



【ジュニアサポート部会】

# 走り方教室

講師：馬淵正彦 氏 (元中学体育教員)

日 時：9月22日(土)・29日(土)の2回 16:30～18:00  
 場 所：調和小学校・校庭 (雨天時は大町体育館)  
 対 象：小学1年生～中学生・男・女 (先着30名)  
 参加費：会員・320円(税込) / 回・非会員540円(税込) / 回  
 持ち物：動きやすい服装・タオル・補給用水分・出来れば紐靴

運動会だけでなく、色々なスポーツでも走ることは大切な動きの一つです。だれでも、練習すれば今よりも必ず速くなるよ～!



【シニア友の会】

# 仲間と楽しく健康ウォーク

第78回  
散策会

●矢川緑地・谷保の湧水・谷保天満宮

講師：高松光子 氏

日 時：9月24日(月・祝) 9:00～14:30 (集合場所/京王線つつじヶ丘駅改札内) (雨天中止)  
 場 所：矢川緑地・谷保の湧水・谷保天満宮  
 対 象：大人 男女 (20名)  
 参加費：会員200円・非会員400円(保険料含む)  
 持ち物：飲み物・お弁当・敷物・雨具・手袋・帽子・健康保険証など  
 申込締切：9月22日(土)



矢川緑地・矢川の流れ・青柳稲荷から府中用水取水口を経て多摩川・府中用水を巡り、谷保天満宮へ。

【文化部会】

# ジュニア・コーラス教室

講師：麻田ゆき 氏

体験・説明会

日 時：9月30日(日)、9:30～10:30  
 場 所：市民大町スポーツ施設・会議室  
 対 象：小学生男女  
 参加費：体験無料  
 持ち物：飲み物・上ばき・筆記用具

練習日

日 ち：10月7日(日)、14日(日)、28日(日)、  
 11月4日(日)、11日(日)、18日(日)

時 間：9:30～10:30  
 場 所：市民大町スポーツ施設・会議室  
 参加費：3,240円(6回) 税込  
 定 員：20名 申込先着順  
 申込締切：9月28日(金)



11月25日  
 ジョイントコンサートで  
 歌おうよ

♪予定曲目♪ \*きずな \*チェンジ・ザ・ワールド



第5回

【ジュニアサポート部会】

# スイーツ教室

講師：池田直美 氏

●スイートポテト

日 時：2018年9月30日(日) 13時～16時  
 場 所：調和小学校 調理室(3階)  
 対 象：子ども (小学校1～3年生は保護者同伴です。)  
 募集人数：12名  
 参加費：会員 860円 非会員 1,080円(税込)  
 持ち物：エプロン、三角巾、タオル、持ち帰り用タッパー、上履き  
 申込締切：2018年9月23日(日)

パティシエが教える  
 スイートポテトづくり



各種申込・問合せ 調和 SHC 事務局 電話：042-498-8828 午前10時～午後4時まで 月曜定休

発行 調和 SHC 倶楽部事務局  
 調布市菊野台 3-27-40

ホームページ URL <http://npo-chowashc.jp/>  
 TEL 042-498-8828 / FAX 042-444-3018