

里塚・美しが丘地区センターからのお知らせ

里塚 2 条 5 丁目
☎ 888-5005

ワールドクッキング講座

中国人講師のもと中華料理を 3 品作ります。
メニュー 中華風そうめん 2 種類と煮込み料理 (スタミナ料理)
日時 8 月 28 日 (土) 午前 10 時～午後 1 時
対象 区内にお住まいかお勤めの 15 歳以上の方
定員 20 人
受講料 1,500 円
申込 8 月 11 日 (水)～25 日 (水) の午前 9 時～午後 5 時に、電話または窓口でお申し込みください (同時に受講料も納めてください)。
先着
その他 託児をご希望の方は申込時にお知らせください (有料)。

介護予防体操講座～ふまねっと&スポチャン～

身体に負担の少ない運動です。運動の後は、飲み物を飲んでゆったりしましょう。
日時 8 月 19 日 (木)、9 月 2 日 (木) 午後 1 時～3 時
対象 区内にお住まいの 60 歳以上の方
定員 20 人
受講料 1 回 500 円 (飲み物付き)
申込 8 月 11 日 (水)～17 日 (火) の午前 9 時～午後 5 時に、電話または窓口でお申し込みください (同時に受講料も納めてください)。
先着

みんなの茶の間オープンカレッジ

内容
①キャリアデザイン「人生はいつもこれからが面白い」
講師 金融広報アドバイザー 横江 光良氏
②保険加入の注意点
講師 清田区未来ネット講師 大川 広誉氏
日時 9 月 13 日 (月) 午後 1 時～3 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 20 人
費用 無料
申込 8 月 11 日 (水) からファクスまたは E メールでお申し込みください。
先着
申込先 清田区里美ネット金融学習グループ 横江 光良
☎ 884-3673 FAX 884-3991 E HOMiraiNETTO@aol.com



清田区体育館・温水プールからのお知らせ

平岡 1 条 5 丁目 ☎ 882-9500
(休館日 第 2 月曜日)

スポーツ教室受講生募集

番号	コース名	対象	日時 (予定)	曜日	会場	定員	受講料 [円]
583	少年少女 バドミントン	小学校 3～6 年生	9/2～12/2 午後 6 時 30 分 ～8 時 (10 回)	木	平岡公園小学校 (平岡公園東 5)	15 人	6,100
584			9/4～11/20 午後 0 時 45 分 ～2 時 15 分 (10 回)	土	美しが丘緑小学校 (美しが丘 4-5)	15 人	6,100
585	4・5・6 歳 体操	4・5・6 歳児 (未就学児)	9/4～11/27 午後 2 時 30 分 ～3 時 30 分 (8 回)	土	平岡公園小学校 (平岡公園東 5)	10 人	4,800
586	子供体操	小学校 1・2 年生	9/4～11/27 午後 3 時 30 分 ～4 時 30 分 (8 回)	土		10 人	4,800

申込 8 月 12 日 (木)～18 日 (水) の午前 9 時～午後 8 時に電話または窓口でお申し込みください。**抽選** 申し込みの際は、ご希望のコースの番号と名称をお伝えください。定員に満たないコースは 8 月 22 日 (日) 午前 9 時から追加募集します。受講料は 8 月 22 日 (日)～28 日 (土) の午前 9 時～午後 8 時に納めてください。
その他 同一種目の申し込みは一人 1 コースです。申し込み後のキャンセルは必ずご連絡ください。



バドミントンピンポイントレッスン

コース名 ダブルスの守備法
対象レベル 中級～中上級
日程 9 月 2 日 (木)、9 日 (木)、16 日 (木) (全 3 回)
午後 1 時 15 分～3 時 15 分
定員 12 人
対象 16 歳～59 歳の方
受講料 2,400 円
申込 8 月 12 日 (木)～18 日 (水) の午前 9 時～午後 8 時に電話または窓口でお申し込みください。**先着** 定員に満たない場合は 8 月 22 日 (日) 午前 9 時から追加募集します。受講料は 8 月 22 日 (日)～28 日 (土) の午前 9 時～午後 8 時に納めてください。
その他 受講料のほか、毎回施設利用料が必要です。

自由プログラム「はじめてエアロ」

施設利用料だけでご利用いただけるプログラムです。エアロビクスの基本の動きや正しいストレッチ方法を学びます。
日時 8 月 23 日 (月)、30 日 (月)
午後 0 時 10 分～0 時 50 分
8 月 12 日 (木)、19 日 (木)、26 日 (木)
午前 11 時 15 分～正午
対象 16 歳以上の方
定員 40 人
費用 無料
申込 開始 10 分前から受け付け **先着**



広告