

# とりこるる

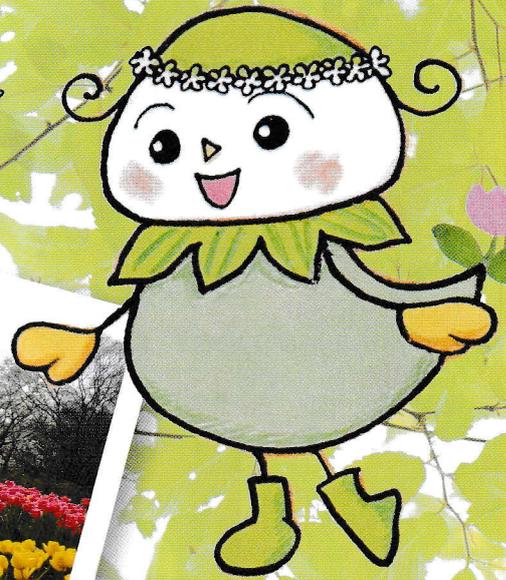
4 ▶ 5 月号

No. 66  
2019.4.1



ソメイヨシノ 見頃：4月上旬

しらかしの池(泉の森)



チューリップ 見頃：4月上旬

ふれあい広場(ふれあいの森)



ボタン 見頃：4月下旬



フジ 見頃：4月下旬

郷土民家園(泉の森)



緑の見本園(ふれあいの森)



アヤメ 見頃：5月上旬

ショウブ田(泉の森)



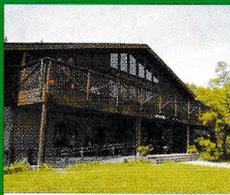
「とりこるる」はインターネットでも見られます。

やまとナビで **検索**

「とりこるる」は自治会加入の全戸に回覧されるほか、大和市内各駅、市役所、学習センターなどの公共施設、郵便局・銀行(一部除く)、財団管理施設で配布しています。(偶数月の1日発行)



つばき  
芸能人が知識をひけらかすクイズ番組は嫌いだが、最近増えてきた謎解きや脱出ゲームは工夫次第で解けておもしろい！好きなマンガコラボの脱出ゲームへの参加を計画中…(自然観察センター)〇



# 自然観察センター・しらかしのいえ

☎046-264-6633  
〒242-0029 大和市上草柳1728  
開館時間 9:00~17:00  
休館日：月曜日(月曜日が休日の場合はその翌平日)

随時つぶやき中!  
@shirakashinoie



※すべての行事で広報用の写真撮影がありますのでご了承ください。  
※動きやすい服装(長袖・長ズボンなど)でご参加ください。  
※すべての行事は雨天実施となりますが、荒天時は中止になる場合があります。

## ジュニアナチュラリストになろう!

[全4回]

- ①春の生きものしらべ
- ②夏の昆虫しらべと流しそうめん
- ③秋の樹木しらべと草木染め
- ④冬の鳥しらべとピザ作り

- 日 ①5/18(土)
- ②8/3(土)
- ③11/2(土)
- ④2/15(土)

10:00~15:00

小学3~6年生(20人)

3,000円

筆記用具、雨具、飲み物、①の回は昼食

4/18(木)~



自然を見て、気づいて、調べて、知って、伝えられる人をナチュラリストといいます。学校では学べない自然の「気になる」を調べよう！自然観察をもっと楽しめる観察キット付きです。



## 泉の森観察会

- ①花の形を調べよう
- ②花の秘密を知ろう
- ③シダの名前を知ろう

- 日 ①4/14(日)
- ②5/12(日)
- ③6/9(日)

13:00~15:00

どなたでも(小3以下保護者同伴)(30人)

無料 当日

ボランティアの説明を聞きながら、四季折々の泉の森を散策します。花盛りの泉の森で、自然観察を楽しみましょう！



<企画・運営> しらかしのいえボランティア協議会 泉の森ガイド部会

## 樹木ウォッチング ~初夏編~ 新緑と樹に咲く花を観察しよう

日 5/11(土) 13:00~15:00

小学生以上(小3以下保護者同伴)(20人)

無料 当日

泉の森にはいろんな種類の樹木があります。樹木にまつわる話を聞きながら、園内を散策しましょう。樹木のことがよくわかる2時間です。



<企画・運営>

しらかしのいえボランティア協議会 植物調査班

## 草木染め『キショウブで染めよう』

日 6/22(土) 13:00~16:00

どなたでも(小3以下保護者同伴)(30人)

500円 軍手、ゴム手袋、ビニール袋、汚れてもいい服装

5/22(水)~

泉の森に生えている外来植物「キショウブ」を駆除して、草木染めをします。さまざまな模様のオリジナル作品ができあがりますよ。



## 自然とあそぼう

- ①春の草花であそぼう
- ②生き物をさがそう
- ③ザリガニをつかまえよう

- 日 ①4/21(日)
- ②5/19(日)
- ③6/16(日)

11:00~12:00

どなたでも(小3以下保護者同伴)(20人)  
小学生以上(小3以下保護者同伴)(20人)

無料

当日 5/16(木)~

親子で楽しめる自然体験型行事。季節によっていろいろな自然あそびが体験できます。3回の参加で素敵なプレゼントも！



<企画・運営> しらかしのいえボランティア協議会 自然あんない部会

## 森のボランティア談話室

日 ①4/14(日) ②4/28(日) ③5/12(日) ④5/26(日) ⑤6/9(日)

10:00~13:00 ※時間内いつでも

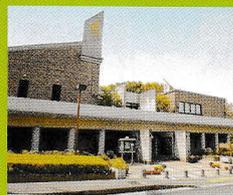
どなたでも(ボランティア登録は高校生以上) 無料 当日

泉の森には、行事や森の保全作業など、たくさんのボランティアが活躍しています。あなたも一緒に活動してみませんか？興味のある方に活動内容の紹介をします。



<企画・運営>

しらかしのいえボランティア協議会 事務局



# グリーンアップセンター

ハナイイ  
☎046-263-8711  
〒242-0027 大和市下草柳552-1  
開館時間 9:30~21:00 (受付は16:00まで)  
休館日: 月曜日(月曜日が休日の場合はその翌平日)

随時つぶやき中!  
@greenupcenter



### みどりの相談コーナー

10:00~16:00(12:00~13:00除く)  
専門の相談員が花やみどりに関する質問にお答えします。(無料)  
来館・電話・お手紙でご相談ください。

## ガーデニング講座 「春だ! 今年はこの花を咲かせよう」

📅 5/11(土) 13:30~15:30

- 👤 高校生以上(20人)
- 💰 無料 📝 筆記用具
- 👤 山本 敦子氏(みどりの相談員)
- 📍 4/6(土)~

👉 みなさん、今年はどんな花を咲かせてみたいですか? 種まき、苗の植え付け、株分けなど、花を育てる様々な方法をご紹介します。



## 実技で学ぶ春のバラ講座

📅 5/12(日) 13:30~16:00

- 👤 高校生以上(20人)
- 💰 無料
- 📝 筆記用具、皮手袋、剪定ばさみ
- 👤 林 勇氏
- 📍 4/7(日)~

👉 バラの消毒方法や実演を交えた剪定(せんてい)方法など、専門家にバラの育て方のポイントを学びます。



## 園芸トラブル解決講座「病害虫編」

📅 6/9(日) 10:00~12:00

- 👤 高校生以上(20人) 💰 無料 📝 筆記用具
- 👤 松尾 宏一氏(みどりの相談員)
- 📍 4/21(日)~

👉 植物につく病害虫について、特性や防除のポイント、駆除方法を紹介します。



## 山野草展

📅 4/19(金)~21(日)

9:30~21:00  
※初日は13:00から、最終日は15:00まで

<展示団体> 大和山草の会



## 盆栽さつき展

📅 5/24(金)~26(日)

9:30~21:00  
※最終日は15:00まで

<展示団体> 大和盆栽さつき愛好会



## エコ布ぞうりの会作品展

📅 6/6(木)~9(日)

9:30~21:00  
※初日は13:00から、最終日は15:00まで

<展示団体> エコ布ぞうりの会



## 深見歴史の森自然観察会 森の自然観察散歩

📅 4/27(土)

10:00~12:00 ※雨天中止

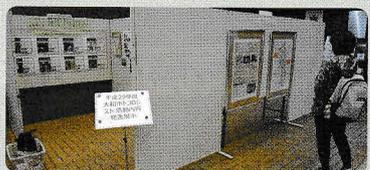
- 📍 深見歴史の森
- ※小田急江ノ島線鶴間駅改札口に9:20集合
- 👤 どなたでも(小3以下保護者同伴)(20人)
- 💰 無料(公共バス往復料金360円)
- 📍 当日
- 👉 古い城跡のある自然豊かな緑地で行う自然観察会。トコロジスト(森のボランティア)と森をゆっくり歩きながら、見頃を迎えたキンランやギンランなど花の観察を楽しみましょう。

<企画・運営> 深見歴史の森トコロジスト



## トコロジスト活動内容の紹介

4月8日(月)~19日(金) 大和市役所1階ロビー  
4月23日(火)~5月6日(月・振休) グリーンアップセンター



## 大和の自然ハンドブック 「樹木」が完成しました!



大和市が発行する自然ハンドブックの第4弾、「樹木」ができました! 大和市で身近に見られる樹木を収録し、小学生でも読める内容になっています。しらかしのいえやグリーンアップセンターで無料配布中です。(1人1部、過去に作成したハンドブックもあります)

つがやま 春は新しい環境になる方も多々と思えます。今春から大和シルフィードも2部リーグで試合です！大和スポーツセンター陸上競技場(大和なでこスタジアム)で応援しましょう！(大和スポーツセンターポブ)



# 大和スポーツセンター

☎046-261-6200

〒242-0029 大和市上草柳1-1-1

開館時間 9:00~21:00(受付は20:00まで) 休館日:第3月曜日(その日が休日の場合はその翌平日)

お問い合わせメールアドレス sports-kyoushitsu@yamato-zaidan.or.jp ※教室のお申し込みはできません。

随時つぶやき中!  
@y\_sportscenter



の教室申し込みはこちらから



## 夏休み子ども体操 [全4回]

日 7/24(水)~27(土)

A 9:00~10:30 B 10:45~12:15 C 13:30~15:00

小学1~6年生(各コース40人)  
A・Bコース…小学1・2年生対象  
Cコース…小学3~6年生対象

各 3,000 円

6/19(水) 必着

マット、とび箱、鉄棒、トランポリンの4種目を4日間集中して行います。基本から練習するので苦手な種目を克服するチャンス!



## ジュニアかけっこ教室 [全8回]

日 7/23~9/24(毎週火) (8/13、9/17を除く)

A 18:15~19:15 B 19:30~20:30

小学1~6年生(各コース30人)  
Aコース…小学1・2年生対象  
Bコース…小学3~6年生対象

各 7,000 円

6/25(火) 必着

走る動作を通して、基礎運動能力のアップや足が速くなるコツを学べます。ライバルに勝ちたい子、大募集です!



## ナイトウォーキング教室 [全2回]

日 6/14(金)・22(土) 18:30~20:00

市内在住・在勤・在学のどなたでも(100人)

無料

6/7(金) 必着

効果的で正しいウォーキングを専門家から楽しく学べる教室です。夏に向けて熱中症対策講義も行います。1日のみの参加も大歓迎です。



## とび箱特訓教室① [全2回]

日 7/24(水)・25(木)

15:30~17:00

小学1~3年生(20人)

1,500 円

6/19(水) 必着

とび箱を集中的にレクチャーします。開脚とびをできるようにするための教室です。



## ボールであそぼう!①

日 5/11(土) 13:15~14:45

5歳~小学3年生と保護者(15組)

1,000 円

4/13(土) 9:00~

大和なでこスタジアム(大和スポーツセンター競技場)  
ボールを使った様々な遊びを行います。楽しく遊んで親子のコミュニケーションを図りましょう!  
※雨天時は第3体育室にて開催



## エアロビクス(夜間の部)② [全8回]

日 6/6~7/25(毎週木)

19:00~20:00

高校生以上(40人)

5,000 円

5/9(木) 9:00~

有酸素運動で脂肪燃焼! 音楽に合わせて楽しくエクササイズしましょう!



## ピラティス② [全8回]

日 6/7~7/26(毎週金)

13:30~14:30

女性(高校生以下不可)(40人)

5,000 円

5/10(金) 9:00~

鍛えにくいコアマッスルを中心に動かして、身体の歪みを改善しましょう。



豊かな緑を未来へ

足立原造園土木株  
有泰成緑地建設  
相模緑建株  
株ヤマシゲ  
株鈴木園

一般社団法人 **大和市造園協会**

〒242-0029 大和市上草柳1097-1 TEL 046-269-4188 FAX 046-262-2784

**湘南植木有限会社**

大和市南林間 4-2-5-2 TEL 046-276-9824

空間・施設に調和して景観までも美しく  
「防災かまどベンチ」の導入分野が広がっています

防災かまどベンチ・公園遊具・健康遊具・タウンスケープ製品

株式会社 **齋藤商会** TEL: 046-263-4802  
住所: 大和市桜森3-10-9

**B stem**

人々が快適に生活できる  
施設環境をプロデュースする

総合ビルメンテナンス  
**株式会社ハリマビステム**

本社  
〒220-8116  
横浜市西区みなとみらい2-2-1 横浜ランドマークタワー16階  
TEL: 045-224-3560 FAX: 045-224-3561  
http://www.bstem.co.jp

建築金物、家庭金物、電動工具  
清掃用具及雑貨販売、住宅設備工事施工

**鶴間金物**

大和市鶴間1-3-2  
TEL 046-261-0551

ISO14001/ISO9001 認証取得  
コンセントからメガソーラーまで…電気のことならお任せください

**橋本電気工事(株)**

TEL 046-261-6581

つばやき  
民家園の正門入口にあるフジは、紫色の花房が下がるとうまい香りがします。その周りを大きなクマバチがブーン：懸命にミツを集める丸っこい姿を応援したくなります。(郷土民家園 team)

# 平成31年度 競技場年度会員 募集

- 発売開始日：平成31年4月1日(月)
- 金額：
  - ◆ 大人(市内) 4,000円
  - ◆ 大人(市外) 8,000円
  - ◆ 小人(中学生以下) 2,000円
- 有効期限：平成32年3月31日(火)

※大人(市内)を購入する際に、本人確認書類(保険証や運転免許証等)が必要になります。

改修工事に伴い、12/2(月)~3/31(火)まで競技場がご利用いただけません。予めご了承ください。



年度会員は、個人利用開放日に何度でもご利用いただけます。施設の詳細等はホームページをご覧ください。電話でお問い合わせください。

**からだいきいき体操②** [全12回]  
**6/7~9/26(毎週木)〈8/15を除く〉**  
 15:15~16:30  
 60歳以上(40人)  
 5,000円  
 6/6(木) 9:00~  
 骨盤体操とストレッチに重点を置いた体操です。運動強度は低めで初心者も安心の教室です。



**健康はつらつ②** [全12回]  
**6/25~9/24(毎週火)〈7/16、9/17を除く〉**  
 13:15~14:45  
 50歳以上(75人)  
 5,000円  
 5/30(木) 9:30~  
 ストレッチや筋力トレーニングをバランス良く取り入れた運動を行います。  
 ※1回の申し込みにつき1人分まで



**フラダンス②** [全12回]  
**6/25~9/24(毎週火)〈7/16、9/17を除く〉**  
 15:30~16:30  
 中学生以上の女性(40人)  
 7,500円  
 5/28(火) 9:00~  
 全12回で1曲の振り付けをマスターできます。シェイプアップにも効果的です。  
 ※1回の申し込みにつき1人分まで



**エアロビクス(午前の部)②** [全8回]  
**6/7~7/26(毎週金)**  
 10:00~11:30  
 女性(高校生以下不可)(60人)  
 5,000円  
 5/17(金) 9:00~  
 託児制度あり! 子育て中のママも安心して参加できます。



**逆上がり特訓教室①**  
**5/6(月・振休) 9:45~11:15**  
 小学1~3年生(各20人)  
 1,000円  
 4/8(月) 必着  
 苦手な逆上りを集中的にレクチャー。保護者向けの指導もあり。  
 ※1回の申し込みにつき1人分まで



**フルマラソンに挑戦(入門)** [全6回]  
**6/4~7/9(毎週火) 19:15~20:45**  
 18歳以上(高校生不可)(20人)  
 6,000円  
 5/7(火) 9:00~  
 専門講師から基本的な知識と技術が学べるので、初心者でも安心してご参加いただけます。



## トレーニング講習会

トレーニング室を利用するには、事前に講習会を受講してください。(要予約)

場 トレーニング室  
 高校生以上(各12人)  
 400円(保険料含む)  
 4/1(月) 9:00~  
 ※講習時間はすべて1時間

### 5月分講習会

4 土	9:30~	18 土	15:00~
5 日	9:30~	19 日	15:00~
7 火	19:00~	22 水	15:00~
10 金	13:30~	24 金	13:30~
11 土	17:00~	25 土	13:30~
12 日	17:00~	26 日	13:30~
14 火	9:30~	27 月	9:30~
15 水	15:00~	28 火	19:00~
16 木	19:00~	30 木	19:00~

### 6月分講習会

2 日	13:30~	15 土	13:30~
3 月	9:30~	19 水	15:00~
4 火	19:00~	20 木	19:00~
6 木	19:00~	22 土	9:30~
8 土	17:00~	23 日	17:00~
9 日	9:30~	25 火	19:00~
10 月	9:30~	28 金	13:30~
12 水	15:00~	29 土	15:00~
14 金	13:30~	30 日	15:00~

ライフライン(人間の生命線)と自然環境(地球)を今こそ真正面からとらえる時です。

○今、我々は自然環境に得意意と接する事が寛容。  
 ○目に見えぬ自然環境の脅威に失意と構えることが寛容。

一般社団法人  
**やまと無為自然の会**

我々は、ライフラインと自然環境を考える技術者集団です。

菊華飯店 (株)相建  
 (有)明葉造園 橋本電気工事(株)  
 (有)横浜建工  
 マッサージ・ソファ・インテリアクリニック  
 (有)新緑造園土木  
 他技術者10名

(仮)事務局 / 〒242-0014 大和市上和田 2643  
 TEL 046-267-6180

## やまと子どもミュージカル 体験ワークショップ

参加費無料!

4/27(土) 10:30~13:00 ポラリス(中央林間)  
 5/11(土) 10:30~13:00 桜丘学習センター

準備運動、発声練習  
 歌・ダンスレッスン  
 成果発表

★保護者の方もすべてのメニューをご覧いただけます。

小中高高校生  
 (年少幼児応相談)  
 ※動きやすい服装・室内履き・飲み物をご用意ください。

◆申し込み◆ \*事前申込が必要(先着順で締切)  
<http://yamatokidsmusical.wixsite.com/home/workshop>  
 ◆お問い合わせ◆  
 TEL: 080-9678-8010 yamatokidsmusical@yahoo.co.jp

**リトミック②** [各全8回]  
**6/6~7/25(毎週木)**  
 Aコース 9:30~10:20  
 Bコース 10:30~11:20  
 Cコース 11:30~12:20  
 Dコース 13:15~14:00

6か月~3歳前  
 Aコース (2歳半~3歳前)  
 Bコース (2歳~2歳半前)  
 Cコース (1歳半~2歳前)  
 Dコース (6か月~1歳半前)

教室開始日時点对象年齢になる子と市内在住の保護者(2人1組)(各10組)  
 ¥各4,500円 申 5/2(木) 必着  
 ※1回の申し込みにつき1組分まで

4月は、いろんなスタートの時期ですね。あたたかくもなり体を動かしたくなったら引地台温水プールへ！お腹が気になる私は、定期的にプールでウォーキングをはじめてみようかな。(温水プール ぴーなっ)



# 引地台温水プール

☎046-260-5757

〒242-0022 大和市柳橋4-5000 引地台公園内  
 開場時間 10:00~20:00 受付時間 9:00~20:00 (教室の受付初日は、10:00から電話のみ対応)  
 休場日: 月曜日(月曜日が休日の場合はその翌平日)

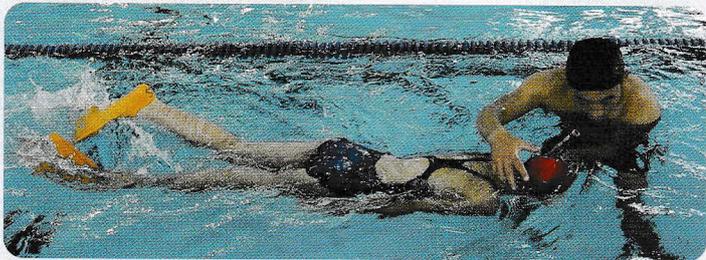
プール利用料金 4/1(月)~6/30(日)  
 ●おとな/400円(1回) ●子ども(3歳~中学生)/200円(1回)  
 ※「1回」とはプール入場からプール退場までです。一度退場してから再入場するときは「2回目」にあたります。



## スノーケリング体験

📅 6/1(土) ①10:15~11:15 ②11:30~12:30

- 👤 小学生(15m以上泳力あり)(各10人)
- 💰 各1,600円 ④4/17(水)~ ⑤⑥
- 🔥 身近で手軽にできるマリンスポーツのスノーケリング。夏前にプールで体験してみませんか。
- ※スノーケル、マスク、フィンの無料貸し出し付き



## 着衣泳体験

📅 6/8(土) 10:15~11:15

- 👤 小学生(20人)
- 💰 1,000円
- ④4/19(金)~ ⑤⑥
- 🔥 着衣のまま水の事故に遭遇した時の疑似体験をすることで、慌てず自分自身を守る対処法を学びます。



## 水泳個人指導

📅 ①5/15(水)・18(土)・22(水)・25(土)  
 ②6/5(水)~7(金)・11(火)~14(金)  
 ・18(火)~20(木)

- 🕒 13:00~15:00 (1人30分 各日4人)
- ※都合の良い日にちと時間をお選びください。
- 👤 小学生以上 💰 1回2,000円
- ④①4/9(火)~ ②4/18(木)~ ⑤⑥
- 🔥 あなたの泳ぎをマンツーマンで指導します。個人レッスンなので、自分のペースで参加できる教室です。



## 親子スキンシップ

📅 5/25(土) 10:15~11:00

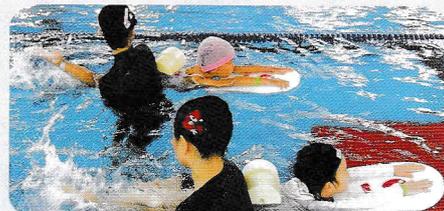
- 👤 3~6歳児と保護者(10組)
- ※オムツが完全に取れた子のみ
- 💰 1,500円 ④4/11(木)~ ⑤⑥
- 🔥 幼児と保護者の2人1組で水泳体験です。親子で遊びながら水に親しみます。



## 幼児水泳体験

📅 5/18(土)

- 🕒 ①10:15~11:00 ②11:15~12:00
- 👤 ①3~4歳未満就学児(10人)  
 ②5~6歳未満就学児(10人)
- ※オムツが完全に取れた子のみ
- 💰 各1,000円 ④4/10(水)~ ⑤⑥
- 🔥 親から離れて初めての水泳体験です。まずは水慣れからはじめましょう。



## 引地台公園

☎046-260-5798(管理事務所)  
 〒242-0022 大和市柳橋4-5000  
 受付時間 9:00~17:00



## 野外音楽堂 (引地台公園内)

引地台野外音楽堂の利用受付も行っていきます。  
 利用料金: 250円/1時間(市外の方は倍額)  
 受付期間: 利用日3か月前の1日~利用日の3日前  
 引地台野外音楽堂 で 検索

## みんなでつくろう! 花のある公園

- 📅 4/24(水) 13:30~15:00(雨天中止)
- 📍 噴水広場 📢 どなたでも 💰 無料 ④ 当日
- 👤 軍手、帽子、あれば移植ごて
- 🔥 園内の花壇を、みんなで初夏の花壇へと植え替えます。
- ※汚れてもよい服装でお越しください。



## 大和スタジアムでプロ野球を観戦しよう ~イースタン・リーグ公式戦 開催~

横浜DeNAベイスターズ × 北海道日本ハムファイターズ

📅 5/18(土) 14:00 試合開始

- チケット料金(全席自由席)
  - ・大人(高校生以上): 2,000円
  - ・子ども(小中学生): 500円
- ※未就学児は無料です。
- ※前売り券の販売はありません。
- ※当日券の販売は12:00~の予定です。

### ●お問い合わせ

大和スタジアム ☎046-267-0410  
 (月曜日休場 月曜日が休日の場合はその翌平日)



# よか企画事業担当 (ベテルギウス北館2階)

☎046-263-3100  
〒242-0018 大和市深見西1-3-17  
受付時間 9:00~17:00(日曜定休)

よか企画事業担当は、「大和市伝統文化伝承事業実行委員会」の事務局を運営しています。また、市内の小学校を順番に回る「学校寄席」の開催や、スポーツイベントに合わせて、市内の文化芸術団体と連携し、日本の伝統文化を気軽に体験できる「文化芸術体験ブース」を設置しています。(昨年度は、茶道・いけばな・百人一首競技かるたの体験を行いました。)

## ハンギングバスケット体験講座(春夏編)

日 5/14(火)13:00~16:00

場 大和スタジアム会議室(引地台公園内)

市内在住・在勤・在学の方(14人)

料 無料

備 エプロン、園芸用手袋

申 4/25(木)9:00~

ハンギングバスケットの基礎を実習しながら学びます。作成したバスケットは、大和駅からシリウスまで延びる東側プロムナードの街路灯に5月下旬から7月上旬まで飾ります。



## やまと子ども伝統文化塾 順次開講予定

大和市内の子どもたちが、日本の伝統文化(茶道、華道、日本舞踊、箏、尺八、百人一首競技かるた、琵琶・吟舞、詩吟、書道)を無料で継続的に学べる教室です。これまで伝統文化に触れたことのない人でも楽しく学ぶことができ、お稽古を通じて、礼儀作法なども身につけることができます。各教室とも、市内で活動する伝統文化団体が指導し、お稽古の成果を「やまと伝統文化フェスティバル」で発表します。

平成31年度文化庁伝統文化親子教室事業 主催:大和市伝統文化伝承事業実行委員会 後援:大和市・大和市教育委員会

### 百人一首競技かるた教室 ジュニアいけばな教室

対象 小学1年生~高校生  
稽古日 毎週日曜日  
場 所 つきみ野学習センター  
講 師 さがみ野かるた会



対象 小学1年生~高校生  
稽古日 毎月水曜日  
場 所 渋谷中学校 [下和田の郷]  
講 師 桂楓会(日本古流)



### 子ども茶道教室

対象 小学4年生~中学生  
稽古日 毎月第3土曜日(8月を除く)  
場 所 慈緑庵(多胡記念公園内)  
講 師 大和茶道会



### 箏体験教室(生田流)

対象 小学1年生~高校生  
稽古日 毎月土曜日  
場 所 大和市生涯学習センター  
講 師 大和三曲協会



### 琵琶吟舞体験教室

対象 小学2年生~中学生  
稽古日 毎月第2・4日曜日  
場 所 桜森コミュニティセンター  
講 師 大和琵琶楽剣舞道会



### 古典芸能子供教室(花柳流)

対象 幼児(年長以上)~中学生  
稽古日 月3回土曜日  
場 所 中央林間自治会館  
講 師 大和市古典芸能を楽しむ会(花柳七生美、望月彦壽)



### 尺八体験教室(都山流)

対象 小学4年生~高校生  
稽古日 毎月土又は日曜日  
場 所 大和市生涯学習センター  
講 師 大和三曲協会



### 親子詩吟体験教室

対象 幼児(4歳以上)~中学生・保護者  
稽古日 毎月土曜日  
場 所 大和市生涯学習センター 地域家族しんちゃんハウス  
講 師 大和市詩吟連盟



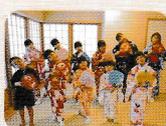
### 古典芸能子供教室(藤間流)

対象 幼児(4歳以上)~高校生  
稽古日 月3回土曜日  
場 所 柳橋コミュニティセンター  
講 師 大和市古典芸能を楽しむ会(藤間紫紀)



### ジュニア日本舞踊教室

対象 幼児~高校生  
稽古日 毎週土曜日  
場 所 大和市生涯学習センター  
講 師 おどりのわ(若柳流)



### 子ども書道教室

対象 小・中学生  
稽古日 月2回土曜日  
場 所 下鶴間コミュニティセンター 桜丘学習センター  
講 師 大和市書道連盟



## 慈緑庵 (多胡記念公園内)

☎046-276-5808  
〒242-0007 大和市中央林間5-17-3  
開館時間 9:00~20:30(受付は17:00まで)  
休館日:月曜日(月曜日が休日の場合はその翌平日)

書院・茶室の貸し出しを行っています。詳しい利用案内は窓口・電話または

慈緑庵 で 検索



## 中央林間を歩こう!ウォーキング教室

日 6/8(土)10:00~12:30 <雨天予備日:6/15(土)>

対象 高校生以上(15人)

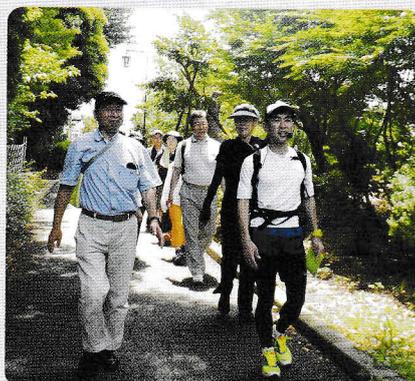
料 500円

備 ウォーキングに適した服装・運動靴・飲み物

講 スポーツセンター職員

申 5/8(水)~

「大和市ウォーキングマップ」のコースを歩きます。正しいウォーキング方法を身につけて、中央林間の街並みを楽しみましょう。



## ほげげの 体験ルポ VOLUME 11



大和市在住の漫画家「ほげげ」による体験漫画、第11弾「泉の森観察会「冬芽を調べよう編」を、財団ホームページに掲載中!! 財団各施設でも配布しています。ぜひ一読ください。



↑これはほんの一部。続きは財団ホームページへ!!



## 4.27 (土) 香りを楽しむ会

14:00～16:00

- 👤 高校生以上(15人)
- 💰 1,800円
- 📝 筆ペン
- 📅 3/27(水)～
- 👤 柳健一氏(香薫企画)
- 📌 初心者を対象に立礼(イス席)で行う組香体験。「さくら香」で優雅な遊びをお楽しみください。



**慈緑庵 (じろくあん) TEL. 046-276-5808**  
受付時間 9:00～17:00 (月曜日休館 月曜日が休日の場合はその翌平日)

## 4.28 (日) 野鳥と森の自然散策 さえずりを楽しもう

9:20～11:30

- 👤 どなたでも(小3以下保護者同伴)(15人)
- 💰 無料
- 👓 あれば双眼鏡
- 📅 当日
- 📌 初心者大歓迎の野鳥観察会。野鳥のさえずりを聞きながら、ボランティアと一緒にバードウォッチングを楽しみましょう!



**自然観察センター・しらかしのいえ TEL. 046-264-6633**  
開館時間 9:00～17:00 (月曜日休館 月曜日が休日の場合はその翌平日)

## 4.29 (月・祝) 春の鉢物交換会

10:00～14:00  
※荒天中止

- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📅 当日
- 📌 持参した鉢植え植物と引き換えに、その場で好きな鉢を選んで持ち帰ることができます。株分けなどで殖やした植物をお互いに交換しませんか。




事前(4/16(火)～28日)に鉢物を預けることができます。 ※参加方法などはホームページをご覧ください。

**グリーンアップセンター TEL. 046-263-8711 (ハナイ)** 受付時間 9:30～16:00 (月曜日休館 月曜日が休日の場合はその翌平日)

## G.W.みどりの相談キャンペーン

4.27(土)～5.6(月・振休)  
10:00～16:00

ゴールデンウィーク中にみどりの相談コーナーを利用された方に、お花の種をプレゼントします!

## 5.4(土・祝) 5.5(日・祝) こどもの日まつり ～昔のおもちゃで遊ぼう～

10:00～15:00

- 👤 どなたでも
- 💰 無料
- 📅 当日
- 📌 こどもの日にちなんで、園内でコマ回しや竹トンボ、お手玉、ケン玉などの昔の遊びが体験できます。ご家族で遊びに来てください。



**郷土民家園 TEL. 046-260-5790** 開園時間 9:00～16:30 (月曜日休園 月曜日が休日の場合はその翌平日)

## 4.13(土)～5.6(月・振休) 展示 端午の節供展示




📌 5月5日の端午の節供にちなんで、鯉のぼりや五月人形を飾ります。

## 5.5 (日・祝) みどりのクイズ

10:00～14:00  
※雨天中止

- 📍 噴水広場
- 👤 どなたでも(先着200人)
- 💰 無料
- 📅 当日
- 📌 引地台公園に関する楽しいクイズです。先着200人に素敵なプレゼントを用意しています。



**引地台公園 TEL. 046-260-5798**  
受付時間 9:00～17:00

## 5.6 (月・振休) 大和市少年野球教室 一般枠募集

9:00～12:00  
※荒天中止

- 👤 大和市在住・在学の小学生(30人)
- 💰 無料
- 📅 4/5(金)9:00～
- 📌 元プロ野球選手が子どもたちに野球の指導をします。



**大和スタジアム TEL. 046-267-0410**  
受付時間 9:00～17:00 (月曜日休場 月曜日が休日の場合はその翌平日)

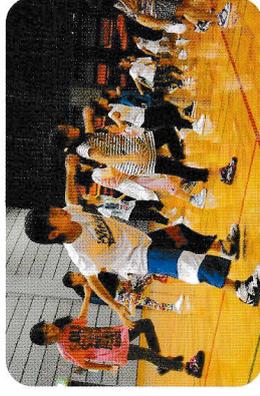


# 大和スポーツセンター

## 平成31年度 教室・イベントのご案内

住所：〒242-0029 大和市上草柳1-1-1  
 電話：046-261-6200  
 休館日：毎月第3月曜日及び年末年始(祝日の場合はその翌日)  
 開館時間：9:00～21:00(窓口業務 20:00)  
 ※記載した情報は**2019年4月1日現在**のもので、変更が生じることがありますのでご了承ください。  
 ※**2019年4月1日～2020年3月31日**に開催する情報となります。

子ども向け教室	教室名・曜日・回数	日程(除く日)	時間	対象・定員	参加料	申込日・締切	申込方法	内容
子ども体操 (全4回) (水～土)		①7/24～7/27 ②3/25～3/28	A 9:00～10:30 B 10:45～12:15 C 13:30～15:00	Aコース:小学1・2年生 Bコース:小学1・2年生 Cコース:小学3～6年生 各40人	3,000円	6/19(水)必着 2/19(水)必着	① ②	トラポリン・鉄棒・とび箱・マット運動 ※②は4月からの新学年を基準とする
ジュニアHIPHOP (全8回) 毎(水)		①5/8～6/26 ②9/25～11/13 ③1/15～3/4	18:15～19:15	小学3年生～中学生 各35人	4,000円	4/17(水)必着 8/14(水)必着 12/4(水)必着	① ②	全8回で1曲の振り付をマスター。
ジュニアかけっこ (全8回) 毎(火)		①4/9～5/28 ②7/23～9/24 (8/13、9/17除)	A 18:15～19:15 B 19:30～20:30	A:小学1・2年生 B:小学3～6年生 各30人	7,000円	3/19(火)必着 6/25(火)必着	① ②	「走る」動作を通じて、運動への運動能力を身に付ける。
逆上がり特訓 (全1回) (月or金or土)		①5/6 ②7/26 ③9/21 ④11/2 ⑤12/21 ⑥2/15	9:45～11:15 15:30～17:00 9:45～11:15 15:30～17:00 9:45～11:15 15:30～17:00	小学1～3年生 各20人	1,000円	4/8(月)必着 7/5(金)必着 8/24(土)必着 10/5(土)必着 11/23(土)必着 1/25(土)必着	① ②	苦手な逆上りを集中的にレクチャー。保護者向けの補助指導もあり。親子参加推奨。
とび箱特訓 (全2回) (水・木)		①7/24・25 ②3/25・26	15:30～17:00	小学1～3年生 各20人	1,500円	6/19(水)必着 2/19(水)必着	① ②	苦手なとび箱を集中的にレクチャー。
スポチャレ (全1回) (土)		①未定 ②8/31	① 9:30～12:30 ② 10:00～13:00	市内在住・在学・在園の5歳～中学生 各120人	無料	未定 8/17(土)必着	① ②	さまざまなスポーツを一緒に体験できるので、お子様の興味に合ったスポーツを探せるチャンス!
幼児スポーツ (全8回) 毎(水)		①5/8～6/26 ②9/25～11/13 ③1/15～3/4	15:00～16:30	5歳～未就学児 各30人	4,500円	4/17(水)必着 8/14(水)必着 12/4(水)必着	① ②	とび箱・マット・鉄棒などを通じ、基本運動を身に付ける。道具やレクで楽しく運動。



▲ジュニアHIP HOP



▲とび箱特訓



▲親子スポーツ



### 親子や家族で参加できる教室

教室名・曜日・回数	日程(除く日)	時間	対象・定員	参加料	申込日・締切	申込方法	内容
ファミリースポーツ教室 (全1回) (土)	3/7	10:00～13:00	市内の5歳～小学生と保護者 (2人1組) 50組	無料	2/22(土)必着	① ②	家族参加型スポーツイベント。子どもから高齢者まで家族でスポーツを楽しむ!
親子スポーツ (全8回) 毎(水)	①5/8～6/26 ②9/25～11/13 ③1/15～3/4	9:45～10:45	3・4歳児と保護者 (2人1組) 各35組 ※参加者以外の同伴不可 ※抱っこ紐要相談	4,500円	4/17(水)必着 8/14(水)必着 12/4(水)必着	① ②	親子のスキンシップを通じて身体を動かす。
ファミリーズ体操	①5/8～6/26 ②9/25～11/13 ③1/15～3/4	15:30～17:00	小学1～3年生 各20人	無料	4/17(水)必着 8/14(水)必着 12/4(水)必着	① ②	レクやリズム体操で身体を動かす楽しみ。

教室名・曜日・回数	日程(除く日)	時間	対象・定員	参加料	申込日・締切	申込方法	内容
ひよこ体操 (全8回) 毎(水)	①9/25~11/13 ③1/15~3/4	11:15~12:00	(2人1組)各35組 ※参加者以外の同伴不可 ※抱っこ紐要相談	4,500円	8/14(水)必着 12/4(水)必着		リズムを身体で感じ表現し、五感を目標めさせる総合教育。親子の絆を深めながらママ及つくり。 ※対象は各回とも開催日を基準
リトミック (全8回) 毎(木)	①4/4~5/23 ②6/6~7/25 ③9/12~10/31 ④11/7~12/26 ⑤1/16~3/5	A 9:30~10:20 B 10:30~11:20 C 11:30~12:20 D 13:15~14:00	市内在住 A 2歳半~3歳前 B 2歳半 C 1歳半~2歳前 D 6ヶ月~1歳半前 保護者と子で各10組 ※参加者以外の同伴不可 ※抱っこ紐要相談	4,500円	3/7(木)必着 5/2(木)必着 8/8(木)必着 10/3(木)必着 12/12(木)必着		リズムを身体で感じ表現し、五感を目標めさせる総合教育。親子の絆を深めながらママ及つくり。 ※対象は各回とも開催日を基準
ボールであそぼう (全1回) (土)	①5/11 ②10/5	13:15~14:45	5歳~小学3年生 (2人1組)各15組	1,000円	4/13(土)~ 9/7(土)~		「なげる」「ける」「つく」「とる」などの基本の動作を色々なボールを使い「あそび」ながら親子と一緒に習得させる。
障がい者サッカー (全1回) (土)	9/21(予備日:9/28)	9:20~10:00	市内在住・在学の 知的障がい者 30人	無料	9/7(土)必着		プロサッカーチームのコーチと一緒にサッカーを楽しむ。 ※付き添いも可
親子ふれあいサッカー (全1回) (土)	9/21(予備日:9/28)	10:30~12:15	市内在住・在学・在勤 の小学生と保護者 (2人1組)50組	無料	9/7(土)必着		プロサッカーチームのコーチと一緒に親子でサッカーを楽しむ。

### 大人向け教室

教室名・曜日・回数	日程(除く日)	時間	対象・定員	参加料	申込日・締切	申込方法	内容
エアロビクス(夜間) (全8回) 毎(木)	①4/4~5/30(5/2除) ②6/6~7/25 ③8/1~9/26(9/12除) ④10/3~11/21 ⑤11/28~1/30 (12/26,1/2除) ⑥2/6~3/26	19:00~20:00	高校生以上 各40人	5,000円	3/7(木)~ 5/9(木)~ 7/4(木)~ 9/5(木)~ 10/31(木)~ 1/9(木)~		有酸素運動で脂肪燃焼 音楽に合わせて楽しくエクササイズ!
ボクシングフィットネス (全8回) 毎(水)	①5/8~6/26 ②9/25~11/13 ③1/15~3/4	19:45~20:45	中学生以上 各50人	5,000円	4/17(水)~ 8/14(水)~ 12/4(水)~		ボクシングの動きを習得するエクササイズ。 質の高い筋肉を身につけて痩せやすい体 質づくりに効果的。
ピラティス (全8回) 毎(金)	①4/5~5/31(5/3除) ②6/7~7/26 ③8/23~10/18(9/13除) ④10/25~12/13 ⑤1/24~3/13	13:30~14:30	女性 (高校生以下不可) 各40人	5,000円	3/8(金)~ 5/10(金)~ 7/19(金)~ 9/6(金)~ 11/22(金)~		身体の奥にある筋肉(コア)を動かす。 ハランズを覚えて体の歪みを改善。 女性だけのなので安心して参加可能。
太極拳 (全12回) 毎(土)	①4/13~7/6(5/4除) ②9/7~12/7 (10/12,11/23除) ③1/11~3/28	18:30~19:30	高校生以上 各65人	5,000円	3/16(土)~ 8/10(土)~ 12/14(土)~		ゆったりと流れるような動きが特徴 で、健康維持に運動が苦手な方にも適 用。
Fightフィットネス (全12回) 毎(土)	①4/13~7/6(5/4除) ②9/7~12/7 (10/12,11/23除) ③1/11~3/28	19:45~20:45	18歳以上 (高校生不可) 各40人	6,000円	3/16(土)~ 8/10(土)~ 12/14(土)~		格闘技で用いるキックやパンチの動 作を行う有酸素運動。また心肺機能 を向上させます。男女関係なく、年齢 的にも幅広い世代が楽しめる。
健美操 (全12回) 毎(木)	①4/11~7/4(5/2除) ②8/29~11/21(9/12除) ③1/9~3/26	9:45~11:00	高校生以上 各35人	6,000円	3/21(木)~ 6/27(木)~ 11/14(木)~		ゆっくりとした動きの軽い有酸素運 動で、様々な症状に効果のある健康 体操。
合気道 (全12回) 毎(金)	①4/12~7/5(5/3除) ②9/6~11/22 ③12/20~3/13(1/3除)	19:00~20:30	中学生以上 各65人	6,000円	3/22(金)~ 6/28(金)~ 11/15(金)~		心身の鍛錬や礼儀作法を習得する。 初心者も大歓迎。
ズンバ (全10回) 毎(月)	①4/1~7/15 (4/15,29,5/6,20,6/17,24除) ②7/22~11/11 (8/12,19,9/16,23,10/14,21,11/4除) ③11/25~3/9 (12/16,30,1/13,20,2/17,24除)	3/4(月)~ 6/24(月)~ 10/28(月)~	高校生以上 各40人	7,000円	3/4(月)~ 6/24(月)~ 10/28(月)~		ラテンのリズムに合わせた楽しいエク ササイズ。楽しくたくさん汗をかきたい 方やダンス経験がない方でも大歓迎!



▲ひよこ体操



▲ナイターテニス



▲ボクシングフィットネス



▲合気道



小畑駅・相鉄線「大和駅」より徒歩7分  
大和スポーツセンター

ナイターテニス (全5回) 毎(土)	①5/11～6/8 [予備日:6/15-22-29] ②9/14～10/12 [予備日:10/19-26,11/2]	19:15～20:45	高校生以上 各50人	6,000円	①市外4/13由～ 市外4/20由～ ②市内8/10由～ 市外8/17由～	 	レベル別でコート分けを行うので、自分に合った練習が可能。
マタニティヨガ (全1回) (日)	10/20	10:30～11:30	妊婦 (妊娠13週目から) 30人	無料	10/13日(必着)	 	妊娠中でも安心して楽しめる妊婦のためのヨガ。
ヨガ教室(午前) (全12回) 毎(水)	①4/3～6/26(5/1除) ②7/3～9/25(8/7除) ③10/2～12/18 ④1/8～3/25	9:15～10:45	高校生以上 各65人	6,000円	3/20(水)9:30～ ②～④未定	①  ②～④未定	音楽を聞きながら無理なく体を動かします。年齢を問わず健康づくり。 ※1人につき1名分まで お申込方法についてはHPまたはお問い合わせください。
ヨガ教室(午後) (全12回) 毎(木)	①4/4～6/27(5/2除) ②7/4～9/19 ③10/3～12/19 ④1/9～3/26	13:15～14:45	高校生以上 各65人	6,000円	3/21(木)12:55～ ②～④未定	①  ②～④未定	音楽を聞きながら無理なく体を動かします。年齢を問わず健康づくり。 ※1人につき1名分まで お申込方法についてはHPまたはお問い合わせください。
NEW骨盤矯正ヨガ (全12回) 毎(水)	①4/3～6/26(5/1除) ②7/3～9/25(8/7除) ③10/2～12/18 ④1/8～3/25	11:00～11:45	高校生以上 各65人	3,700円	3/13(水)必着 6/26(水)必着 9/4(水)必着 12/4(水)必着	 	骨盤の歪みを整え、身体の不調を解消。 ※託児制度あり 3,000円(全12回分) 2歳児～未就学児対象(前催日基準)
パワーヨーガ (全10回) 毎(月)	①4/1～7/15 ②7/22～11/17(6-20,6/17-24除) ③8/19,9/16,23,10/14,21,11/4除 ④11/25～3/9	19:45～20:45	高校生以上 各50人	7,000円	3/4(月)～ 6/24(月)～ 10/28(月)～	 	脂肪燃焼効果が高く代謝にも良い。運動強度はやや高めて短期間でのシェイプアップも!
フラダンス (全12回) 毎(火)	①4/2～6/18 ②6/25～9/24(7/16,9/11除) ③10/1～12/17 ④1/7～3/31(2/11除)	15:30～16:30	中学生以上の女性 各40人	7,500円	3/12(火)～ 5/28(火)～ 9/10(火)～ 12/3(火)～	  (1人につき1名)	教室中に1曲の脈打をマスター。
エアロビクス(午前) (全8回) 毎(金)	①4/5～5/31(5/3除) ②6/7～7/26 ③8/23～10/18(9/13除) ④10/25～12/13 ⑤1/24～3/13	10:00～11:30	女性 (高校生以下不可) 各60人	5,000円	3/1(金)～ 5/17(金)～ 7/12(金)～ 9/20(金)～ 11/15(金)～	 	有酸素運動で脂肪燃焼。音楽に合わせて楽しくエクササイズ。 ※託児制度あり 2,000円(全8回分) 2歳児～未就学児対象
フルマラソンに挑戦 (全6回) 毎(火)	①[入門]6/4～7/9 ②[上達]10/1～11/5 ③[完走]11/12～12/17	19:15～20:45	18歳以上の方 (高校生不可) 各20人	6,000円	5/7(火)～ 8/20(火)～ 10/8(火)～	 	専門講師から基本的な知識と技術が学べるので初心者でも安心。今年中にフルマラソンを完走したい方大歓迎!

### 中高年向け教室

教室名・曜日・回数	日程(除く日)	時間	対象・定員	参加料	申込日・締切	申込方法	内容
からだいきいき (全12回) 毎(木)	①4/4～6/27(5/2除) ②7/4～9/26(8/15除) ③10/3～12/19 ④1/9～3/26	15:15～16:30	60歳以上 各40人	5,000円	3/7(木)～ 6/6(木)～ 9/5(木)～ 11/28(木)～	 	骨盤体操とストレッチに重点を置いて、コアマッスルを鍛える。
健康はつらつ (全12回) 毎(火)	①4/2～6/18 ②6/25～9/24 (7/16,9/17除) ③10/1～12/17 ④1/7～3/31(2/11除)	13:15～14:45	50歳以上 各75人	5,000円	3/14(水)9:30～ 5/30(水)9:30～ 9/12(水)9:30～ 12/5(水)9:30～	  (1人につき1名)	音楽に合わせてながら有酸素運動を行い、レクを組み合わせた健康体操。

### 健康相談事業

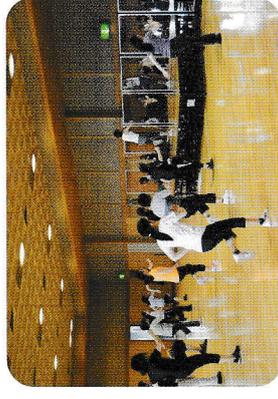
教室名・曜日・回数	日程(除く日)	時間	対象・定員	参加料	申込方法	内容
スポーツ健康相談 (全1回) (日)	①6/23 ②10/20 ③1/12	①10:00～15:00 ②10:00～15:00 ③7:00～12:00	どなたでも	無料	 (当日受付)	日頃身体の気になるところやコンディショニング等の相談が無料でできる。

### 中高年の方の健康づくり講習会

教室名・曜日・回数	日程(除く日)	時間	対象・定員	参加料	申込日・締切	申込方法	内容
健康づくり講習会 (全1回) (日)	10/20	4区分 45分 13:00～16:00	どなたでも 各10人	無料	9/8(日)～	 	骨量・体組成などの測定を行い専門家の解説も受ける。



▲フラダンス



▲エアロビクス(午前)



▲からだいきいき



▲子どもクロスカントリート

## 子ども向け大会

教室名・曜日・回数	日程(除く日)	時間	対象・定員	参加料	申込日・締切	申込方法	内容
第27回 やまと子どもクロスカントリー (全1回)(土)	11/9(予備日11/16)	9:00~13:00	①小学1・2年 ②小学3~6年 300人	①500円 ②800円	9/7(土)9:30~		泉の森自然コースを駆け抜ける。 1・2年生0.6km、3~6年生2.0km。 定員:300人
スポーツ鬼ごっこ ~ヤマトン林~ (全1回)(土)	8/24	9:30~13:00	市内在住の小学生 120人	500円	7/27(土)必着		遊びの鬼ごっこに戦術や戦略を要する ルールを加えた今注目のニュースポー ツ。

▲芝生開放感謝DAY

## 大人向け大会・イベント

教室名・曜日・回数	日程(除く日)	時間	対象・定員	参加料	申込日・締切	申込方法	内容
第30回 ミックスダブルス テニストーナメント (全2回)(土・日)	2/22・23 (予備日 2/29、3/1)	2日間 9:00~	初心者・初級者 (学生不可) 40組	5,000円	市内 12/21(土)9:30~ 市外 1/11(土)9:30~		初心者・初級者向け混合ダブルス大会。
スポーツしっちゃお! (スポーツ体験イベント) (全1回)(日)	10/20	9:00~16:00	どなたでも	無料	当日		家族皆で参加できる各種無料のスポー ツイベントを開催。お客様感謝DAY。
芝生開放感謝DAY (全1回)(日)	6/23	10:00~15:00	どなたでも 200人	無料	当日		家族皆で参加できる各種無料のスポー ツイベントを開催。お客様感謝DAY。

▲スポーツしっちゃお!

### 申込受付方法についてのご注意

…HPからの申込み<http://www.yamato-zaidan.or.jp/sportscenter> …電話でのお申込(先着順) 046-261-6200 …スポーツセンター窓口でのお申込(先着順) …当日受付(先着順) …郵便(現金書留)  
 …往復ハガキでのお申込(抽選) \*教室名・郵便番号・住所・氏名(フリガナ)・年齢(学年)・電話番号を明記の上、〒242-0029 大和市上草柳1-1-1へ ハガキ一通一人(組)  
 \*教室・イベント申込専用往復ハガキを作成いたしました。スポーツセンターにて配布しておりますのでどうぞ活用くださいませ。



## トレーニング室で 理想のカラダに変える

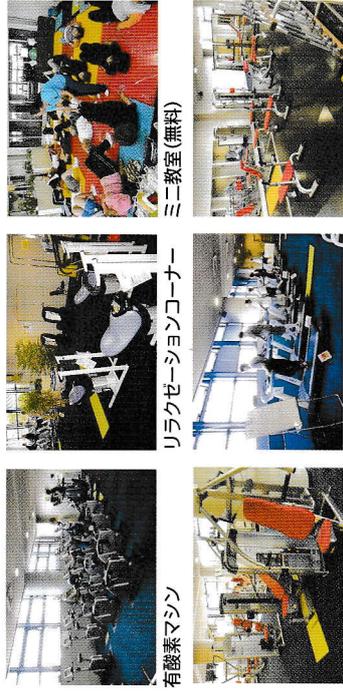
★初めて利用する際は…

まずは **1 時間の講習会**

高校生以上の方が受講可能です。予約制の先着順となりますので、受講日が決まりましたら早めにご予約をしてください。講習会の日程は、ホームページや情報誌とりのこる一、またはお電話にてご確認ください。受講料は、400円になります。

★講習会受講後は… **1 回200円**  
(市内登録)

月額利用料金は一切かかりません。



有酸素マシン  
リラクゼーションコーナー  
ミニ教室(無料)  
フリーウェイトコーナー  
ランニングマシン  
筋力マシン  
駐車場の混雑が予想される日は、ホームページ及び予定表をご覧ください。

※常駐スタッフがいますので、高齢者や女性、運動初心者の方でも安心してご利用いただけます。

## がんばらん! ネットで教室申込

★大和スポーツセンターで開催する教室へのお申し込みを  
インターネットからも受付いたします!

- 往復ハガキ不要
- 抽選結果をメールで送信
- 24 時間いつでも申込可能

対象は子ども体操、リトミック、ひよこ体操、スポチャレなど、  
申込方法にインターネット(☉)の記載がある教室が対象となります。  
詳しくは『やまとナビ』で検索、  
またはコードを読み取る。

※往復ハガキを使った申込も従来通り可能です

## 大和スポーツセンター

指定管理者:公益財団法人大和市スポーツ・よか・みどり財団

発行:2019年4月1日