

スポーツ

ミズノフットサルプラザ調布 市民優先使用抽選 (2月分)



専用フォーム
2月1日(出)午前11時～午後1時、9日(日)午後8時～10時、15日(出)午前11時～午後1時、23日(祝)午後1時～3時 市内在住・在勤・在学の5人以上の団体※代表者は15歳以上(中学生を除く) 費1万6907円 12月31日(火)までに専用フォームから申し込み(多数抽選) 調布スポーツ振興課 ☎042-481-7496

第78回全日本総合バドミントン選手権大会 調布市民招待

12月25日(休)②26日(休)③27日(金)④28日(土)⑤29日(日)⑥30日(月) ①②午前9時30分～(受付8時30分～) ③～⑥10時～(受付9時～) 調布市蔵野の森総合スポーツプラザ 集合場所/メインアリーナ出入口調布市民招待受付ブース 市内在住・在勤・在学の方 定当日先着1000人 受付の際に市内在住・在勤・在学が確認できる身分証明書の掲示(1人につき1枚) 調布市バドミントン協会 jimusho.tokyo-to-ba@r3.dion.ne.jp (スポーツ協会)

スポーツ協会

☎042-481-6221 専用☎あり
〒182-0011 深大寺北町2-1-65 総合体育館内

つつじヶ丘スポーツ少年団(卓球) 団員募集

毎週日曜日午前9時～正午・市立滝坂小学校、毎週水曜日午後6時～8時30分・市立滝坂小学校、毎週土曜日午後3時～6時・西調布体育館 小学生・中学生 費入会金4000円、月会費3500円～ 調布市スポーツ協会

キネシオテーピング講座

1月18日(土)正午～午後3時 総合体育館会議室 15歳以上(中学生を除く) キネシオテーピング協会認定インストラクター 定申し込み順20人 費1000円(教材費) 持ハサミ(各自1本) 服装/Tシャツ・短パンなどの実技に適した服装(タンクトップ・スパッツなどが望ましい) 定1月8日(火)までに電話でスポーツ協会

ジャクパススポーツスクール

1月22日～3月5日の毎週水曜日 ①年少クラス(令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ) / 午後3時～3時40分 ②年中・年長クラス(平成30年4月2日～令和2年4月1日生まれ) / 午後3時50分～4時35分 ③小学生クラス / 午後4時45分～5時45分 総合体育館 市内在住・在学の幼児～小学生 定①②各クラス15人③20人(いずれも多数抽選) 費5600円(初回持参) 運動のできる服装、

室内用シューズ 12月15日(日)までにスポーツ協会から申し込み 抽選結果発表/12月26日(休)

①初心者バレーンスクール

1月9日～3月13日の毎週木曜日 1クラス/午前9時20分～10時20分 2クラス/午前10時35分～11時35分 定各クラス12人(多数抽選) 費4000円(初回持参)

②ビギナーズエアロ木曜日

1月9日～3月27日の毎週木曜日(3月20日(祝)を除く) 午後1時45分～2時45分 定50人(多数抽選) 費4400円

③ヨガスクール

1月10日～3月14日の毎週金曜日 1クラス/午前9時20分～10時20分 2クラス/午前10時35分～11時35分 定各クラス12人(多数抽選) 費4000円(初回持参)

④卓球スクール

1月10日～2月14日の毎週金曜日 午前9時30分～11時30分 定40人(多数抽選) 費3000円

⑤ヘルシーウォーキング

1月10日～3月28日の毎週金曜日 午後1時～2時10分 定25人(多数抽選) 費4800円(初回持参)

⑥ポールトレーニング

1月10日～3月28日の毎週金曜日 午後3時～4時30分 定45人(多数抽選) 費4800円(初回持参)

⑦はじめてのピラティス

1月16日～3月27日の毎週木曜日(3月20日(祝)を除く) 午前9時30分～10時30分 定25人(多数抽選) 費5000円(初回持参)

⑧ステップアップピラティス

1月16日～3月27日の毎週木曜日(3月20日(祝)を除く) 午前10時45分～11時45分 定25人(多数抽選) 費5000円(初回持参)

⑨リラックスコンテンポラリーダンス

1月23日～2月27日の毎週木曜日 午後6時25分～7時25分 定20人(多数抽選) 費2400円(初回持参)

⑩ボディメイクジャズダンス

1月23日～2月27日の毎週木曜日 午後7時40分～8時40分 定20人(多数抽選) 費2400円(初回持参)

⑪バランスボールエクササイズ

1月27日(月)、2月10日(月)、3月10日(月)・24日(月)・31日(月) 正午～午後1時 定30人(多数抽選) 費2000円(初回持参)

①～⑪共に

①～⑥・⑨～⑪総合体育館 ⑦⑧ふじみ交流プラザ1階集会室 市内在住・在勤・在学の15歳以上(中学生を除く) 返信はがき(当選の記載あり)またはスポーツ協会から要確認 12月15日(日)(必着)までにスポーツ協会から申し込み、または、往復はがき(1枚1教室)にスクール名(①③は希望時間)、住所、

氏名(ふりがな)、(西暦で)生年月日、年齢、性別、電話番号を明記し、スポーツ協会へ(連記不可) 抽選結果発表/12月26日(休)

募集

東京多摩いのちの電話 ボランティア相談員



募集要項
募集期間/2月28日(金)まで 研修期間/令和7年5月～令和8年6月 7～25人程度 募集要項参照 募集説明会/2月2日(日)午前10時～、午後2時～ 国分寺駅北口 ココブジプラザセミナールーム 研修の受講には受講料が掛かります 特非 東京多摩いのちの電話(〒185-0012国分寺市本町1-6-2 深田記念館) ☎042-328-4441(平日午前10時～午後5時)、健康推進課 ☎042-441-6100

北多摩南部地域保健医療協議会委員

地域の保健医療サービスのあり方などを検討する委員を募集します。 調布市蔵野市、三鷹市、府中市、調布市、小金井市、狛江市在住の18歳以上の方(令和7年4月1日現在。都職員・該当市の職員は除く) 3人以上(任期最長2年) 郵送、FAX、またはEメールで作文「一人ひとりが健やかにいきいきと暮らし続けるために、地域住民として提案したいこと。」(1200字以内)と住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号を明記し、1月24日(金)消印有効)までに〒183-0022府中市宮西町1-26-1 東京都府中合同庁舎内 東京都多摩府中保健所市町村連携課 ☎042-362-2334・☎042-360-2144 S1153406@section.metro.tokyo.jp

仕事・創業

仕事と家庭の両立をめざす方 のための「就職活動支援セミナー」



12月20日(金)午前10時～11時15分(受付9時45分～) 市民プラザあくろす3階ホール 仕事と家庭の両立をめざす求職中の方 両立に向けた就職活動、応募書類、面接について 五十嵐 遼子(就職支援ナビゲーター) 申し込み順20人 無料 1歳～就学前(申し込み順10人) 12月13日(金)までに申し込み) 筆記用具、雇用保険受給中の方は受給資格者証 詳細はハローワーク府中参照 調布市直接または電話でハローワーク府中「調布国領しごと情報広場 マザーズコーナー」 ☎042-480-8161 (産業振興課)

マイナンバー カードの 特急発行

乳児(満1歳未満)、紛失などによる再交付、国外からの転入者など、特に速やかな交付が必要となる方を対象に、通常より早い期間(原則1週間以内、最短5日)でマイナンバーカードの発行を行います。

詳細は市参照
市民課
☎042-481-7041～3



生活ひとくちメモ



注文した覚えのない 荷物が届いた

◆事例

突然、注文した覚えのない荷物が郵便受けに入っていた。届け先は私の住所、氏名になっている。送り主の欄に外国の住所と会社名が英語で書かれている。まだ開けていないが、どうすればよいか。

◆トラブルに遭わないために

海外から、覚えのない荷物が届いたという相談が、消費生活センターに寄せられています。まず慌てずに、過去に注文した商品の未着がないか、ギフト品の可能性もあるので、家族が注文していないか確認しましょう。

心当たりがない場合、開封していなければ宅配業者に受取拒否を申し出てください。開封してしまった場合は、安易に返送することは避け、対応の仕方

を宅配業者に相談してください。

特定商取引法のネガティブオプション(送り付け商法)の規定では、消費者は事業者が金銭を得ようとして一方的に送り付けた商品を直ちに処分することができます。その場合、商品を開封・処分しても、消費者に支払い義務はありません。対応に迷ったときは消費生活センターにご相談ください。

調布市消費生活センター(市役所3階)

☎042-481-7034

電話相談/平日午前9時～正午・午後1時～3時30分 第2土曜日午前9時～正午

来所相談(予約制)/平日午前9時～正午・午後1時～3時