

広報

ふちゅう

令和5年(2023年) 11月15日号 / 第2038号



府中の農業

まちの潤い

第4回府中市議会定例会
招集日は11月30日(木)

府中市議会では、請願、陳情、傍聴等を受け付けています。
また、インターネットによる映像配信も実施していますので、ぜひ、ご覧ください。
☎ 議事課(☎335-4507)



まちに潤いをもたらす農業

市内には、408戸・806人(令和5年1月時点)の農家があり、野菜を中心に、果実や植木、花、しいたけ等が生産されています。府中で作られた野菜だからこそ得られる安心感、採れたてだからこそ感じられる新鮮さを求めて、府中産野菜を食べてみませんか。

圃産業振興課(☎335-4143)



府中農業

市内の農業について

どれくらい知っていますか?



豆知識

- 生産量が最も多い農作物は小松菜、作付け面積が最も多い農作物は水稲(白米・黒米)
- 市面積に対する農地面積の割合は4.3%
昭和59年に301ヘクタール(10.2%)あった農地は、令和5年には127ヘクタール(4.3%)になっています
- 都内では、府中より東側にはあまりない、まとまった広さの水田
- 市内の学校給食で使われる小松菜の約半分は府中産
- 特異な気候ではないため、農家ごとに多種多様なものを生産



小松菜を中心に生産しています

戸塚 孝さん



学校給食センターに1日で40~100キログラム納入します

学校給食を通じて、子どもたちが私の作った小松菜を食べていると思うとうれしく感じますし、やりがいに思っています。

市内JAマイズで購入できます



市内農家さんを紹介

鈴木敬一郎さん



毎日、直売所に納入しています
自慢のしいたけをぜひ味わってください

直売所には安定的に納入することができています。炒め物や汁物等、幅広く利用できるしいたけを、ぜひ、レシピに足してみてください。

しいたけを中心に生産しています

長年、試行錯誤を繰り返しながら、現在のしいたけ栽培の形にたどり着きました。市内だけでなく、市外の学校給食にも納入しており、多くの子どもたちの食事に関わることができていることもやりがいです。ブルーベリー農園では初夏に摘み取り体験も行っていますので、ぜひ、お越しください。

郷土の森観光物産館で購入できます



直売所をご利用ください



府中駅前 府中特産品直売所 旧府中グリーンプラザ分館1階

営業時間: 平日の午後1時~5時(水曜日は午後4時まで)
休館日: 土・日曜日(6~8・11・12月は土曜日も営業)・祝日、年末年始

郷土の森観光物産館 郷土の森博物館隣

営業時間: 午前10時~午後6時(冬季は終了時間が早まる場合あり)
休館日: 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌平日)、年末年始、1・2月の火曜日

府中農産物直売所マップ

府中産農産物の直売所を掲載した直売所マップを無料で配布しています。
お近くの直売所で、府中産野菜をお楽しみください。
配布場所: 市役所産業振興課、各文化センター、市政情報センター、
観光情報センター、郷土の森観光物産館、西府町農業公園
※在庫がなくなり次第、配布を終了します。

無料で配布しています



府中産野菜を使ったレシピを紹介

小松菜とあさりのスープ

シャキシャキの小松菜がスープとよく合います



作り方(2人分)

- ① あさり(殻付き80g)を塩水につけ、砂をはかせ、殻をこすり合わせてよく洗う
- ② 小松菜(80g)を3~4センチの長さに切る
長ねぎ(5g)を3~4センチの長さの干切りにし、しょうが(適量)も干切りにする
- ③ 鍋にごま油を入れ、熱してからしょうがとあさを炒める
- ④ ③に酒(100ミリ)を入れ、アルコールを飛ばしたら、水(150ミリ)を加える
- ⑤ ④に小松菜を入れ、火が通ったら、塩・こしょう(少々)で味を調える
- ⑥ お椀に盛り付け、長ねぎを飾りつけて完成!

簡単に作りたいときは、あさりの水煮缶がおすすめ!

【材料の変更】

殻付きあさり80g ⇒ あさり水煮15g
水150ミリ ⇒ あさりの水煮缶の汁に水を足して150ミリ



里芋ときこの炊き込みご飯

しいたけの旨みがお粥に染み込みます



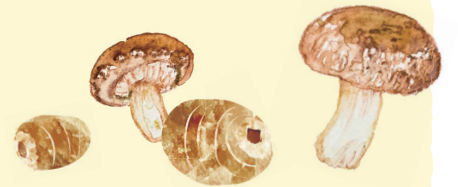
作り方(3人分)

- ① 里芋(130g)は1.5センチの角に切り、しいたけ(40g)は薄切り、エリンギ(40g)は3~4センチの長さの短冊切りにする
油揚げ(4分の1枚)は短辺を半分に切り、薄切りにする
- ② 炊飯器に米(1合)と水(米1合分から大さじ2杯を取り除いた量)を入れ、酒・みりん(各大さじ2分の1)、しょうゆ(小さじ2)を加えて混ぜ、昆布(3g)と①を入れて炊く
- ③ 炊きあがったら昆布を取り出して、軽く混ぜて器に盛り、お好みで、三つ葉(適量)を飾りつけて完成!

アレンジレシピ

洋風ご飯にもチャレンジ

- ① 里芋は同じ手順で切る
- ② ベーコン(30g)を1センチ幅に切る
- ③ 炊飯器に米(1合)と水(1合分)を入れ、ブイヨン(4g)を加えて混ぜた後、①・②を入れて炊く
- ④ 炊きあがったら、軽く混ぜて器に盛り、お好みで、パセリを飾りつけて完成!



このほかにも、季節の野菜を使ったレシピを市のHPで公開しています。
府中特産品直売所でも配布していますので、ぜひ、試してみてください。
(レシピ考案:食育推進リーダー パプリカ)



11月18日(土)・19日(日)

農業まつりにお越しください

日時 | 11月18日(土)・19日(日)午前9時~午後3時
場所 | 郷土の森博物館内(期間中は入場無料です)
主な催し | 農産物の販売、模擬店、園芸相談、
府中産農産物が当たるゲーム ほか



地元応援
商品券

購入をお忘れなく!!

ふちゅチケ

地元応援商品券「ふちゅチケ」に当せんした方は、11月22日(水)から11月30日(木)に購入してください。

※11月21日(火)までに届くように、当せん通知を送付します。

☎地元応援商品券「ふちゅチケ」コールセンター

(☎050-3173-8292 / 平日の午前10時～午後5時 / 年末年始を除く)



購入方法

デジタル商品券

専用アプリを使用し、セブン銀行で入金
※サポートセンター(ル・シーニュ4階 / 午前10時～午後6時)で専用アプリの使い方等を案内しています。



紙商品券

購入引換券と現金を持って、次の窓口へ

時間 午前10時～午後6時

場 ル・シーニュ5階



いつもの商店会で、もっとおトクなお買物!

フーちゃんお買物券

期間 12月1日(金)から令和6年2月19日(月)

対象店舗で、1000円の買い物につき「フーちゃんお買物券」1枚(300円分)を進呈(1回の買い物につき3枚を上限 / なくなり次第終了)

対象店舗 市内商店会登録店舗(ポスター掲示あり)

※詳細は、むさし府中商工会議所のHP「たまごネット」、新聞折込みのチラシをご確認ください。

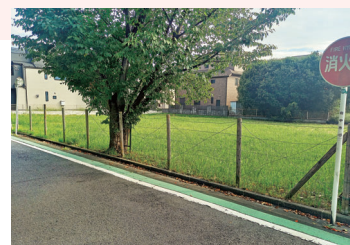
☎府中市商店街連合会事務局 (☎362-6421)



市有地の売払い

市が保有する土地を一般競争入札で売り払います。

☎財産活用課 (☎335-4102)



売払い地 下の表のとおり

申 12月15日(金)まで(必着)に、書留、または簡易書留で、決められた用紙(市役所財産活用課、各文化センター、市政情報センター、男女共同参画センター「フチュール」に用意、ダウンロード可)を〒183-8703財産活用課へ
※申込み後、令和6年1月12日(金)まで(必着)に、別途、入札書の提出が必要です。

※詳細は、市有地売払い一般競争入札要領(用紙配布場所に用意、ダウンロード可)をご確認ください。

所在地	面積(平方メートル)	用途地域	建ぺい率	容積率	最低売払い価格
白糸台1の49の4	857.68	第二種中高層住居専用地域	60%	200%	2億6673万9千円

ご意見を お聞かせください

市では、次のとおり計画案を作成しました。これらの案は、意見の提出の受付期間中に、各担当窓口、ふるさと府中歴史館2階市政情報公開室、各文化センター、市政情報センター、中央図書館、市のHP等でご覧になれます。また、各案について、市民の皆さんのご意見を受け付けます。意見、住所、氏名を記入して、各案の提出先へご提出ください。



子ども読書活動推進計画(案) (図書館のHP・各地区図書館でも閲覧可)

趣旨 子どもの読書活動を総合的かつ計画的に推進するための計画

☎現状と課題

- 基本構想
- 施策の方向性と主な取組

意見の提出 11月18日(土)から12月17日(日)(必着)に、中央図書館(〒183-0055府中町2の24 / ☎362-8647)へ / FAX(334-5370)・オンライン提出可



高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画(案)

趣旨 高齢者保健福祉施策の更なる推進や介護保険の給付を円滑に実施するための計画

☎現状と課題

- 基本的な考え方
- 基本理念の実現に向けた取組

意見の提出 11月22日(水)から12月21日(木)(必着)に、〒183-8703高齢者支援課(☎335-4537)へ / FAX(335-0090)・オンライン提出可



障害福祉計画・障害児福祉計画(案)

趣旨 障害福祉サービス、障害児通所支援等の提供体制を確保し、円滑に実施するための計画

☎計画策定の趣旨や位置付け

- 現状と課題
- 障害福祉サービス、障害児通所支援等の必要な見込量とその確保のための方策

意見の提出 11月22日(水)から12月21日(木)

(必着)に、〒183-8703障害者福祉課(☎335-4545)へ / FAX(335-6126)・オンライン提出可



自殺総合対策計画(案)

趣旨 自殺対策基本法や自殺対策大綱に基づき、地域の実情を踏まえた自殺対策を総合的に推進するための計画

☎計画の概要

- 市の現状
- 施策の方向性と取組

意見の提出 11月22日(水)から12月21日(木)(必着)に、保健センター(〒183-0055府中町2の25 / ☎368-5311、ガイダンス番号2)へ / FAX(334-5549)・オンライン提出可



歴史が息づく。
未来が芽吹く。

令和6年4月1日
府中市は70周年を迎えます

市制施行70周年記念「シンボルマーク」と「キャッチコピー」をご活用ください



市からのお知らせ

News & Information

目次

募集	5P
お知らせ	5-7P

各事業の申込み(先着順)で、時間の記載のないものは、午前8時半から受付

募集

府中市長選挙 18～29歳の投票立会人

令和6年1月28日(日)午前7時～午後8時／投票所への集合は午前6時45分

本人が選挙人名簿に登録されている投票所

令和5年10月20日以前から引き続き3か月以上市内に住所があり、選挙人名簿に登録されている平成6年1月30日から平成18年1月29日生まれの日本国籍の方

定員50人(1投票所1人／選考)

報酬1日1万5000円

公益代表として投票所で投票事務の立会い

12月4日(月)まで、オンラインで受付

選挙管理委員会事務局(☎335-4486)



市非常勤職員 (時間額制会計年度任用職員)

府中市長選挙従事職員

右の表のとおり

市内投票所ほか

18歳以上の学生／②のみの勤務不可

12月10日(日)まで、オンラインで受付

選挙管理委員会事務局(☎335-4486)



お知らせ

楽しく知ろう！消費生活

11月25日(土)・26日(日)午前10時～午後4時

ル・シーニユ6階

費無料

消費生活に役立つ情報や消費者被害等のパネル展示、動画の上映ほか

消費生活相談事例集・啓発グッズの配布あり(なくなり次第終了)

消費生活(☎360-3316)

◆府中市長選挙従事職員◆

	日時	定員	内容
①	令和6年1月28日(日)午前6時半～午後8時半／26日(金)、または27日(土)に2時間程度の投票所設営事務あり	100人程度	投票事務
②	令和6年1月22日(月)から27日(土)の午後5時～9時	①のうち15人程度	期日前投票事務

市民スポーツ優秀賞

文部科学大臣杯JA共済トーナメント 全日本リトルリーグ野球選手権大会 優勝

武蔵府中リトルリーグ

7月22日・23日に開催された同大会で優勝し、2023リトルリーグワールドシリーズに日本代表として出場した本市を拠点に活動している武蔵府中リトルリーグに、11月1日、高野市長が市民スポーツ優秀賞を贈りました。

選手の皆さんは「チーム一丸となって戦えたことが優勝という結果につながりました」と話してくれました。

スポーツタウン推進課(☎335-4499)



12月3日(日)

THE ROAD RACE TOKYO

TAMA 2023

開催に伴う交通規制のお知らせ

12月3日(日)の自転車ロードレース開催に伴い、右の図のとおり市内のコース及び周辺道路で交通規制が実施されます。

交通規制中及びその前後には、道路の混雑等が想定されますのでご注意ください。

THE ROAD RACE TOKYO事務局(☎03-5050-0250)／午前10時～午後5時／12月2日(土)は午前8時～午後9時／12月3日(日)は午前5時～午後6時

交通規制時間

多摩東公園(多摩市)～⑨是政交番前(都道18号～府中街道) → 午前8時50分～11時20分

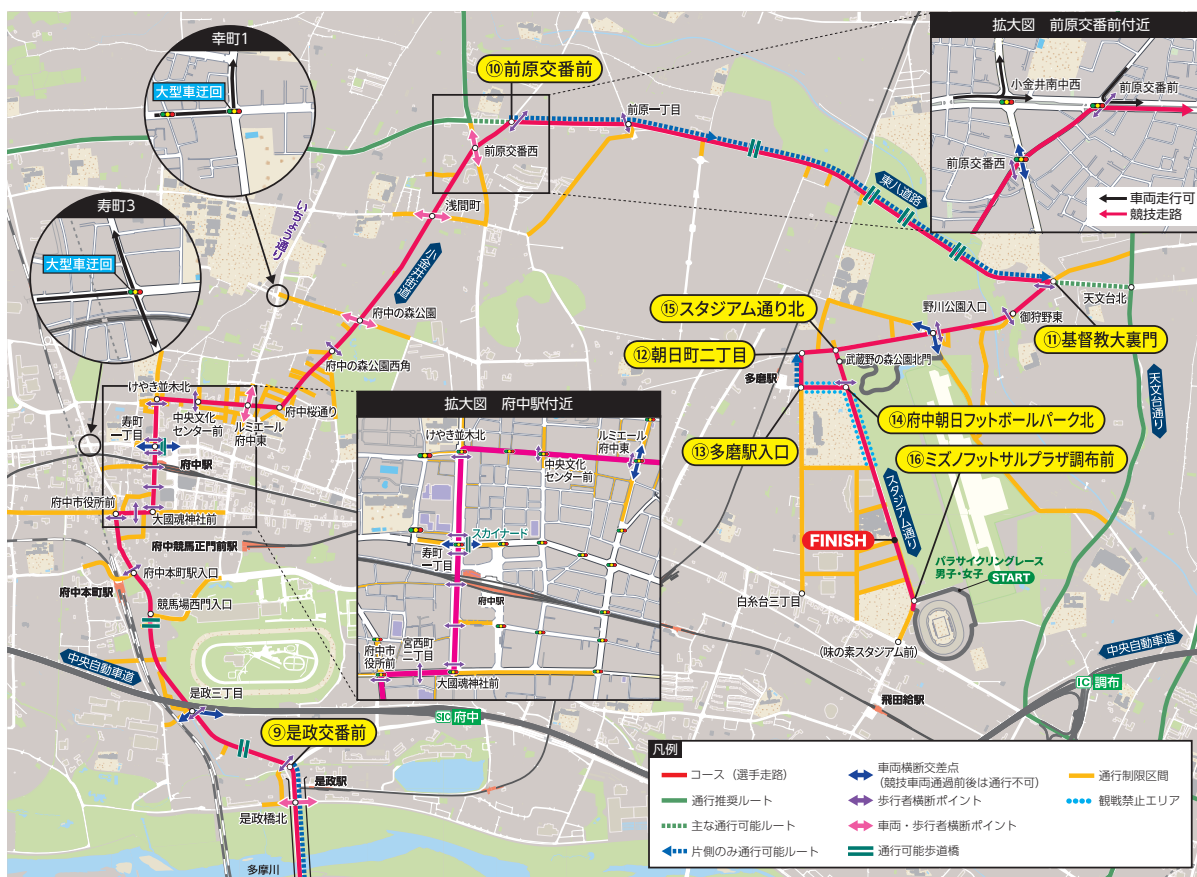
⑨是政交番前～⑩前原交番前(府中街道～小金井街道) → 午前9時5分～11時半

⑩前原交番前～⑪基督教大裏門(東八道路) → 午前9時15分～11時35分

⑪基督教大裏門～⑫朝日町二丁目～⑬多磨駅入口～⑭府中朝日フットボールパーク北(人見街道～多磨駅東通り) → 午前6時半～11時35分

※基督教大裏門～野川公園入口の午前6時半～9時半は、居住者用車両及び大会関係車両のみ通行できます。
※スタジアム通り北～朝日町二丁目～多磨駅入口～府中朝日フットボールパーク北の午前9時半～11時40分は、居住者用車両及び大会関係車両のみ通行できます。

⑮スタジアム通り北～⑯ミズノフットサルプラザ調布(スタジアム通り) → 午前6時～11時40分



交通規制に伴うバスの運休

交通規制に伴い、市内の路線バスが一部運休になります。詳細は、各事業者のHPをご覧ください。



i お知らせ

技術講習会

■11月29日(水)午後6時半～8時半
 場 むさし府中商工会議所
 定 先着5人
 費 無料
 内 排熱の有効利用による省エネルギーについて学ぶ
 講 秋澤 淳氏(東京農工大学教授)
 申 電話で工業技術情報課(☎335-4474)へ

11月30日は「いい看取り・看取られの日(人生会議の日)」

「人生会議」とは、「自分はどのように生きていきたいか」を前もって考え、家族や大切な人、医療・介護ケアチームと繰り返し話し合い、あなたの思いを共有することをいいます。

市では、この日にちなみ人生会議に関する展示を行います。
 場 高齢者支援課(☎335-4106)

■人生会議パネル展示「最後まで後悔しないための備えとは」

■11月23日(祝)午前10時～午後4時
 場 市民活動課「プラッツ」
 内 インタビューと座談会形式で作成された人生会議普及啓発動画の上映、パネル展示
 ※詳細は、市のHPをご確認ください。



大規模開発事業の土地利用構想に関する意見書と見解書の縦覧

■11月29日(水)までの平日
 場 第2庁舎7階計画課
 内
 ○開発事業者…大和地所レジデンス
 ○所在地…美好町3の15の4ほか
 ○開発区域面積…3857.79平方メートル
 ○土地利用目的…集合住宅
 場 同課(☎335-4412)

空き家①セミナー・②個別相談会「知らないと損をする空き家のお金の話」

■12月2日(土)①午後2時半～3時25分・②3時半～4時半
 場 市民活動課「プラッツ」/オンラ

イン(Zoom)でも実施
 定 空き家の所有者や所有予定の方
 定 先着①40人(オンライン100人)・②12組
 費 無料
 内 ①空き家の活用方法を学ぶ、②空き家に関する個別相談会(1組20分)
 申 場 午前10時～午後6時に、ジェクトワン(☎03-6427-9364)へ

マンション管理士・建築士による分譲マンション管理無料相談会

■12月3日(日)午前10時～正午、午後1時～4時

場 第2庁舎3階会議室
 定 市内のマンション管理組合役員、区分所有者ほか
 費 無料
 内 大規模修繕や耐震対策、管理組合運営等の分譲マンションの維持・管理に関する相談
 申 当日直接会場へ
 場 住宅課(☎335-4458)

ありがとうございました
 寄付 (敬称略)

■保健・福祉基金へ
 マーシャル設計開発 30万円

審議会・協議会等

会議名	日時	会場	定員	傍聴の申込み
生涯学習審議会	11月24日(金)午後2時	市役所4階会議室	各先着5人	11月22日(水)までに文化生涯学習課(☎335-4394)へ
福祉のまちづくり推進審議会	11月28日(火)午前10時	ふれあい会館		前日までに地域福祉推進課(☎335-4161)へ
地域公共交通協議会		第2庁舎3階会議室		前日までに計画課(☎335-4325)へ

季節性インフルエンザと

ノロウイルスに注意しましょう

季節性インフルエンザウイルスとノロウイルスは、低温で乾燥した環境で活性化するため、冬に感染力が増します。

日頃から感染予防対策を行い、体の健康を守りましょう。
 場 保健課(☎368-5311、ガイダンス番号2)

インフルエンザ

流行時期 例年12月から3月
 ※今年は例年より早く流行しています。

感染経路 飛沫感染(くしゃみ・せき)、接触感染(ウイルスが付着した物に触れ、口や鼻の粘膜から感染)

主な症状 発熱(38度以上)、頭痛、関節痛、筋肉痛、けん怠感、喉の痛み、せき、鼻水等

予防対策 手洗い、手指消毒、マスクの着用、人混みを避ける、ワクチン接種、十分な休息・栄養をと

り免疫力を高めるなど

ノロウイルス

流行時期 例年11月から4月
 感染経路 飛沫感染、接触感染、経口感染(感染したかきやあさり等の二枚貝を十分加熱しないで食べる)

主な症状 下痢、おう吐、吐き気、腹痛、微熱等

予防対策 手洗い、手指消毒、マスクの着用、加熱処理(食品は中心部まで火が通るよう加熱)、調理器具や調理台の消毒

マイナンバーカード

出張申請サポート

マイナンバーカードの申請に必要な写真撮影から交付申請までのサポートを行います。
 場 総合窓口課(☎335-4439)



日場
 11月15日(水)午後4時～8時…府中駅南口改札付近
 11月18日(土)・19日(日)午前9時～午後3時…郷土の森博物館正門横
 11月22日(水)午後4時～8時…府中駅南口改札付近
 11月25日(土)午前10時半～午後5時半…西府文化センター
 11月26日(日)午前10時半～午後5時半…白糸台文化センター
 11月29日(水)午後4時～8時…府中駅南口改札付近

費 無料
 申 当日直接会場へ
 ※新規申請の場合、QUOカード1000円分を申請時に贈呈します。また、次のいずれかを持参いただくと、後日マイナンバーカードを自宅へ郵送します。
 ○マイナンバー通知カードと本人確認書類2点
 ○顔写真付き1点を含む本人確認書類2点

新型コロナワクチンのお知らせ

場 府中市新型コロナワクチンコールセンター(☎0570-042567) / 平日の午前9時～午後5時、第2・4土曜日の午前9時～正午 / 祝日を除く

■新型コロナワクチン接種券の発送

前回の接種を9月19日までに終えた方を対象に、追加接種用の接種券を、11月末までに届くように発送します。届かない方は、同コールセンターへご連絡ください。

接種時期等は、同封するお知らせや市のHP等でご確認ください。

■集団接種会場(市民活動課「プラッツ」)での接種

モデルナ社のオミクロン株(XBB.1.5)の1価ワクチンの接種を行っている集団接種会場は、12月12日(火)から再開し、12月20日(水)に終了します。なお、予約枠は、11月15日(水)午前9時に更新します。
 ※個別接種会場(市内協力医療機関)での接種は、継続して実施します。

公営 稲城・府中メモリアルパーク

墓地使用者を募集

〒稲城・府中墓苑組合(☎379-9731)

■使用申込み

☎令和5年6月1日時点で、1年以上継続して、府中市内、または稲城市内に居住しているなど、申込区分の資格を満たす方

☎12月1日(金)から令和6年1月15日(月)(当日消印有効)に、使用申込書を同組合(〒206-0812稲城市矢野口3567)へ

※形態・募集数・使用料・年間管理料は、右下の表のとおりです。



※詳しくは、市役所環境政策課、各文化センター、市政情報センター、市民活動センター「プラッツ」で配布する申込みのしおりをご覧ください(ダウンロード可)。

■内覧会

全ての墓地を内覧できます。ぜひ、お越しください。

☎12月2日(土)午前9時～午後1時

※臨時路線バスの運行はありません。

※期間外でも合葬式墓地の建物内を除き、苑内の墓地は自由に見学できます。

◆募集する墓地◆

Table with 4 columns: 形態, 募集数(先着), 使用料, 年間管理料. Rows include 芝生墓地, 有期限芝生墓地(30年), 合葬式墓地, 樹林式墓地.

■臨時受付窓口を開設

☎12月1日(金)午前9時半～午後3時

場 市政情報 ☎

☎墓地使用の相談・申込み受付

☎当日直接会場へ



令和6年4月1日(月)入会

学童クラブ入会申込み受付



令和6年4月1日(月)に入会を希望する方の申込みを受け付けます。

申込み方法や手順等の詳細は、入会案内や市のHPをご確認ください。☎児童青少年課(☎335-4300)

☎児童本人が安全に学童クラブに通え、集団での活動ができ、その保護者が就労等のため、正午～午後6時

までの間に4時間以上、かつ月に14日以上児童を監督保護することができない世帯

受付期間

- 医療的ケア児(新小学1～6年生)…12月1日(金)から15日(金)
○要加配児(新小学1～6年生)…12月1日(金)から16日(土)
○新小学1～3年生…12月1日(金)か

- ら28日(木)
○新小学4～6年生…令和6年1月6日(土)から13日(土)
※医療的ケア児の入会申込みには、12月15日(金)までの期間に市役所同課で実施する事前相談が必要です(要予約)。
※集団での育成において特に配慮が必要な児童は、要加配児の受付期

間にお申し込みください。
※新小学4～6年生の受入れは、定員に余裕がある学童クラブのみ行います。

入会案内 市役所同課、各学童クラブ、市政情報 ☎、子ども家庭支援 ☎「たっち」、子育て世代包括支援 ☎「みらい」で配布/ダウンロード可



掲示板



納期限のお知らせ

11月30日(木)は、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の納期限です。

☎納税課(☎335-4449)、介護保険課(☎335-4021)、保険年金課(☎335-4033)

12月の休館日

■全施設共通

29日(金)から31日(日)

■文化センター

- 中央・武蔵台・住吉・紅葉丘文化 ☎ 4日(月)
○白糸台・押立・四谷・片町文化 ☎

18日(月)
☎地域コミュニティ課(☎335-4137)

■地区図書館(臨時休館)

紅葉丘図書館(☎360-7227)、住吉図書館(☎360-5775)
19日(火)・20日(水)

■体育館

- 郷土の森総合体育館 4日(月)・13日(水)・21日(木)
○押立・栄町・四谷体育館 5日(火)・21日(木)・22日(金)・25日(月)/押立・四谷体育館の体育室は空調工事のため全日利用不可
○白糸台・本宿体育館 13日(水)・14日(木)・18日(月)・26日(火)
☎郷土の森総合体育館(☎363-8111)、各地域体育館はスポーツタウン推進課(☎335-4488)

■生涯学習 ☎(☎336-5700)

4日(月)/図書館は20日(水)・21日(木)も休館、温水プールは25日(月)から28日(木)も休場

■郷土の森博物館(☎368-7921)

毎週月・火曜日

■府中市美術館(☎336-3371)

1日(金)から15日(金)・18日(月)・25日(月)

■府中の森芸術劇場

(☎335-6211)

6日(水)・11日(月)・12日(火)

■ルミエール府中(市民会館(☎361-4111)、中央図書館(☎362-8647))
5日(火)・18日(月)・19日(火)

■子ども家庭支援 ☎「しらとり」

(☎367-8881)

毎週日曜日

■男女共同参画 ☎「フューラル」

(☎351-4600)

8日(金)・23日(土)

■心身障害者福祉 ☎「きずな」

(☎360-1312)

毎週日曜日、第2・4土曜日

■ふれあい会館(☎334-3011)

毎週日曜日

■ふるさと府中歴史館

(☎335-4386)

毎週月曜日

29日(金)から31日(日)のみ休館

○府中の森芸術劇場分館

(☎319-9737)

○市民活動 ☎「プラッツ」

(☎319-9703)

○子ども家庭支援 ☎「たっち」

(☎354-8700)



目次

イベント	8-10P
子ども・子育て	10P
シニア	10-11P
スポーツ	11P

イベント

生涯学習センター令和6年1～3月定期講座の申込み受付

因教養・生活実技・スポーツ講座(講座案内は新聞折込で配布、同HPからダウンロード可)

申11月30日(木)まで(必着)に、往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号、返信用宛名を記入して、同(〒183-0001浅間町1の7/☎336-5700)へ/オンライン申込み可



市民ギャラリー「牛の会展」

日11月21日(火)から26日(日)の午前10時～午後5時(21日は正午から、26日は午後4時まで)

場府中市美術館

費無料

因絵画作品の展示

同同館(☎336-3371)

世代を超えて楽しくカラダを動かそう!

日11月25日(土)午前10時～11時15分

場介護予防推進「いきいきプラザ」

因4・5歳児と祖父母

定先着10組20人

因全身を使った運動や遊び

講三好優美子氏(東京女子体育大学

教授)ほか

申11月16日(木)午前9時から電話で同(☎330-2010)へ

多摩川流域郷土芸能フェスティバル

日12月3日(日)午後0時半～5時半 場エコルマホール(狛江市元和泉)

費無料

因お囃子・太鼓の演奏、特産品が当たるじゃんけん大会

出武蔵国府太鼓 国府睦會ほか

申当日直接会場へ

同文化生涯学習課(☎335-4464)

環境講座「グラウンドワーク三島による市民主体の清流・源兵衛川再生ものがたり」

日12月9日(土)午後1時～3時 場第2庁舎3階会議室

対市民、市内在勤・在学の方

定先着60人

費無料

因同川が清流を取り戻し、ミシマバイカモを復活させた活動を学ぶ

講林 丈雄氏(市民活動「プラッツ」館長)

申当日直接会場へ

同環境政策課(☎335-4410)

認知症サポーター「ささえ隊」養成講座

日12月12日(火)午前10時～11時半 場押立文化

場市民

定先着20人

費無料

因認知症の正しい理解と対応

講地域包括支援「しみずがおか職員

申同支援(☎363-1661)へ

同高齢者支援課(☎335-4537)

観光ガイドツアー「東京競馬場バックヤード見学ツアー」

日12月13日(水)午前9時半～正午/荒天中止

集合場所 府中競馬正門前駅

定20人(抽せん)

費200円

講コース 同駅～馬頭観音～東京競馬場

～JRA競馬博物館

申11月24日(金)まで(必着)に、往復はがき(1人1枚)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、返信用宛名を記入して、〒183-8703観光プロモーション課「観光ガイドツアー」係(☎335-4095)

へ/オンライン申込み可



キテキテ 府中マルシェ

11月23日(祝)

秋のピクニックをコンセプトに、キテキテ府中マルシェを開催します。ぜひ、お越しください。

同まちづくり府中(☎370-1960)

日11月23日(祝)午前11時～午後4時半/雨天中止

場参加店舗 府中駅南口ペDESTリアンデッキ(14店舗)、けやき並木通り(24店舗)

※詳細は、パンフレット(市政情報センターほかに用意)や特設HPをご確認ください。



ふちゅう情報コーナー

掲載内容は、当事者間で責任をお持ちください

ひろば

■初心者向けメタバース(cluster)セミナー 日11月17日(金)午後2時～4時 場市民活動「プラッツ」 定先着15人 費1000円 因インターネット上の仮想空間と活用例 講Daisuke氏(メタバース・AIクリエイター) 申同Meta land college(chi93masa@gmail.com)へ

■ネギのうね売り 日12月16日(土)から令和6年1月14日(日) 場西府町農園(西府町4の13/20区画)、日新町農園(日新町2の32/30区画)、南町農園(南町5の18/30区画)、BABA FARM(紅葉丘1の6/50区画)(各抽せん/原則1世帯1区

画) 同都民 費1区画3000円 申11月22日(水)まで(必着)に、往復はがきに希望農園名(第2希望まで)、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、返信用宛名を記入して、JAマイズ本店地域振興部購買販売課(〒183-0033分梅町3の65の1/☎334-6071)へ

■青木屋菓子まつり 日11月25日(土)午前10時～午後3時 場郷土の森公園 因限定スイーツや花・野菜の直売、イベントコーナーほか 申当日直接会場へ 同青木屋お客様相談室(☎0120-16-3008)へ

■きりえ体験 日11月27日(月)午後1時～4時 場市民活動「プラッツ」 定先着10人 費1000円 因干支のカレンダー作成 講窪田俊子氏(府中美術工芸会会員) 申同宛(☎090-

6533-2897)へ

■親子でリズム遊びを楽しみませんか 日11月28日、12月12日・26日(火)午前10時～正午 場片町文化 場0～3歳児と保護者 定各先着5組 費無料 申同新婦人親子リズムこぐま・竹本宛(☎090-7701-9601)へ

■ハンゲル入門講座 日令和6年1月19日から4月12日の金曜日(3月15日・22日・29日は除く)午後6時半～8時(全10回) 場市民活動「プラッツ」 定先着30人 費1万4000円 因簡単な読み書きと会話 同同チマ・チョゴリ友の会・同講座事務局(☎090-8463-0262)へ

■新春ダンスの集い 日令和6年1月7日(日)午後0時15分～4時 場市民活動「プラッツ」 費2500円(前売券は2000円) 因デモンストレーション、生演奏によるダンス、ドレストライアルほか 同柳田一気・森田舞夢組

(JBDFスタンダード&ラテンB級)、こーたろサウンド(バンド) 申同12月8日(金)までに、島田宛(kzshima da81@gmail.com)へ

■講演会「多摩総合医療での緩和ケアの取り組みと地域連携」 日12月3日(日)午後2時～3時半 場市民活動「プラッツ」 定先着50人 費800円 同杉原有希氏(同医療 場緩和ケア科医師) 同オンライン(Zoom/定員なし)でも実施 申11月28日(火)までに、府中がんケアを考える会・武智宛(☎090-7729-4429)へ

■市民公開講座「心臓を守る運動教室」 日12月8日(金)午前9時半～11時半 場ルミエール府中 同30人(抽せん) 費無料 因講演会、実技 同運動ができる服装で、運動靴・飲み物・筆記用具持参 申榊原記念病院のHPから 同平日の午前9時～午後5時に、同病院(☎314-3111)へ

イベント

生物多様性講演会

「条件付き特定外来生物ってなに？」

日 12月17日(日)午後2時～4時
 場 第2庁舎3階会議室
 対 小学5年生以上の方(保護者同伴可)
 定 30人(抽せん)
 費 無料
 内 アメリカザリガニ・ミシシッピアカミミガメの取扱いの注意点と生態系への影響ほか
 講 諸澤崇裕氏(東京農工大学野生動物管理教育研究センター講師)
 申 11月30日(木)までに、電話で環境政策課(☎335-4315)へ/オンライン申込み可



ハワイアンキルトタイム

日 令和6年1月13日、2月10日、3月2日(土)午後2時～4時(全3回)
 場 ルミエール府中
 対 市民
 定 10人(抽せん)
 費 4800円
 内 モンステラの春色ショルダーバッグを作成
 講 澁谷由美氏(キルトサークル☆ウル主宰)
 申 12月8日(金)まで(当日消印有効)に、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、返信用宛名を記入して、市民会館「ハワイアンキルトタイム」係(〒183-0055府中町2の24/☎361-4111)へ/電子メール可

郷土の森博物館 ☎368-7921
 入場料300円/中学生以下150円

企画展「小学校でちょっとむかしぐらし」

日 令和6年3月3日(日)まで
 場 旧府中尋常高等小学校
 内 かつて使われていた生活道具を紹介

お手玉づくり教室

日 11月23日(祝)午後1時～3時

定 先着10人
 費 400円
 ■はたおり教室～中級編
 日 12月3日(日)午前10時～午後3時
 定 先着10人
 費 1200円
 内 コースター・壁掛け作り
 ■ゴムスタンプを彫ろう
 日 12月3日(日)午後1時～3時
 定 先着8人
 費 300円

◆上記3記事の共通項目◆

場 ふるさと体験館
 対 小学3年生以下は保護者同伴
 申 電話で当館へ

星空観望会

「ふたご座流星群を見よう！」

日 12月14日(木) 午後6時～6時45分・7時～7時45分/雨天・曇天中止(当日午後3時に決定)
 集 合場所 当館正門
 定 各先着50人
 費 300円、中学生以下150円
 対 中学生以下は保護者同伴
 申 11月30日(木)から電話で当館へ

府中の森芸術劇場

☎335-6211

【チケットの申込み】

チケットふちゅう ☎333-9999

カルチャー短期講座「大人のボイストレーニングレッスン」

日 令和6年1月10日から31日の毎週水曜日 午後2時～4時(全4回)

場 当劇場分館

対 高校生以上の方

定 8人(抽せん)

費 6500円

講 松井康司氏(桐朋学園芸術短期大学教授)

申 12月7日(木)まで(必着)に、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、返信用宛名を記入して、当劇場「カルチャー短期講座」係(〒183-0001浅間町1の2)へ/当劇場HPから申込み可
 問 事業係(☎335-6210)

劇団四季

クレイジー・フォー・ユー

日 令和6年1月31日(水)午後6時半

場 どりーむホール
 費 S席1万円、A席8000円、B席5000円(全席指定)
 対 2歳以下の入場不可
 申 チケット予約開始は11月18日(土)/発売は翌日から



撮影：荒井健

清水宏のスタンダップコメディがやってくる！～府中の森芸術劇場編

日 令和6年2月23日(祝)午後2時
 場 ふるさとホール
 費 3000円、25歳以下1500円(全席指定)
 出 清水 宏
 対 未就学児の入場不可
 申 チケット予約開始は11月29日(水)/発売は翌日から

どりーむコンサート

雄大な旋律「新世界より」

日 令和6年3月2日(土)午後2時
 場 どりーむホール
 費 S席5500円、A席4500円、シルバー席(65歳以上の市民)2500円、青少年席(22歳以下)2000円
 内 曲目はチャイコフスキー…ピアノ協奏曲第1番 変ロ短調 作品23、ドヴォルザーク…交響曲第9番 ホ短調 作品95「新世界より」/開場時、ウェルカムコンサートあり
 出 下野竜也(指揮)、吉原清香(ピアノ)、日本フィルハーモニー交響楽団(管弦楽)
 対 未就学児の入場不可
 申 チケット予約開始は11月17日(金)/発売は翌日から



©Naoya Yamaguchi

©Takumi Jun

郷土の森観光物産館

バースデー感謝祭

11月25日(土)・26日(日)

問 観光プロモーション課(☎335-4095)

■府中産野菜のワンコインセール

時間 午前10時～正午 費 100円
 ※商品(1人当たりの購入制限あり)がなくなり次第、販売を終了します。

■お楽しみ抽せん会

時間 午前10時～午後6時
 対 同館で500円以上、または25日に郷土の森公園で開催の青木屋菓子まつりで1000円以上購入した方
 ※当日購入分のレシートが必要です。

■廉価販売

時間 午前10時～午後6時
 内 コボコボパン、登喜和食品納豆、武蔵谷米菓割れ煎餅ほか
 ※内容は予告なく変更する場合があります。



ひろば

■なぎなた初心者教室 日 12月2日・9日・16日(土)午前10時～正午(全3回) 場 郷土の森総合体育館 対 市内在住・在勤・在学の小学生以上の方 定 先着15人 費 各回150円、中学生以下70円 講 府中市なぎなた連盟会員 申 村上宛(☎090-8437-9234)へ
 ■うたうまち府中プロジェクトウィーンフェスティバル①コンサート・②ミニプログラム 日 ①12月16日(土)午後2時・②17日(日)午前11時半、午後3時40分・5時40分 場 府中の森芸術劇場 費 ①無料、②各2000円/3公演セット3000円/高校生以下は半額(全席自由) 出 ①都立府中西高校合唱部、四中合唱部ほか、②鼓遊(和太鼓)、佐原敦子(ヴァイオリン)、下村将太(テノール)ほか 対 未就学児の入場不可 申 同プロジェクト(www.utaumachifuchu.com)

へ/②チケットは同劇場でも発売中
 ■新春書き初め大会 日 令和6年1月5日(金)①午前11時、②午後1時半 場 市民活動センター「プラッツ」 対 市内在住・在勤・在学の①小・中学生・②小学生以上の方 定 各先着25人 費 無料 内 作品は令和6年1月6日(土)から8日(祝)に、同活動センターで展示 申 12月13日(水)までに、決められた用紙(府中の森芸術劇場、同活動センター、各文化センター)で同劇場、または同活動センターへ 場 府中市書道連盟・三岡宛(☎090-8083-3095)へ
 ■「府ロクJVC」会員募集 日 活動は毎週火・水曜日の午後5時～7時、土・日曜日の午前9時～午後5時 場 六小 対 小学生 費 年額2万5000円～3万円 内 バレーボール 申 同団体・安田宛(shin.gi.tai.0811@icloud.com)へ
 ■「どんぐりペンギンクラブ」会員募集 日 活動は毎週火・金曜日の午前10時～正午 場 片町文化センターほか 申 令

和6年度に3・4歳になる子どもと保護者 費 月額6000円 内 リトミックと公園遊び 講 林 絵理子氏(リトミック講師) 申 同クラブ・黒井宛(donpenfuchu@gmail.com)へ

官公庁から

■東京外国語大学「外語祭」 日 11月22日(水)から26日(日) 場 同大学府中キャンパス 費 無料 内 世界各地の料理の提供、多言語での演劇(日本語字幕付)、音楽や民族舞踊等のパフォーマンス、各種展示ほか 申 同実行委員会(☎090-6101-5044)へ
 ■警視庁騎馬隊お別れふれあいイベント 日 12月2日(土)午前10時 場 東京競馬場けやき門前広場 内 騎馬の行進、警察車両展示ほか 申 同隊は馬事公苑(世田谷区上用賀)に戻ります 場 府中警察署(☎360-0110)
 ■自筆証書遺言書保管制度をご利用

ください 内 自分で書いた遺言書を法務局で保管できる制度です。遺言書の紛失、遺言書が発見されない・書き替えられるなどのトラブルを防ぐことができます。詳細は、法務省のHP、または同局で配布しているパンフレットをご覧ください 場 東京法務局府中支局(☎335-4753、ガイダンス番号4)へ
 ■STADIUM FESTA 日 12月2日(土)午前10時～午後4時・3日(日)午前9時～午後4時 場 味の素スタジアム 費 無料 内 ライブ等のステージイベント、BMXのパフォーマンス、最新自転車の試乗体験ほか 出 武井 壮、稲村亜美ほか 申 当日直接会場へ 場 GRAND CYCLE TOKYO お問い合わせ窓口(☎050-1808-0078)へ
 ■国民年金保険料10月分の納期限及び口座振替日 日 11月30日(木) 場 納付場所は郵便局、金融機関、またはコンビニエンスストア 場 府中年金事務所(☎361-1011)へ

イベント

市民活動センター「プラッツ」
☎319-9703

■ソーシャルビジネスプラン
コンテスト参加者の募集

☑市内を拠点に活動している、または活動したい団体・個人
☑無料
☑社会・地域課題の解決につながるビジネスプラン
☑詳細は、当HPを確認
☑11月30日(木)までに、当へ/オンライン申込み可



■市民活動専門講座「NPOの後継者に聞く!持続可能な団体運営のコツ」

☑12月16日(土)午後2時~4時
☑第3会議室
☑地域社会に貢献している団体・企業・行政等で、活動の継続について課題を感じている団体
☑先着30人
☑2000円、当登録団体・学生1000円
☑活動を継続させ、次代へ引き継ぐポイントを学ぶ
☑田所 喬氏(フュージョン長池理事長)
☑託児(1歳以上の未就学児、先着2人、500円)あり
☑当へ/オンライン申込み可



男女共同参画センター
「フチュール」 ☎351-4600

■アサーティブ・コミュニケーション

☑12月15日(金)午前10時~11時半
☑就職を希望する方
☑先着20人
☑無料
☑相手を尊重しながら自分の気持ちを伝える方法を学ぶ
☑澁谷龍之介氏(ジョブコーチ)
☑託児(1歳以上の未就学児、先着7人、100円、飲み物等持参)希望の方は、12月1日(金)までに電話で当へ
☑電話で当へ

■絵本と語り実践講座~子育て・孫育て・自分磨きを楽しもう

☑12月20日、令和6年1月17日、2月21日(水)午前10時~正午(全3回)
☑市民
☑先着15人
☑無料
☑読み聞かせや語りのスキルアップ
☑おはなし夢くらぶ
☑同会・須山宛(☎090-1819-6118)へ

◆わがまち支えあい協議会(地区社協)◆

会の名称	日時	会場
にしふエリアささえ愛の会	12月1日(金)午後1時半~3時半	西府文化
中央ささえあいの会	12月2日(土)午後1時~3時	中央文化
住吉・分梅・南町ささえあい協議会	12月5日(火)午前10時~11時半	住吉文化

心身障害者福祉センター
「きずな」 ☎360-1312
☎368-6127

■クリスマス飾り作り

☑12月1日(金)午後1時15分~2時45分
☑身体障害のある市民
☑先着8人
☑100円
☑とう細工のクリスマスリース作り
☑11月24日(金)までに、当へ

■装具・福祉機器・住宅改善相談

☑①12月2日(土)午前9時~正午・②21日(木)午後1時~4時
☑無料
☑①作業・②理学療法士による相談
☑①11月24日(金)、②12月14日(木)までに、当へ

■当事者相談

☑①12月2日(土)午後3時半~5時・②6日(水)午後1時~5時
☑①当、②市民活動「プラッツ」
☑①肢体・②視覚障害のある方と家族ほか
☑無料
☑当へ

■視覚障害者向け講座
「イスに座って簡単ストレッチ」

☑12月6日(水)午後1時半~3時
☑市民活動「プラッツ」
☑視覚障害のある市民
☑先着8人
☑無料
☑理学療法士によるストレッチ指導
☑11月29日(水)までに、当へ

■地域交流イベント「サイレントコメディーパーフォーマンス」

☑12月16日(土)午後1時半~2時半
☑市民
☑無料
☑耳の間聞こえないクラウンによるダンス・パントマイム・マジックほか
☑当へ

社会福祉協議会 ☎364-5382

■ふれあいいきいきサロンマップ
掲載団体募集

☑地域の皆さんで作る地域交流の場として市内で活動しているサロン
☑12月8日(金)までに、当協議会へ
■わがまち支えあい協議会(地区社協)

☑場下の表のとおり
☑住民同士が支えあう主旨のもと、地域の課題を共有して解決するための協議会定例会
☑当協議会へ
■成年後見制度入門講座
☑12月12日(火)午後1時半~3時半
☑是政文化
☑市民

☑先着20人
☑無料
☑制度説明と質疑応答
☑長谷川敬祐氏(西東京きらり法律事務所弁護士)
☑同権利擁護「ふちゅう」(☎360-3900)へ

地域生活支援センター
「あけぼの」 ☎358-1085
☎336-9085

■高次脳機能障害を理解するための学習会

☑12月6日(水)午後7時~8時45分
☑当
☑先着50人
☑無料
☑高次脳機能障害のある方が地域で暮らすための取組の紹介
☑曙光園職員
☑11月29日(水)午後4時までに、当へ/電子メール・オンライン申込み可



■料理教室「イタリアンオムレットとフライドチキン」

☑12月24日(日)午前10時~午後0時半
☑市民活動「プラッツ」
☑障害のある方
☑6人(抽せん)
☑1000円
☑12月6日(水)午後4時までに、当へ/電子メール可

子ども・子育て

多胎児交流会「そらまめクラブ」

☑12月9日(土)午前10時半~11時半
☑子ども家庭支援「たち」
☑交流ひろばの利用登録(予定可)をしている市民で、令和2年4月2日以降生まれの双子、または三つ子と親
☑10組(抽せん)
☑無料
☑クリスマス行事
☑未就学の兄弟姉妹の参加可
☑11月27日(月)まで、オンラインで受付
☑同(☎354-8700)



◆運動普及員による体操◆

日時	講座名	受付開始日
12月2日(土)午前10時~11時	筋力トレーニングとストレッチ	11月22日(水)午前9時から
12月4日(月)午後1時半~2時半	昔のラジオ体操とエアロビクス(解説編)	
12月7日(木)午前9時半~10時15分	はじめての有酸素運動	12月3日(日)午前9時から
12月14日(木)午前9時半~10時半	体と脳の健康体操	
12月16日(土)午前10時~11時	筋力トレーニングとストレッチ	12月13日(水)午前9時から
12月17日(日)午前11時~正午	気功とちょっぴり太極拳のすすめ	
12月18日(月)午後1時半~2時半	昔のラジオ体操とエアロビクス	12月13日(水)午前9時から
12月23日(土)午前10時~11時	筋力トレーニングとストレッチ	
12月18日(月)午前11時~11時50分	骨に刺激を与える体操とストレッチ	12月13日(水)午前9時から
12月21日(木)午前9時~10時15分	はじめての有酸素運動	
12月25日(月)午後1時半~2時半	昔のラジオ体操とエアロビクス	12月13日(水)午前9時から
12月28日(木)午後1時半~2時半	昔のラジオ体操とエアロビクス	

シニア

介護予防推進センター
「いきいきプラザ」 ☎330-2010

◆ 共通項目 ◆

☑65歳以上の市民
■骨の元気は毎日コツコツ!!
☑11月27日(月)午後2時~3時
☑先着15人
☑無料
☑骨粗しょう症予防の講話ほか
☑11月16日(木)から電話で当へ

■爪の整え方

☑11月28日(火)午前9時半~10時半・11時~正午
☑各先着5人(1人1回)
☑500円
☑若度千尋氏(美容師)
☑11月16日(木)から電話で当へ

■栄養とって筋活しよう

☑11月30日(木)午後2時~3時
☑先着15人
☑無料
☑筋肉をつけるために必要な栄養を学ぶ
☑11月16日(木)から電話で当へ

■元気一番!!ひろめ隊
~運動普及員による体操

☑講座名 受付日下の表のとおり
☑先着25人(気功とちょっぴり太極拳のすすめのみ20人/各受付日につき1人1回)
☑無料
☑電話で当へ

■自宅で気軽に学べる通信型
介護予防教室「健口お届け便」

☑令和6年1月15日(月)から3月31日(日)
☑15人(抽せん)
☑1500円
☑毎月1回の来館と自宅でテキストを使用して口くう機能の維持向上について学ぶ
☑11月16日(木)から12月15日(金)に、電話で当へ



母子保健事業 (子育て教室・相談) 子育て世代包括支援「みらい」(☎368-5333)

各子育て教室・相談等は、市のHPでご案内しています。



各子育て教室・相談等の予約は、市のLINE公式アカウントで受け付けています。



友だち登録はこちら



シルバー人材センター

☎366-2322

■入会希望者説明会

📅12月5日(火)午前9時~10時
 📍ふれあい会館
 🎯短期的・補助的な仕事を探している60歳以上の市民
 🏠先着20人
 📞当館へ
 ■「ふれあい作品展」出展者募集
 📅令和6年3月15日(金)から17日(日)
 📍府中市美術館

🎯60歳以上の市民
 🏠先着80点(1人1点/自身で創作した未発表の作品に限る)
 🆓無料
 🎨洋画、日本画、版画、書、写真ほか(生花不可)
 📅令和6年1月15日(月)から24日(水)に、申込書(当館に用意、ダウンロード可)を当館(〒183-0055府中町1の30)へ



地域体育館健康体操教室 (1~3月)

📍教室名 📅日 📍対定 📍下の表のとおり

🆓毎回の体育館使用料100円、中学生以下40円
 📅11月16日(木)から23日(祝)に、参加希望者の住所、宛名を記入したはがきを持って、直接各地域体育館(府中朝日フットボールパークの教室は白糸台体育館でも可)へ/日吉体育館は19日午後6時から21日を除く/1人1教室/電話不可/オンライン申込み可
 📍白糸台体育館(☎363-1004)、栄町体育館(☎367-0611)、日吉体育館(☎363-2501)、本宿体育館(☎366-0831)



ジュニアバスケットボール大会

📅令和6年2月3日から23日の土・日

📅曜日、祝日
 📍郷土の森総合体育館
 🎯スポーツ傷害保険に加入し、市内で活動している男子・女子のチーム
 📍種別1部(小学6年生を含むチーム)、2部(小学5年生以下のチーム)、3部(小学4年生以下のチーム)
 🆓無料
 📍代表者会議12月12日(火)午後7時から第2庁舎3階会議室で実施
 📅12月1日(金)までに、決められた用紙(第2庁舎4階スポーツタウン推進課に用意、ダウンロード可)で、同課(☎335-4499)へ/オンライン申込み可



◆地域体育館健康体操教室(1~3月)◆

会場	教室名	日時(全9回)※休館日等を除く	対象(市民)	定員(抽せん)	内容
府中朝日フットボールパーク	60歳からの健康づくり教室	毎週月曜日 午前9時~10時15分・10時35分~11時50分	60歳以上の方	各15人	ストレッチ、リズム体操、練功十八法
	60歳からの健康づくり教室	毎週木曜日 午後1時半~3時	60歳以上の方	90人	ストレッチ、リズム体操、腰痛予防体操ほか
白糸台体育館	小学生体操教室	毎週金曜日 午後4時~5時15分	小学生	60人	基礎体力向上を目的とした運動、レクゲームほか
	お気軽エアロ教室	毎週金曜日 午後7時半~8時45分	18歳以上の方	30人	エアロビクス、筋力トレーニング、ストレッチ
	シェイプアップ教室	毎週火曜日 午前10時~11時半	18~75歳の方	80人	ソフトエアロビクス、筋力トレーニング、ストレッチほか
	ストレッチ&軽スポーツ教室	毎週水曜日 午後1時半~3時	18歳以上の方	25人	ストレッチ、リズム体操、軽スポーツ
	成人軽スポーツ教室	毎週土曜日 午前10時~11時半	18歳以上の方	20人	ストレッチ、リズム体操、軽スポーツ
栄町体育館	60歳からの健康づくり教室	毎週月曜日 ①午前9時~10時15分・②10時45分~正午、③毎週金曜日 午前9時~10時15分	60歳以上の方	①②各90人 ③70人	①体力づくり体操、練功十八法、②③リズム体操、練功十八法
	シェイプアップ教室	毎週木曜日 午後1時半~3時	18~75歳の方	70人	ソフトエアロビクス、ストレッチほか
	ウォーキング&トレーニング教室	毎週月曜日 午後1時半~3時	18~65歳の方	60人	ウォーキング、体幹トレーニング、筋膜リリースほか
	成人体力づくり教室	毎週火曜日 午後7時半~8時45分	18歳以上の方	20人	体力づくり体操、軽スポーツ
日吉体育館	子どもチャレンジスポーツ教室	毎週水曜日 午後3時半~5時	小学生	30人	基礎体力向上を目的とした運動、レクゲームほか
	60歳からの健康づくり教室	毎週金曜日 ①午前10時~11時半、②午後1時半~3時	60歳以上の方	①50人 ②70人	ストレッチ、リズム体操、腰痛予防体操ほか
	リズム体操&ストレッチ教室	毎週水曜日 午後1時半~3時	18~75歳の方	70人	リズム体操、筋力トレーニング、ストレッチほか
本宿体育館	小学生ニュースポーツ教室	毎週土曜日 午後3時半~5時	小学生	30人	基礎体力向上を目的とした運動、レクゲームほか
	60歳からの健康づくり教室	毎週月曜日 午前9時~10時15分・10時45分~正午	60歳以上の方	各90人	ストレッチ、練功十八法ほか
	リズムダンス教室	毎週木曜日 午前10時~11時半	18~75歳の方	80人	リズムダンス、ストレッチほか
	エアロビクス教室	毎週金曜日 午後7時半~8時45分	18歳以上の方	50人	ソフトエアロビクス、ストレッチ
	ジュニアスポーツ教室	毎週火曜日 午後3時45分~5時	小学生	60人	基礎体力向上を目的とした運動、レクゲームほか
シェイプアップ教室	毎週水曜日 午前10時~11時半	18~75歳の方	80人	リズム体操、筋力トレーニング、ストレッチほか	

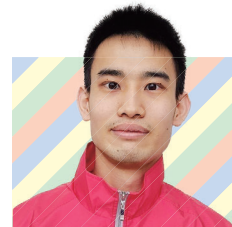
東京2025デフリンピック開催まで2年!
 デフバドミントン日本代表と
 中学生の交流事業を実施



ろう者のためのオリンピックであるデフリンピックが、令和7年11月15日(土)に東京で開幕し、府中市も競技会場の一つとなります。
 このたび、デフバドミントン日本代表が市内で強化合宿を行い、市内中学生と交流しました。
 今後もデフリンピック関連イベントを開催する予定です。交流事業の様子や同大会の詳細は、市のHPをご覧ください。
 📍スポーツタウン推進課(☎335-4477)



デフバドミントン日本代表 馬場大地選手からのメッセージ
 中学生との交流会は、とても楽しい雰囲気で行われました。このような機会をいただけてうれしく思っています。
 代表チームは、金メダル獲得を目標に掲げ、一丸となって練習に励んでいます。デフリンピックが国内で開催される貴重な機会ですので、ぜひ、会場にお越しいただき、応援していただけたら幸いです。



本市をマザータウンとして活動しているALVARK東京は、12月23日(土)・24日(日)に開催される名古屋ダイヤモンドドルフィンズとのホームゲームに、市民等の皆さんを招待します。
 📍スポーツタウン推進課(☎335-4477)



📅12月23日(土)・24日(日)午後3時5分
 📍アリーナ立川立飛(立川市泉町) 🎯市民、市内在勤・在学の方
 📍定各100人(1組6人まで/抽せん) 🆓無料 席種2階指定席
 📞11月29日(水)まで、オンラインで受付





ジャパンラグビーリーグワン開幕!



12月9日(土)に開幕するジャパンラグビーリーグワンの東芝ブレイブルーパス東京(BL東京)、東京サントリーサンゴリアス(東京SG)のホストゲームに、市民等の皆さんを招待します。

「ラグビーのまち府中」から両チームを応援し、ラグビーを盛り上げていきましょう!

関スポーツタウン推進課(☎335-4477)

📍**会場** 味の素スタジアム
 👤**対象** 市民、市内在勤・在学の方 **費用** 無料 **申し込み** オンラインで受付
 ※BL東京の申込みは、11月21日(火)正午から受け付けます。
 ※東京SGの申込みには、下の表に記載されているクーポンコードが必要です。

チーム	日時	対戦チーム	定員(先着)	クーポンコード
BL東京	12月9日(土)午後2時半	静岡ブルーレヴズ	500人	-
東京SG	12月17日(日)午後2時半	東芝ブレイブルーパス東京	1500人	FUC14773



📄**大会日程等は、**
 ジャパンラグビーリーグワンの
 HPを確認

障害者向け観戦無料招待

📍**会場** 味の素スタジアム
 👤**対象** 障害のある市民と家族等(1組4人まで)
 定先着100人
費用 無料
 内BL東京の試合を広めのスペースで観戦(車いす席あり)
 他事前にラグビーの基礎知識に関する講座あり
 📅**申し込み** 11月29日(水)まで、オンラインで受付

関障害者福祉課
 (☎335-4545)



リーグワン開幕に向けた両チーム選手のコメント

ワールドカップでの応援ありがとうございました。ぜひ、会場で応援してください。

今シーズンは更に躍動感あふれるアタックと鉄壁のディフェンスに磨きをかけていきます。皆様をワクワクさせるラグビーをお見せします。

ワールドカップ以上の興奮を皆さんにお伝え出来るようにチームはレベルアップしています。多くのトライをとれるように頑張ります。

ワールドカップでは一つのミスが勝敗を左右しました。そういったマインドをチームに浸透させ、一戦一戦大事にして優勝目指しがんばります。

東京SGはチャンピオンでなくてはならないチーム。ワールドカップでの経験を生かして、チームの優勝に貢献していきたいと思えます。



府中駅伝競走大会

参加チーム募集

関スポーツタウン推進課
 (☎335-4499)



📅**開催** 令和6年2月11日(祝)午前9時10分
 場けやき並木通りをスタートし、市民陸上競技場をゴールとする市内周回コース
種別 ①一般(高校生以上/男女混合可)・②高校男子…1区間4.1キロ📏、③一般女子(高校生以上)・④中学男子…1区間2.9キロ📏、⑤中学女子…1区間2.1キロ📏
編成 1チーム選手5人、補欠2人以内、監督1人/④⑤は市内の中学校
費用 ①~③1チーム5000円、④⑤無料
申し込み 令和6年1月5日(金)まで(必着)に、決められた用紙(第2庁舎4階スポーツタウン推進課、同競技場に用意、ダウンロード可)と参加費(郵送の場合は参加費分の為替証書)を同課(〒183-0056寿町1の5)へ/12月31日(日)まで、オンライン申込み可



駅伝を盛り上げよう!

ボランティアを募集

📅**開催** 令和6年2月11日(祝)午前7時半~午後1時
 👤**対象** 16歳以上の方(高校生以下の方は保護者の同意が必要)
 定100人(抽せん)
 内歩行者・自転車の誘導、後片付け、駐輪場の整理ほか
申し込み 12月8日(金)までに、同課へ/オンライン申込み可
 ※1月頃に事前説明会を開催します。

