



# 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



シオン

キク科 シオン属

学名: *Aster tataricus*

和名: 紫苑

花言葉: 「追憶」「君を忘れない」「遠方にある人进行」

日本では、本州から九州にかけて分布。高さは150~200cmになる。日本、中国、朝鮮半島、シベリアなどで分布する多年草。観賞用として平安時代から長く栽培されている植物だが、自生しているものは激減している。花びらの姿から「星の花」と言われていたため、ギリシャ語で星を意味する「Aster」が語源となっている。栽培の歴史は古く、今昔物語にも「思い草」の名で登場する。環境省のレッドリスト(2007)では、絶滅危惧Ⅱ類(VU)に登録されている。鬼の醜草(オニシコグサ)の別名がある。

## 令和4年度 市民ひとり1スポーツ! 後期スポーツ教室のご案内

財団が行っているスポーツ教室には、多くの方が参加いただいています。スポーツの秋、10月からスタートするスポーツ教室をご案内します。快適な汗を流せる球技や人気のボディメイクなどの種目を取り揃えました。

初心者の方大歓迎! 手頃な料金で参加できるスポーツ教室で、健康づくりしてみませんか。



教室名	予定月・曜日・時間帯		
初級一般 バドミントン教室 「夜間」	10~12月	火	夜間
	1~3月		
初級卓球教室	10~12月	火	夜間
	1~3月		
初級 フリーバウンドボール 教室	10~2月	月	午後
	1~3月	金	

教室名	予定月・曜日・時間帯		
初級ミニテニス教室	10~11月	水	午前
シェイプアップエアロ教室	1~3月	水	午前
初級バドミントン教室	1~3月	木	午前
ボクシングエクササイズ教室	1~3月	金	午前
ビューティスリム・ボディ教室	1~3月	金	午前
東京ヴェルディ・フットサル教室	1~3月	金	夜間

※詳細は毎月1日発行の「さわやか」でお知らせします。

募集

10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、9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	対象者	開催日(曜日)	時間	定員	受講料	
初級一般 バドミントン教室 「夜間」	市内在住・ 在勤・在学で 16歳以上 の方	10/18・25 11/1・8・15・22・29 12/6・13・20 (全10回・火曜)	午後7時～ 午後8時30分	30名	5,000円 (傷害保険料含) 消耗品費別途2,500円	
初級卓球教室				20名	5,000円 (傷害保険料含)	
初級ミニテニス教室			10/12・26 11/2・9・16 (全5回・水曜)	午前9時15分～ 午前11時50分	20名	2,500円 (傷害保険料含)
初級 フリーバウンドボール 教室			10/3・17・31 11/7・21、12/5・19 1/16・30、2/6 (全10回・月曜)	午後4時～ 午後6時	30名	5,000円 (傷害保険料含)

落雷に注意!!

令和4年8月4日(木)未明にあった雷雨の爪痕です。  
樹種はケヤキ。樹高8m、葉張7m、幹回り167cmです。  
ケヤキはとても堅い木ですが、そんな堅い木でも落雷の力にはひとたまりもないようです。皆さんも空がゴロゴロ鳴り始めたら、無理せず安全な場所へ避難して下さい。



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。  <b>株式会社 協栄</b> 東京都中央区 日本橋蛸殻町2-13-9 電話.03-3666-3251 FAX.03-3667-8046	東京都墨田区業平四一九一五玉川ビル内 ☎03-3625-1680 ☎03-3625-1680 FAX 03-3625-1680	<b>東京体育機器株式会社</b> ・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	多摩市落合六一九一 ☎三三三三三三 ☎三三三三三三 FAX 三三三三三三	バッジ・メダル・トロフィー 会旗・懸垂幕などのご用命は <b>(株) 麻生徽章</b>	緑化と環境を創造する 稲城市押立五六一一 ☎三三七八一八六四一	人と自然をつなぐ 稲城市若葉台一七七一 ☎三三三一一二四九二	<b>(株) 榎本造園</b>
--	--	---	---	---	---------------------------------------	--------------------------------------	-----------------