

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