



催し

民踊を楽しく踊る会 (体験会)
1日 月・15日 月・22日 月
14:00~15:30こまえみらいテラス。民謡盆踊唄、今年の新し
い盆踊りを稽古。無償。美重駒会
3489-8673FAX3488-5613西牧

リウマチ友の会
4日 月 13:30~15:30調布
市総合福祉センター。リウマチ
についての勉強会と会員相互の
親睦をはかる。飲み物。リウマチ
患者、家族。200円。調布・狛
江リウマチ友の会。FAX3488-
7355加古

多摩川でバードウォッチング
21日 月 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。歩行距離約
2km。双眼鏡 (無くても可)、筆
記用具、昼食。200円。狛江探鳥
会。bw.komae@gmail.com由井

ダンスパーティー
21日 月 12:30~15:30こ
まえみらいテラス。ミキシング、
フリーダンス、トライアルあり。
菓子付き。飲み物。1,000円。狛
江ダンススポーツ愛好会。080-
6672-3686柳川

「komaeの仲間」は市民活動団体の情報コーナーです

「komaeの仲間」の原稿は市民活動支援センター (こまえみらいテ
ラス内。5761-5556 FAX5761-5033) または協働コミュニティ課
(市役所2階。3430-1111 FAX3430-6870) で受け付けています。
原稿は窓口へ直接持参するか、ファックスまたはEメール
(wacco@city.komae.lg.jp) でお送りください。
掲載するには事前に団体登録が必要です。
各種様式は市ホームページからダウンロードできます。
8月号の原稿の締め切りは6月30日です。

●記事中の記号●

健康、スポーツ、文化、交流・地域、その他、狛江
市市民公益活動事業補助金事業、市または市教育委員会後援、持
ち物、対象、定員、入会金、月会費、年会費、参加費、
無料、申し込み、お問い合わせ先、Eメール

折笠晴美油彩画展示
21日 月 ~ 27日 日 10:00~
17:00泉の森会館。油彩画で
彩る不思議な世界。無償。MF
5497-5444平岡

こまえ楽市
28日 日 10:00~15:00た
かちゃんえきまえ広場。フリー
マーケットと業者出店による市
フリーマーケット出店1,100円
先着順。締切12日。狛江楽
市の会。5438-8805FAX5438-
4331。komaeraku1@gmail.
com坂本

**子どもミュージカル「あまん
じゃくの桜貝」**
7月12日 日 13:00~14:35・
17:00~18:35エコルマホ
ール。小学2年生~高校3年生が
演じるミュージカル。2,500円
世田谷子どもミュージカル父
母会。090-6482-1097
Msetagayakm.tickets@
gmail.com丹野

募集

**こまえ平和フェスタ2026 合
唱団員募集**

公演=9月6日 日 13:00~16:
00エコルマホール。練習=7月
26日 日・8月1日 日・22日 日・
29日 日 10:00~12:00こまえ
みらいテラスほか。リハーサル
=9月5日 日 夕方エコルマホール。
「ドレミの歌」、「見上げた空から」
(大熊啓作詞・作曲)と一緒に歌う。
子ども歓迎。無償。こまえ平和フ
ェスタ実行委員会。090-9808-
2810FAX3480-7477 (西尾)

**web-mail@komae-heiwa-
fes.clean.to大熊**

**電話で高齢者などの見守り は
との会活動者募集**
月2~3回 (月・火・水・木)のう
ち1日選択、月1回定例会) 13:
30~16:00あいとぴあセンタ
ー。独居の高齢者等と電話で会話
し健康寿命を延ばす手伝い。600
円。事前。狛江市社会福祉協議会
3488-0294FAX3430-9779電
話訪問はとの会担当

**子育て親子を中心とした地域
交流の場**
月1回 第1または2 日 9:45~
10:45緑野小学校KoKoA。見
学・体験歓迎。0歳からの親子。
子どもと一緒に楽しむ小中高生
や人も募集。無償。事前。コ
コット! Mcocotte.
komae@gmail.comポワ
ルヴェ

会員募集

ダンススポーツシニア講習会
毎月 9:00~10:00こまえ
みらいテラス。社交ダンス初中級
6種目を公認コーチが基礎から
ていねいに指導。ダンスシューズ。無
償。狛江ダンススポーツ連盟 (オ
ンステップソシアル)。3488-
0621高橋

わらじの会
毎月 2 日 16:00~19:00こ
まえみらいテラス。毎月、軽
登山やハイキングに行く仲間
を募集。筆記用具。高尾山に
登れる程度。先着5人。200円
締切30日。月。わらじの会。3430-0711
Mwaraji_no_kai@
yahoo.co.jp大友

社交ダンス
月4回 月または 日 13:30~
15:30西河原公民館・こまえ
みらいテラス。社交ダンスを少
しでも踊れる男性募集。女性若干
名。ダンスシューズ。5~10人。3,000円。1,000円。エコマ・社
交ダンスサークル。090-8160-
4808片山

小学生バレーボール
毎月 日 17:00~19:30、
毎 日・日 時間不定緑野小学校。見
学・体験歓迎。体育館履き、飲

み物、タオル。小学1~4年生。3,000円。事前。狛江セブン。090-3900-2127栗山

絵手紙
月 3 回 日 10:00~12:00
こまえみらいテラス。画仙紙葉書
に筆で花・野菜・果物他を描き
言葉添えてポストイン。顔彩、
筆、すずり、青墨、画仙紙葉書等
(会で購入可)。先着3人。1,500
円。事前。絵手紙ポップアップ。3480-1745渡辺

川柳
毎月 3 日 9:30~12:00こ
まえみらいテラス。講師の指導
で楽しむ。筆記用具。1,500円。1,000円。川柳 狛の会。3489-
1287田中

社交ダンス
毎月 日 14:00~16:00上 和
泉地域センター。運動不足解消や
心身のリフレッシュ。無料体験レ
ッスンあり。初心者歓迎。動きや
すい服装、靴。3,000円。1,000
円。事前。サンライズ。090-
4931-8468小杉

カラオケ
毎月 日 9:00~12:00上 和
泉地域センター。歌が好きな狛江
市民。先着2人。1回200~300円
カラオケあすか。090-2478-
9907景山

囲碁
毎月 2 日 12:30~16:00こ
まえみらいテラス。大西竜平
七段を応援し囲碁を楽しむ会。
段級位不問。500円。竜平勝
って会。080-5005-9650M.

こまえくぼ 1234 市民活動支援センター からの便利

ここに掲載している情報については市民活動支援センターへお問い合わせください。

ボランティア体験イベント

ボランティア活動の入口として参加できるプログラム

切手ボラ
22日 月 午後1時~2時30分市民活動
支援センター (こまえみらいテラス
内)。集められた使用済み切手の整理
を行う。ハサミを使って使用済み切

kansan.1815@ac.cyberhome.
ne.jp神田

フリーダンス
月 3 回 日 9:30~11:30西
河原公民館・こまえみらいテラ
ス。講師の指導で世界のダンスを
踊る。無料体験あり。見学・初
心者歓迎。3,000円。フリーダ
ンス・ダックス。dance.dacks@
gmail.com吉田

剣道
毎月 日 19:00~21:00上 和
泉地域センター。日本剣道形、
基本稽古、地稽古。見学歓迎。
高校生以上。1,000円。狛江剣
磨会。090-7202-5482Mpic-
ei04327@ezweb.ne.jp小川

フラワーアレンジメント
月 1 回 日 13:15~15:00西河
原公民館。市場直送の新鮮な花材
を使う季節のアレンジ。見学・体
験歓迎。3,900円 (材料費込み、3
週に1回)。フラワーラバース。070-7532-0652
Msatominire
666@gmail.com渡辺

ジャズボーカル
毎月 2・4 日 14:00~16:
00南部地域センター。英語が話
せなくても、楽譜が読めなくて
もジャズを歌う。初心者可。筆
記用具。3,000円。マイル。090-8313-9108
Mtakase.st@
gmail.com高瀬

フランス語雑誌輪読会
月 3 回 日 13:00~14:30
こまえみらいテラス。フラン
ス語の最新トピックを会員で
分担して読む。時々シャンソ

狛江市市民活動支援センター 〒201-8585狛江市和泉本町1-1-5 ホームページ
こまえみらいテラス内
5761-5556 FAX5761-5033 M casc@welfare.komae.org
開館時間=午前9時~午後5時 休館日=第1・3火曜日、年末年始

手を整えたり、仕分けたりするなど簡単な作業をするボランティア活動。

おりがみボラ
3日 日、7月1日 日 午後2時~3時
30分市民活動支援センター (こま
えみらいテラス内)。折り紙を習った
り、教え合ったりする。習った折り

も。見学自由。辞書、資料。フ
ランス語を習ったことのある人。
2人。500円程度。白百合の会。
koshi-6891@outlook.jp小林

狛管ネットワーク交流会
隔月 第3 日 18:30~20:30
グランドメゾン狛江 森のクラブ
ハウス (予定)。18日 日 マンショ
ン管理の悩み事相談。スリッパ、
筆記用具。狛江市分譲マンション
管理組合所属者。団体1,200円、
個人600円。締切11日。狛江
市マンション管理組合ネットワ
ーク。090-3001-8853FAX042-
316-8173 (嶋) Minfo@is-kanri.
com猪熊

ターゲットバードゴルフ
毎月 日・火・水 9:00~12:
00多摩川緑地公園グランド。ゴ
ルフをミニ化したスポーツ。グロー
ブ、飲み物。クラブ他用具は
貸し出し。中高年。10人。400
円。1,000円。狛江市ターゲット
バードゴルフ協会。FAX3489-
3942真鍋

英会話
毎月 日 12:30~14:00・14:
20~15:50市内公民館または
地域・地区センター、学校施設。
主に成人向け。カナダ人講師の
初・中級クラス。体験歓迎。筆
記用具、テキスト (入手後)。Eメ
ールアドレスのある人。先着3人。
4,000円。テキスト代4,000円。
Eメールに携帯番号を記載。狛
江国際友好クラブ。KatsFujii@
outlook.com藤井

市民活動支援センター 〒201-8585狛江市和泉本町1-1-5 ホームページ
こまえみらいテラス内

紙を地域で教えるボランティア活動にも生かしている。

お知らせ

市民活動支援センターの公式X (エックス) をご覧ください
市民活動支援センターの公式Xではセンターのイベントや市民公益活動団体の様々な情報、地域の情報などを発信するSNSです。ぜひ多くの皆さんのフォローをお願いします。