

2026年

6月15日
募集開始!

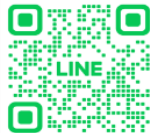
目黒区民センター体育館

各種教室・イベントのご案内



No	教室名 / 内容	開催日時 / 対象者	定員	回数 / 費用	申込期限
①	トレーニング室 骨の健康チェック測定 骨の状態は、年齢や運動習慣、食生活によって変化するといわれています。普段なかなか確認する機会のない”骨の健康状態”をこの機会にチェックしてみませんか？測定は短時間で行えますので、お気軽にご参加ください。 担当:トレーニング室指導員	7/14~16 火~木曜日 10:00~20:00	足サイズ 19センチ以上	なし 施設利用 料のみ	当日
②	どなたでも！ボールゲーム交流会(第3回) 小学生以上のどなたでも大歓迎！ ドッジボール・ベースボールをはじめ、様々な種目を行います。みんなで楽しく身体を動かしましょう！ ※当日の人数によって種目は決まります。 講師:トレーニング室指導員	8/9 日曜日 9:30~11:30	小学生以上	1回 600円	7/17
③	幼児ヒップホップ教室(第3回) はじめてダンスに挑戦する子どもを対象にヒップホップの簡単なステップと振り付けを学びます。楽しくリズム感を養うことができます。 講師:高田 早織	7/23~9/10 毎週木曜日 16:00~16:45	4歳~小学1年生	全8回 4,800円	7/2
④	小学生ヒップホップ教室(木)(第3回) はじめてダンスに挑戦する子ども達を対象にしたヒップホップの基礎を学ぶ教室です。ステップ・振り付けをひとつずつ学びます。②は中学生まで参加可能です。 講師:KYOKO	7/23~9/10 毎週木曜日 ①16:55~17:45 ②17:50~18:40	①小学1~2年生 ②小学3~中学生	各24人 全8回 4,800円	7/2
⑤	キッズダンス基礎教室(第3回) はじめてダンスに挑戦する子ども達を対象に簡単なステップや振り付けを楽しく学びます。ダンスを通じて体力づくりや協調性を身につけることを目的とした教室です。 講師:MINAMI	7/24~9/11 毎週金曜日 16:00~16:45	4歳~小学1年生	20人 全8回 4,800円	7/3

教室申込は
LINEからできます！



@755izzny



@megurokumincenter



@megurokumincenter

裏に続きます



目黒区民センター体育館

各種教室・イベントのご案内



No	教室名 / 内容	開催日時 / 対象者	定員	回数 / 費用	申込期限
⑥	小学生ヒップホップ教室(金)(第3回) はじめてダンスに挑戦する子ども達を対象にしたヒップホップの基礎を学ぶ教室です。ステップ・振り付けをひとつずつ学びます。 講師:MINAMI	7/24~9/11 毎週金曜日 ①16:55~17:45 ②17:50~18:40	①小学1~2年生 ②小学3~6年生 各24人	全8回 4,800円	7/3
⑦	障がい者ふれあいトレーニング教室(第1回) 身体を動かしながら、参加者同士で楽しくふれあい、健康づくりやリフレッシュにつなげていきます。 初めての方でも安心してご参加いただける教室です。 担当:トレーニング室指導員	7/29 水曜日 15:00~16:00	16歳以上の障害をお持ちの方 10人	全1回 150円	7/8
⑧	小学生スポーツ塾(第4回) 走り方やマット運動・跳び箱・鉄棒が上手にできるコツを紹介します。運動が苦手な子でも楽しくできるように進めていきますので、ぜひご参加下さい。 担当:トレーニング室指導員	7/30~8/27 毎週木曜日 ①16:00~16:50 ②17:10~18:00	①小学1・2年生 ②小学3~6年生 各25人	各4回 2,400円	7/9



※時間変更・人数変更の可能性がございますので予めご了承ください。

- ※ 申込みは、目黒区ホームページ/FAX/ハガキ/窓口にて受け付けております。電話での受付はしておりません。
- ※ 抽選結果(当選・落選)について
目黒区ホームページから申し込みの場合は、下記メールアドレスより通知いたします。
m-meguro@mizuno.co.jp が受信できるように設定をお願いいたします。
FAX/ハガキ/窓口でお申し込みの場合は、ハガキより通知いたします。
- ※ 定員に達した場合、目黒区在住・在勤・在学・在園が優先となります。
- ※ お問い合わせ等ございましたら、右記連絡先までご連絡ください。

目黒区民センター体育館
Tel 03-3711-1139
Fax 03-3711-2594



キリ線✂

《教室申込書》

受付日

教室名 No. _____

()

フリガナ	性別	学年	年齢
氏名	男 ・ 女		歳
住所	TEL		
mail address			
目黒区在勤在学の方は下記も記入してください↓			
学校・会社名称	所在地		

※利用目的についてこの度、お客様から頂戴致します個人情報は「教室運営」のみに利用させていただきます。それら諸連絡を実施するにあたり、「目黒区民センター体育館」で厳重に管理させていただきます。

目黒区立目黒区民センター体育館
〒153-0063 目黒区目黒2-4-36 TEL 03-3711-1139