

さわやか

稲城市立公園・体育施設指定管理者
 公益財団法人 いなぎグリーンウェルネス財団
 〒206-0821 稲城市長峰1-1 TEL.331-7156 FAX.331-7181
<http://greenwellness.or.jp/> E-mail:green@ttv.ne.jp



サイネリア(シネラリア)
 キク科 ペリカリス属
 学名: *Pericallis x hybrida*
 和名: 富貴菊(フウキギク)
 花言葉: 「快活」、「愉快」、「喜び」など
 シネラリアは草丈20~30cmで半球状に育ち、カラフルな花をこんもりと密に咲かせる冬から春の室内用鉢花として親しまれている。カナリア諸島原産のキク科の多年草植物。花期12月~4月

ミニ門松手作り講座

お正月に向け、スペースをとらないミニ門松をご自分で作ってみませんか！
 高さ約40cmで、松竹梅の縁起物と南天の実などを飾り付けた本格的な門松です。



往復官製ハガキ 記入例

□□□□□□	ミニ門松講座希望 (あるいは) 門松材料のみ希望
ご本人の氏名	・住所 ・氏名 ・電話番号
ご本人の住所	

(返信用 オモテ) (往信用 ウラ)
12月11日必着

★講座を初めて受ける方を対象に募集します。

日時: 12月22日(木) 午前9時~正午
 場所: グリーンコミュニティルーム(総合体育館中庭奥)
 募集人数: 10人
 材料費: 2,500円(当日払い)
 持ち物: 筆記用具、エプロン、手袋、持帰り用の大きめの袋

★材料のみの申し込みも受け付けます。(一人一対)

受付人数: 20人
 受渡日時: 12月23日(金)
 午後1時30分~午後3時
 受渡場所: グリーンコミュニティルーム
 材料費: 2,000円(当日払い)



★申込方法(共通)

往復官製ハガキで記入例を参考にお申込みください。12月11日必着
 〒206-0821 稲城市長峰1-1 いなぎグリーンウェルネス財団
 「往信用ウラ」には、「講座希望」か「材料希望」の必ずどちらかを明記してください。「講座」・「材料のみ」とも、定員を超えた場合は抽選となります。



年末年始の体育施設利用案内

施設名		12月28日(水)	12月29日(木)~1月3日(火)
総合体育館			
総合グラウンド			
中央公園野球場			
若葉台公園多目的広場		利用できます	利用できません
多摩川緑地公園	野球場 ソフトボール場 自由広場 ゲートボール場		
北緑地公園		16時まで利用できます	
若葉台公園			16時まで利用できます
城山公園	テニスコート	利用できます	15時まで利用できます
大丸公園		16時まで利用できます	12/29(木)~31(土) 16時まで利用できます 1/1(日)~3(火) 利用できません

中央公園野球場
 芝生養生のため、1月~3月は利用できません。

総合体育館への申し込み・問い合わせは、12月29日~1月3日の間はできません。



募集

1月から始まるスポーツ教室

初心者も大歓迎！手頃な料金で参加できます。

右記のハガキ記入例を参照して、12月25日(日)必着で、
教室ごとに一人1枚、往復官製ハガキで下記にお申込みください。

<申込先>

〒206-0821 稲城市長峰1-1

いなぎグリーンウェルネス財団

※応募者が定員を上回った場合は抽選になります。

往復官製ハガキ 記入例
(返信用 オモテ) (往信用 ウラ)

□□□□□□ ご本人の氏名	□□□□□□ ご本人の住所	●●教室希望 ・住所 ・氏名 ・年齢 ・電話番号 ・教室参加有無 ①初参加 ②参加あり
------------------	------------------	--

親切・丁寧な指導です

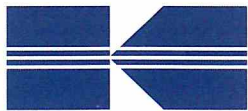
教室名	開催日(曜日)	時間	会場	定員	対象者	受講料
初級バドミントン教室	令和5年 1/13・19・26、2/2・9・16、 3/2・9・16・23 全10回(木曜)	午前9時30分～ 午前11時30分	メイン アリーナ	40名	市内在住・在勤・在学で 16歳以上の方	5,000円 (傷害保険料含) 消耗品費別途2,500円
初級 フリースタイルバドミントン教室	令和5年 1/13・20・27、2/3・17・24、 3/3・10・17・24 全10回(金曜)	午後4時～ 午後6時	メイン アリーナ	30名		5,000円 (傷害保険料含)
はじめての エアロビクス教室*1	令和5年 1/18・25、2/1・8・15・22、 3/1・8・15・29 全10回(水曜)	午前10時～ 午前11時	ウェルネス アリーナ	60名		5,000円 (傷害保険料含)
シェイプアップエアロ教室*2	令和5年 1/18・25、2/1・8・15・22、 3/1・8・15・29 全10回(水曜)	午後1時～ 午後2時	ウェルネス アリーナ	60名		5,000円 (傷害保険料含)
初級一般 バドミントン教室「夜間」	令和5年 1/17・24・31、2/7・14・21・28、 3/7・14・28 全10回(火曜)	午後7時～ 午後8時30分	メイン アリーナ	30名		5,000円 (傷害保険料含)
初級卓球教室	令和5年 1/17・24・31、2/7・14・21・28、 3/7・14・28 全10回(火曜)	午後7時～ 午後8時30分	メイン アリーナ	20名		5,000円 (傷害保険料含)
東京ヴェルディ フットサル教室	令和5年 1/13・20・27、2/3・17・24、 3/3・10・17・24 全10回(金曜)	午後7時～ 午後8時30分	メイン アリーナ	20名		5,000円 (傷害保険料含)
ボクシング エクササイズ教室	令和5年 1/13・20・27、2/3・17・24、 3/3・10・17・24 全10回(金曜)	午前10時～ 午前11時	メイン アリーナ	80名		5,000円 (傷害保険料含)
ビューティスリム ・ボディ教室	令和5年 1/13・20・27、2/3・10・17・24、 3/3・10・17 全10回(金曜)	午前10時～ 午前11時	剣道場	20名		市内在住・ 在勤・在学で 20歳以上の方

*1 初めての人でも曲に合わせてゆっくりステップを踏んでいきましょう。

*2 前半は色々なステップを踏んでは心拍数を上げ後半はしっかりと筋力アップ運動で脂肪燃焼していきましょう。

公園、運動場、スポーツ施設管理及び運営

安心も、快適も、感動も。



株式会社 協栄

東京都中央区
日本橋蛸殻町2-13-9
電話.03-3666-3251
FAX.03-3667-8046

東京体育機器株式会社
・トレーニング機器
・トレーニング指導
・高齢者介護予防事業
東京都墨田区業平四一九五玉川ビル内
☎03-3666-3251
☎03-3666-3252
FAX 03-3666-3251
FAX 03-3666-3252

多摩市落合六一九一
☎三三三三三三三三
☎三三三三三三三三
FAX 三三三三三三三三
(株) 麻生徽章
バッジ・メダル・トロフィー
会旗・懸垂幕などのご用命は

緑化と環境を創造する
稲城市押立五六一一
☎三三三三三三三三
☎三三三三三三三三

(株) アイキョー
人と自然をつなぐ
稲城市若葉台一七七一
☎三三三三三三三三
☎三三三三三三三三

(株) 榎本造園