



催し

12月・1月の展示
市役所2階ショールーム。文化協議会会員の作品展示。12月は生花（狛江市華道連盟）、1月は茶道（狛江市茶道連盟）
無印 狛江市文化協議会 ☎ 3489-6064 絹山

こどもの多摩里食堂
クリスマス食卓
3日 日12:00~14:00 岩戸地域センター。地域が支え合う「こどもの多摩里食堂」のクリスマスイベント 小学生と保護者同伴の幼児 定着先着60人 ¥おとな500円、子ども無印 締切前日 無印 こどもの多摩里食堂 ☎ 090-5527-3132 Mkodomonotamari@gmail.com 西尾

バラ講習会〜冬の管理
3日 日13:00~15:30 西河原公民館。冬の管理の講習会。バラ栽培の相談可 ¥無印 開催前日 無印 狛江バラ愛好会 ☎ FAX3480-5602 坂田

クリスマスリースづくり
5日 日10:00 和泉多摩川河川敷。自然の中で見つけた材料でクリスマスリースを作る 持替え、飲み物、昼食（任意） 無印 未就学児親子 ¥無印 締切前日 無印 あおぞら自主保育 狛江おひさまの会 Maimamagood@gmail.com 佐藤 ☎ http://blog.goo.ne.jp/komaeohisama

「komaeの仲間」は市民活動団体の情報コーナーです。

掲載ご希望の方は事前に登録が必要です。市役所2階地域活性課（☎03-3430-1111 FAX3430-6870）で受け付けています。2月号の原稿の締め切りは1月4日 無印です。

- 記事中の記号●
- 健康、スポーツ、音楽、芸能、文芸、教養、交流・地域、お知らせ、補 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、持持ち物、対象、定員、月会費、年費、参加費、無無料、入会金、申し込み、お問い合わせ先、Eメール、ホームページ

ef.lomo.jp 野口 ☎ http://silkroad-j.lomo.jp/

楽市
11日 日10:00~15:00 市役所前市民ひろば。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 無印 市民 ¥フリーマーケット2,000円 無印 先着順 無印 狛江楽市の会 ☎ 3480-2074 山岸

「手打ち蕎麦の郷—狛江」蕎麦打ち教室
11日 日14:00~16:00 岩戸地域センター。手打ち蕎麦を指導 持手ぬぐい、前掛け、タッパー（持ち帰り用） 無印 子どもから 無印 先着10人 ¥1回2,000円 無印 事前 無印 元祖 蕎麦打ち名人会 ☎ 080-1282-8166 Msn.kambara@jcom.home.ne.jp 神原

狛江ともしび音楽隊
15周年チャリティーコンサート
11日 日14:00~16:00 野川地域センター。昭和歌謡の歌と演奏 無印 市民 無印 60人 ¥無印 狛江ともしび音楽隊 ☎ FAX3489-1391 Mteru_june18@yahoo.co.jp 伊藤

ベビーマッサージ
12日 日（以前参加した人）・14日 日（初めての人）10:00~11:30 西河原公民館。助産師の指導でベビーマッサージを行う 持バスタオル、タオル、防水シート 無印 生後2カ月から乳児と母親 ¥1,000円 無印 事前 無印 母と子と助産師の会 ☎ FAX3488-2616（18:00~21:00）長尾

リウマチ友の会例会
14日 日13:30~15:30 調布市総合福祉センター。情報交換、懇談会 持 飲み物 無印 関節リウマチ患者、家族 ¥200円 無印 調布・狛江リウマチ友の会 ☎ FAX5497-5585 柴田

多摩川でバードウォッチング
18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。南部地域センターで解散 持 双眼鏡（無くても可）、筆記用具、昼食 ¥200円 無印

狛江探鳥会 ☎ FAX3480-8049 Mmatsumura-takeko@sky.plala.or.jp 松村

猪方町会文化講演会「世界の狛江及びその周辺」
南部地域センター地域協力事業
18日 日14:00~16:00 南部地域センター。講師：宇佐美哲也さん（教育部社会教育課） 無印 先着50人 ¥無印 事前 無印 猪方町会 ☎ 3489-2150 南部地域センター 取次 小林

親子リズム体操 特別企画
18日 日10:00~12:00 西河原公民館。言語聴覚士に赤ちゃんの発語を引き出す方法を学ぶ 無印 3歳くらいまでの子どもと保護者 ¥200円 無印 新日本婦人の会 ☎ 3480-1446 梅木

アカデミー X'mas ダンスパーティー
18日 日13:30~16:30 中央公民館。X'masの曲でダンス。トライアル、ミキシングあり 持 ダンスシューズ ¥1,000円 無印 狛江ダンススポーツアカデミー ☎ FAX3489-8872 Mshiiiba1641@tbz.t-com.ne.jp 椎葉

心の病講演会「地域に根ざした家族会とは」
20日 日13:30~16:00 カレーショップ・メイ。立川麦の会会長真壁博美さんの講演。家族会今昔について 無印 心の病を持つ当事者とその家族、市民 ¥無印 狛江さつき会 ☎ 080-9275-2090 FAX3480-4004 安藤

駒井町会料理教室「こんにやく作り」
南部地域センター地域協力事業
21日 日13:30~16:30 南部地域センター。こんにやく粉を使って、食物繊維の豊富な手作りこんにやく 持 エプロン、三角巾、ふきん 無印 成人 無印 先着12人 ¥無印 事前 無印 駒井町会 ☎ 3489-2150 南部地域センター 取次 小林

紅茶とスイーツを楽しむ会
21日 日13:30~15:00 コミュニティサロンさくら（市内個人宅）。クリスマス プチティーパーティー

Start & Challenge 施設やイベントで生演奏するシニアバンド

ウエスタン&カントリーバンド「ブルームーン」（松村隆代表）は、市内の特別養護老人ホームや有料老人ホームなどで慰問演奏をするほか、市内の多くのイベントに出演し演奏活動を行っている。
バンドは、松村さんが定年退職後、音楽演奏を通して地域の人と交流を深め、高齢者などに生演奏を楽しんでもらおうと仲間を募って結成、平成21年に和泉多摩川商店街振興組合のイベントで3、4人で初めて演奏した。現在は60代から70代の男女7人で構成、月2回谷戸橋地区センターで練習。レパートリーはオールディーズ、ジャズ、ポピュラーソング、シャンソンなど約100曲にのぼり、昨年は市内を中心に32回演奏した。演奏会場によっては音響機材が必要なため、平成28年度市民公益活動事業補助金を受けてマイクやスピーカーを購入した。松村さんは「これまで借りていた音響機材が自前になったので、演奏の依頼を受けやすくなり、より多くの人に生演奏を楽しんでもらえる」と喜んでいる。問い合わせ ☎ 3489-6879 ブルームーン 松村さん。

無印 女性 無印 先着4人 ¥700円 無印 締切 17日 日 無印 コミュニティサロンさくら ☎ 090-8588-8427 FAX3488-0603 Mpekoapoko@hotmail.com 濱田

第25回KOMAE CUP 2016（秋）シニアサッカー大会
24日 日6:00~16:00 狛江市民グラウンド。30分の試合を各チームが3試合行う 無印 40歳以上のチーム（市外チームも可） 無印 先着4チーム ¥1チーム6,000円 無印 締切 7日 日 無印 KSCマトウーロB ☎ 5497-1888 Mmasumi77@jcom.home.ne.jp 増見

はじめての遺言相談
26日 日10:00~12:00 泉の森会館。遺言書のポイント整理。エンディングノートも可 無印 先着5人 ¥資料代500円 無印 締切 10日 日 無印 遺言書を考える会 ☎ 090-6480-3930 北条

ジュニア育成地域推進事業ビーチボール大会
こまCUP 後
1月22日 日9:00 市民総合体育館 無印 ユニフォーム ¥3,000円（会場費、ネッ

オル、飲み物、昼食 無印 小学生1年生~6年生 ¥無印 FAXのみ受付。締切12月5日 日 申込用紙は市民総合体育館受付窓口で配布 無印 狛江市ビーチボール協会 ☎ FAX3430-4096 三角

全日本スキー連盟公認 スキースクール
2月11日 日7:48~12日 日19:40 頃東京駅発着。越後湯沢（ナスパスキーガーデン周辺）。宿泊：湯沢東映ホテル。クラス別講習あり 無印 先着20人 ¥小学生以上39,000円、小学生以下22,000円 無印 メールのみ受付。締切1月4日 日 無印 スキープランは狛江市民総合体育館、公民館にあり 無印 狛江市スキー協会 Mkomaski@yahoo.co.jp

会員募集

iPad勉強会
毎第1・3日 日10:30~12:30 こまえシニアサロン（和泉多摩川駅前商店街）。学んだり、遊んだり、いろいろなアプリで脳に刺激を 無印 iPad 無印 高齢者 無印 7人 ¥3,000円（会場費、ネッ

ト使用料） 無印 事前 無印 iPad 愛好会 in 狛江 ☎ 3489-2305 Mterubo122@gmail.com 大久保

小学生バレーボール
毎 日16:00~18:30、毎 日17:00~19:30、毎 日 無印 回時間不定（遠征、試合あり） 緑野小学校。見学・体験歓迎 無印 体育館履き、飲み物、タオル 無印 小学1~4年生の女子 ¥3,000円 無印 事前 無印 狛江セブン ☎ 080-5376-8471 山本 ☎ http://komae7.wix.com/komae7#

ジャズボーカル
毎 第2・4日 日14:00~16:00 岩戸地域センターまたは南部地域センター。講師を迎えてジャズの名曲をレッスン 月 ¥3,000円 無印 ジャズボーカルスマイル ☎ 090-3599-3164 外山

社交ダンス
毎 日13:00~15:00 野川地域センター。初心者からといねいに指導 無印 ダンスシューズ ¥3,000円 無印 日 無印 ダイヤモンド ☎ 080-2136-5141 宮武

ソシアルダンス
毎 日13:00~15:10 野川地域センター。足に力がつき姿勢がよくなる 無印 ダンスシューズ ¥3,000円 無印 アトリエ ☎ 3489-9108 平沼

テニス
月2~3日 日 無印 祝日 12:00~16:00 元和泉市民コート。40歳代から70歳代でプレー 無印 ラケット 無印 経験者 無印 若干名 ¥3,000円（別途コート代各回200円または400円） 無印 締切 18日 日 無印 むつごろう ☎

FAX3430-6810 山口
リラクゼーションバレエ
毎 日19:15~21:30 中央公民館。クラシックバレエを基礎とした美容健康体操 月 ¥3,200円 無印 Yu's エssenシャルバレエ ☎ 3489-2251 原田

英語（中級）
月4日 日10:00~11:30 中央公民館。英国人女性講師から会話や英文記事を学ぶ。見学可 無印 Eメールで通信可能な女性 無印 1人 無印 4,000円 無印 事前 無印 狛江英語会 ☎ FAX3480-7797 荒畑

親子体操
月3日 日10:00~11:00 野川地域センター。体験無料 無印 水筒、タオル 無印 1歳半から3歳までの入園前の子どもと母親 無印 1,000円 無印 事前 無印 カムカム・ひっぱりーの Mkamukamu come@gmail.com 本田

募集

高齢者見守りの電話訪問ボランティア
月2回程度 日 無印 日 13:30~16:00、定例会 = 第3日 日10:30~12:00 あいとぴあセンター。独り暮らし高齢者の安否確認をふまえ、日常の悩みを電話で傾聴 無印 70歳くらいまで 無印 若干名 ¥600円 無印 事前 無印 狛江電話訪問はとの会 ☎ 5761-5556 こまえくぼ1234 取次

バザー用品
ホームレス自立支援のため 無印 楽市出店中。日用品・衣類などご提供ください 無印 日 無印 こまえ派遣村 ☎ FAX3480-6794 絹山

お正月は箱屋の美酒

雪中梅 本醸造	720ml 1,250円
八海山	しぼりたて生原酒 越後 720ml 1,140円
富乃宝山	720ml 1,429円
佐藤 茶	720ml 1,355円
イチローズモルト	ホワイトラベル 700ml 3,500円
柚子日和	720ml 1,500円

日本の文化である地酒（日本酒と焼酎）専門店 <http://www.kago-ya.net>
月曜定休・営業時間9:00~20:00(日10:00~20:00)
〒201-0016 狛江市駒井町3-34-3
電話:03-3480-8931 FAX:03-3489-2044