

### ものづくり体験入校

☑ 12月5日(出)午前10時～正午  
 ☑ 金属加工・板金溶接・広告美術各5名  
 ☑ 問合先へ電話。12月2日締め切り  
 ☑ 都立城南職業能力開発センター大田校  
 ☎3744-1013 ☎3745-6950

### 大森の伝統を学ぶ海苔つけ体験

☑ 小学3年生以上  
 ☑ 12月6日(日)、令和3年2月6日(出)午前10時～正午  
 ☑ 先着各10名  
 ☑ 問合先へ電話  
 ☑ 大森 海苔のふるさと館  
 ☎5471-0333 ☎5471-0347

### 家庭教育学習会 「子どもの“やってみよう！やってみよう！”を引き出す育て方」

☑ 小学1～3年生のお子さんの保護者  
 ☑ 12月15日(火)午前10時～正午  
 ☑ 六郷集会所  
 ☑ 抽選で20名  
 ☑ 問合先へ往復はがき(記入例参照。参

加保護者全員の氏名、保育(おおむね1歳6か月以上の未就学児15名)希望はお子さんの氏名、月齢も明記)。電子申請可。  
 12月7日必着  
 ☑ 教育総務課教育地域力推進担当  
 (〒144-8623大田区教育委員会事務局)  
 ☎5744-1447 ☎5744-1535

### 消費者講座「時短収納～快適な住まいで年末年始を迎えよう～」

☑ 区内在住・在勤・在学の方  
 ☑ 12月15日(火)午前10時～正午  
 ☑ 先着30名  
 ☑ 問合先へ電話  
 ☑ 消費者生活センター  
 ☎3736-7711 ☎3737-2936

### 出前講座「親子で遊ぼう！」

☑ おおむね1～3歳未満のお子さんとお保護者  
 ☑ 12月18日(金)=エセナおおた  
 ☑ 12月19日(火)=六郷地域力推進センター  
 ※いずれも午前10時～11時30分  
 ☑ 先着各15組  
 ☑ 問合先へ電話かFAX(記入例参照)。

①11月24日②12月21日から受け付け  
 ☑ キッズな大森  
 ☎5753-1153 ☎3763-0199

### 講座「あたりまえを見直す 私たちの新しい明日の作りかた」(3日制)

☑ 区内在住・在勤・在学の女性  
 ☑ 12月19日、1月9・23日(出)午前10時～正午  
 ☑ 抽選で15名  
 ☑ 問合先へFAX(記入例参照。保育(1歳以上の未就学児7名。1人1回500円)希望はお子さんの名前、年齢も明記)。電子申請可。12月9日必着  
 ☑ エセナおおた  
 ☎3766-4586 ☎5764-0604



詳細はコチラ

### 認知症予防室内ウォーク(3日制)

☑ 区内在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方  
 ☑ 12月21日、1月18日、2月15日(月)午後1時30分～2時30分  
 ☑ 池上会館  
 ☑ 抽選で20名

※マスク着用。タオル、飲み物を持参  
 ☑ 問合先へ往復はがき(記入例参照)。12月4日必着  
 ☑ 高齢福祉課高齢者支援担当  
 (〒144-8621大田区役所)  
 ☎5744-1624 ☎5744-1522

### 世界一大きな絵2020 TOKYO

日本全国と世界中から集まった5m×5mの絵を繋ぎ合わせ、一枚の「世界一大きな絵」をつくるプロジェクト。  
 ☑ 12月25日(金)  
 ①絵の展示=正午～午後3時  
 ②クリスマスイベント(ウルトラヒーローショーほか)=午後3時～5時30分  
 ☑ 大田区総合体育館  
 ☑ ②抽選で70名(親子限定)  
 ☑ ①当日会場へ  
 ②特定非営利活動法人アース・アイデンティティ・プロジェクトWEBサイトから申し込み。11月30日締め切り  
 ☑ 観光課観光振興担当  
 ☎5744-1322 ☎5744-1323



申し込みはコチラ



新型コロナウイルス感染症対策のガイドラインはコチラ



### おおたスポーツ健康フェスタ

今年は動画で配信

スペシャルゲストのなかやまきんに君による自宅でできる筋トレ・エクササイズや、幅広い年齢層で楽しめるヨガ・ボッチャなどのプログラムを配信します。

▶日時 11月29日(日)午前11時～午後3時  
 ▶視聴方法 YouTubeで配信(PCやスマートフォンなどで自宅から視聴できます。当日区HPからYouTubeにアクセスしてください) ※事前申込不要。通信料は参加者負担です。Wi-Fi環境下でご視聴ください  
 ▶問合先 スポーツ推進課スポーツ推進担当  
 ☎5744-1441 ☎5744-1539



なかやまきんに君



詳細はコチラ

### 大森スポーツセンターのスポーツ教室(事前申込制)

▶会場・問合先 大森スポーツセンター(〒143-0011大森本町2-2-5)  
 ☎5763-1311 ☎5763-1314 <https://omori-sc.jp/>



教室番号・教室名	対象	開催日程	実施時間
①筋トレ・で・スリム	15歳以上	1月7日～3月18日の木曜	
②健康マット体操	60歳以上	1月11日～3月15日の月曜	午後2時30分～3時30分
③いきいき体操		1月5日～3月16日の火曜	
④足腰元気体操		1月8日～3月12日の金曜	
⑤ストレッチ&筋トレ(月)	60歳以上	1月18日～3月8日の月曜	午前9時30分～10時30分
⑥ストレッチ&筋トレ(火)		1月13日～3月10日の水曜	午後2時30分～3時30分
⑦かんたんヨガ	15歳以上	1月12日～3月9日の火曜	午前9時30分～10時30分
⑧太極拳		1月13日～3月10日の水曜	
⑨優雅なフラダンス		1月14日～3月11日の木曜	
⑩チャレンジ親子体操	2～3歳	1月14日～3月18日の木曜	午前10時30分～11時20分

▶費用 ①～④全10回4,000円⑤～⑨全8回4,000円⑩全8回各600円  
 ※①～⑨は初回に一括払い。⑩は毎回当日払い  
 ▶定員 抽選で①～⑨各16名⑩10組(保護者1人とお子さん1人)  
 ▶申込方法 問合先へ往復はがき(記入例参照。教室番号・教室名も明記)。1人1教室のみ。12月5日消印有効

### ゆいっつ(大田区青少年交流センター)スポーツ教室など

▶会場・問合先 ゆいっつ(大田区青少年交流センター)  
 (〒143-0006平和島4-2-15)  
 ☎6424-5101 ☎6424-5120

教室名	対象	開催日程	実施時間	定員(先着)	費用
①新スポーツ健康ゾーンを歩いてみよう	15歳以上	11月27日(金)	午前10時～正午	20名	1000円(食事付き)
②グリーティングカードを作ろう	どなたでも	12月5日(出)	午後2時～4時	10名	300円

▶申込方法 問合先へ電話か来館。①11月26日②12月3日締め切り

### (公財)大田区スポーツ協会の催し

▶問合先 (公財)大田区スポーツ協会(〒143-0016大森北4-16-5)  
 ☎5471-8787 ☎5471-8789 <https://www.sportsota.or.jp/>

#### ◆健康体操教室 「優しいフィットネス・姿勢美容エクササイズ～カキラ～」(6日制)

高齢の方でも身体に負担がかからず楽に行えます。  
 ▶対象 おおむね40歳以上

会場	開催日程	実施時間
①六郷地域力推進センター	1月9・23日、2月13・27日、3月13・27日(出)	午前10時～11時
②大森スポーツセンター	1月13・27日、2月10・24日、3月10・24日(火)	

▶費用 各3,000円(初回に一括払い)  
 ▶定員 抽選で①30名②25名  
 ▶申込方法 問合先へ電話かFAX(記入例参照)。12月11日締め切り

#### ◆区民スポーツ大会

種目	日程	会場
ダンススポーツ	1月31日(日)	大森スポーツセンター
サッカー	3月21日(日)から	森ヶ崎公園サッカー場ほか

申込先・期限など  
 詳細は問合先HPを  
 ご覧ください

大田区スポーツ協会 検索

### 大田区総合体育館のスポーツ教室など

▶会場・問合先 大田区総合体育館(〒144-0031東蒲田1-11-1)  
 ☎5480-6688 ☎5703-1105 <http://www.ota.esforta.jp/>

#### ◆定期スポーツ教室

教室番号・教室名	対象	実施時間	開催日程
①ベビーフィットリトミック	2か月～12か月	午前9時～10時	1月18日 ～3月29日(月)
②かんたんストリートダンス	高校生以上	午前11時～正午	
③かんたんサルサ		午後2時～3時	
④よちよち親子体操	1歳	午前9時～10時	1月12日 ～3月23日(火)
⑤親子フィット&ダンス	就園児	午後4時～5時	
⑥アロマヨガ	高校生以上	午後6時30分～7時30分	1月13日 ～3月10日(水)
⑦ヨガ		午前9時30分～10時30分	
⑧ベビー&ママケアストレッチ	1か月半～12か月	正午～午後0時50分	1月7日 ～3月25日(木)
⑨チアダンス入門	高校生以上	午後7時～8時	
⑩よちよち親子体操	1歳	午前9時～10時	1月22日 ～3月19日(金)
⑪ヨガ	高校生以上	午後1時30分～2時30分	
⑫気功		午後3時～4時	
⑬ピラティス	2～3歳	午前9時30分～10時30分	1月22日 ～3月19日(金)
⑭わんぱく親子体操		午前10時30分～11時30分	
⑮グループセンタジー	高校生以上	午前11時～正午	

▶費用 ①～③⑦～⑨⑬～⑮全8回6,400円④～⑥全9回7,200円⑩～⑫全10回8,000円  
 ▶申込方法 12月1～11日に問合先へ来館か往復はがき(問合先HPからも申込可)  
 ※日程、料金は変更になる場合があります。

#### ◆12月の個人開放(バドミントン、卓球、バスケットボール)

▶日程 12月14日(バドミントン)、16日(卓球)、21日(バスケットボール)  
 ※詳細は問合先HPをご覧ください