

# 7月のプログラム〔地域版〕

☆日曜・祝日も開いています ※24日火曜日は休館日です。  
☆午前9時から午後5時まで利用できます。

# たまがわ・みらいパーク

TEL 042-848-4657

## 夏休みたまみら♡子ども食堂ボランティア

夏休み、子どもと料理を作るお手伝いを募集します！！

期間 7/23(月)～8/3(金)〔土日をはく〕9:30～13:30ころまで

各日10名 1食100円のご負担をお願いいたします。

夏休みの給食がない期間、孤食ではなくみんなでにぎやかに食べよう！と

スタートした子ども食堂もおかげさまで7回目を迎えます。

今回もご協力をどうぞよろしくお願いいたします！



## たまみら 朝市

7/15(日) 10時～12時

- 立川産新鮮野菜 山梨県丹波山村
- フリーマーケット カメヤバンガロー出張販売
- 調理パン ●さしみこんにやく
- シフォンケーキ ●わさび漬け 他

7月 包丁砥ぎはお休みします

場所：1F ものづくりルーム・メイキングルーム

## 絵手紙広場



7/3・10・17・31(火) 10:00～12:00

- どなたでも5人 ●費用:300円/(年会費) ●申込み:前日までに ●持ち物:筆・墨・硯・顔彩・絵手紙用ハガキ
- 場所：1F フリー談話室

## アイシングクッキー教室

7/5(木)・10(火) 10:30～11:30

- 子育て中(乳幼児)の親子、または親子どちらか6人 小学生は同伴できません
  - 費用:500円/人 ●申込み:3日前までに
  - 持ち物:エプロン
  - とがした砂糖でクッキーにデコレーションしましょう！
- 小麦粉・卵アレルギーの方の参加はご遠慮ください。  
場所：2F 子育てひろば



## 日曜絵画教室

7/8(日) 13:30～15:00

- どなたでも15人 ●費用:無料
  - 申込み:前日までに ●持ち物:飲み物、タオル
- 場所：1F メイキングルーム

スケッチをしよう

## ミエ子さんと歌おう！



7/9・23(月) 10:30～11:30

- どなたでも何人でも ●費用 300円(楽譜代等)
  - 申込み:不要 ●懐かしい唱歌や童謡など歌ってみんなでリフレッシュしましょう！
- 場所：2F ドレミホール

## ふれあいサークル

7/14(土) 13:30～15:30

- 高齢者向け20人 ●費用:50円(お菓子代)
  - 申込み:不要
  - 軽い体操・脳トレゲーム
  - おしゃべりタイム
- 場所：1F メイキングルーム



## 8月のたまみらでカラオケを楽しもう！

8/5(日) 親子カラオケ

8月の毎週水曜日一般カラオケ

①9:30～12:30 ②12:45～16:45

- 3人以上のグループ(中学生以下は大人同伴)
- 費用:500円/1時間 ●申込み7/1(日)～7/5(木)
- 申込み多数は抽選 場所:2F レインボーホール

広いへやでうたえるよ

## 十文字自彊術(健康体操)

7/6・13・20・27(金) 13:30～15:00

- どなたでも(大人の方) ●費用:2,000円/月4回
  - 申込み:6月末までに ●持ち物:バスタオル、動きやすい服装 ●体幹を整えて若々しい体作り！！
- 場所：2F レインボーホール



## 給食用マスクを作ってみよう！

7/23(月) 14:00～16:00

- 小学生～大人10人 (縫い物経験がない子どもは保護者同伴) ●費用:250円/1枚
  - 申込み:7/14(土)まで
  - 持ち物:裁縫箱、無い方は貸出します
- 給食用のガーゼマスクを手縫いしましょう。  
場所：1F メイキングルーム



## 楽しく食べよう“サポショク”

7/14(土) 17:00～19:00 ちらし寿司・お吸い物

- どなたでも30人
  - 費用:幼児無料、小・中学生100円、おとな300円
  - 申込み:6/30(土)～7/7(土)まで
  - 小学校低学年はお迎えをお願いします。
- みんなでワイワイ食べよう！(料理はしません)  
場所：1F メイキングルーム



## よさこい鳴子踊りの講習

7/14・28(土) 19:00～20:30

- 小学生～70代(健康な方ならどなたでも。小学生以下保護者同伴) 20人
  - 費用:1,000円(イベント出演時のみ衣装代。未成年学生は無料)
  - 持ち物:タオル、飲み物、鳴子(貸出可)
  - 申込み:実施日の一週間前までに
- 場所：2F ドレミホール



たまみら書道ペン習字教室 7月はお休みです。