

## ■はちけん地区センター講座

講座名	月日・曜日・回数	時間	定員	費用
①囲碁入門講座 2009	6月28日～8月30日(日) 全10回	午前9時30分～11時30分	18人	2,500円 (テキスト代含む)
②スクラップブック キング講座	7月7日(火) 全1回	午前10時～正午	10人	1,500円 (教材費含む)
③図書室講座 「国立国会図書館 ～日本で一番大きな 図書館のはなし～」	7月11日(土) 全1回	午後2時30分～4時30分	30人	無料

## ■はっさむ地区センター講座

講座名	月日・曜日・回数	時間	定員	費用
男の料理教室	7月15日、22日、 29日(水) 全3回	午後6時30分～8時30分	10人	3,300円

## ■西区体育館スポーツ教室

教室名		時間	期間・曜日・回数	定員	受講料
卓球	入門	午前9時30分～11時	7月8日～9月30日 (水) 全10回	各30人	6,100円 (4,800円)
	初級	午前11時～午後0時30分			
	中級(週1)	午前11時～午後0時30分	7月8日～9月30日 (水) 全10回	15人	
	中級(週2)	午前9時30分～11時	7月7日～8月6日 (火/木) 全10回	30人	
バドミントン	入門	午前9時30分～11時	7月8日～9月30日 (水) 全10回	30人	6,100円 (4,800円)
	初級	午前11時～午後1時	7月8日～9月30日 (水) 全10回	15人	7,000円 (5,600円)
テニス	入門	午後3時～4時30分	7月22日～9月14日 (月/水) 全10回	各10人	7,400円 (6,000円)
	初級	午後1時～2時30分	7月9日～9月24日 (木) 全10回		
	初中級(週1)	午後2時30分～4時	7月3日～8月11日 (火/金) 全10回		
	初中級(週2)	午後1時～2時30分			
中級	午後2時30分～4時				
弓道		午前10時～正午	7月10日～9月11日 (金) 全9回	10人	8,000円 (6,400円)
からだにやさしい健康体操		午後1時～2時30分	7月10日～9月18日 (金) 全10回	各30人	5,100円 (4,100円)
健美操		午前11時～午後0時30分			
ピラティス ボールシェイプ		午後1時～2時10分	7月7日～9月29日 (火) 全10回		
やさしいヨガ		午後1時30分～2時30分	7月9日～9月17日 (木) 全10回		6,100円 (4,800円)
ヨガ	(月)	午後1時～2時	7月6日～9月14日 (月) 全7回	各20人	4,200円 (3,400円)
	(水)	午後7時～8時	7月8日～9月16日 (水) 全10回		6,100円 (4,800円)
パワー ヨガ	入門	午前10時～11時	7月7日～9月15日 (火) 全10回	各30人	5,100円 (4,100円)
	応用	午前11時30分～午後0時30分			
棒 <small>ツバ</small> しなやか エクササイズ		午前10時30分～11時30分	7月10日～9月18日 (金) 全10回	20人	6,100円 (4,800円)

※ 受講料のほかに毎回、施設利用料が必要。受講料の( )内は、65歳以上の方および身体に障がいのある方の料金。

## はちけん地区センター講座

▽区民センター図書室休室のお知らせ  
期間 7月1日(水)～7日(火)(蔵書一斉点検のため)。  
※本の返却は図書室ドアの返却口へ。  
【詳細】 西区民センター図書室  
TEL(641)9080

内容 左表の通り。  
申込 6月11日(木)から①②は費用を添えて直接来館。③は電話でも可。先着順。

## はっさむ地区センター講座

【申込先詳細】 はちけん地区センター(八軒6西2) TEL(611)0966

内容 左表の通り。  
申込 6月30日(火)～7月3日(金)午前9時～午後5時に電話で。先着順。  
【申込先詳細】 はっさむ地区セ



## 西区体育館から

【申込先詳細】 はちけん地区センター(発寒10-4) TEL(662)8411

▽はつらつ体操  
日時 7月1日～9月16日の水曜。いずれも午前10時～11時20分。全11回。  
対象 65歳以上の方(医師から運動を認められている方)。



## 西野地区センター図書室のお知らせ

定員 15人。  
費用 4千400円。受講料のほかに毎回、施設利用料130円が必要です。  
申込 6月16日(火)～26日(金)午前9時～午後9時に直接来館または電話で。多数時抽選。29日(月)に結果連絡。  
▽スポーツ教室  
内容 左表の通り。  
申込 6月16日(火)～19日(金)午前9時～午後9時に直接来館または電話で。多数時抽選。抽選結果は21日(日)午前10時以降に電話などで確認。  
【詳細】 西野地区センター図書室(西野4-2) TEL(666)5550

期間 6月11日(木)～17日(水)(蔵書一斉点検のため)。  
※本の返却は図書室前のブックポストへ。

【申込先詳細】 西区体育館・温水プール(発寒5-8) TEL(662)2149

してください。