

1月1日～2月10日の内容を掲載しています

厚別区民センター 第3期区民講座

☎894-1581 厚別中央1条5丁目

講座名	開講日	曜日	時間	回数	定員	受講料	教材費
初めての三味線講座	2/3～3/23	火	午前10時～11時30分	8回	15人	3,400円	900円
自力整体術講座	2/6～3/26	金		8回	20人		2,900円
初歩のロシア語講座	2/3～3/2	火	午後1時30分～3時30分	5回		15人	
インテリア書道	2/4～3/17	水		6回	20人		無料
初心者の実用旅行英会話	2/5～3/25	木	午後6時30分～8時	8回			

対象 原則として、区内に居住または勤務する15歳以上の方（中学・高校生を除く）。
申込方法 1月15日（休）の午前10時～午後5時に、電話で受け付けます（先着順）。定員に満たない講座は、翌日以降も受け付けし、定員になり次第締め切ります。
受講料納入 1月15日（木）～21日（休）の午前10時～午後5時に、教材費とともに厚別区民センター窓口で納入して下さい。納入した受講料は原則としてお返しできません。
その他 三味線講座の三味線は、毎回貸し出しいたします。応募者が少ない場合、中止になることがあります。

厚別南地区センター 第3期講座

☎896-3000 厚別南7丁目

講座名	開講日	曜日	時間	回数	定員	受講料	教材費
すぐに使える中国語	2/10～3/30	火	午後1時30分～3時30分	8回	10人	3,900円	無料
パソコンワード初級	2/24～3/6	火・木・土		6回	20人	3,400円	1,000円
パソコンエクセル初級	3/8～19	月・水・金					

対象 区内に居住または勤務する15歳以上の方（中学・高校生を除く）。定員に満たない講座は、他区の方も受講できます。
申込方法 1月14日（水）～17日（土）の午前9時～午後5時に電話で受け付けます（先着順）。
受講料納入 1月20日（火）・21日（水）の午前9時～午後4時に厚別南地区センターで納入して下さい。納入した受講料は原則としてお返しできません。

厚別西地区センター 春の講座

☎896-2000 厚別西4条4丁目

講座名	開講日	曜日	時間	回数	定員	受講料	教材費
パソコン ^{ワード} ステップ1	2/2～13	月・水・金	午後6時30分～8時30分	6回	20人	3,400円	1,000円
パソコン ^{ワード} ステップ2	2/3～14	火・木・土					
親子でパスタ ^{アンド} &パンづくり	2/21・28	土	午後1時～4時	2回	親子8組 16人	大人1,800円 子ども900円	親子で 1,600円

対象 15歳以上の方（中学生を除く）。親子でパスタ&パンづくりの子どもは、小学生が対象です。
申込方法 1月20日（火）の午前9時～午後5時に、電話で受け付けます（先着順）。定員に満たない講座は、受講料納入日まで受け付けし、定員になり次第締め切ります。
受講料納入 1月23日（金）の午前9時～午後5時に、厚別西地区センターに納入して下さい。教材費は、開講日に講師にお支払いください。納入した受講料は、原則としてお返しできません。

厚別西地区センターから

■1月の子ども映画会

▽日時 1月24日（土）午後1時30分～3時。

▽上映作品 「ミッキーのたのしい冬」「緑の猫」「白い象」。

▽入場料 無料。直接会場へ。

厚別区体育館から

■初心者のためのトレーニング講習会
参加者募集



▽日時 1月30日（金）午後6時30分～8時。

▽内容 トレーニングを行うにあたっての注意事項や運動効果などの説明、シェイプアップのアドバイス、各マシンの使用方法の説明とトレーニングの体験。

▽対象 18歳以上65歳未満の方。

▽定員 10人。

▽受講料 700円。受講料のほかに施設利用料（390円）が必要です。

▽申込方法 1月11日（日）午前9時から、受講料を添えて直接厚別区体育館へ（先着順）。

広告欄

