川区の観光 都市型観光ガイドの課題と提言~戸越銀座 11/16冰 商店街ガイドツアーの経験を踏まえて 11/30例 外国人の観光、おもてなしについて

※時間は午後6時30分~8時。

講師/池上和男(立正大学名誉教授)、宮川幸三(立正大学経済学部教授)他 ▲16歳以上の方100人(抽選)

**10月18日**(必着)までに、**往復はがき**で講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、 性別、電話番号を文化観光課生涯学習係(※140-8715品川区役所☎5742-6837)へ ○区ホームページから電子申請もできます。

○本紙10月11日号で、本講座4回の聴講を含む「しながわ塾」(全14回)の受講生を募 集します。

▲15歳以上の方(抽選) ※No.11~16・106~169は除く。

圆面10月13日休 (必着) までに、往復はがき (1コース1枚) でコース、No、住所、氏名 (ふりがな)、年齢、電話番号、区内在勤か在学の方は会社名・学校名と所在地・ 電話番号、No.11~16・106~169はお子さんの氏名(ふりがな)・生年月日を、No.1~ 38は荏原健康センター、No.51 ~359は品川健康センターへ

#### [荏原健康センター]

No.	費用
1、2、8、9、11	各7,000円
3~7、10、12~16	各7,500円
18	8,400円
17、19~38	各9,000円
※No.14~16・106~13 ども1人で1組。	36は親1人子

※No.11~16・106~169の月齢・年齢は、28年11月30日現在。 ※C内在住・在勤・在学の方を優先し

抽選。

※申請者以外は入室不可(託児なし)。 ※入金後のコースの変更・譲渡・振り替え・返金は不可。 ※定員に満たないコースは、11月6日(日)

午前9時から受け付け(先着。初日 は電話受付のみ)。
※定員の半分に満たないコースは閉 講する場合があります。

#### 「旦川健康わいね二】

「四川健康センダー」	
No.	費用
137、141、144、152、153、156、 157、169	各7,000円
138 ~140、142、143、145 ~151、 154、155、158 ~168	各7,500円
57、61、106、112、116、122、 129~132、135、136	各8,400円
51~56、58~60、62、63、 107~111、113~115、117~121、 123~128、133、134	各9,000円
64、69、77、78	各9,800円
66~68、70~76、105	各10,500円
82、85	各11,200円
79~81、83、84	各12,000円
88~90、93、95、97、100、101、 301~306、345~354	各14,000円
86、87、91、92、94、96、98、99、 102~104、307~344、355~359	各15,000円
201~205、235~241	各16,800円
206~234、242~248	各18,000円

#### **荏原健康センター**(〒142-0063荏原2-9-6☎3788-7017)(全15回※月曜日は全14回)

	ース	No.	曜日	開始時間	定員	コース	No.	曜日	開始時間	定員
かんたんエアロ60		1	月	9:15		パンチングフィットネス	20	木	19:45	
ストレス解消!のひ	ストレス解消!のびのび体操		ח	12:35	]	はじめてHIPHOP	21	日	10:30	
  中高年の健康運動 ★		3	水	14:25	]		22	火	14:10	
个同午♥/妊/來廷到 ▼			木	16:00	各	はじめてフラダンス	23	木	12:30	
朝の健康体操				9:15	35人		24	金	17:05	
肩こり・腰痛解消化	肩こり・腰痛解消体操		金	11:35	]	ステップアップフラダンス	25		13:00	
   脂肪燃焼エアロ60	(初中級)	7		15:30		はじめて太極拳	26	火	15:20	
旭加然光工,口00	(初級)	8	月	19:45		ステップアップ太極拳	27		16:30	
ステップシェイプ8	<b>&amp;ストレッチ</b>	9	77	11:20	各	かんたんピラティス	28	水	15:40	<sub>&amp;</sub>
ステップ&スーパ-	-引き締め	10	水	9:15	30人	ピラティス	29	木	18:30	各 35人
   キッズダンス(5~	(0 告)	11	月	17:05	_ <del>/</del>	C 2 7 1 A	30	土	15:40	
イッスメンス (5)	- 9成) 📜	12	水	17:00	各 20人	骨盤調整エクササイズ	31		14:45	
ジュニアダンス (8	3~12歳)	13	木	17:15	207		32	木	9:15	
	(1歳)	14	金	12:55	各		33		11:20	
親子で頑張ろう	(2歳)	15	±	12:10	20組		34		10:25	
	(3~5歳11カ月)	16	<del>-</del>	13:20	乙〇市出	リフレッシュヨーガ 🛨	35	金	14:15	
グループパワー(バ	グループパワー(バーベル筋トレ)		水	20:00	25人		36		18:30	
グループセンタジ-	-(ヨガ&ピラティス)	18	月	13:50	各		37	土	19:45	
初めてパンチングこ	フィットネス	19	火	19:45	35人		38	日	12:45	

#### 品川健康ヤンター(売140-0001北品川3-11-22会5782-8507)(全15回※目・+曜日は全14回)

<b>HP</b> shinagawa	octorto	in/MG	±.由 1 ≥ 1	<b>めます</b>
Hisninagawa	estorta	1D/700	*\ III   \ \ \ \ \	(V) ± 0

かんたんエア旧60 51 x 2000   351 d 40人 2000   351 d 40ଠ 2000   351 d 40ଠ 2000   351 d 40ଠ 2000   351 d 40ଠ 2000	出 12:35 2 14:40 2 16:00 17:30 2 火 15:45 2 16:55 2 16:55 2 16:55 2 16:55 2 15:30 2 16:55 2 16	12:3   14:4   16:0   17:3   大   15:4   17:0   水   16:5   土   15:3   No. 曜日   226   227   木   228   230   231   金	12:3 14:4 16:0 17:3 火 15:2 17:0 水 16:1 土 15:3 16:1 土 15:3 16:2 17:3 18:4 18:4 18:4 18:4 18:4 18:4 18:4 18:4	161 162 163 164 165 165 166 167 水 168 169 ± <b>X</b> No. <b>X</b> 226 <b>X</b> 227	161   162   163   164   164   165   166   167   168   169   16	161   162   163   164   164   162   163   163   164   164   165   16	13:45   10:00   10:40   25   10:40   10:40   25   10:40	106 月 13:45   107 火 10:00   108 木 9:30   108 木 9:30   108 カ月) ★ 10:40   109 金 10:40   109 金 10:40   111 金 13:00   112 月 12:00   113 火 10:40   115:40   115:40   115:40   113 火 10:40   115:40   113 火 10:40   115:40	60 51 水 13:15 40人 20:00 35人 20:00	がんたんエアロ60 51 水 13:15 40人 シェイプ&ストレッチ 52 水 20:00 35人 単康リズム体操 54 火 9:30 25人 はじめて健康体操 55 木 15:45 姿勢改善でカラダ快調 56 水 15:45 57 月 10:45 17:45 17:45 18:		川健康センター (〒140-)
************************************	14:40   2   16:00   17:30   2   大   15:45   2   15:45   2   15:45   2   16:55   2   15:30   2   15:30   2   15:30   2   10:30   11:30   2   10:30   11:30   2   10:30   2	金 14:4 16:0 17:3 火 15:4 17:0 水 15:5 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 228 230 230 231 232	金 14: 16: 17: 火 15: 水 16: 17: 15: 16: 15: 16: 26: 226: 227: 228: 290:	162 163 164 165 166 167 168 169 169 土 <b>No.</b> 級 226 級 227	Max   17月   162   33   163   164   164   164   165   166   167   168   169	- ユーリック (3威6カ月~6威11カ月)   162 - イートピー   (5歳6カ月~小3)   163 (小3~中3)   164 『チローズ (3歳6カ月~6歳11カ月)   165 Iーズ (小4~中3)   166 『チローズ (5歳~小1)   167 Iーズ (小1~小3)   168 『チローズ (5歳6カ月~小1)   169 - ス   No. 曜日 開始時間 コース	2   10:00   2   10:40   2   2   2   2   2   2   2   2   2	107 火 10:00 108 木 9:30 (親子のベビーマッサージ ~1歳5カ月) ★ 10:40 109 金 10:40 **** 111 金 13:00 **** 112 月 12:00 113 火 10:40 *** 10:40 本 13:40 *** 10:40 本 13:40 *** 10:40 本 13:40 *** 10:40 本 13:40 *** 10:40 本 13:40 本 1	レッチ 52 水 20:00 35人 レッチ 53 火 9:30 25人 13:15 35人 操 55 木 15:45 ジグ快調 56 水 57 月 58 木 55	ジェイプ&ストレッチ 52 水 20:00 35人 モーニングストレッチ 53 火 9:30 25人 健康リズム体操 54 水 15:45 25物改善でカラダ快調 56 水 10:45 57 月 10:45 52 水 20:00 35人 (2カ月~1歳5カ月) ★ 15:45 10:40 1		コース
***	## 16:00   17:30   2   15:45   2   15:45   2   2   1   15:45   2   2   1   1   1   1   1   1   1   1	## 16:0 17:3 火 15:4 17:0 水 15:4 16:5 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 228 230 231 232	世 16:0 17:1 火 15:2 17:1 水 15:2 16:1 15:2 16:1 15:2 16:1 15:2 16:1 16:1 17:1 17:1 18:2 1	162 163 164 165 166 167 水 168 169 ± <b>X</b> No. 80 226 80 227	162   163   164   11カ月   165   166   167   168   169   1	162   イートピー   (5歳6カ月〜小3)   164   パ3〜中3)   164   チローズ (3歳6カ月〜6歳11カ月)   165   ローズ (小4〜中3)   166   デローズ (5歳〜小1)   167   ローズ (小1〜小3)   168   チローズ (5歳6カ月〜小1)   169   -ス   No.   曜日   開始時間   コース	10:00   A   1	- 1歳5カ月) ★ 10/0 次 10:00   108 木 9:30   10:4	レッチ 52 か 20:00 35人	ジェイフ&ストレッチ 52 1 20:00 35人 162 17 10:00 108 木 9:30 109 全 10:40 109 109 全 10:40 109 109 109 109 109 109 109 109 109 10	7	かんたんエアロ60
はじめて健康体操 多勢改善でカラダ快調 56 水 同ごり・腰痛解消教室 ★ 58 木 57 月 同じり・腰痛解消教室 ★ 58 木 57 月 10.45   10.45   58 木 57 月 10.45   59 月 12.25   50 月 10.25   50 月 12.25   5	18.00   17:30   2   15:45   17:00   2   16:55   2   16:55   2   2   16:50   2   1   1   1   1   1   1   1   1   1	17:3   大   15:4   17:0   水   15:4   16:5   土   15:3   No. 曜日   226   227   木   229   230   231   金	大 17:6 大 17:6 17:6 17:6 16:6 15:6 15:6 16:6 15:6 16:6 17:6 18:6	165 165 166 167 168 169 169 土 X No. 級 226 級 227	164   164   11カ月) 165   166   167   168   169 <u>-</u>   169 <u>-</u>   169 <u>-</u>   100 初級 22	164 『チローズ(3歳6カ月~6歳11カ月) 165 Iーズ(小4~中3) 166 『チローズ(5歳~小1) 167 Iーズ(小1~小3) 168 『チローズ(5歳6カ月~小1) 169 -ス No. 曜日 開始時間 コース	10:40   21組	- 1歳5カ月)	操 55 木 15:45 ダ快調 56 水 ボビーマッサージ&ママケアストレッチ 110 木 15:40 (1カ月半~12カ月) ★ 111 金 13:00 21組 メ 15:45 各 17:00 25人	はじめて健康体操 55 木 15:45 タ 21組 パレス 21組		シェイプ&ストレッチ
はじめて健康体操 多勢改善でカラダ快調 56 水 同ご・腰痛解消教室 ★ 58 木 57 月 同ご・腰痛解消教室 ★ 58 木 58 木 59 日 10.25 60 日	大 15:45 17:00 2 15:45 2 16:55 2 ± 15:30 2 0. 曜日 開始 26 末 20 21 28 21 29 10 30 21 30 3	火 15:4 17:0 水 15:4 16:5 土 15:3 No. 曜日 226 227 大 228 229 230 231 232	火 15:4 17:5 水 16:5 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 228	165 166 167 168 169 土 ス No. 級 226 級 227	11カ月) 165 / 166 / 167 / 168 / 169 z line line line line line line line line	(小3~中3)   164   165	10:40   21組	- 1歳5カ月)	操 55 木 15:45 ダ快調 56 水 ボビーマッサージ&ママケアストレッチ 110 木 15:40 (1カ月半~12カ月) ★ 111 金 13:00 21組 メ 15:45 各 17:00 25人	はじめて健康体操 55 木 15:45 タ 21組 パレス 21組	-	モーニングストレッチ
はしめて健康体操 多物で素を力ラゲト調 「こり・腰痛解消教室 ★ 55 木 15-45 「おり・肝痛解消教室 ★ 59 日 10-25 「おり・上ーング ★ 59 日 10-25 「おり・上ーニング ★ 60 日 10-25 「おり・上・ニーティー 骨盤ケア 63 木 10-45 「おり・上・ニーティー 骨盤ケア 63 木 10-45 「おり・上・ニーティー 骨盤ケア 63 木 10-45 「おり・上・ツーデータ 66 大 19-30 45人 「おり・上・ツーデータ 66 大 19-30 45人 「おり・上・ツーデータ 66 大 19-30 45人 「おり・上・ツーデータ 66 大 19-30 45人 「おり・上・ツーデータ 66 大 19-30 45人 「おり・エーライー 11-5 名 「おり・エーライー 11-5 名 「カルばく親子・エラボを加入り、「コーライー 11-5 名 「おり・エーライー 11-5 名 「カルばく親子・エラボを加入り、「コーライー 11-5 名 「カルばく親子・エラボを加入り、「コーライー 11-5 名 「おり・エーライー 11-5 名 「カルばく親子・エーラボーライー 11-5 名 「カルばく親子・エーラボーライー 11-5 名 「カルばく親子・エーラボーラ 11-5 名 「カルばく親子・エーラ 11-5 名 「カルばく親子・エーラボー 11-5 名 「カルばく親子・エーラボー 11-5 名 「カルばく親子・エーラボー 11-5 名 「カルばく親子・エーラボー 11-5 名 「カルばく親子・エーラボー 11-5 名 「カルばく親子・エーラ 11-5 名 「カルばく親子・エーラ 11-5 名 「カル 後 2-1 子 11-5 名 「カル 後 2-1 名 「カル 後 2-1 名 「カル 後 2-1 名 「カル 後 2-1 名 「カ	17:00   2   15:45   2   16:55   2   ± 15:30   2   20   21   29   10   31   28   33   20   36   11   37   12	大   17:0   水   15:4   16:5   土   15:3   15:3   No. 曜日   226   227   木   229   230   231   金   232   金	水 17:( 水 16:( 土 15:3 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 228	166 167 168 169 ± <b>X</b> No. 級 226 級 227	166   167   168   169   16	一ズ (小4~中3)   166   『チローズ (5歳~小1)   167   167   168   169	21組	で1歳5カ月)	探 55 木 15:45   15:4	はしめ(健康体操 55 木 15:45 を 27	. 1	健康リズム体操
25   10.45   56   水	17:00   2   15:45   2   16:55   2   ± 15:30   2   20   曜日 開始   27   木   20   21   28   10   33   11   18   19   33   20   34   21   10   36   11   12   12   12   12   12   12   1	大   17:0   水   15:4   16:5   土   15:3   15:3   No. 曜日   226   227   木   229   230   231   金   232   金	水 17:( 水 16:( 土 15:3 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 228	166 167 168 169 ± <b>X</b> No. 級 226 級 227	166   167   168   169   16	一ズ (小4~中3)   166   『チローズ (5歳~小1)   167   167   168   169	T	マッサージ&ママケアストレッチ 110 木 15:40   111 金 13:00	ダ快調   56 水   10:45	姿勢改善でカラダ快調 56 水 17:00 25	<u>*</u> [	はじめて健康体操
The part of t	水 15:45 2 16:55 2 ± 15:30 2 0. 曜日 開始 27 木 20 21:30 21:30 3 30 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3	水 15:4 16:5 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 229 230 231 金	水 15:4 16:9 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 228	167       168       169       土       No.       級     226       級     227	167 168 ) 169 169 加 初 級 22	パチローズ (5歳~小1)     167       ローズ (小1 ~小3)     168       パチローズ (5歳6カ月~小1)     169       -ス     No.     曜日 開始時間 コース 日本	15:40   プチローズ (5歳~小1)   167   水 15:45 20,	ポリーク&ママカアストレッチ 110 本 15:40   111 金 13:00	157 月   10:45   16:55   25人   158   木   15:45   20人   111   金   13:00   ★   15:45   20人   16:55   25人   15:45   20人   15:45	同では、画味を紹光的な ★ 57 月 10:45   ハンニーマック・アストレッテ   110 木 15:40   プチローズ(5歳~小1)   167 世 15:45   20		
11	16:55   2   15:30   2   20   開始   27   木   20   21   18   19   20   21   18   19   20   21   18   19   20   21   18   15   15   15   15   15   15   1	No. 曜日 226 227 木 228 230 231 金	水 16:5 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 228	168   水   169   土   ス   No.	168   7   169	一ズ (小1 ~小3)	は 13:00 ★ ローズ (小小 ~小3) 168 <sup>水</sup> 16:55 25。 1 12:00 ★ プチローズ (5歳6カ月~小1) 169 土 15:30 20。	111 金 13:00 112 月 12:00 113 火 10:40 な 7 113 火 10:00 な 7 115:30 20人	7月教主 58 木 1111 金 13:00 ★ ローズ (小1 ~小3) 168 本 16:55 25人	$\exists ? 1 \cdot $ 煙落解消粉 $z' \rightarrow z' \rightarrow$		
59 日   9.15   60   10.25   25   60   10.25   60   10.25   25   60   月   12.30   62   木   18.45   7.2	士 15:30 2	No. 曜日 226 227 木 228 230 231 232	大 15:3 No. 曜日 226 227 木 228	169   土   ス   No.   級   226   級   227	) 169 <u>-</u> 間 コース No 00 初 級 22	『チローズ(5歳6カ月〜小1) 169 -ス No. 曜日 開始時間 コース	3 12:00 プチローズ(5歳6カ月~小1) 169 土 15:30 20. A 13:10 各 コース No. 曜日 開始時間 コース No. 曜日 開始時間	112 月 12:00 プチローズ (5歳6カ月~小1) 169 土 15:30 20人	各			肩こり・腰捅解消教室 🜟
10.25	0. 曜日 開始 19 19 10 10 11 11 11 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 21 20 21 21 21 21 21 21 21 21 21 21	No. 曜日 226 227 木 228 229 230 231 232	No. 曜日 226 227 木 228	ス No. 級 226 級 227	<mark>間 コース No</mark> OO 初 級 22	-ス No.  曜日   開始時間   コース	13:10   各	朝ス ラブド ニ ( 113 火 1040 な	- 109   - 1915   160   + 160   + 160   10   10   10   10   10   10   10	50 0.15 合 112 月 1200 (大ち) 月 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	=  -	
身体メンテナンス         61 月 1230 62 木 10.45 インナービューティー骨盤ケア 63 木 10.45         インナービューティー骨盤ケア 63 木 10.45         インナービューティーのイットリトミック (15) (15) (15) (15) (15) (15) (15) (15)	26 27 大 20 28 21 29 30 31 32 33 34 21 18 19 20 21 11 18 19 20 21 11 18 19 20 21 11 11 11 20 21 11 11 20 21 11 11 20 21 11 11 20 21 11 11 20 21 21 21 21 21 21 21 21 21 21	226 227 大 228 229 230 231 232	226 227 木 228	級 226 級 227	00 初級 22		T3:TO   合   コース   No.   曜日   開始時間   コース   No.   曜日   開始時間   コース   No.   曜日   開始時間   コース   No.   曜日   開始時間	・親子・ママヒューティー 🔔   13:10   各   🔭 💮 💮 💮 💮 💮 💮 💮 💮 💮 💮 💮 💮 💮	7		<u> </u>	筋肉トレーニング ★
付入	26 27 大 20 28 21 29 30 31 32 33 34 21 18 19 20 21 11 18 19 20 21 11 18 19 20 21 11 11 11 20 21 11 11 20 21 11 11 20 21 11 11 20 21 11 11 20 21 21 21 21 21 21 21 21 21 21	226 227 大 228 229 230 231 232	226 227 木 228	級 226 級 227	00 初級 22					助以下レーーノン 🗡 💮 🖂 🖟 10.05 22人 📗 💮 14.0 は		
インナービューティー骨盤ケア   63   パーの3   10:45   7   ボクシングフィットネス   64   土 19:30   45   40人   大   ボクシングフィットネス   66   上 19:30   40人   大   ボクシングフィットネス   66   上 19:30   40人   大   ボクシングフィットネス   66   上 19:30   40人   大   ボクシングフィットネス   67   水 9:45   40人   大   ボクシングフィットネス   68   上 19:30   40人   大   ボクシングフィットネス   69   月 9:30   40人   大   11:15   70   12:30   25   70   70   12:30   25   70   70   70   70   70   70   70   7	大   20   21   10   11   18   19   20   21   18   19   20   21   18   19   20   21   18   19   25   10   16   17   12   17   17   17   17   17   17	227 228 229 230 231 232	227 228 229 229	級 227	JO 177 19X 22	<u>り 版   201   10.00   投                                </u>				前内トレーニング ★ 60 日 10:25 25人 赤ちゃん親子・ママビューティー ★ 113 火 13:10 各 フーフ No 曜日 開始時間 フーフ No R No	=	身体メンテナンス
ボクシングフィットネス   64 ± 19:30 45人   20人   19:30 20人	21 29 30 31 31 32 33 34 35 36 37 38 39 30 30 31 31 31 32 33 34 35 36 37 38 38 38 38 38 38 38 38 38 38	228 229 230 231 232 金	228 229			11 45 202 11·00 L 45 C	- Q:15		へ [CO]   40.45   +p   ( カ月干~  カ月)   44.5   +   4.00   20祖     1p   /7   co     1p   /7	60	<u> </u>	インナービューティー母般ケア
日盤ストレッチ 66 火 19:00 20人 70 次 9:45 40人 70 次 12:30 25人 71 11:15 72 72 73 水 19:50 75 20:00 77 2 12:30 25人 77 1 14:15 各 76 金 77 2 14:15 各 77 2 77 1 14:15 各 77 2 78 18:30 78 18:30 79 18:30 79 79 ★ 20:00 79 79 ₹ 20:00 79 79 79 ₹ 20:00 79 79 79 79 79 79 79 79 79 79 79 79 79	99 10 11 11 18 19 20 21 35 4 19 20 21 37 37 11 11 18 19 20 21 37 37 47 47 47 47 47 47 47 47 47 4	229 230 231 232 金	29	KIK   200				116 十 9.15	62   18:45   親(「ガ月辛~「ガ月)   115   木 14:30   20f1   初 級   201   10:00   初 級   226   19:00	60		
サきしい一楽庵大極拳 67 水 9:45 40人 人・子 10:45 35人 10:4	30 31 32 33 34 34 35 36 36 37 37 31 31 31 32 31 31 31 31 31 32 31 31 31 31 31 31 31 31 31 31 31 31 31	230 231 232 金						116 ± 9:15   初中級 202   11:00 上 級 227   木 20:00	イ     62     十     18:45       ライー骨盤ケア     63     十       10:45     10:45       115     木       14:30     14:30       116     土       9:15       初中級     202       11:00     上       11:00     上       20:00       本       20:00	60		
はじめて太極拳   68 火 10:45   35人   70	31     \$\frac{1}{32}\$       32     \$\frac{1}{3}\$       33     \$20       34     \$21       35     \$10       36     \$11       37     \$12	231 232 金			100 1 100	かい有   204     20:00   初中級   2	7 100	116 土 9:15   初中級 202   11:00 上 級 227 木 20:00   21:00   お 級 203   月 19:00   初中級 228   21:00	A     62 ティー骨盤ケア     A     18:45 10:45     親子     115 木 14:30 116 土 9:15     初級 201 初級 202 11:00 初級 226 11:00 上級 227 木 20:00 21:00       ットネス     64 土 19:30 45人     新ちゃん親子・産後ビューティー(1カ月半~7カ月) 117 水 12:00 各     各     初級 203 月 19:00 初中級 228     月 19:00 初中級 228	60		
121 金 11:50   20相	32	232 金		001	20		20:00 初中級 229 10:00	116 ± 9:15   初中級 202   初中級 203   月   11:00 上 級 227 本 20:00   21:00   118 火   14:00   118 火   11:00	大     62	60		
************************************	33 20 34 21 35 10 36 11 37 12	232				刀級 205 21:00 初級 2	12:00   30組   初心者   204   20:00   初中級   229   10:00   11:00   12:05   13:1	116 ± 9:15   初中級 202   月 11:00 上 級 227 木 20:00   初級 203   月 19:00   初中級 228   21:00   初級 205   日 10:00   初中級 229   10:00	大極拳     62 大 18:45 10:45     18:45 10:45     18:45 10:45     115 木 14:30 116 ± 9:15     初級 201 初級 202 11:00 初級 226 11:00 担級 227 大 20:00 初中級 228 21:00 初中級 228 21:00 初中級 229 21:00 初中級 229 21:00 初級 205 21:00 初級 209 2	60		はしいし入型学
71	34 21 35 10 36 11 37 12	'33 I I	32	232	20	かり 205 21:00 初 級 2 かい者 206 10:00 和 級 2	T2:00   30組   初心者   204   20:00   初中級   229   10:00   11:00   13:15   204   7   7   7   7   7   7   7   7   7	116   土   9:15   初中級   202   月   11:00   上 級   227   木   20:00   21:00   20:00   初中級   20:00   初中級   20:00   初中級   20:00   初かき   20:00   初中級   20:00   初中級   20:00   初中級   20:00   初中級   20:00   初中級   20:00   10:00   11:	ス 62 大 18:45	60 日 10:25 身体メンテナンス 61 月 12:30 62 十 18:45 インナービューティー骨盤ケア 63 十 10:45 ボクシングフィットネス 64 土 19:30 45人 骨盤ストレッチ 66 火 19:00 20人 骨盤ストレッチ 66 火 19:00 20人 やさしい一楽庵太極拳 67 水 9:45 40人 はじめて太極拳 68 火 10:45 35人 はじめて太極拳 68 火 10:45 35人	2	やさしい気功
1	35 10 36 11 37 12					加級 205 21:00 初級 2 加社 206 10:00 初級 2 加級 207 11:00 初中級 2	T2:00   30組   初心者   204   20:00   初中級   229   10:00   11:0	116   土   9:15   初中級   202   月   11:00   上 級   227   木   20:00   21:00   初級   205   20:00   初中級   239   20:00   初中級   239   20:00   初中級   230   20:00   11	大     62	60		
リフレッシュヨーガ ★ 20:00 75 27人 78 ± 14:15 78 ± 18:30 27人 78 ± 18:30 27人 79 木 20:00 78 ± 18:30 27人 79 木 20:00 79 ۸  20:00 79 ۸  20:00 79  20:00 79  20:00 79  20:00 79  20:00 79  20:00 79  20:00 79  20:0	36 11 37 12					か 級 205 21:00 初 級 2 か さ 206 10:00 初中級 2 か 級 207 11:00 中 級 2 11:00 中 級 2	T200   30組   初心者   204   20:00   初中級   229   10:00   11:00	116 ± 9:15   初中級 202   初 級 203   月 11:00 上 級 227   本 20:00 初中級 208   11:00	大     62 ティー骨盤ケア     63 本     18:45 10:45     10:45       ディー骨盤ケア     63 本     19:30 45人 19:30 45人 20:45       水 トネス     64 土 19:30 45人 66 以 19:00 20人 20人 67 水 9:45 40人 69 月 9:30 40人 70 水 12:30 25人 70 ル 12:30 25人 70 ル 12:30 25人 70 ル 12:30 25人 70 ル 12:30 20:00 中級 233       対理が扱 201 初 級 201 初中級 202 初 級 203 初中級 203 初中級 205 20:00 初中級 229 20:00 初中級 231 230 231 230 232 232 232 232 232 232 232 232 232	60		
リフレッシュヨーガ ★ 20:00 75 20:00 76 20:00 77 4 14:15 78 18:30 77 4 14:15 78 18:30 77 4 14:15 78 18:30 77 4 14:15 78 18:30 79 木 20:00 79 ۸ × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00	37 12					が 級 205 21:00 初 級 2 か 者 206 10:00 初中級 2 が 級 207 11:00 初中級 2 の 4 208 12:00 中 級 2 14:00 初中級 2	T200   30組   初心者   204   20:00   初中級   229   10:00   11:00	116 ± 9:15   初中級 202   月 11:00 上 級 227 本 20:00 初中級 208   11:00 本 14:20   11:00 本 11:50   11:00 本 11:50   12:00 初 級 205   12:00 初 級 207   12:00 初 級 207   12:00 中 級 230   13:00   1	大大極拳     18:45 10:4	60		
76 並 20:00 SO人 77 ± 14:15 各 78 ± 18:30 27人 78 ± 18:30 27人 79 木 20:00 80 水 14:30 12:00 80 初級 219 初心者 240 11:00 初級 241 11:00 初中級 243 11:00 初級 221 11:00 初中級 243 11:00 初級 221 11:00 初心者 244 11:00 初心者 244 11:00 初級 221 11:00 初心者 244 11:0						が 級 205 21:00 初 級 2 か	Table   Ta	116 ± 9:15   初中級 202   初 級 203   月 11:00 上 級 227 本 20:00   21:00   初 級 205   20:00   初中級 228   20:00   初中級 229   20:00   初中級 229   20:00   初中級 230   20:00   初申級 230   20:00   初申級 230   20:00   初申級 230   20:00   2	A   62   大   18:45   10:4	113   火   13:10   13:10   13:10   14:30   15:10	j	
76 並 20:00 SO人 77 ± 14:15 各 78 ± 18:30 27人 78 ± 18:30 27人 79 木 20:00 79 ۸ × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79 × 20:00 79	8 ± 13				00 初中級 23	加級 205 21:00 初級 2 加さ者 206 10:00 初中級 2 加・級 207 11:00 初中級 2 加・級 208 12:00 中級 2 14:00 初中級 2 加・級 210 火 15:00 初級 2 18:00 初中級 2	12:00   30組   初心者   204   20:00   初中級   229●	116 ± 9:15   初中級 202   初 級 203   初 級 203   初 級 209   19:00 初中級 228   19:00 初中級 229   20:00 初中級 230   20:00 初申級 230   20:00	↑ 62	10:25   3	ا ر	リフレッシュヨーガ 🛨
76 20.00 初級 239 77 1 14:15 78 18:30 27人 78 4 20:00 79 木 20:00 79 本 20:00		<u>:38</u> 土	:38 ±		00     初中級     23       00     中級     23	加級 205 21:00 初級 2 加者 206 10:00 初中級 2 加級 207 11:00 初中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 15:00 初中級 2 18:00 初中級 2 19:00 中級 2	10:00   30組   初心者   204   初心者   20:00   初中級   229	116 ± 9:15   初中級 202   初級 203   初級 203   初級 203   初級 203   初級 205   11:00   上級 229   21:00   初級 230   11:00   元のフィットリトミック 119:00   初中級 229   21:00   初級 205   21:00   初級 207   10:00   初中級 208   11:00   和中級 208   11:00	↑ 62	10   10   10   25   25   61   月   12   25   61   月   12   25   62   18   45   62   10   45   75   70   70   70   70   70   70   7	/	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,
78	,9 15	239	:39	級 239	00     初中級     23       00     中級     23       00     初中級     23       00     初中級     23	加級 205 21:00 初級 2 加さ者 206 10:00 初中級 2 加級 207 11:00 中級 2 加中級 208 12:00 中級 2 14:00 初中級 2 15:00 初級 2 15:00 初中級 2 16:00 初中級 2 18:00 初中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 20:00 初中級 2	12:00   30組   初心者   204   20:00   初中級   229 ● 10:00   11:	116 ± 9:15   20:00   3   3   3   3   3   3   3   3   3	大	113 次   13:10   1	2	
78	0 16	240	:40	者 240	00     初中級     23       00     中級     23       00     初中級     23       00     初中級     23	加級 205 21:00 初級 2 かさ者 206 10:00 初中級 2 が 級 207 11:00 初中級 2 12:00 中級 2 14:00 初中級 2 15:00 初級 2 15:00 初級 2 15:00 初級 2 15:00 初級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 初中級 2 19:00 初中級 2 19:00 初中級 2 19:00 初中級 2 19:00 初中級 2 19:00 初中級 2 20:00 初中級 2	12:00   30組   初心者   204   20:00   初中級   229 ● 10:00   11:	116 ± 9:15   おおおお   202   初中級 202   初級 203   70   11:00   上級 227   木 20:00   20:00   初中級 228   20:00   初中級 228   20:00   初中級 229   20:00   初中級 229   20:00   初中級 229   20:00   初中級 230   10:00   初・級 207   10:00   初・級 208   10:00   10:00   初・級 230   10:00   10:00   初・級 230   10:00   10:00   初・級 235   10:00   初・級 211   中・級 212   中・級 212   中・級 212   日・級 213   10:00	大	113 次   13:10   1	1	
アロマヨーガ     79 木     20:00 初級     242       骨盤ピラティス     80 水     14:30 12:00     おんぱく親子・元気/が(3~7歳11カ月)     131 日     11:45 13:00     各名     日本の表別     本日の表別     日本の表別     日本の表別 <td>.1 17</td> <td>241</td> <td>41</td> <td></td> <td>00     初中級     23       00     中級     23       00     初中級     23       00     初 級     23       00     初 級     23       00     初心者     24</td> <td>型級 205 21:00 初級 2 型級 206 10:00 初中級 2 型級 207 11:00 初中級 2 12:00 中級 2 14:00 初中級 2 15:00 初級 2 15:00 初級 2 18:00 初中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 可中級 2 20:00 初中級 2 10:00 初中級 2</td> <td>  Table   Ta</td> <td>  116 ± 9:15   初中級 202   初 級 203   月 11:00 上 級 227 本 20:00 初中級 208   11:00 対 級 205   11:00</td> <td>  7</td> <td>  10   10   10   10   10   10   10   10</td> <td></td> <td></td>	.1 17	241	41		00     初中級     23       00     中級     23       00     初中級     23       00     初 級     23       00     初 級     23       00     初心者     24	型級 205 21:00 初級 2 型級 206 10:00 初中級 2 型級 207 11:00 初中級 2 12:00 中級 2 14:00 初中級 2 15:00 初級 2 15:00 初級 2 18:00 初中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 可中級 2 20:00 初中級 2 10:00 初中級 2	Table   Ta	116 ± 9:15   初中級 202   初 級 203   月 11:00 上 級 227 本 20:00 初中級 208   11:00 対 級 205   11:00	7	10   10   10   10   10   10   10   10		
81 水 12:00 8	2 10	242	42		00     初中級     23       00     中級     23       00     初中級     23       00     初 級     23       00     初 級     23       00     初心者     24	加級 205 21:00 初級 2 加強 206 10:00 初中級 2 加級 207 11:00 初中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 18:00 初中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 初中級 2	10:00   30組	116 ± 9:15   おおおお   20:00   初中級 202   初級 203   初級 203   初級 203   初級 205   20:00   初中級 228   20:00   初中級 229   20:00   初中級 229   20:00   初中級 229   20:00   初中級 230   20:0	115   大   14:30   11:00   11:00   初級   226   11:00   初級   226   11:00   初級   226   12:00   初級   227   大   12:00   初級   201   初級   201   初級   201   初級   201   初級   202   初級   203   11:00   大   11:00   大   11:00   大   11:00   大   11:00   大   11:00   1	情報		アロマヨーガ
81 12:00 各	.3 11	243	43	級 241	00     初中級     23       00     中級     23       00     初中級     23       00     初 級     23       00     初心者     24       00     初中級     24	型級 205 21:00 初級 2 型級 206 10:00 初中級 2 型級 207 11:00 初中級 2 12:00 中級 2 14:00 初中級 2 15:00 初級 2 15:00 初級 2 18:00 初中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 19:00 初中級 2 18:00 初中級 2	10:00   30組   初心者   204   初心者   205   21:00   初中級   230   11:00   11:00   初中級   231   13:05   12:00   中級   21:00   11:00   11:00   11:45   円中級   211   円中級   212   11:20   20組   10:00   11:45   70 級   219   70:00   70 和級   241   17:00   70 和級   242   10:00   70 和級   230   20:00   70 和級   230   70 和   230   70 和	116 ± 9:15   初中級 202   初級 203   初級 203   初級 205   11:00   上級 227   木 20:00   初級 205   11:00   初中級 210   11:00   11:00   初中級 210   11:00	115   大   14:30   20mm   13mm   15   大   14:30   20mm   11:00   大   15:00	情報   10.25	-	骨盤ピラティス
	4 12	244		級 241 級 242	90     初中級     23       90     中級     23       90     初中級     23       90     初級     23       90     初心者     24       90     初中級     24       90     初級     24       90     初級     24       90     初級     24	加級 205	10:00   30組   初心者   204   初心者   205   21:00   初中級   230   11:00   11:00   初中級   231   13:05   12:00   内中級   235   12:00   12:00   12:00   13:05	116   土   9:15   内   117   水   12:00   内   118   火   12:00   118   火   119   水   14:20   12:00   12:00   木   13:15   12:00   12:00   12:00   大   12:00   12:00   大   13:00   12:00   12:00   大   13:00   12:00   13:00   1	115   木   14:30	特殊メンテナンス		
		245 ⊟	'44	級 241 級 242 級 243	90     初中級     23       90     中級     23       90     初中級     23       90     初級     23       90     初心者     24       90     初一級     24       90     初中級     24       90     初中級     24       90     初中級     24       90     初中級     24	加級 205 21:00 初級 2 加さ者 206 10:00 初中級 2 加米 207 11:00 初中級 2 12:00 中級 2 12:00 初中級 2 12:00 初中級 2 15:00 初中級 2 18:00 初中級 2 19:00 中級 2 19:00 中級 2 20:00 初中級 2 20:00 初中級 2 19:00 初中級 2 19:00 初中級 2 19:00 初中級 2 20:00 初中級 2	10:00   10	116 ± 9:15   20:00   30:00	115   本   14:30   20h   115   ★   14:30   20h   2	特殊メンテナンス	١.	ピニニ・フ
				級 241 級 242 級 243 者 244	90     初中級     23       90     中級     23       90     初中級     23       90     初 級     24       90     初中級     24       90     初心者     24	加級 205 21:00 初級 2 加金 206 11:00 初中級 2 加級 207 11:00 初中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 13:00 初中級 2 18:00 初中級 2 19:00 中級 2 19:00 初中級 2 20:00 初中級 2 19:00 初中級 2 19:00 初中級 2 19:00 初中級 2 20:00 初中級 2	12:00   30組   初心者   204   初心者   20:00   初中級   229   10:00   11:00   11:00   初中級   230   13:00   13	116 ± 9:15   12:00   117 水   12:00   118 火   12:00   118 火   12:00   118 火   12:00   118 火   12:00	115   木   14:30   20m   11:6   木   14:30   20m   11:00   木   20m   11:00   上級   227   木   20:00	情報 トレーンタ ★   60	-   '	ヒフティス
84   木   1200     親子で楽しく!フラダンス(3~12歳11カ月)   136   十   12:35   23組   204   15:00   初中級   247		า46 ∣ า	245 日	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245	00     初中級     23       00     中級     23       00     初中級     23       00     初 級     24       00     初中級     24	加級 205 21:00 初級 2 加水 206 10:00 初中級 2 加級 207 11:00 中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 18:00 初中級 2 18:00 初中級 2 19:00 中級 2 19:00 初中級 2 20:00 初中級 2 18:00 初中級 2 19:00 初中級 2 18:00 初中級 2 19:00 初中級 2 20:00 初中級 2 19:00 初中級 2 21:00 初中級 2	12:00   30組   初心者   204   初心者   20:00   初中級   229   10:00   11:00   11:00   初中級   231   13:05   13:15   20組   初級   207   初級   208   10:00   初中級   232   13:00   11:00   初中級   232   12:00   12:00   12:00   13:00   12:00   13:00	116 ± 9:15   20:00   20:00   30:00	15   15   15   15   15   15   15   15	(カ) トレーニクト		
			245 246	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246	00     初中級     23       00     中級     23       00     初中級     23       00     初級     24       00     初中級     24       00     初 級     24       00     初 級     24	加級 205 21:00 初級 2 加金 206 10:00 初中級 2 加米 209 12:00 中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 18:00 初中級 2 18:00 初中級 2 19:00 中級 2 19:00 初中級 2 19:00 初中級 2 19:00 初中級 2 19:00 初中級 2 20:00 初中級 2 19:00 初中級 2 20:00 初中級 2 11:00 初中級 2	12:00   30組	116 ± 9:15   1200   117 水   1200   1200   118 火   12000   1200   1200   1200   1200   1200   1200   1200   1200   1200   1200   1200   1200   120	18.45   10.45   1	10.25   20.05   3.	-	骨盤調整ピラティス
はじめてクラシックバレエ 86 火 18:50 ね 12-7 (0 4544-13) 138 火 4400 な		247	245 246 247	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247	00     初中級     23       00     中級     23       00     初中級     23       00     初級     23       00     初心者     24       00     初中級     24	加級 205	10:00   10	116   土   9:15   大   20:00   117   水   12:00   118   火   12:00   119   水   14:20   12:00   119   水   14:20   12:00   122   月   13:15   123	15   本   14:30	10.25	(	はじめてクラシックバレエ
バ 87 全 11:10 合 1 139 ★ 14:30 日 1		247 248	245 246 247 248	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247 級 248	90     初中級     23       90     中級     23       90     初中級     23       90     初級     24       90     初中級     24 <td>加級 205 21:00 初級 2 2 2 206 初級 207 11:00 初中級 2 2 2 2 2 3 数 223 か 級 223 か 級 225 18:00 初中級 2 2 1:00 初中級 2 2 2 2 3 数 225 初中級 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 3 3 数 2 3 3 3 3</td> <td>  12:00   30組</td> <td>  116 土 9:15   20:00   20:00   30:44   20:00   20:00   30:44   20:00   30:44   20:00   30:44   20:00   30:44   30:44   20:00   30:44</td> <td>  15   本   14:30   20日   10:00   10   10   10   10   10   10  </td> <td>  特体メンテナンス   60</td> <td>1</td> <td></td>	加級 205 21:00 初級 2 2 2 206 初級 207 11:00 初中級 2 2 2 2 2 3 数 223 か 級 223 か 級 225 18:00 初中級 2 2 1:00 初中級 2 2 2 2 3 数 225 初中級 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 3 3 数 2 3 3 3 3	12:00   30組	116 土 9:15   20:00   20:00   30:44   20:00   20:00   30:44   20:00   30:44   20:00   30:44   20:00   30:44   30:44   20:00   30:44	15   本   14:30   20日   10:00   10   10   10   10   10   10	特体メンテナンス   60	1	
	No. 曜日 開始	247 248 ァレンジ初中	245 246 247 248 ロンジ初の	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247 級 248	90     初中級     23       90     中級     23       90     初中級     23       90     初級     24       90     初中級     24 <td>加級 205 21:00 初級 2 2 2 206 初級 207 11:00 初中級 2 2 2 2 2 3 数 223 か 級 223 か 級 225 18:00 初中級 2 2 1:00 初中級 2 2 2 2 3 数 225 初中級 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 3 3 数 2 3 3 3 3</td> <td>  12:00   30組   初心者   204   初心者   20:00   初中級   229   10:00   11:00   初級   230   11:00   初小者   206   11:00   初中級   231   13:15   12:00   本   12:00   中級   210   12:00   中級   210   12:00   中級   210   12:00   中級   231   12:00   中級   234   231   12:00   13:00</td> <td>  116</td> <td>  15   本   14:30   20   10:00   10   10   10   10   10   10</td> <td>  (1)   (1</td> <td>ړ ۱.</td> <td>クラシックバレエ   (初級)</td>	加級 205 21:00 初級 2 2 2 206 初級 207 11:00 初中級 2 2 2 2 2 3 数 223 か 級 223 か 級 225 18:00 初中級 2 2 1:00 初中級 2 2 2 2 3 数 225 初中級 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 2 3 3 数 2 3 3 数 2 3 3 3 3	12:00   30組   初心者   204   初心者   20:00   初中級   229   10:00   11:00   初級   230   11:00   初小者   206   11:00   初中級   231   13:15   12:00   本   12:00   中級   210   12:00   中級   210   12:00   中級   210   12:00   中級   231   12:00   中級   234   231   12:00   13:00	116	15   本   14:30   20   10:00   10   10   10   10   10   10	(1)   (1	ړ ۱.	クラシックバレエ   (初級)
(初中級) 89 ± 1700		247 248 ァレンジ初中	245 246 247 248 ロンジ初の	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247 級 248 ●はチャレン	20 初中級 23 20 中級 23 20 初中級 23 20 初中級 23 20 初小者 24 20 初中級 24 24 00 初 級 24 24 00 初 級 24 24 00 初 級 24	加級 205 21:00 初級 2 加水 206 11:00 初中級 2 加級 207 11:00 初中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 12:00 中級 2 18:00 初中級 2 18:00 初中級 2 19:00 中級 2 19:00 初中級 2 20:00 初中級 2 19:00 初中級 2 20:00 初中級 2 19:00 初中級 2 21:00 初中級 2	12:00   30組   初心者   204   初心者   20:00   初中級   229   10:00   11:00   初級   230   11:00   初小者   206   11:00   初中級   231   13:15   12:00   本   12:00   中級   210   12:00   中級   210   12:00   中級   210   12:00   中級   231   12:00   中級   234   231   12:00   13:00	116	15   14:30	情報   10-25   11-20	-	
90 目 15:45 (5~6歳11カ月) * 142 火 15:45 18人 302 16:00 322 18:00 34		247 248 マレンジ初中 No. 曜E	245 246 247 248 マレンジ初「 No. 曜	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247 級 248 ● はチャレン 時間 No.	初中級   23   23   23   23   24   24   24   24	加級 205   21:00 初級 2 2 2 3 2 3 3 2 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3	11:00   30組	116	15   14:30	情報   10-25   11-20		(1)
(H) かてフラダンス 91 (4 1950 塩 143 金 1550 各 303 _ 1800 323 水 1900 34	4/   19	247 248 No. 曜日 341	245 246 247 248 マレンジ初中 No. 曜 341	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247 級 248 はチャレン 時間 No.	20 初中級 23 20 中級 23 20 初中級 23 20 初中級 23 20 初小者 24 20 初中級 24 24 回 初中級 24 24 回 初中級 24 25 回 初中級 24 26 回 初中級 24 27 回 日本 28 日本 29 日本 29 日本 20 別中級 3 24 回 30 初中級 3 24 回 30 初中級 3 30 日本 30 日	加級 205   21:00 初級 2 加さ者 206	12:00   30組	116   土   9:15   大   11:00   上 級   227   木   20:00   21:00   初級   230   21:00   初級   230   20:00   初中級   230   230   230   20:00   初中級   230	15   14:30	情報   10-25   11-20	- 1	けいめてコラダンフ
92 夕 2000 34		247 248 マレンジ初中 No. 曜日 341 342	245 246 247 248 7レンジ初 <sup>-</sup> No. 曜 341 342	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247 級 248 ●はチャレン 時間 No. ::00 341	20 初中級 23 20 中級 23 20 初中級 23 20 初中級 23 20 初 級 24 20 初中級 24 30 初中級 24 30 初中級 24 30 初中級 24 30 初中級 3 318:00 3	四級 205 21:00 初級 2 元が者 206 10:00 初中級 2 元が者 208 209 11:00 中級 2 元が報 209 12:00 中級 2 元が報 210 火 15:00 初級 2 元が報 211 中級 212 18:00 初中級 2 元が報 213 中級 214 20:00 初中級 2 元が者 218 7元が者 218 7元が者 220 2:00 初中級 2 元が者 220 7元が者 220 7元が者 220 7元が者 220 7元が者 220 7元が者 220 7元が者 221:00 初中級 2 元が報 221:00 初中級 2 元が報 221 11:00 初・経 2 元が報 222 11:00 初中級 2 元が報 223 本 14:00 初中級 2 元が報 223 本 14:00 初中級 2 元が報 224 225 本 14:00 初中級 2 元が明 関始時間 No. 曜日 開始時間 301 302 章 14:00 321 16:00 322	11:00   30組   初心者   204   初心者   205   21:00   初中級   230   11:00   初小者   206   11:00   初中級   231   13:05   12:00   本   12:00   中級   210   12:00   中級   210   12:00   中級   210   12:00   中級   211   中級   212   中級   212   中級   214   12:00   初小者   236   11:00   初中級   237   12:00   中級   237   12:00   中級   237   12:00   13:00	116   土   9:15   大   117   水   117   水   117   水   117   水   118   火   119   水   14:20   大   119   水   14:20   大   119   水   14:20   大   119   水   14:20   大   120   木   13:15   121   金   11:50   122   月   13:15   123   水   12:00   大   124   木   12:00   大   125   金   9:30   125   金   9:30   125   3   127   ×   10:30   11:45   127   ×   10:30   11:45   132   11:45   132   133	115   本   14:30   で	10.25   20.24   10.25   20.24   10.25   20.24   20	Ι,	4000C77X2X
92 単 14:30 冬 7 タイガー (川~3) 145 火	343 金 20	247 248 マレンジ初中 No. 曜 341 342 343	245 246 247 248 7レンジ初ロ No. 曜 341 342 343	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247 級 248 ●はチャレン 時間 No. ○300 341 ○342	20 初中級 23 20 中級 23 20 初中級 23 20 初級 23 20 初心者 24 20 初中級 24 20 初 級 3 16:00 3 18:00 3 水 19:00 3	20	11:45	116 ± 9:15   117 水 12:00   118 火 12:00   119 水 14:20   119 水 14:20   119 ル 12:00   11:00	62 ★ 1845	情報 トラーン	H	
ステップアップフラダンス 904 は 18:40 20   ボーン 146   大 17:00 16   16   17:00 20   326   18:30 34	343 344 21	247 248 No. 曜 341 342 343 344	245 246 247 248 7レンジ初「 No. 曜 341 342 343 344	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 248 ●はチャレン 時間 No. 6:00 341 6:00 342	20 初中級 23 20 中級 23 20 初中級 23 20 初中級 23 20 初ル者 24 20 初中級 24 10 初中級 3 11 日 16 10 3 18:00 3 19:00 3 20:00 3	20	11:00   30組	116 ± 9:15   21:00   22:00   21:00   22:00   21:00   20:0	18.45	情報 トーラン		ステップアップフラダンス
01 1/2 10:10 20/2	343 <sup>金</sup> 20 344 21 345 9	247 248 No. 曜 341 342 343 344 345	日 245 247 248 パレンジ初の No. 曜 341 342 343 344 345	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247 級 248 はチャレン 時間 No. 300 341 300 343 300 344 300 345	20 初中級 23 20 中級 23 20 初中級 23 20 初 級 23 20 初 級 24 20 初中級 3 18:00 3 18:00 3 19:00 3 20:00 3 21:00 3	四級 205   21:00 初級 2 元が者 206	12:00   30組	116 ± 9:15   8   30   4   116   2   9:15   8   30   4   118   次   120   30   30   30   30   30   4   11   30   30   30   30   4   11   30   30   30   30   30   4   14   30   30   30   30   30   4   14   30   30   4   14   30   30   4   14   30   30   4   14   50   30   30   4   14   50   30   30   4   14   50   30   30   30   30   30   30   30	7- 一骨盤ケア   63   10.05   11.5   1	情の   1025	-	フィットラフフラダンフ
7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7	343 <sup>金</sup> 20 344 21 345 9 346 10	247 248 No. 曜 341 342 343 344 345 346	245 246 247 248 No. 曜 341 342 343 344 345 346	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247 級 248 ●はチャレン 時間 No. 300 341 300 343 300 343 300 344 300 345	20 初中級 23 20 中級 23 20 初中級 23 20 初中級 23 20 初小者 24 20 初中級 3 21:00 3 21:00 3 9:30 3	20	12:00   30組	116 ± 9:15   8   30   4   116   2   9:15   8   30   4   118   次   120   8   30   4   118   次   120   118   次	15   15   15   15   15   15   15   15	情報 トーファ		
140 1600 \$	343	247 248 No. 曜 341 342 343 344 345 346 347	245 246 247 248 マレンジ初 <sup>©</sup> No. 曜 341 342 343 344 345 346 347	級 241 級 242 級 243 者 244 後 245 級 246 級 247 級 248 はチャレン 時間 No. 300 341 300 342 500 343 500 345 500 345 500 345 500 345 500 345 500 345	200 初中級 23 200 中級 23 200 初中級 23 200 初一級 23 200 初一級 24 200 初中級 24 200 初中級 24 200 初中級 24 200 初中級 24 200 初中級 24 200 初中級 24 200 初申級 24 200 初申級 3 16:00 3 18:00 3 19:00 3 20:00 3 20:00 3 21:00 3 10:30 3	20 級 205	11:00   30組	116   上   9:15   117   水   1200   118   火   119   水   14:20   204   119   水   14:20   206   120   流   120   121   2   13:15   123	スー骨盤ケア 63 ★ 1945	情報ントナンス   61 月 12-20   11		
キッス空手 (新極臭会) (4歳~八6) ★ 17:15 28人 310 13:00 330 ★ 16:00 35	343	247 248 No. 曜 341 342 343 344 345 346 347 348 349	245 246 247 248 7 レンジ初 <sup>r</sup> No. 曜 341 342 343 343 344 345 346 347 348 349	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 245 級 247 級 248 ●はチャレン 時間 No. 3:00 341 3:00 342 3:00 343 3:00 344 3:00 345 3:00 347 3:00 347 3:00 347 3:00 347	200 初中級 23 200 中級 23 200 初中級 23 200 初中級 23 200 初 級 24 200 初中級 3 21:00 3 21:00 3 21:00 3 10:30 3 11:30 3	20	11:20   30組	116	スーー機能ケア 63 本 1845 1045 1045 1045 1045 1045 1045 1045 10	10   10   10   10   10   10   10   10	,	
ス / / / / / / / / / / / / / / / / / / /	343	247 248 No. 曜 341 342 343 344 345 346 347 348 349	245 246 247 248 No. 曜 341 342 343 344 345 346 347 348 349	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247 級 248 ●はチャレン 時間 No. 300 341 300 345 303 346 303 345 303 348 303 348 303 348	200 初中級 23 200 中級 23 200 初中級 23 200 初級 23 200 初級 24 200 初中級 3 21:00 3 10:30 3 11:30 3 11:30 3 11:30 3 11:30 3 11:30 3	20	11:00   30組	116	7 - 一巻をア   62   末   84.5   10.46	## 13 次 1310 を	ζ  -	ノノヘンコが以
<u>ベリーダンス 99 金 19:50 合 17/スタス 17:50 合 </u>	343	247 248 No. 曜 341 342 343 344 345 346 347 348 348 349 350	245 246 247 248 No. 曜 341 342 343 344 345 346 347 347 348 349 350	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247 級 248 ●はチャレン 時間 No. 300 341 300 342 300 343 300 346 330 346 330 346 330 348 330 348 330 349 330 349 330 349 330 349	200 初中級 23 200 中級 23 200 初中級 23 200 初中級 23 200 初級 24 200 初中級 24 200 初日級 24 200 初日級 3 21:00 3 21:00 3 21:00 3 11:30 3	20	11:00   30組	116	7 - 一巻をア   62   末   84.5   10.46	## 13 次 1310 を		ベリーダンス
(H)2×75, 75, 7 (H)2×15, 7 (H)2	343	247 248 No. 曜 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351	245 246 247 248 7 レンジ初 <sup>r</sup> No. 曜 341 342 343 343 344 345 346 347 348 349 349 350 351	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247 級 248 ○はチャレン 時間 No. 3000 341 3000 342 3000 343 3000 345 330 346 330 347 330 349 330 349	200 初中級 23 200 中級 23 200 初中級 23 200 初級 23 200 初級 24 200 初中級 3 16:00 3 19:30 3 11:30 3	20	11:00   30組	116	7 - 一巻をア   62   末   84.5   10.46	## 13 次 1310 を		
はしめ(シャスタンA   101 月 20:45   子 「ファスタンA   (12:45)   101   10:10   10:	343	No.   曜日   341   342   343   344   345   346   347   348   349   350   351   352	245 246 247 248 7レンジ初 <sup>1</sup> No. 曜 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352	級 241 級 242 級 243 者 244 者 245 級 246 級 247 級 248 □はチャレン 時間 No. 6:00 341 6:00 342 0:00 345 0:30 348 0:30 348 0:30 348 0:30 348 0:30 348 0:30 348 0:30 348	200 初中級 23 200 中級 23 200 初中級 23 200 初級 23 200 初級 24 200 初中級 3 18:00 3 19:00 3 11:30 3 11:30 3 14:00 3 16:00 3 16:00 3 11:30 3	20	11:00   30組	116	7 - 一巻女   7   62   末   1845   1046   10	## 13 次 1310 を		
	343	No. 曜 341 342 343 344 345 345 346 347 348 349 350 351 352 353	45 日   46   247   248   341   342   343   345   346   347   348   349   350   351   352   353   353	級 241 級 242 級 243 者 244	200 初中級 23 200 中級 23 200 初中級 23 200 初中級 23 200 初砂 23 200 初砂 24 200 初中級 24 200 初 級 24 200 初 級 24 200 初 級 3 18:00 3 19:00 3 21:00 3 11:30 3	20	12:00   30組	計画   116   土   9.15   117   水   1200   30組   118   火   120   119   水   14.20   120	ステー骨酸ケア 63	## 10.25	1 (	
	343	No. 曜 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 353	45 日   46   247   248   341   342   343   344   345   346   347   348   350   351   352   353   354   354   355   353   354   354   355   353   354   355   35	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 245 級 246 級 247 級 248 ●はチャレン 時間 No. 3:00 341 3:00 342 3:00 343 3:00 343 3:00 343 3:00 345 3:00 350 3:00 351 3:00 352	200 初中級 23 200 中級 23 200 初中級 23 200 初中級 23 200 初 級 24 200 初中級 3 21:00 3 11:30 3	20	12:00   30組	Time   116	スー・骨盤ケア 63	## 10.25		
はしめ (HOUSE 102 火 20:15 各 ジュニアビートフィットネス (が)へら) 154 並 17:45 各 100 334 21:00 356 第 100 335 9:30 355	343     #     20       344     21       345     9       346     10       347     12       348     12       349     12       350     15       351     16       352     15       353     19       354     20       355     9	No. 曜日 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 354 355	45 日   日   日   日   日   日   日   日   日   日	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 245 級 246 級 247 級 248 ●はチャレン 時間 No. は300 341 000 343 000 344 000 345 030 346 030 350 030 350 030 350 030 350 030 350 030 350 030 350 030 350 030 350 030 350 030 350 030 350 030 350 030 350	200 初中級 23 200 中級 23 200 初中級 23 200 初 級 23 200 初 級 24 200 初中級 3 16:00 3 10:30 3 11:30 3	20	12:00   30組	Time   116	************************************	## ***   10.25	- 2	ジャングだたたいブ騒スコート
はしめ (HOUSE   102   大 20:15   103   水 20:15   20:15   315   315   316	343     #     20       344     21       345     9       346     10       347     11       348     12       350     15       351     16       352     18       353     19       355     20       355     10       355     10       355     10       356     10	No. 曜日 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 354 355 355 356	45 日   46   47   48   47   48   48   49   49   49   49   49   49	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247 級 248 ●はチャレン 時間 No. 6:00 341 6:00 342 6:00 343 6:00 345 6:30 346 6:00 353 6:00 353 6:00 353 6:00 353 6:00 353 6:00 353 6:00 353 6:00 353 6:00 353	200 初中級 23 200 中級 23 200 初中級 23 200 初中級 23 200 初 級 24 200 初中級 24 200 初日級 24 21:00 3 18:00 3 11:30 3	20	1200   30組	計画	ステー 骨盤ケア 63	## ****   10.25	7	
はじめくHOUSE 102 火 20:15 ボリウッドダンス 103 水 20:15 ジャンベをたたいて踊ろう!! 104 日 17:00 はじめてヒップホップ 105 金 19:00 日 20:00 335 はじめてヒップホップ 105 金 19:00 日 20:00 356 ス キッズチア ★ 15:55 17:10 日 100 354 21:00 356 (3歳6)月~號11:10 日 15:05 日 15:05 日 17:10 日 15:05 日 17:10 日 10:00 354 21:00 356 日 10:30 356 日 1	343     #     20       344     21       345     9       346     10       347     11       348     12       349     12       351     16       352     18       353     19       354     19       355     10       357     11       357     11       357     11	No. 曜 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 354 355 355 356 357	445   日   446       447       48       7 レンジ初 <sup>-</sup>       341       342       343       344       345       346       347       348       349       350       351       352       353       355       356       357       57	級 241 級 242 級 243 者 244 級 245 級 246 級 247 級 248 ●はチャレン 時間 No. 300 341 300 342 000 343 000 344 000 345 300 346 000 350 300 350 300 350 300 350 300 350 300 350 300 353 300 353 300 353 300 353 300 353 300 353 300 353 300 353	200 初中級 23 200 中級 23 200 初中級 23 200 初 級 23 200 初 級 24 200 初中級 3 18:00 3 19:00 3 11:30 3 11:30 3 19:00 3 20:00 3 21:00 3 11:30 3 11:30 3 11:30 3 11:30 3 11:30 3 11:30 3 11:30 3 11:30 3 11:30 3	20	1200   30組	日子・産後ヒューティー (1力月半~7カ	ス	## # # # # # # # # # # # # # # # # # #	7	
はしめてHOOSE 102 火 20:15 各 20:15 が 10:35 水 16:55 水 16:55 水 16:55 と 20:15 はじめてヒップホップ 105 金 19:00 名 19:00 3:54 と 10:30 3:55 水 16:55 水 16:55 水 16:55 本 16:55 \pm 16	343     #     20       344     21       345     9       346     10       347     11       348     12       349     12       351     16       352     18       353     20       355     10       357     11       358     11       357     11       358     11       357     11       358     11       358     11       358     11       358     11       358     11       358     11       358     11       358     11       358     12	No.   曜日   341   342   343   344   345   346   347   348   349   350   351   352   353   354   355   356   357   358   日	45 日   46   247   248   341   342   343   344   345   346   347   348   349   350   351   352   353   354   355   356   357   358   日本の	級 241 級 242 級 243 者 244	200 初中級 23 200 中級 23 200 初中級 23 200 初級 23 200 初級 24 200 初中級 3 18:00 3 19:00 3 11:30 3 11:30 3 19:00 3 20:00 3 20:00 3 20:00 3 20:00 3 20:00 3 11:30 3	20	12:00   30組	計画   16   上   15   5   5   5   5   5   5   5   5	スティー骨値ケア 63	# ちゃんぱき ママヒューティー (17) 月ネー (17) 月ネー (17) 月ネー (17) 月ネー (17) 月ネー (17) 日本 (17) 月ネー (17) 日本 (17) 月ネー (17) 日本 (17) 月ネー (17) 日本 (17	7	
はしめてHOOSE 102 火 20:15 各 20:15 が 10:35 水 16:55 水 16:55 水 16:55 と 20:15 はじめてヒップホップ 105 金 19:00 名 19:00 3:54 と 10:30 3:55 水 16:55 水 16:55 水 16:55 本 16:55 \pm 16	343     #     20       344     21       345     9       346     10       347     11       348     12       349     12       351     16       352     18       353     20       355     10       357     11       358     11       357     11       358     11       357     11       358     11       358     11       358     11       358     11       358     11       358     11       358     11       358     11       358     12	No. 曜 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 354 355 355 356 357	45 日   46   247   248   341   342   343   344   345   346   347   348   349   350   351   352   353   354   355   356   357   358   日本の	級 241 級 242 級 243 者 244	200 初中級 23 200 中級 23 200 初中級 23 200 初中級 23 200 初 級 23 200 初 級 24 200 初中級 24 200 初中級 24 200 初中級 24 200 初中級 24 200 初中級 24 200 初中級 24 200 初 級 24 200 初 級 24 200 初 級 24 200 初 級 3 18:00 3 19:00 3 21:00 3 11:30 3 14:00 3 18:00 3 18:00 3 11:30 3	20	12:00   30組	日子連接   1	スート	# ちゃん様子・アドンス   60   月 1025   72   74   74   75   75   75   75   75   75	7	
58	16.33 2 15:30 2 0. 曜日 開始 26 本 19 27 本 20 28 21 30 11 31 金 18 32 20 33 21 34 21 35 10 36 11 37 12	±   15:3   ±   15:3   No. 曜日   226   227   木   228   229   230   231   金	No. 曜日 226 227 木 228	168   土   ス   No.   級   226   級   227	) 169 <u>1</u> 169 <u>1</u> 間 コース No 00 初 級 22	『チローズ(5歳6カ月〜小1) 169 -ス No. 曜日 開始時間 コース	13:10   A   10:30   10:30   20:30   10:30   20:30   10:30   20:30   10:30   20:30   10:30   20:30   10:30   20:30   10:30   20:30   10:30   20:30	111 金 13:00	<u> </u>		ī	肩こり・腰痛解消教室 →
「カード	16:55   2   15:30   2   20   開始   27   木   20   21   18   19   20   21   18   19   20   21   18   19   20   21   18   15   15   15   15   15   15   1	No. 曜日 226 227 木 228 230 231 金	水 16:5 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 228	168   水   169   土   ス   No.	168   7   169	一ズ (小1 ~小3)	フチローズ(5歳~ハ1)   16/ 水   15:45   20	ド~12カ月)★ 111 金 13:00 ★ 7ラローズ(5歳~小1) 167 水 15:45 20 ローズ(小1~小3) 168 水 16:55 25 プチローズ(5歳6カ月~小1) 169 土 15:30 20	消教室 ★ 57 月 10:45	<b>同フル・暦/京紀光教室 ★ 10.45                                      </b>	1	姿勢改善でカラダ快調
	水 15:45 2 16:55 2 ± 15:30 2 0. 曜日 開始 27 木 20 21:30 21:30 3 30 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3	水 15:4 16:5 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 229 230 231 金	水 15:4 16:9 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 228	167       168       169       土       No.       級     226       級     227	167 168 ) 169 169 加 初 級 22	パチローズ (5歳~小1)     167       ローズ (小1 ~小3)     168       パチローズ (5歳6カ月~小1)     169       -ス     No.     曜日 開始時間 コース 日本	プチローズ (5歳~小1)   167   15:45   20	ドペリケース マンド - ** 110 本 15:40	所数室 ★ 57 月 10:45	<b>『 10:45   「 10:45   「 10:45   「 10:45   「 10:45   「 10:45   「 10:45   10:4</b>		
はしかて健康体標 55 木 15:45 次 56 大 15:45 次 56 大 15:45 次 57 月 10:45 名 58 木 58 木 58 木 58 木 59 日 9:15 60 日 10:25 か 60 日 10:25 から 60 日 10	17:00   2   15:45   2   16:55   2   ± 15:30   2   20   曜日 開始   27   木   20   21   28   10   33   11   18   19   33   20   34   21   10   36   11   12   12   12   12   12   12   1	大   17:0   水   15:4   16:5   土   15:3   15:3   No. 曜日   226   227   木   229   230   231   金   232   金	水 17:( 水 16:( 土 15:3 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 228	166 167 168 169 ± <b>X</b> No. 級 226 級 227	166   167   168   169   16	一ズ (小4~中3)   166   『チローズ (5歳~小1)   167   167   168   169	21相	で1歳5カ月)	探 55 木 15:45 子 15:45 子 15:45 子 10:45 \to 10:4	はしめ(健康体操 55 木 15:45 (2万月~1歳5万月)		
(2カ月~1歳5カ月)   (10   10   10   10   10   10   10   1	大 15:45 17:00 2 15:45 2 16:55 2 ± 15:30 2 0. 曜日 開始 26 末 20 21 28 21 29 10 30 21 30 3	火 15:4 17:0 水 15:4 16:5 土 15:3 No. 曜日 226 227 大 228 229 230 231 232	火 15:4 17:( 水 16:( 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 228	165 166 167 168 169 土 ス No. 級 226 級 227	11カ月) 165 / 166 / 167 / 168 / 169 z line line line line line line line line	(小3~中3)   164   165	10:40   21組	~1歳5ヵ月)	操 55 木 15:45 を	はじめて健康体操 55 木 15:45 タ 21組 パレス 21組		
はじめて健康体操 多数改善でカラダ快調 56 水 肩こり・腰痛解消教室 ★ 57 月 10.45 筋肉トレーニング ★ 69 日 10.25 身体メンテナンス 61 月 12.05 身体メンテナンス 62 木 16.45 インナービューティー骨盤ケア 63 木 10.45 ボグラングフィットネス 64 土 19.30 45人 11.15 木 14.30 東をレルーチー 66 火 19.00 20人 校 11.15 木 14.30 はじめて集隆本拳 67 水 9.45 40人 11.15 本 13.00 はじめて集隆本拳 68 火 10.45 58 カーマン・ママビューティー 11.0 木 15.40 を 11.15 木 14.30	18.00   17:30   2   15:45   17:00   2   16:55   2   16:55   2   2   16:50   2   1   1   1   1   1   1   1   1   1	17:3   大   15:4   17:0   水   15:4   16:5   土   15:3   No. 曜日   226   227   木   229   230   231   金	大 17:6 大 17:6 17:6 17:6 16:6 15:6 15:6 16:6 15:6 16:6 17:6 18:6	165 165 166 167 168 169 169 土 X No. 級 226 級 227	164   164   11カ月) 165   166   167   168   169 <u>-</u>   169 <u>-</u>   169 <u>-</u>   100 初級 22	164 『チローズ(3歳6カ月~6歳11カ月) 165 Iーズ(小4~中3) 166 『チローズ(5歳~小1) 167 Iーズ(小1~小3) 168 『チローズ(5歳6カ月~小1) 169 -ス No. 曜日 開始時間 コース	10:40   21組	~1歳5ヵ月)	操 55 木 15:45 ダ快調 56 水 ボビーマッサージ&ママケアストレッチ 110 木 15:40 1カ月半~12カ月) ★ 111 金 13:00	はじめて健康体操 55 木 15:45 タ 21組 パレス 21組		
************************************	## 16:00   17:30   2   15:45   2   15:45   2   2   1   15:45   2   2   1   1   1   1   1   1   1   1	## 16:0 17:3 火 15:4 17:0 水 15:4 16:5 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 228 230 231 232	世 16:0 17:1 火 15:2 17:1 水 15:2 16:1 15:2 16:1 15:2 16:1 15:2 16:1 16:1 17:1 17:1 18:2 1	162 163 164 165 166 167 水 168 169 ± <b>X</b> No. 80 226 80 227	162   163   164   11カ月   165   166   167   168   169   1	162   イートピー   (5歳6カ月〜小3)   164   パ3〜中3)   164   チローズ (3歳6カ月〜6歳11カ月)   165   ローズ (小4〜中3)   166   デローズ (5歳〜小1)   167   ローズ (小1〜小3)   168   チローズ (5歳6カ月〜小1)   169   -ス   No.   曜日   開始時間   コース	10:00   A   1	- 1歳5カ月) ★ 107 火 1000 108 木 9:30 (親子のベビーマッサージ 109 金 10:40 21組 7チローズ (3歳6カ月~何3) 163 16:00 各 17:30 20. 17:40 25. 16:50 日 10:40 111 金 13:00 112 月 12:00 113 火 10:40 113 火 10:40 15:30 20. 16:50 25. 16:50 20. 16:50 20. 16:50 20. 16:50 20. 16:50 20. 16:50 20. 16:50 20. 16:50 20. 16:50 20. 16:50 20. 16:50 20. 16:50 20. 17:30 20. 16:50 20. 17:30 20.	レッチ 52 3 20:00 35人 レッチ 53 火 9:30 25人 13:15 35人 操 55 木 15:45 ジタ快調 56 水 ジガヤ 57 月 10:45 ※ 第数室 ★ 57 月 58 木 10:45	ジェイフ&ストレッチ 52 1 20:00 35人 162 17 10:00 108 木 9:30 109 全 10:40 109 109 全 10:40 109 109 109 109 109 109 109 109 109 10	7	かんたんエアロ60
************************************	14:40   2   16:00   17:30   2   大   15:45   2   15:45   2   15:45   2   16:55   2   15:30   2   15:30   2   15:30   2   10:30   11:30   2   10:30   11:30   2   10:30   2	金 14:4 16:0 17:3 火 15:4 17:0 水 15:5 土 15:3 No. 曜日 226 227 木 228 230 230 231 232	金 14: 16: 17: 火 15: 水 16: 17: 15: 16: 15: 16: 26: 226: 227: 228: 290:	162 163 164 165 166 167 168 169 169 土 <b>No.</b> 級 226 級 227	Max   17月   162   33   163   164   164   164   165   166   167   168   169	- ユーリック (3威6カ月~6威11カ月)   162 - イートピー   (5歳6カ月~小3)   163 (小3~中3)   164 『チローズ (3歳6カ月~6歳11カ月)   165 Iーズ (小4~中3)   166 『チローズ (5歳~小1)   167 Iーズ (小1~小3)   168 『チローズ (5歳6カ月~小1)   169 - ス   No. 曜日 開始時間 コース	2   10:00   2   10:40   2	107 火 10:00 108 木 9:30 (親子のベビーマッサージ ~1歳5カ月) ★ 10:40 各 21組 ド~12カ月) ★ 111	レッチ 52 水 20:00 35人 10:00 108 木 9:30 10:40 10:00 1	ジェイプ&ストレッチ 52 水 20:00 35人 モーニングストレッチ 53 火 9:30 25人 健康リズム体操 54 水 15:45 25物改善でカラダ快調 56 水 10:45 57 月 10:45 52 水 20:00 35人 (2カ月~1歳5カ月) ★ 15:45 10:40 1	$\overline{}$	

## 総合体育館コース型プログラム 12~3月

#### ■ 各コース1時間 ※No.57は1時間30分。■

人16歳以上の方(抽選) \*No.1~4 · 10 · 11 · 20 · 21 · 24 · 25 · 28 ~ 30 · 37 ~ 39 · 45 · 48 · 49・54・55・61は除く。

場**申**10月13日休) (必着) までに、**往** 復はがき(1コース1枚)でコース、 氏名(ふりがな)、年齢、 No.、住所、 電話番号、性別、区内在勤か在学の 方は会社名・学校名と所在地・電話 番号、No.1~4・10・11・20・21・ 24 · 25 · 28 ~ 30 · 37 ~ 39 · 45 · 48・49・54・55はお子さんの氏名 (ふりがな)・生年月日(月年齢)を 総合体育館(電141-0022東五反 田2-11-2☎3449-4400) へ

\*No.1~4·16·24·25·45は大人1人・ 子ども1人で1組。 \*No.1~4 · 10 · 11 · 20 · 21 · 24 · 25 ·

28~30 · 37~39 · 45 · 48 · 49 · 54 · 55の年齢は、28年11月30日現在。 ※区内在住・在勤・在学の方を優先し抽

※申請者以外は入室不可(託児なし)。 ※コース変更・振り替え・返金は不可。 ※定員に満たないクラスや、満員のク ラスでキャンセルが出た場合は10月 22日生午前10時から受け付け(先着。 初日は電話受付のみ)。

			033 (7	BB1/c+PB	- 	<b></b>				n33 C	881/vn+60	# m	<b>5</b>	
	コース	No.	曜日	開始時間	費用	回数	定員	コース	No.	曜日	開始時間	費用	回数	定員
±	「さくら」(2歳6カ月~3歳)	1		9:45			_	ボディバランス(姿勢調整)	31	水	19:00			各
	「なでしこ」(1歳4カ月~2歳)	2		11:00	各6,000円		各	ジャズダンス入門	32	.,.	20:15	各8,400円		20人
体操	「たんぽぽ」(8カ月~1歳4カ月)	3		12:15	Д 0,000, 3		30組	少し慣れたピラティス	33		9:30	до, тоот з		各
	「すみれ」(0歳)	4		13:30				ピラティス入門	34		10:45			30人
	ハヨーガ	5		9:30	7,000円		各	ヨーガ入門	35		11:00	9,800円		各
	焼ステップ&筋トレ	6		10:45	各6.000円	各	20人	腰痛肩こり改善体操	36		12:15			20人
	バランス (姿勢調整)	7	月	12:00		100	15人	こども運動教室「オリオン」(4・5歳)	37	木	15:30	各7,000円		各
	てのヨーガ	8		13:15	7,000円	IOH		ダンス☆キッズ☆ダンス(小1~4)	38		16:40	₩7,000円		15人
	てのバレエ	9		14:30			各	ダンス☆ジュニア☆ダンス(小3~中学生)	39		17:45			13/
	「キューピット1組」(4~6歳)	10		16:00	各6,000円		20人	やさしいピラティス	40		19:00			各
バレエ	「エンジェル」(小1~4)	11		17:15			201	ボディコンバット	41		20:15	各8.400円		20人
ヨーガ,	入門	12		19:00	各7.000円			金曜朝の太極拳	42		9:30	各0,400円		25人
骨盤調	整ヨーガ	13		20:10	各7,000円		15人	ピラティス入門	43		10:45		各	30人
ピラテ	ィスストレッチ	14		9:30			各	金曜朝のやさしいヨーガ	44		9:30	9,800円	14回	15人
ピラテ	ィス入門	15		10:45	各8,400円		25人	親子体操「もも」(1歳5カ月~2歳5カ月)	45		10:45			20組
ママの	ピラティス(0歳)	16		12:05	合8,400円		20組	やさしいフラダンス	46	金	12:00	各8,400円		25人
やさしい	<b>ハ太極拳</b>	17		13:30			30人	少し慣れたフラダンス	47	<u>#</u>	13:05			20人
代謝を.	上げて脂肪を落とす教室	18	火	11:00	7,000円		20人	こども運動教室 「オリオン」(4・5歳)	48		15:45	各7.000円		
やさしい	ハ筋トレとストレッチ	19	<u> </u>	13:30	8,400円			こども運動教室「ペガサス」(5・6歳)	49		17:00	各7,000円		各
こども選	動教室 「オリオン」(4・5歳)	20		15:45	各7.000円		各	ストリートダンス&ヨガ	50		19:00	8,400円		15人
こども選	動教室「ペガサス」(5・6歳)	21		17:00	各7,000円			タヒチアンダンス	51		20:15	9,800円		
フラメ	ンコ入門	22		19:00		各	15人	バレエストレッチ&エクササイズ	52		9:25			各
ボディ	パンプ(バーベルで筋トレ)	23		20:15		14回		朝の少し慣れたバレエ	53		10:30			25人
親子	「ひまわり」(2・3歳)	24		10:00	各8,400円		各	モダンバレエキッズ (5歳~小2)	54		15:20	各8,400円		各
体操	「ちゅーりっぷ」(1歳)	25		11:20			20組	モダンバレエジュニア (小1~中3)	55	土	16:30			15人
	ィス入門	26		12:50				夜の少し慣れたバレエ	56		17:45			25人
ヨーガ		27	ж	14:00	9.800円	1	_	バレエ(ポワントに挑戦)(バレエ経験者)	57		19:00	9,000円	10回	18人
	「キューピット2組」(4~6歳)	28		15:15		1	各	メタボ対策!運動不足解消教室	58		9:30	7.000円		各
こども	「キューピット3組」(4~6歳)	29		16:30	各8,400円		20人	ボディパンプ(朝の筋トレ)	59	_	10:45	8,400円	各	20人
バレエ	「エンジェル」(小1~4)	30		17:40	10, 100/ )			日曜午後の運動不足解消教室	60	日	15:45	7.000円	14回	各
	T > > T > Y   (1.1 -4)	50		17.70			1	ヒップホップ入門(中学生以上)	61		17:00	8,400円	القاح،	15人
								2773777711(1千工双工/	01		17.00	0, 1001 1		

電140-8715広町2-1-36(第二庁舎6階)

- ●文化観光課 Fax5742-6893 ●文化振興係 ☎5742-6836
- ●生涯学習係 ☎5742-6837
- ●スポーツ推進課 Fax5742-6585 ●地域スポーツ推進係 ☎5742-6838

●品川区スポーツ協会・総合体育館

ѿ141-0022東五反田2-11-2 **☎**3449-4400 Fax3449-4401 受付時間:午前9時~午後7時

※土・日曜日、祝日は午後5時まで。

●戸越体育館 ₹ 142 - 0042 豊町2-1-17 **☎**3781−6600 Fax3781-6699

# キツズクラ

#### 環境学習講座「しながわ中央公園での植物探検と花の万華鏡作り」

■11月3日祝午後2時~4時

圆環境情報活動センター(第三庁舎3階)、しながわ中央公園(区役所前)

人小学1~3年生と保護者18組(抽選)

■10月17日(月)(必着)までに、往復はがきかFAXで講座名、参加者の住所・氏名・ 学年・電話番号かFAX番号を環境情報活動センター(®140-8715品川区役所☎・ Fax5742-6533) へ ※IPshinagawa-eco.jp/からも申し込めます。



# おたがいさま運動推進月間です



区では全ての人にやさしいまちづくり をめざして「おたがいさま運動」を推 進しています。この運動は「困ってい る人がいたら助ける。困ったときは『助 けて』と言える。そんなことがあたり まえにできる『支え合いのまちづく り』」をみんなで進める運動です。

問福祉計画課地域福祉推進担当 ☎5742-6914 Fax5742-6797

○障害のある方への接し方などを 体験しながら学び、相手を理解す ることの重要性と自分たちに何が できるのかを考える学習会を区内 小学校で順次開催しています。

#### おたがいさま運動スタンプラリー

スタンプを集め、クイズ大会に参加した方に景品などをプレゼントします。 スタンプラリー期間/10月6日(木)~21日(金)

スタンプ設置場所/北品川本通り商店会・戸越公園駅前南口商店街内の参加商店 クイズ大会/10月22日出午前10時~午後2時(所要時間は20分程度)・社会 福祉協議会3階(大井1-14-1)

問さわやかサービス☎5718-7173

# 介護予防「健康やわら体操

柔道整復師による、楽しみながら柔軟性、バランス能力、筋力をアップ させるトレーニングです。

, , , , , ,	~
会場	日程(全16回)
①大崎ゆうゆうプラザ (大崎2-7-13)	11月8日〜29年3月14日の火曜日 ※12月27日、1月3日・10日を除く
②大井第二区民集会所 (大井2-27-20)	11月2日〜3月29日の水曜日 ※11月23日、12月28日、1月4日・11日、2月8日、 3月8日を除く

※時間は午後1時30分~3時。

▲区内在住で、会場への往復ができる介護認定を受けていない65歳以上 の方①27人②30人(抽選)

¥各3,200円

10月14日金(必着)までに、はがきかFAXに「やわら体操」とし、希 望番号、住所、氏名、年齢、電話番号を高齢者地域支援課介護予防推進 係(〒140-8715品川区役所☎5742-6733 Fax5742-6882) へ ※複数の会場には申し込めません。

#### 区広報紙に 広告を掲載して みませんか

第3期分(12~3月) 募集

「広報しながわ」の毎月21日号に掲載する広告を募集します。

広告掲載号/12月~29年3月の21日号 ¥1回45,000円(縦4.4×横7.7cm)から

■10月25日火までに、広報広聴課で配布する申込書と原稿 の見本を同課(〒140-8715品川区役所本庁舎5階☎5742 -6644 Fax5742-6870) へ郵送かFAX、持参



# 健康ガイド 品川保健 ®140-0001 北品川3-11-22 な3474-2225 Fax3474-2034

小児平日夜間/午後8時~午後11時(受付は午後10時30分まで)

品川区こども夜間救急室

※外傷は対応できません

例 品川区医師会休日診療所 例 在原医師会休日診療所

荏原休日応急薬局

第 品川薬剤師会薬局

休日昼間・夜間/午前9時~午後10時(受付は午後9時30分まで)

大井保健 センター ☎3772-2666 Fax3772-2570

荏原保健 〒142-0063 荏原2-9-6 センター ☎3788-7016 Fax3788-7900

#### 母乳相談

月~金曜日

10月2日(日) 9日(日)

10月1日生

10月8日(土)

10日(祝)

助産師と一緒に体験しませんか。 ■10月19日冰午後2時15分~4時

図助産師による母乳の話・体ほぐしの体 操・グループワーク

△おおむね生後1・2カ月児の母親10人 (先着)

場車電話で荏原保健センター☎3788-7016^

内=内科 小=小児科 歯=歯科 骨=接骨 薬=薬局

旗の台1-5-8

北品川 3 - 7 -25

中 延2-6-5

北品川 3 -11-16

中 延2-4-2

昭和大学病院中央棟4階

行く前に必ず電話連絡を。

健康保険証を忘れずに!

**☎**3784−8181

**☎**3450−7650

**☎**3783−2355

**☎**3471−2383

**☎**6909−7111

>8キリトリ線-

#### 二人で子育て(両親学級)

■10月25日以午後1時30分~3時45分 内赤ちゃんのいる生活、もく浴実習、先 輩ママとの交流

【■区内在住で、初めての出産を控えた妊 娠22週以降のカップル12組(先着) 場 申電話で大井保健センター☎3772-2666^

#### むし歯撃退教室

■10月18日火午前10時~11時30分 内知って得するむし歯予防(話)、効果 的な歯磨き・フッ化物使用法(実技)

人歯が8本生えた1歳5カ月までのお子さ んと保護者25組(先着)

場 🗉 電話で荏原保健センター☎3788-7015~

## 難病リハビリ教室と交流会

内理学療法士による体操指導と助言

#### ■10月24日(月)午後1時30分~3時30分

【パーキンソン病・脊髄小脳変性症など 神経難病患者と家族30人(先着) ※教室終了後、情報交換など交流会あり。 場 申電話で品川保健センター☎3474-2904~

# お知らせ

Ϫ次の全てにあてはまる方

①18歳未満 ②気管支ぜん息・慢性気管 支炎・ぜん息性気管支炎・肺気しゅにり 患 ③都内に引き続き1年(3歳未満は6カ 月)以上住民登録がある ④健康保険など に加入している ⑤喫煙していない

助成内容/認定された疾病の治療に要し た医療費のうち、保険適用後の自己負担 額を助成

※生年月日が平成9年4月1日以前の方で 有効期間内の医療券をお持ちの方は更新 のみ可能です。更新に必要な書類は有効

期間満了の約2カ月前に送付します。 固健康課公害補償係☎5742-6747

#### 食に関する相談

子育て中の食の悩みから高齢者の食生活 まで栄養士がアドバイスをします。

日時	会場
10/12秋 13:00~16:00	武蔵小山商店街パルム会館 (小山3-23-5)
10/17例 12:00~15:00	啓発展示室(第二庁舎3階)

※塩分の測定を希望する方は汁物(みそ汁など) を持参してください。

運営/品川栄養士会 💈 当日、直接会場へ ・固健康課健康づくり係☎5742-6746

#### 難病の方のための音楽療法

音楽(合唱・合奏)をとおして心身のリ フレッシュを図ります。

■10月13日休午後1時30分~3時30分 講師/藤井洋平(音楽療法士)

人パーキンソン病・脊髄小脳変性症など 神経難病患者と家族30人(先着)

**持ち物/**飲み物

場 🖥 電話で荏原保健センター☎3788-7016^

#### 40代からの健康塾

コース	曜日	時間	定員(抽選)	会場
Α	金	13:15	各25人	品川健康
В	土	10:30	台25人	センター
С	火	19:45	20人	荏原健康
D	水	11:20	30人	センター

※時間は各1時間。※Dは運動量の多いコース。

■12月~29年3月(全14回)

▲生活習慣病の改善に取り組む40歳以上 の方

¥各3,200円

**田**10月13日休(必着)までに、**往復はがき** (1人各センター1枚) で講座名、コース、住 所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号をA・ Bは品川健康センター(☞140-0001北品 川3-11-22☎5782-8507)、C・Dは荏 原健康センター(〒142-0063荏原2-9-6**☎**3788−7017) ヘ

※コースの変更・振り替え・返金・譲渡 は不可。

#### 休日昼間/午前9時~午後5時(受付は午後4時30分まで) 🔯 🕕 佐川医院 南大井 4 - 8 - 12 **☎**3761−8580 東大井 1 - 3 - 30 **☎**3472−8241 愈稀歯科医院 大岡歯科医院 10月2日(日) 東中延 1 -11-13 **☎**3781 −6285 根岸接骨院 東五反田 5 -26-6 **☎**3441 −8787 武蔵小山接骨院 小 山 3 − 6 −24 ☎3782−2667 🔯 🕕 はせがわ内科クリニック 大 #3-25-13 ☎3775-1311 長嶋歯科診療所 西品川 2 - 9 - 4 **☎**3491−7450 10月9日(日) 中延デンタルクリニック 延3-2-3 **☎**6426−9959 **☎**3490-2730 阿部整骨院 西品川 3 - 1 - 20 押田接骨院 山2-- 8 --13 **☎**3787−8036 🔞 🕕 おりしきみつるクリニック 東大井 2 −19−11 🛣 5762−2789 斎藤歯科医院 東大井 3 − 1 − 4 ☎3763-3200 10月10日紀 📵 西品川 2 -21 - 8 ☎3493-0703 歯科滝沢医院 骨 篠原接骨院 西大井 2 − 4 −19 ☎3775−2407 骨 誠道館清水接骨院 小 山 2 − 6 −10 ☎3783−0685

※外傷は対応できません ※重病の方は119番をご利用ください。

医療機関の 24 時間案内

土曜日夜間/午後5時~午後10時(受付は午後9時30分まで)

品川区こども夜間救急室

🔞 🕕 品川区医師会休日診療所

寧 品川薬剤師会薬局

**☎**5272−0303

●東京都保健医療情報センター(ひまわり) ●救急相談センター(救急車を呼ぶのを迷ったら) ☆#7119 IP電話などは☆3212-2323

北品川 3 - 7 -25 ☎3450-7650

北品川 3 -11-16 ☎3471-2383

**☎**3784−8181

旗の台1-5-8

昭和大学病院中央棟4階

お子さんの急な病気に困ったら ●小児救急電話相談 ☎#8000 IP電話などは☎5285-8898

月~金曜日/午後5時~午後10時 土・日曜日、祝日/午前9時~午後5時



#### お知らせ

#### 10月の区議会

決算特別委員会/4日(火)・5日(水)・11日(火)・ 12日水・14日金・17日月・19日水午前 10時

議会運営委員会/21日金午前10時30分 本会議/24日/月午後1時

※傍聴券は、開会の1時間前から配付しま す。なお、傍聴席には限りがあります。

問区議会事務局☎5742-6809

#### 赤い羽根共同募金運動にご協力を!

■10月31日 (月)まで

問福祉計画課庶務係☎5742-9125

#### 介護者教室「高齢者の栄養のとり方」

■10月22日出午後1時~3時

圆福栄会(東品川3-1-8) 人20人程度(先着)

申10月21日 金までに、電話で大崎在宅 サービスセンター☎3779-3547へ

#### サザンメイン大学留学生の募集

区の姉妹都市であるポートランド市のメ イン州立サザンメイン大学(4年制留学) への留学生(29年9月入学)を募集します。 人区内在住で、TOÉFĹ iBT® 80以上取得 の高校を卒業した方(29年3月に卒業見 込みも可) 3人(選考)

受付期間/11月11日金まで

※選考日時・費用など、詳しくはお問い 合わせください。

問国際友好協会☎5742-6517

#### おもちゃの病院・消費生活相談

10月8日生は館内整理のため休みます。 問消費者センター☎5718-7181

#### 高年齢者向け「出張新規登録会」

■10月13日休午前10時~午後3時 圆南大井文化センター(南大井1-12-6) 人おおむね55歳以上で就職を希望する方 持ち物/履歴書(写真貼付) 問サポしながわ☎5498-6357 ※シルバー人材センターの入会相談もあ

#### 女性相談員による面接相談

#### ●法律相談

■11月2日泳・8日火火午後1時~3時30分 21日 (月) 午後5時30分~8時

#### ●カウンセリング相談

■11月24日(水)午後1時~4時

●DV(配偶者・恋人などからの暴力) 相談 ■11月4日金・18日金・25日金午後1時 ~4時、11日金午後5時30分~8時30分

-共 通-

場申相談日の1カ月前から、電話で男女 共同参画センター(東大井5-18-1きゅ りあん3階☎5479-4104) へ

#### 弁護士会の都内23区一斉無料法律 相談会(事前予約制)

■10月15日出午前10時~午後1時 ■10月14日金午前10時~午後4時に、予 約電話3504-9250へ

場間広報広聴課区民相談室

(第三庁舎3階☎3777-2000)

#### 品川区3競技応援マスコットキャラ クター人気投票実施中!

人気投票を参考に、マスコットキャラク ターを決定します。好きなキャラクター を選んで投票してみませんか。

■10月13日(木)まで

投票場所/文化センター、体育館、区役 所食堂前(第二庁舎2階) ※ホッケー・ ビーチバレーボール・ブラインドサッカー の各競技、1票ずつ投票が可能です。 問オリンピック・パラリンピック準備課

**☎**5742−9109

#### 第215回東京都都市計画審議会

■11月17日(木)午後1時30分

圆特別会議室(都庁第一本庁舎北42階) 傍聴人数/15人(抽選)

**申**10月28日金(消印有効)までに、**往復** はがき(1人1枚)で住所、氏名、電話番 号を都市計画課(〒163-8001東京都都 市整備局)へ ※付議予定案件は、東京 都都市整備局ホームページをご覧いただ くかお問い合わせください。

週東京都都市計画課☎5388-3225 品川区都市計画課☎5742-6760

#### 10月は「骨髄バンク推進月間」です

骨髄バンクへの登録をお願いします。 **間骨髄移植推進財団での0120-445-445** 保健予防課☎5742-9152

#### 清掃事務所荏原庁舎工事のお知らせ

工事期間中は、臨時ごみの持ち込みはで きません。品川庁舎をご利用ください。 ■10月10日祝~11月19日生

問品川区清掃事務所品川庁舎☎3490-7051、荏原庁舎☎3786-6552

#### 荏原健康センター休館日のお知らせ

■10月2日(日)

固荏原健康センター☎3788-7017

#### ご存じですか? 10月17日(月)~23日(日) は行政相談週間です

国の仕事などについて、苦情や要望を受 け付けます。当日会場へお越しください。

日時	会場
10/9回	しながわ夢さん橋2016会
10:00~16:00	場内 (大崎駅周辺)
10/20休	イトーヨーカドー大井町店
13:00~16:00	(大井町駅前)

#### ●区の行政相談委員

倉持俊治 ☎3781-0828 松山直樹 ☎3700-2844 野口清彦 ☎3764-6967 飯野隆子 ☎3492-7436 砂川久子 ☎3785-2426 杉田朝子 ☎3450-1906 ●総務省「行政苦情110番」 20570 - 090110 Fax5331 - 1761

●区の定例相談 ■第1・3木曜日午後1時~4時

#### 圆広報広聴課区民相談室☎3777-2000 くすりと健康フェア2016

医薬品・健康食品などの相談会や健康に 関するパネル展示などを行います。

日時	会場
10/22(±)	星薬科大学
13:00~17:00	(荏原2-4-41)
10/23(日)	イトーヨーカドー大井町店
10:00~16:00	(大井町駅前)、星薬科大学

参当日、**直接**会場へ

問生活衛生課☎5742-9137

※相談希望の方は、お薬手帳を持参。

#### 講座・講演

#### 産業技術高等専門学校オープンカ レッジ

①暮らしの中の化学―危険を回避し安 全・安心で豊かな暮らしを実現する

**■**11月6日(日) · 13日(日) · 20日(日)

午後1時30分~4時30分(全3回)

内食品と添加物 (人工イクラ)、香りと香 料(調香他)、環境とエネルギー

¥5,100円

②ドイツ語会話―初級―

■11月5日・19日~12月17日の土曜日 午前10時~正午(全6回)

内基本的な発音、簡単な日常会話など ¥7,100円

#### 通-

人高校生以上の方各15人(抽選)

場 申10月20日休 (消印有効) までに、は がきかFAX、Eメールで講座名、住所、 氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号 を同校(〒140-0011東大井1-10-40 Fax3471 − 6338 Soffice@metro-cit. ac.jp) ^

固文化観光課生涯学習係

#### 実践編—創業·新事業計画策定 セミナー募集中

■11月5日~26日の土曜日

午後1時~4時50分(全4回)

※詳しくは区ホームページをご覧いただ くかお問い合わせください。

**固商業・ものづくり課☎5498-6333** 

#### 20代から30代のための料理教室「調 理にひと工夫!簡単おもてなし料理」

■10月22日出午前11時~午後1時30分 圆きゅりあん (大井町駅前)

内丸ごとキャベツのミルフィーユ、ジャー マンポテト、にんじんピラフ、デザート

【 20~30代の方30人 (先着)

¥1,000円

持ち物/エプロン、三角巾、食器用・台 ふきん各1枚

運営/品川栄養士会

申10月19日/x)までに、電話で健康課健康 づくり係☎5742-6746へ



わせて行います。

# レッツ スポーツ

スポーツ協会は10月17日(月)はお休みです

#### 選手権バレーボール大会

□内10月23日(□=9人制家庭婦人

10月30日 日=6人制男子・女子 ※時間は午前9時から。 **圆総合体育館** 他

試合方法/ブロック別トーナメント戦(敗者戦あり) ¥1チーム12,000円、連盟登録チーム6,000円

主催/品川区バレーボール連盟

■10月12日(水)までに、費用を持ってスポーツ協会へ ※主将会議は、10月19日が午後7時から総合体育館。

#### 第57回連盟杯争奪ダブルス卓球大会

■11月6日(日)午前9時30分から 場総合体育館

種目/混合種目=一般混合、セミシニア混合、初級混 合(女子ダブルス可)

男女別種目=一般男子・女子、セミシニア男子・女子 シニア男子・女子、ベテラン男子・女子 ※セミシニ ▲72人(抽選) アは合計110歳以上。シニアは合計120歳以上。ベテ 

■20,000円、会員19,000円 ランは合計130歳以上。 ※混合と男女別の重複のみ1 (グリーンフィ・昼食代込、キャディ付き、交通費別) 人2種目出場可。 ※年齢は29年4月1日現在。

¥1組2,000円、連盟登録者1,600円

主催/品川区卓球連盟

■10月18日火までに、費用を持ってスポーツ協会へ

#### 障がいのある方と共に ~皆で楽しくグラウンド・ゴルフ

■11月3日俶午前9時~午後1時

※雨天時は体育館で実施。上履き持参。

圆旗台小学校(旗の台4-7-11)

【公会場まで来ることができる障害のある方と介助の方、 関心のある方

¥100円 (保険代込)

運営/荏原B地域スポーツクラブ

■10月27日休までに、電話かFAXでスポーツ推進課 地域スポーツ推進係へ

#### ゴルフ大会

■11月9日冰午前8時30分現地集合

**圆レイクウッド総成カントリークラブ(千葉県成田市)** 

主催/品川区ゴルフ連盟 **申**10月18日火(必着)までに、**往復はがき**に「ゴル フ大会」とし、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、

電話番号、ハンディキャップをスポーツ協会へ

#### 第66回品川区民スポーツ大会(秋季)

競技名	日程	会場	申込方法	費用	内容
フォークダンス	10/22(±) 18:00∼	戸越体育館	当日、 <b>直接</b> 会場へ	300 円	※上履き持参
グラウンド・ ゴルフ	11/6(日)	天王洲公園野球場 (東品川2-6)	10/20休までに、 費用を持って スポーツ協会へ	500 円	一般の部(16歳以上) ※個人対抗4ラウンド32ホールで男女優勝あり ※予備日11/20回しながわ中央公園

## 第7回ビジネス創造コンテスト

応募期限/11月30日(水) ※詳しくはHP shinagawabusinessclub.jp/をご覧ください。

問品川ビジネスクラブ☎5449-6557 商業・ものづくり課企業支援係☎5498-6333

ភ	<b>ぶ募枠</b>	対象	内容・特典				
_	一般枠	区内外問わずどなたでも	幅広い視点から様々な 社会課題を解決するための研究・開発アイデア 最優秀賞30万円 シリコンバレーツアー費 往復航空券他				
区民枠	①小学生 以下の部 ②中学生・ 高校生の部	区内在住か 在学の方	「私たちの暮らしに役立 つ発明~「日常の困った」 を解決するために~」に 即したアイデア ①図書カード1万円 他 ②図書カード2万円 他				

# 日曜日は

家庭は、子どもにとって憩いの場所 心のよりどころ 人とのかかわり方を学ぶところです

問子ども育成課庶務係☎5742-6720

#### ご寄付をありがとうございました (敬称略・順不同)

東京都畳材料畳業協同組合=畳

〔地域振興基金〕20,000円(7・8月分) 中尾誠利=20,000円

〔ふるさと納税〕60,000円(7・8月分)

中尾誠利=30,000円 他

# と 情報 ファイル

憑140-8715広町2-1-36(第二庁舎6階)

- ●文化観光課 Fax5742 6893
- ●文化振興係 ☎5742-6836 ●生涯学習係 ☎5742-6837
- ●スポーツ推進課 Fax5742-6585
- ●地域スポーツ推進係 ☎5742-6838

●品川区スポーツ協会・総合体育館

□141-0022東五反田2-11-2□3449-4400□Fax3449-4401○受付時間:午前9時~午後7時

※土・日曜日、祝日は午後5時まで。

●戸越体育館 - □ 142 - 0042 豊町2 - 1 - 17 - □ 3781 - 6600 - Fax3781 - 6699

#### ●講座・講演

#### フラワーアレンジメント教室

**■**10月29日(土) · 30日(日)

①一般の部=午前10時~11時

②親子の部=午後1時30分~2時30分

講師/山□昌哉 (プランツモジュール社長) ▼区内在住か在勤の方①各26人②小・中

学生と親各13組26人(抽選)

園園10月15日出(必着)までに、往復はがき(1枚2人まで)で教室名、希望日時、参加者全員の住所・氏名・電話番号をしながわ区民公園管理事務所(ѿ140-0012勝島3-2-2☎3762-0655)へ

# 講演会「冬こそ注意!食中毒~ノロウイルス対策最前線~」

■11月15日以午後2時〜4時 園品川保健センター(北品川3−11−22) 講師/野田衛(医薬品食品衛生研究所食 品衛生管理部第四室室長)

▲100人(先着)

託児/区内在住の1~2歳のお子さん12 人(先着) ※3歳以上は同伴入場可。

■11月11日 金までに、電話で生活衛生課 食品衛生担当☎5742-9139へ

#### 中小企業パソコン教室 イラストレーター初級

■10月25日火~28日金

午後6時~9時(全4回)

圆中小企業センター(西品川1-28-3)

▼区内中小企業事業主か在勤者10人 (先着)

¥1,500円 (テキスト代)

■火~金曜日の午前10時~午後5時に、 フォーティネットパソコンスクール☎ 3842-6453へ

・固商業・ものづくり課経営相談係 ☎5498-6334

# 東京医療保健大学パートナーシップ講座

■11月20日(日)午前10時~正午 場同大学(東五反田4-1-17) 図「逆境を乗り越える力、折れない心(レ

ジリエンス)をはぐくむ 実践編」 講師/秋山美紀(同大学看護学科准教授)

人16歳以上の方50人程度(抽選)

■10月31日月(必着)までに、**往復はがき**で講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を文化観光課生涯学習係へ

#### 八潮高等学校公開講座「卓球教室」

■11月19日仕・23日儭・26日仕、12月 3日仕・10日仕午前9時~正午(全5回)

▲20歳以上の方20人(抽選)

¥3,350円

園園10月28日金(消印有効)までに、往 復はがきで講座名、住所、氏名(ふりがな)、 年齢、性別、電話番号を同校(⊕140− 0002東品川3−27−22)へ

固文化観光課生涯学習係

#### |事業者向けエネルギーセミナー

国11月11日 (金午後1時30分~3時 園荏原第五区民集会所(二葉1-1-2) 図スマートエネルギー都市の実現に向け た都の取り組み、環境関連助成事業・区 内企業の環境に関わる取り組みの紹介、 中小企業の省エネメリット

人中小事業者100人(抽選)

■10月25日(火) (必着) までに、環境課 (本庁舎6階) で配布する申込書を同課 (〒140-8715品川区役所☎5742-6755 Fax5742-6853) へ郵送かFAX、持参※申込書は区ホームページ、東京都環境公社のホームページからダウンロードもできます。

#### 星薬科大学公開講座「秋の薬草見学会」

#### **国**10月29日生) ※小雨決行。

時間	内容
	講演「漢方で元気に~薬と食・
	エイジングケアなど~/
10:30 ~12:00	講師:針ヶ谷哲也(釜匱会診
	療所理事・薬局長)
	薬草見学、文化施設見学、そ
13:00 ~15:00	の他アトラクション

▲①は16歳以上の方150人(先着) ※②はどなたでも参加できます。

**園園当日、①②とも10分前までに直接同** 大学(荏原2−4−41)へ

固文化観光課生涯学習係

同大学☎3786-1011(当日のみ)

#### 環境学習講座「ツバメの生態から見た 品川区の環境〜観察と発見の楽しみ〜」

■10月30日旧午後2時~4時

人30人(先着)

講師/唐沢孝一(自然観察大学学長) ■10月24日 (月までに、往復はがきか FAXで講座名、参加者の住所・氏名・年齢・ 電話番号かFAX番号を環境情報活動センター(®140-8715品川区役所第三庁舎 3階☎・Fax5742-6533)へ

※HPshinagawa-eco.jp/からも申し込め ます。

# 29年度園児募集

# ▼区内在住で、保護者が送り迎えできる、次の期間に生まれたお子さん(抽選)

12年保育=平成24年4月2日~25年4月1日生まれ

②1年保育=平成23年4月2日~24年4月1日生まれ\*1 \*1 1年保育は伊藤・台場・八潮わかば幼稚園のみ募集、他の幼稚園は補欠登

申込書など配布場所/10月17日(月から、各区立幼稚園、保育課(第二庁舎7階) 国11月1日(火・2日(水午後1時30分~3時に、申込書とお子さんの住民票の写し を持って入園を希望する幼稚園へ

○入園説明会は10月20日(水)午前10時~11時30分に中小企業センター(西品川1 - 28-3) で行います(申込不要)。

間保育課入園相談係☎5742-6725

録のみ11月15日(火)から受け付けます。

#### 区立幼稚園

電子

幼稚園名	所在地	電話番号
城南幼稚園	南品川2-8-21	3471-7584
平塚幼稚園	荏原4-5-22	3781-8913
浜川幼稚園	南大井4-3-14	3761-6395
御殿山幼稚園	北品川5-3-1	5795-1523
伊藤幼稚園	西大井5-22-8	3775-8028
第一日野幼稚園	西五反田6-5-6	3493-7264
台場幼稚園	東品川1-8-30	3472-8378
二葉幼稚園	二葉1-3-40	3785-9560

八潮わかば幼稚園 | 八潮5-6-32 | 3799-1542

※募集人員など、詳しくは募集案 内をご覧ください。

※2年保育については、受付締切 日に応募人数が10人未満の場合 は、学級編制を行いません。そ の場合は、「クラス編成されない 場合の希望幼稚園」に編入する ことになり、電話で連絡します。



#### 区立認定こども園

▼区内在住で、保護者が送り迎えできる、次の期間に生まれたお子さん (抽選)
①2年保育=平成24年4月2日~25年4月1日生まれ

②1年保育=平成23年4月2日~24年4月1日生まれ\*2

\*2 1年保育は募集を行わず、補欠登録のみ11月21日(月)から受け付けます。

**申込書など配布場所**/10月17日月から、各区立認定こども園、保育課(第二庁舎7階)

■11月14日月・15日似午後1 時30分~3時に、申込書とお子 さんの住民票の写しを持って、 入園を希望する認定こども園へ 固保育課入園相談係☎5742-6725

認定こども園名	所在地	電話番号
一本橋保育園	大井2-25-1	3775 – 4351
北品川第二保育園	北品川3-7-43	5781 – 3881
五反田保育園	東五反田2-15-6	3445-4534
旗の台保育園	旗の台5-19-5	3784-1903

※募集人員など、詳しくは募集案内をご覧ください。

#### ぷりすくーる西五反田 (幼児教育部門)

就学前のお子さんの保育と教育を行う公設民営の就学前乳幼児教育施設です。保育園部門(0~2歳児)と幼児教育部門(3~5歳児)があります。 ■保護者が送り迎えできる、次の期間に生まれたお子さん若干名(選考)

**新3歳児=**平成25年4月2日~26年4月1日

**新4歳児=**平成24年4月2日~25年4月1日

**新5歳児=**平成23年4月2日~24年4月1日

※募集人員など、詳しくは募集案内をご覧ください。

願書・募集案内配布/10月17日月から

入園説明会/10月19日水午後5時~6時(要予約) 園園11月2日水か4日金に、願書を持ってぷりす

く一る西五反田(西五反田3-9-9☎5759-8081) へ 圖保育課保育施設調整担当☎5742-6038



林 相 談 案 内 ※祝日を 除きます

相談内容	曜日	時間	場所	听	相談内容	曜日	時間	場所	相談内容	曜日	時間	場所														
区 民 相 談			<b>2</b> 3777	-2000		(月)~(金)	9:00~16:00		カウンセリング	第1~3	10:00~15:30	男女共同参画センター														
犯罪被害	(月)~(金)	9:00~17:00	※受付に	は午後4時	消費生活相談	第4火	16:00~19:00	MAHCEL	相談(電話)	(木)	10.00	<b>☎</b> 5479−4105														
者 等 相 談			30分まで	で	7370=7370	電話相談		<b>☎</b> 5718−7182	B 1/ 15 54	第2を 除く金	13:00~16:00	相談日の1カ月前から														
`+	第1火	18:00~20:30			ハギー・・・	(土)電話相談	12:30~16:00	/\ c\===	D V 相 談		17:30~20:30	男女共同参画センター ☎5479-4104へ予約														
法律相談	(水)、第2・4(月)				分譲マンション 管 理 相 談	第2・4冰	13:00~16:00	住宅課 ☎5742-6776へ予約		第2金	17:30~20:30															
税 金 相 談	第2・4火				住宅相談			本庁舎3階ロビー	教育相談	(月)~(土)	9:00~17:00	教育総合支援センター ☎3490-2000														
不動産取引相談	第2・4金			D	Þ	×	D	D	D		D	×	×			相談日1	相談日1週間前の	(リフォーム、	第3休	10:00~15:00	<b>固住宅課</b>	手話通訳者	( <b>7</b> K)	13:00~16:00	障害者福祉課	
司法書士相談	第2休		区 午前9時 41 <b>公</b> 3777	·から -1111代)	建て替え)	火	13:00~17:00	☎5742−6776	付 き 相 談	(金)	9:00~12:00	Fax3775-2000														
行政書士相談	第1~4金	13:00~16:00	談 へ予約		家 庭 相 談	(木)・(金)	9:00~13:00	子ども家庭支援課 25742-6589へ予約	交通事故相談	(月)~(金)	9:00~16:00	品川交通事故相談所														
			室		ひとり親家庭相談	(月)~(金)		子ども家庭支援課	<b>文</b>	() ]) · ( <u>ar</u> )	9.00 10.00	<b>☎</b> 5742−2061														
社会保険労務士相談	第1金				ひとり親就労相談	(火)・(水)・(金)	8:30~17:00	<b>☎</b> 5742−6589	内 職 相 談	(月)~(金)	9:00~17:00	   就業センター														
人権身の上相談	第1・3火																	,			(月)~(金)	8:30~17:00	子ども育成課	職 業相 談・紹介	(月)~(金)	9:00~17:00
国の行政相談	第1・3休		<b>2</b> 3777			, , ,		<b>☎</b> 5742−6959																		
	),; O(1)			午後3時まで	児 童 相 談	(月)~(土)	9:00~18:00	子育て支援センター ☎5749-1032	わ か も の 就 業 相 談	(火)~(木)	13:00~17:00	商業・ものづくり課														
	英語/火中国語/休	9:00~17:00	☎5742 ※受付に 30分まで	は午後4時		(月)~(金)	9:00~17:00	東京都品川児童相談所 <b>☎</b> 3474-5442		(月)・(金)	10:00~17:00	<b>☎</b> 5498−6352へ 予約														

#### 荏原医師会主催区民公開講座 「手足しびれの多様性について」

■10月27日休)午後2時~3時30分 講師/土居浩(荏原病院脳神経外科部長) 人100人(先着)

**場甲電話**で、荏原医師会館(中延2-6-5**☎**3783−5166) へ

#### 昭和大学公開講座「暮らしと健康~ 健やかな老後を送るため」 電子

日程 (全2回)	テーマ・講師
	その「こーせいぶっしつ」効きませんよ!
	豊田弘邦(医学部助教)
11/12 (±)	お□の健康増進とさらなる美しさを 追求する
	真鍋厚史(歯学部教授)
	予期せぬ急死を避けるために
	佐藤啓造(医学部教授)
	あなたもできる! 転ばない、転ば せない工夫とその見極め方
	池田圭一郎(医学部助教)
11/26	知っておきたい背骨の病気
(+)	豊根知明(医学部教授)
	認知症を持った人の理解~家族が
	認知症になったら、あなたはどうしますか?~
	佐藤啓(認知症看護認定看護師)

※時間は午後1時~4時10分。

圆同大学(旗の台1-5-8)

【● 16歳以上の方200人(抽選)

**1**0月24日月(必着)までに、**往復はが** きで講座名、住所、氏名 (ふりがな)、年 齢、性別、電話番号を文化観光課生涯学 習係へ

#### 土壌汚染対策講習会

■11月25日億午後6時~7時30分

圖353会議室(第三庁舎5階)

人有害物質を取り扱っている区内中小企 業者など50人(先着)

申10月31日月(必着)までに、環境課(本 庁舎6階)で配布する申込書を郵送かFAX で同課指導調査係(®140-8715品川区 役所☎5742-6751 Fax5742-6853) へ ※申込書は、区ホームページからダウン ロードもできます。

#### 消費生活教室「食品ロスを減らそう」

「もったいない」について考えます。

■10月19日冰午後2時~4時

圆啓発展示室(第二庁舎3階)

人30人(先着)

団電話で、消費者センター☎5718-7181へ

#### 地域の支え愛推進フォーラム ~みんなで広げよう支え愛の"わ!"~

■11月5日出午後1時30分~4時 圆大崎高等学校(豊町2−1−7)

内基調講演「みんなで広げる支え愛のあ る地域」 ※手話通訳付き。

講師/堀田力(さわやか福祉財団会長) 人300人(先着)

**申**10月14日金までに、**電話かFAX**でフォー ラム名、住所、氏名、年齢、性別、電話番 号を高齢者地域支援課(☎5742-6733 Fax5742-6882) へ ※受付終了後、申 込結果をはがきでお知らせします。

#### 愛犬と一緒に楽しむためのしつけ教室

	日時	会場
10/29	9:30~11:30	しながわ中央公園 (区役所前)
(±)	13:30 ~15:30	東品川海上公園 (東品川3-9)
10/30	9:30 ~11:30	戸越公園 (豊町2-1)
(日)	13:30 ~15:30	小山台公園 (小山台2-2)

四警察犬訓練士によるアジリティー(障害 物)訓練、実技指導、質疑応答他 人飼い主と飼い犬各20組(先着) 田午前9時~午後5時に、電話でしながわ

中央公園管理事務所☎5740-5037へ

# 催

#### 2016品川区民「秋のコンサート」

■11月12日出午後6時30分開演 (午後6時開場)

**圆きゅりあん(大井町駅前)** 

曲目/ベルリオーズ: 幻想交響曲、サン =サーンス:死の舞踏、グノー:"ファウ スト"からバレエ音楽

**指揮**/井﨑正浩

演奏/品川区民管弦楽団

¥前売券500円、当日券700円(全席自由) **チケット販売**/文化観光課・チケットセ ンターキュリア☎5479-4140 他 ※当日券は午後5時30分より会場前入り 口で販売します。

託児/1歳~就学前の一人遊びのできる お子さん10人(先着)※おやつ代100円。 ○託児希望の方は、11月1日(火)(必着) までに、**はがき**に「コンサートの託児」 とし、住所・氏名・電話番号・お子さん の氏名(ふりがな)・性別・年月齢を文化 観光課文化振興係へ

固文化観光課文化振興係

#### シルバーダンス・パーティー

■11月13日旧午前10時30分~午後4時 内初心者講習、交流ダンスタイム他 人60歳以上の方300人(先着)

場参当日、直接きゅりあん(大井町駅前)へ

●ダンスメイトと運営スタッフ募集

**車10月12日**(水) (必着) までに、**電話**かは **がき**に「ダンスメイト」か「運営スタッフ」 とし、住所、氏名、年齢、性別、電話番 号を高齢者地域支援課(〒140-8715品 川区役所☎5742-6733) へ

#### 図書館秋の読書フェア「わ!しながわ」 ~図書館から品川の魅力発信~

#### ■10月31日/月まで

図書館	テーマ
品川	品川ゆかりの人物・はじめて物語
二葉	品川の秋、芸術の秋
荏 原	「荏原」を知ろう
南大井	しながわを知る
源氏前	語り継ぐ品川
ゆたか	ぶらりと品川
大 井	品川の歴史探索
五反田	わ! [品川] の本!
大 崎	品川今昔~本でみる品川~
八連	交通で見る品川

問品川図書館☎3471-4667

#### 男女共同参画センターあったか交流サ ロン〜気軽にスクラップブッキング〜

息抜きにおしゃべりしながら、手のひら サイズのミニバッグを作ってみませんか。 ■10月6日休午前11時~午後2時の間 ※時間は15分程度。50人先着。

場参当日、直接男女共同参画センター(東 大井5-18-1きゅりあん3階☎5479-4104) ^

#### 移動図書館「ほんのにわ」特別企画 "絵本のよみきかせ"を開催!

日時	会場・問い合わせ
10/15(±) 11:00 ~11:30	しながわ中央公園 (区役所前☎5740-5037)
10/23(日) 11:00~11:40 14:00~14:40	東品川海上公園・屋上庭園 (東品川3-9) 天王洲公園管理事務所 ☎3471-4573

※雨天中止。

問公園課公園維持担当☎5742-6789

#### 第33回はたのだいまつり~ふれあ いコミュニティはたのだい

■10月15日出正午~午後6時 16日印午前10時~午後3時

圆旗の台文化センター・旗の台公園・旗 の台児童センター(旗の台5-19-5)

四作品展示、活動発表、模擬店、スポー ツ大会など

間旗の台文化センター☎3786-5191

#### 品川区消費生活・社会貢献活動展 参加団体募集

消費者団体、町会・自治会、NPO、ボラ ンティア団体、大学・企業などの皆さん が出会い、お互いの活動を紹介し交流す るイベントの参加団体を募集します。

**■**29年2月11日祝・12日田

午前10時~午後4時

**場きゅりあん(大井町駅前)** 

参加方法/①活動紹介のブース出展②ス テージへの出演③パンフレットへの掲載 のみ(①②はどちらか1日の参加)

■10月14日 金午前10時(必着)までに、 地域活動課(第二庁舎6階)で配布する案 内を確認のうえ、申込書を同課協働推進 係(〒140-8715品川区役所☎5742-6693) ヘ郵送か持参

※申込書は区ホームページからダウンロー ドもできます。

※10月28日 金に参加申込団体に説明会を 開催します。

#### 第34回品川区住宅まつり

■10月30日⊕午前10時~午後3時 ※小雨決行。

圆西大井広場公園(西大井駅前)

四住宅相談、耐震建物の展示、無料包丁 とぎ (受付は午後2時30分まで。1人2本 まで)、工作広場、ジャンボ塗り絵(受付 は午後2時まで)、抽選会、模擬店 他 問品川区住環境改善協議会☎3786-2233 住宅課住宅運営担当☎5742-6776

#### 消費生活教室「バス見学会」

■11月7日(月) (区役所午前8時20分集合・ 午後5時頃解散、往復バス)

場味の素川崎工場 (神奈川県川崎市)、オ ギノパン(神奈川県相模原市)

人区内在住か在勤の方40人(抽選) ※昼食は各自。

**1**10月18日火(必着)までに、**往復はが** きで参加者全員の住所・氏名・年齢・電 話番号を消費者センター(®140-0014 大井1-14-125718-7181) へ

## 文化・イベント情報

#### 0美術館 10月の催し

- 8日生~12日水/21世紀オール青山 美術展(絵画、工芸、写真)
- ●15日生)~11月8日火)/品川区民芸術 祭2016 O美術館企画展(8面参照) 場間同美術館(大崎駅前大崎ニューシティ 2号館2階 ☎3495-4040午前10時~ 午後6時30分)

※開催時間は要問い合わせ。

※企画展の開催時間は午後6時まで(金 曜日のみ午後8時まで)。

#### 区民ギャラリー 10月の催し

- ●6日休)~10日(祝)/MONOアトリエ絵 画教室作品展(絵画、工作)
- ●12日(水)~17日(月)/秋華会三上流 ペ ン・筆ペン書道展「サトウハチローの 詩」を書く
- ●20日休)~23日(日)/新日本婦人の会 品川支部 手づくり作品展2016(ちぎり 絵、絵手紙、パッチワーク、ソーイング) ●27日休)~31日(月)/デコパージュ展
- **圆問同ギャラリー(大井町駅前イトーヨー** カドー8階☎3774-5151午前10時~午 後8時)
- ※開催時間は要問い合わせ。

#### 武蔵小山名物「一番祭」 ムサコマルシェ

**■10月29日**(土) · 30日(日)

午前11時~午後4時

四地方物産展に旬の食材が大集合 他 圆問武蔵小山一番通り商栄会・中村☎ 3788-2141

#### 連続講座 「変体仮名を読んでみよう!」

# ■11月2日(水)・9日(水)・16日(水)・23日(祝)

午後1時30分~3時(全4回)

人全回参加できる方10人(抽選) 場申10月11日火(必着)までに、**はが** きかEメールに「連続講座申込」とし、住 所、氏名(ふりがな)、電話番号を立正 大学古書資料館(141-8602大崎4 -2-16**☎**3492-6615**≥**kosho-lib@ ris.ac.jp) ^

#### 大田市場まつり

■10月23日(日)午前9時15分~午後1時 **内ふくしま・くまもと応援コーナー、く** まもんショー、青果・水産・花きの販 売、まぐろの解体 他

場間同市場(大田区東海3-2-1☎3790 -8301

区民の皆さんが地域で行う自主的な活動を紹介します。 費用の記載のないものは無料です。

セーセンター 体 = 体育館 集 = 区民集会所 (入) = 入会金

#### イベント

●建築・法の日無料相談 10月6日 (木)午後2時~4時30分。当日、本庁 舎3階ロビーへ。●新築、増築、耐震、 設計、工事、構造など建物の相談☎ 3766-6104東京都建築士事務所協 会品川支部・佐藤●土地建物の調査・ 測量、境界問題・土地分筆、不動産 表示登記の相談☎3781-3736東京 土地家屋調査士会品川支部・小菅

●第六回大井三ツ又ミュージック フェスタ 10月9日(日)午前11時~午 後5時。当日、三ツ又時計塔前ポケッ トパーク(大井町駅中央口)へ。☎ 090-5539-4253大井三ツ又商店 街振興組合・松村 ●話の広場くるすの会「朗読と話

し方」 10月22日(土)午後2時~4時。

当日、中小企業セへ。☎3799-

●第20回共生共走5時間リレーマ ラソン 舞台、遊び、模擬店あり。 10月30日(日)午前10時30分~午後3 時30分。八潮多目的広場。参加費 2,000円、高校生以下無料。☎090 -2433-0102同実行委員会・加藤

●ボーイスカウト品川6団バザー 模擬店、ゲームコーナー他。10月 30日(日)午前11時~午後2時。当日、 みなみ児童遊園(南大井1)へ。☎ 5762-3553水野

#### サークルなど

●伊藤トリムクラブ 金午後7時。 伊藤学園。月500円。(入) 500円。☎ 3771-5116大島

●小山トリムクラブ (火)午後7時。 小山小。月1,000円。(入)500円。 3784-0531大貫

●皐月句会 第1億年後1時15分。 品川第一集。月1,000円。☎3472 -3408寺石

●やよひ句会 第3(火)午前9時15 分。関ヶ原シルバーセ。月1,000円。 ☎090-1208-3935成田

●上大崎書道同好会 第2·4(水)午 後1時。上大崎シルバーセ。月1,700 円。☎3441-2525髙塚

●ゆたか吟詠会 初心者歓迎。第1・ 3水。午後1時。ゆたかシルバーセ。 月1,000円。(入) 1,000円。 ☎3776 -3165山崎

2760增宮

#### 次号予告 10月11日号

- しながわ観光フェア
- みんなで支え合う国民年金
- 男女共同参画フォーラム2016



人口と世帯 (平成28年9月現在)	
世帯211,986	総人口 382,187
・日本人人口 370,677	・外国人人口11,510
男 181,904	男 5,570

女 …………… 188.773

#### 品川区制70周年記念 品川歴史館特別展

# 日本を支えた近代産業

日本の近代化に大きく寄与した品川区の産業を通して、明治から昭和に かけての品川区の歴史を紹介します。

# 品川区産業展示会

久米邦武実験農場図面(久米美術館所蔵)

品川区産業展示会

カタログ (当館所蔵)

# 10月9日(1)~12月4日(1)

#### 午前9時~午後5時 (入館は午後4時30分まで)

ѿ140-0014大井6-11-1 品川歴史館

**☎**3777−4060

休館日/月曜日(10月10日は開館)、10月11日火火 観覧料/300円、小・中学生100円

※20人以上の団体は2割引。70歳以上の方、障害のある方、品川区立の 小・中学生は無料。

- ○史料保護のため、途中展示替え があります。
- ○10月4日 火 ~8日 生、12月6日



品川硝子製造所(『大日本全国名所一覧』より) (日本カメラ博物館所蔵・パネル展示)



#### ●特別展記念イベント `

#### 1. お茶を楽しむ会

■11月3日紀①午前10時~正午②午後1時~3時 从各100人(先着) ¥各50円(観覧料別) 場参当日、同館書院へ

品川硝子製造所出土ガラス片(品川区教育委員会所蔵)

#### 2. 茶室「松滴庵」公開

■11月3日祝午前10時~午後3時 ※雨天中止。

#### 3. 学芸員によるフロアレクチャー

■10月22日(土)午後2時30分~3時30分 11月3日祝 ①午前10時~11時 ②午後2時~3時 11月13日(日)午後2時~3時 12月3日出午後1時~2時

場参当日、同館ロビーへ ※特別展の観覧料が必要です。

#### 4. 講演会 「近代産業は品川から始まった」

■11月19日(土)午後1時30分~5時 場同館講堂

講師/片野雄介(富岡市教育委員会)、井上曉子(東海大学教養 学部)、中野光将(品川歴史館学芸員)

人16歳以上の方80人(抽選)

申10月20日(木) (必着) までに、往復はがき (1人1枚) に「講演会」 とし、住所、氏名、年齢、電話番号を同館へ



#### ●品川縣ビールの販売

11月19日出午前9時~午後5時 12月3日出午前9時~午後5時

●福栄会・かもめ工房特製抹茶マドレーヌ・オレンジ クッキー販売

#### 品川区民芸術祭2016 〇美術館開館30年記念企画展

女……5.940



多くの野外モニュメントを制作 し、フランスでも評価の高い 金属造形作家・長谷川栄氏が 長年取り組んできた、アルミ ニウムを切削・線刻・穿孔し、 着色を加え、宇宙と詩的エス プリを表現した作品や、光の 点滅による壮大な空間造形作 品などを展示。また、美術館 学第一人者としての功績など、 作家の全体像を紹介します。

■10月15日(土)~11月8日(火) 午前10時~午後6時 ※15日生は午後1時から。金曜 日は午後8時まで。木曜日休館 (11月3日 祝は開館)。

圆間O美術館 (大崎駅前大崎 ニューシティ2号館2階☎3495 -4040)

## マスクプレイミュージカル「ロビンフッドの冒険」&アニ×絵本シアター「おうさまの耳はロバの耳」

ラジオ



■29年1月28日出午後2時開演(午後1時30分開場) **場**スクエア荏原(荏原4-5-28)

¥1,000円、小学生以下500円(全席指定) ※2歳以下の膝上鑑賞無料、座席が必要な場合は有料。 発売開始/10月7日金

ומוזומומותותות

窓■販売 午前9時から=スクエア荏原・きゅりあん・メイプルセンター 午前10時から=〇美術館(初日のみ午前9時から)・しながわ観光協会

電話予約 午前10時から=チケットセンターキュリア

インターネット予約 午前9時から=HPwww.shinagawa-culture.or.jp/ ※電話予約では座席の選択はできません。 ※託児はありません。

問チケットセンター CURIA (キュリア) ☎5479-4140

しながわインフォ

**89.7**Mhz

#### テレビ 10月 しながわホットほっと ゲーブルテレビ品川 チャンネル

毎日7時・10時・13時・19時・ 22時から5回放送(象土曜切り替え)

	00分~	10分~	20分~	30分~	] 3
±			三之助の笑顔いっぱい 毎品川区名誉区民 石井傳一郎さん		1
B	<b>わ!しながわニ</b> : 取材には区民の		<b>サヘル・ローズの天晴!品川</b>	区から	
月	活躍しています		<b>しながわのチ・カ・ラ</b> 伝統芸術〜しながわの器〜		
火			<b>三之助の笑顔いっぱい</b> こだわりの味と香り!アマメリア エスプレッソ	らのお知らせ	(3 [
水	新語り継ぐ品 川現代史(五) 東京オリンピッ クを契機に変わ る品川	<b>しながわの</b> チ・カ・ラ しながわ"ご当 地キャラ"物語	品川歴史探訪 大井の大仏(おおぼとけ)〜 養玉院如来寺の歴史と寺宝〜	<b>恐らせ*</b>	1 1
木	簡単、お得!み/ 国保基本健診(		サヘル・ローズの天晴!品川 商店街でつまみ食い♡		
金	復活!しながわ	<b>架検隊</b>	トビーが行く! しながわ時間旅行		

一部の番組は、しながわWEB映像館 (www.shina-tv.jp) でもご覧になれます。

問番組について▶広報広聴課☎5742-6612 加入について▶ケーブルテレビ品川☎0120-559-470

三之助の笑顔いっぱい 社会に尽くした華やか な生涯品川区名誉区民 石井傳一郎さん



噺家・柳家三之助が、名 誉区民 故・石井傳一郎 さんについて、縁ある方々 にお会いして功績やお人 柄を紹介します。

# 午前6時56分から3分間

#### 放送内容は、区ホームページから視聴でき、 専用機器に録音もできます。また、災害時 には、災害情報や生活情報を放送します。

放送言語	(月)	中国語・日本語
	(火)	韓国語・日本語
	(JK)	<b>タガログ語・</b> □本語
	(木)・(金)	英語・□本語

## 緊急情報発信ダイヤル

**☎3777**−2292

緊急時・災害時などに、区ホームペー ジ、しなメール、品川区ツイッター などで発信する緊急情報を音声で聞 くことができます。 ※防災行政無 線を聞くことはできません。

**周**広報広聴課**☎**5742-6631

# パソコン・

しながわ情報メール 「しなメール」

しなメールでは、区の情報や防災気象情報を

電子メールで配信していま す。右のコードを読み取る か、https://mail.cous.jp/ shinagawa/ヘアクセスして

登録してください。



週広報広聴課☎5742-6631

## |伝||統||工||芸||の||実||演

#### 骨董修理

■10月14日金・15日仕 午前10時~午後4時

場中小企業センター 1階ロビー

(西品川1-28-3)

固商業・ものづくり課 **☎**5498−6335



鎌田 民雄