

2026 年
8 月 6 日 (木)
11:00~12:00

1 回限定
無料講座

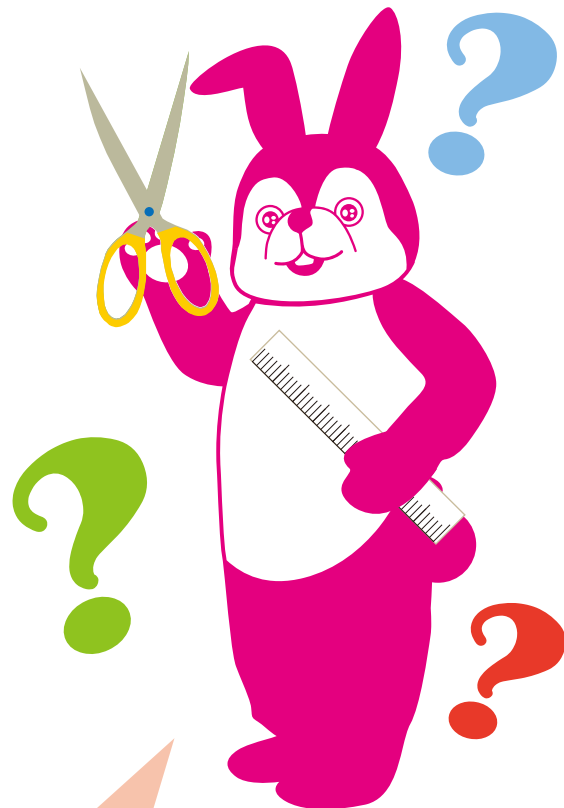


【場 所】 駒場体育館会議室
【対 象】 小学生以上
【定 員】 15名
【費 用】 無料
【講 師】 駒場体育館職員

※道具は体育館で用意いたします。

月いち
講 座
8 月

作^{つく} っ て 遊^{あそ} ぼう



誰でも簡単に作れる！
それを使って楽しく遊べる！
そんな遊び道具を作ってみよう！
何を作るかは当日のお楽しみ！
みんなの参加待ってるよ！

申込 方法

- ①受付窓口（下記の申込書に記入してお持ちください）
- ②目黒区ホームページ（※QRコード有）
- ③FAX 03-3485-3926
- ④ハガキ

※応募多数の場合は目黒区在住・在勤・在学の方優先で抽選を行います

※お預かりした個人情報は教室の連絡や出欠確認（実施・運営に必要な範囲内）で利用いたします。

無断で第三者に情報を提供することはありません。利用目的にご同意の上、お申し込みください。

※近隣の方へのご迷惑を避けるため、お車での来館・送迎はご遠慮いただき、公共交通機関等のご利用をお願い致します。

※メールアドレス「komaba-taiiku@arrow.ocn.ne.jp」でご連絡致します。アドレス帳にご登録をお願い致します。

当落結果が届かない場合は駒場体育館へご連絡ください。

QR コード



申込み期間：6月15日（月）～7月9日（木）必着

お問合せ

〒153-0041 目黒区駒場2-19-39 Tel.03-3485-7761 目黒区立 駒場体育館

キリトリ

月いち講座【8月】
作って遊ぼう 参加申込書

受付日： / 締 切：7月9日（木）
受付No. 担 当：

フリガナ	学 年	電話番号
名 前	年 生	FAX番号

住 所 〒 ー 区

（在学の方は、名称・所在地）

月いち講座

年間スケジュール

2026年1月更新

教室名&開催日		時 間	対 象	募集開始～ 締切日
2026年 4月11日(土)	アロマストレッチ	9:30～10:30	16歳以上	2月15日～ 3月4日(水)
5月 9日(土)	足ととのえる 椅子に座ったままフットケア	9:30～10:30	16歳以上	3月15日～ 3月31日(火)
6月13日(土)	夏に向けての シェイプアップ講座	9:30～10:30	16歳以上	4月15日～ 5月6日(水)
7月11日(土)	コアコンディショニング	9:30～10:30	16歳以上	5月15日～ 6月9日(火)
8月 6日(木)	作って遊ぼう	11:00～12:00	小学生以上	6月15日～ 7月9日(木)
9月12日(土)	腰痛予防・改善講座	9:30～10:30	16歳以上	7月15日～ 8月3日(月)
10月10日(土)	背骨コンディショニング	9:30～10:30	16歳以上	8月15日～ 9月1日(火)
11月14日(土)	転倒予防 トレーニング	9:30～10:30	概ね60歳以上	9月15日～ 10月8日(木)
12月12日(土)	アロマケア	9:30～10:30	16歳以上	10月15日～ 11月4日(水)
2027年 1月 9日(土)	親子体操	15:00～16:00	4～6歳児と その保護者	11月15日～ 12月9日(水)
2月13日(土)	ロコモティブ シンドローム	9:30～10:30	18歳以上	12月15日～ 1月6日(水)
3月13日(土)	春に向けて カラダ改造計画	9:30～10:30	16歳以上	1月15日～ 2月8日(月)