

みんなでクッキング

内容 ハロウィンパーティーの簡単料理、カボチャのお菓子作り

日時 10月22日(火) 10時～12時

対象 区内にお住まいかお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)

定員・受講料 10人・1,000円

申込 10月11日(金)～17日(木)の9時～20時に電話または窓口でお申し込みください。**先着**



みんなの茶の間オープンカレッジ

内容 ①資産運用「株式投資」パートⅡ

講師 北海道金融広報アドバイザー 藤澤 明子氏

②「知っておきたい生命保険の最新情報」

講師 ファイナンシャル・プランナー 植松 晃生氏

日時 11月11日(月) 13時～15時

対象 区内にお住まいかお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)

定員・費用 10人・無料

申込 10月11日(金)から下記へファクスまたはEメールでお申し込みください。**先着**

清田区里美ネット金融学習グループ 高橋 寿己

☎884-3673 FAX884-3991 E HOMiraiNETTO@aol.com

平成25年度 第3回 囲碁交流大会

囲碁をしながら皆さんで楽しく交流しませんか。入門教室を開催するほか、大会終了後には交流会(参加費用500円)も行います。

日時 11月10日(日) 9時30分～15時(8時45分受け付け開始)

対象 ①大会 区内または近隣にお住まいかお勤め、または通学をしている方

②入門教室 区内または近隣にお住まいの5歳以上の方

定員・費用 ①48人・600円(昼食付き) ②6人・無料

申込 10月21日(月)～11月2日(土)の9時～20時に電話または窓口でお申し込みください。**先着**

ミニミニふれあい芸術祭2013

ものづくりなどを通して地域の皆さんがふれあい、つながる楽しいお祭りです。

内容 手作り体験(有料)、模擬店、ゲーム、アニメ上映など

日時 10月27日(日) 10時～14時

その他 当日手伝っていただけるボランティアを募集しています。

スポーツチャンバラ体験会

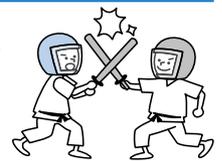
日時 10月19日(土) 14時30分～16時

10月22日(火) 18時30分～19時30分

費用 無料

申込 不要

その他 はだしで行います。



清田区体育館・温水プール

施設利用料 一般 390円、高校生 230円、65歳以上 130円

スポーツ教室受講生募集

番号	コース名	対象	回数	曜日	予定期間	時間	定員	受講料 [円]
529	ピンポイントテニス(ネットプレー)	16歳～64歳(中上級以上)	6	火	10/29～12/3	15時10分～16時10分	6人	4,800
530	ゴルフ	16歳以上	8	木	11/7～12/26	9時20分～10時50分	26人	7,200 (5,800)
531	プライベートゴルフ	16歳以上	4	木	11/7～28	11時～12時30分	8人	7,900

申込 10月15日(火)～21日(月)の9時～20時に電話または窓口でお申し込みください。**抽選**

その他 別途、毎回施設利用料が必要です。受講料の()は65歳以上の方および身体に障がいのある方の受講料です。該当する方は、証明できるものを持参してください。

個別サポートプログラム

メディカルチェックや体力測定の結果を基に、専門スタッフがマンツーマンでサポートします。これから運動を始めたい方にお勧めです。

内容 ①メディカルフィットネスコース(運動指導3回、栄養指導1回)
②ヘルシーフィットネスコース(運動指導3回、栄養指導1回)
③肩こり・ひざ痛・腰痛予防コース(運動指導4回)

日時 10月20日(日)以降開始(開始日より3カ月間)

対象 18歳以上で運動習慣を身に付けたい方

定員 ①～③合わせて5人

費用 ①16,500円 ②③各11,000円 別途、毎回施設利用料が必要。

申込 10月11日(金)～17日(木)の9時～20時に電話または窓口でお申し込みください。**抽選**

その他 ①のメディカルチェックは、中央健康づくりセンター(中央区南3条西11丁目)で行います。②③は体力測定(事前と事後)を実施します。

広告