



催し

緑 狛江市菊花展示会

8日(日)～15日(日)9:00～15:50市役所。春から育ててきた大菊、小菊盆栽等を展示。無償。狛江市菊花会 ☎3489-3769寺西

緑 多摩川でバードウォッチング

15日(日)9:00～13:00。和泉多摩川駅前集合(雨天中止)。下流に向かって観察。歩行距離約2km。双眼鏡(無くても可)、筆記用具、昼食 ¥200円。狛江探鳥会 Mbw.komae@gmail.com 由井

緑 第28回 水曜美術会展

18日(日)～23日(日)10:00(初日14:00)～17:00(最終日16:00) 泉の森会館。水彩画、油彩画ほか約30点。無償。IMF ☎5497-5444平岡

リウマチ友の会

19日(日)13:30～15:30調布市総合福祉センター。リウマチについての勉強会と会員相互の親睦をはかる。飲み物。リウマチ患者、家族 ¥200円。調布・狛

江リウマチ友の会 ☎・FAX3488-7355加古

高松山・紅葉ハイク

21日(土)6:20～17:00狛江駅改札前集合。山頂からは西の箱根連山と富士山、北に丹沢山塊を望める。ハイキングに適した服装と装備。約13km、5時間ぐらい歩ける人。定着15人 ¥1,000円、交通費実費。14日(土)締切。岡わらじの会 ☎3430-0711 Mwaraji_no_kai@yahoo.co.jp 大友

緑 狛江ともしび音楽隊 結成26周年記念コンサート後

22日(日)14:00～16:00西河原公民館。昭和は輝いていた。昭和歌謡を聞いて青春時代に戻りませんか。入場料1,000円、高校生以下無料。狛江ともしび音楽隊 ☎090-1406-9966 FAX3489-1391 MPikarin.ito618@gmail.com 伊藤

緑 うたごえステーション

23日(日)14:00～16:00・17:00～19:00ミートステーション(東和泉1-20-4)。ギターとピアノの生伴奏による歌声酒場。定着15人 ¥500円。みんなのうたごえ広場 ☎090-9808-2810 Makira-kuma@nifty.com 大熊

緑 金曜おはなし会

27日(日)10:30～11:45よしこさん家。思い出の絵本を読んだり、聴いたり、あなたも参加のお話会。定着10人。無償。こまえほんの会 ☎3488-3562

Mkomaehon_nokai@yahoo.co.jp 長尾

こまえ楽市

29日(日)10:00～15:00たちちゃんえきまえ広場。フリーマーケットと業者出店による市。フリーマーケット出店1,100円。先着順。締切12日(日)。狛江楽市の会 ☎5438-8805 FAX5438-4331 Mkomaeraku1@gmail.com 坂本

緑 泉の森トークライブ あなたの知らない狛江の雑談Vol.2後

29日(日)13:30～15:30泉の森会館。狛江の歴史やエピソードを狭く深く掘り下げるトークイベント。定着60人。無償。泉の森友の会 Mkomaeyuya@ybb.ne.jp 石井

こまえ防災フォーラム2026後

12月5日(日)10:00～11:45こまえみらいテラス。大災害時、子どもたちをどう守る!?行政と市民で考える。子育て中のママパパ、子どもを見守りたい人。無償。オヤコDE防災 Moyako.de.bousai@gmail.com 菊地

緑 市民講座 絵本で考えるいまの社会

12月6日(日)14:00～17:00こまえみらいテラス。大人として読み直したい絵本を紹介し、社会のあり方を考える。絵本ノート等。中学生以上の市民。定着50人。無償。12月4日(日)狛江晁会 ☎090-2735-1392 FAX3489-1832 Myoshidak13@gmail.com 吉田

緑 狛江市卓球ダブルス大会後

12月13日(日)9:30～19:00市民総合体育館。種目=ダブルスの男子及び女子、ミックスで一般及び135歳以上。市内在住・在勤・在学者及び連盟登録者。1組2,000円。締切11月13日(日)NPO法人狛江市スポーツ協会 ☎3480-1141(狛江市民総合体育館取次) 狛江市卓球連盟 ☎3489-4559 FAX3489-7783 秋元

会員募集

リラクゼーションバレエ

毎(日)19:00～21:30こまえ

いずみフォトサロンが写真展

写真グループ「いずみフォトサロン」(中村武徳代表)が24日(日)～30日(日)の午前10時(初日は正午)から午後5時(最終日は4時)まで西河原公民館で第25回写真展を催す。会員と講師が撮影した風景や花、スナップなどカラー写真を中心に半切サイズの作品23点を展示する。入場無料。

同会は平成11年に発足、現在は13人の会員が写真技術の向上と会員の親睦を目的に毎月1回、定例会を開いている。定例会では会員が写真を発表し、それぞれが気に入った作品に投票するほか、講師が全員の作品を講評し、撮影場所や撮影方法などについて意見を交換している。年3回ほど都内の公園などで撮影会も行う。会員を随時募集中で、カメラの種類は問わない。月会費1,500円(年2回払い)。

問い合わせ ☎3489-5453 Mnakatake@ra2.so-net.ne.jp 中村さん



赤く染まる砂丘

みらいテラス。バレエを基礎とし、マットやバーを使ったストレッチ体操 ¥5,000円。Yu'sエッセンシャルバレエ ☎3484-3412 Mtaira.zxy@gmail.com 平

ウクレレとコーラス

毎第1・3(日)10:00～11:45こまえみらいテラスほか。優しい音色とコーラスを楽しむ ¥4,000円、別途施設使用料。事前。アライア ☎090-4433-3720 伊藤

手織り

毎第4(日)13:00～16:00こまえみらいテラスまたは西河原公民館。好きな色糸でバッグなどを織る。年1回作品展示。織機 ¥2,500円(材料費、施設費別)。



ここに掲載している情報については市民活動支援センターへお問い合わせください。

ボランティア体験イベント

ボランティア活動の入口として参加できるプログラム

■おりがみボラ

4日(日)、12月2日(日)午後2時～3時30分市民活動支援センター(こまえみらいテラス内)。折り紙でボランティア活動、交流。

スポット

かんたんピアノ

毎第1・3(日)13:30～16:00野川地域センター。楽譜が読めなくてもピアノが弾ける。楽譜用紙 ¥2,000円、その他施設費200円。かんたんピアノ ☎090-5753-4218 作井

和紙アートクラブ

毎第4(日)16:00～18:00こまえみらいテラス。手漉きの和紙で貼り絵を作る。高齢者、親子、一人参加歓迎。定着10人。材料費1,000円。事前。伝統芸術の会 ☎090-3527-4368 渡辺

募集

安心な無料電話で会話を楽しく「電話訪問はとの会」利用者募集

月・日または(日)13:30～16:00。会話で認知症等を予防して健康寿命を延ばしましょう。65歳以上で日中独居の人、外出困難な人。無償。事前。狛江市社会福祉協議会 ☎3488-0294 FAX3430-9779 はとの会 担当

緑 狛江ぞうれっしゃ合唱団演奏会出演者募集

月3回(日または(日))10:00～12:00(臨時練習あり)。こまえみらいテラスまたは西河原公民館等。令和9年2月14日(日)開催の演奏会に向けて練習。¥500円、中学生以下無料(楽譜代等別)。事前。狛江ぞうれっしゃ合唱団 Mmayu6117@gmail.com 平本

事前。手織りの会 ☎・FAX3489-0562 伊藤

ストレッチ

毎(日)10:00～12:00こまえみらいテラス。体調の不安定な人、姿勢が気になる人は体を伸ばしてリフレッシュ。¥4,000円。1,000円、その他施設費。ハーモニー ☎・FAX5761-5910 鶴塚

ターゲットバードゴルフ

毎(月)・(日)・(日)9:00～12:00多摩川緑地公園グランド。ゴルフをミニ化したスポーツ。体験教室あり。グローブ、飲み物。クラブ他用具は貸し出し。中高年。定着10人。¥400円。¥1,000円。狛江市ターゲットバードゴルフ協会 ☎・FAX3489-3942 真鍋

狛江市市民活動支援センター 〒201-8585 狛江市和泉本町1-1-5 ホームページ こまえみらいテラス内

☎5761-5556 FAX5761-5033 M casc@welfare.komae.org
開館時間=午前9時～午後5時 休館日=第1・3火曜日、年末年始



■切手ボラ

23日(日)午後1時～2時30分市民活動支援センター(こまえみらいテラス内)。古切手の整理。

コマラジで市民団体の情報発信

市内の地域情報を発信するコミュニティFM「こまえエフエム(コマラジ)」では、毎週金曜午前10時から「フライデーアートサーカス」の番組内で市民活動支援センターに登録している市民活動団体の紹介をして



いる。各団体の成り立ちや活動への思い、最新のイベント告知などを生放送で発信。狛江でどんな団体が活動しているのかを知る絶好の機会となっている。

「komaeの仲間」は市民活動団体の情報コーナーです

「komaeの仲間」の原稿は市民活動支援センター(こまえみらいテラス内 ☎5761-5556 FAX5761-5033)または協働コミュニティ課(市役所2階 ☎3430-1111 FAX3430-6870)で受け付けています。原稿は窓口へ直接持参するか、ファックスまたはEメール(Mwacco@city.komae.lg.jp)でお送りください。掲載するには事前に団体登録が必要です。各種様式は市ホームページからダウンロードできます。1月号の原稿の締め切りは11月30日(日)です。

●記事中の記号●

健康、スポーツ、文化、交流・地域、その他、狛江市市民公益活動事業補助金事業、後市または市教育委員会後援、持ち物、対象、定員、入会金、月会費、年会費、参加費、無無料、申し込み、問い合わせ先、Eメール