



難病相談

2日 10:00~12:00 中央公民館第3会議室。手足のしびれやこわばりでお困りの方、相談員が応じます

ショートテニス無料体験

3日~24日、3月3日~17日 毎週3~4回 16:15~18:30(幼~小2=16:15~17:10、小3~小6=17:15~18:30)

楽しく学ぶフラメンコ体験

4日 19:00~20:00 エコルマホールリハーサル室。リズムの基本・美しい姿勢・手の動きを学びながら踊りを学んでいく体験レッスンです

冬芽と野草の観察会

8日 10:00~12:00 とんぼ池公園。春をむかえて、さまざまな表情を見せる木の冬芽と野草を観察します

こまへの新しい風

手づくり絵手紙工房

21日 14:00~15:30 ホワイトパレット。オリジナルな絵でがみを作ろう。ぼかしやにじみを生かして自分なりの表現に挑戦

定20人 無料 当日9:30より受付 とんぼの会 FAX3480-7514

ストレッチ&やさしいフラメンコ体験レッスン

10日 10:30~11:30 中央公民館美術工芸室。経験豊かな講師による体験レッスン

子育ては楽しい 子育てにホットTime

10日 10:00~12:00 (月2回) あいとぴあセンター 4階講座室。子育て上手はおしゃべり上手

リウマチ友の会例会

18日 13:30~15:30 調布市総合福祉センター 2階団体室。懇談会、情報交換

狛江市卓球ダブルス大会

22日 9:00~18:30 市民総合体育館第1体育室。種目：男子、女子、ミックスダブルス

スポーツ

バレエくるみ割人形 発表会

22日 15:00 (14:30開場) エコルマホール。市民総合体育館を拠点に活動するクラシックバレエの市民サークル「バレエくるみ割人形」の18回目の発表会



「コッペリア」第三幕のストーリーに沿った9つの踊りをグループ、ソロ、全員で踊る。また、同サークルや講師と交流のある都内や調布市のバレエ教室の門下生、プロのダンサーも出演する

申し込み可 市内在住・在勤・在学及び連盟登録者 1,500円(1組) 締切13日

第32回「市民創作展」開催説明会

22日 10:00~12:00 中央公民館2階講座室。4月25日~26日に開催する市民創作展の説明及び参加受け付けを行います

ベビーマッサージへのおさそい

26日 10:00~11:30 西河原公民館2階和室。狛江助産師会員の指導でベビーマッサージ、育児、母乳相談会を行います

仲間づくりをしましょう バスタオル、防水シート、フェイスタオル、替おむつ

在宅医療講演会

28日 14:00~16:00 中央公民館ホール。直面する在宅介護や看取り。在宅療養支援診療所・成城内科の医師が365日24時間対応等在宅での診療・治療の現状を話します

ボランティア語り場

28日 10:00~12:00 あいとぴあセンター3階ボランティア室。地域で活動している方、ボランティアに興味ある方の交流会です

第39回狛江多摩川ロードレース 初春の多摩川を268人が快走

狛江多摩川ロードレース(狛江市・狛江市教育委員会主催)が1月11日、多摩川堤防上の道路で催され、小学生から72歳の熟年まで268人のランナーが穏やかな日差しの下で走りを楽しんだ



で39回を数える新春恒例のスポーツイベント。ことしは前年より60人近くも参加が増え、選手たちは通称五本松を起点に堤防上の道路を上流へ走って折り返す2km、5km、10kmの3コースで年齢と性別に応じて12のクラスでタイムを競い合った

レースは、4クラスで同じランナーが連覇を果たして強さを印象づけた。また、小学高学年女子2kmの部

で藤田はるかさん(緑野小)が平成5年と6年の大会記録を22秒も更新する8分30秒の

コースレコードで優勝、2位の霜田美雪さん(緑野小)も13秒上回る好タイムだった。小学高学年男子2kmの部でも奥村友喜さん(和泉小)が平成6年のコースレコードを3秒上回る7分32秒の新記録で優勝した

レース終了後は抽選会が行われ、同市と市民交流を行っている山梨県小菅村の協力で当選者に入湯券がプレゼントされた

レースの結果は次の通り(敬称略)

- 【2kmの部】小学低学年男 ①北野巧巳(和泉小) ②大久保翔太郎(一小) ③山口柊(和泉小) 小学低学年女 ①堀愛梨沙(和泉小) ②ふじたさやか(緑野小) ③二宮未歩(五小) 小学高学年男 ①奥村友喜(和泉小) ②梅田悠史(和泉小) ③割谷

将(東台小) 小学高学年女 ①藤田はるか(緑野小) ②霜田美雪(緑野小) ③下寺はずき(緑野小)

【5kmの部】中学男 ①ガリロード大樹(三中) ②笠間元貴(三中) ③小林純平(三中) 中学女 ①金城麗華(三中) ②加々見早苗(三中) ③湯浅鮎美(三中) 一般女 ①平沢康子 ②高橋敏子 ③ガリード智恵 一般男 ①太田丈児(電中研) ②堀田利彰 ③田村次郎 一般60歳以上 ①湯脇哲雄 ②齊藤幹夫(東京航空計器) ③杉尾栄一(狛江健走会)

【10kmの部】一般男40歳未満 ①徳永尊生 ②入佐泰明 ③石川智隆 一般男40歳以上 ①小幡知行(狛江健走会) ②藪部智史 ③今井宏一 一般女 ①小川朋子 ②早坂美奈子 ③河合裕子



楽市

3月1日 10:00~15:00 和泉多摩川商店街。市民参加のフリーマーケットと市内業者出店による街おこしを月1回第1日曜日に開催します

第13回狛江市レディースバドミントン大会(団体戦)

3月5日 9:00~17:00 市民総合体育館。A・B・Cのクラス別リーグ戦 1チーム6,000円(登録者)、7,200円(未登録者) 原則として今年度狛江市バドミントン協会に登録の方。1チーム(6~8名)の単独クラブチーム 甲所定の用紙に記入し、〒201-0001西野川4-25-11南

三江まで郵送してください。締め切り2月13日 必着。申込多数の場合は抽選

お楽しみスキーツアー

3月6日 21:00~8:00 狛江市役所発着。長野県志賀高原焼額山スキー場。シーズン後半人気の志賀高原でスキーを楽しみましょう。交通：貸切バス。宿泊：志賀高原プリンスホテル西館 約31,000円、小学生以下27,000円

軟式野球平成20年度総会・抽選会

3月7日 18:30 受付、19:00 総会、総会終了後に抽選会。中央公民館2階

講座室。総会と抽選会を行います。21年度春季大会は4月5日 同日より毎年多摩川緑地公園グラウンドにて開催。資格：狛江市内在住・在勤者で構成される12人以上のチーム

「komaeの仲間」 3月号の締切は 2月5日です

この欄の原稿掲載には事前に登録が必要です。登録は市役所2階地域活性化課(03-3430-1111)で受け付けています