



区役所食堂では、ヘルシー定食を毎月14日の「とよひらの日」と第4水曜日に販売しています（1食500円・限定15食）



じどうかいかんだより

平 岸 平岸3-9-15-22 8(ば)トロール～地域清掃&お出かけ～ 6月21日(火)午後2時 (幼児～)	☎812-2493	西 岡 西岡3-6-6-1 ウエヒル☆カップ「フリスビーで復活ボンバー」 6月24日(金)午後3時30分 (小学生)	☎852-8113
美 園 美園6-5-4-1 ドッジボールクラブ 6月22日(水)午後4時 (小2～6・20人・申込)	☎824-5440	東 月 寒 月寒東3-16-13-28 スポーツキー～ふっかつボンバー～ 6月21日(火)午後3時 (小1～)	☎853-9741
豊 平 豊平6-7-1-12 平成23年度ドッジボールクラブ員募集 6月14日～毎週火曜日午後4時30分 (小2～6・申込)	☎811-1376	あやめ野 月寒東4-10-6-10 絵本と紙芝居の時間 6月21日(火)午後4時15分 (幼児～)	☎857-5862
中 の 島 中の島2-3-8-1 こどもエコクラブ 6月22日(水)午後3時30分 (小学生・20人・申込)	☎811-5215	月 寒 月寒西1-6-3-21 ムーンくんのおはなしタイム 6月22日(水)午後3時30分 (幼児～)	☎851-6433
天 神 山 平岸1-19-2-55 てでうたおう 6月14日(火)午後3時30分 (幼児～)	☎816-0388	西岡高台 西岡4-11-4-22 クレリアさんのおはなしよみかせ 6月20日(月)午後3時30分 (小1～)	☎581-5394
福 住 福住1-1-5-5 だいすきスポーツ～スーパードッジボール～ 6月17日(金)午後4時 (小学生)	☎855-0350	※幼児は保護者と一緒に参加してください。 ※()内の「申込」は事前の申し込みが必要です。詳細は各会館へ。	

豊平区体育館だより

平成23年7月から約3カ月にわたって開かれる教室のご案内です。日程、定員、回数、受講料などの詳細につきましては、豊平区体育館にお問い合わせください。

種目	曜日	時間	種目	曜日	時間
ヨガセラピー	火	午前9時30分～11時	テニス入門	木	午前9時～11時
背骨コンディショニング		午前11時15分～午後0時30分	テニス初級	水	午後1時～3時
ヨガ	水	午前10時～11時30分	テニス初中級	火	午後1時～3時
生活習慣病予防体操		午前9時20分～10時50分		水	午後3時～5時
フラダンス		午前11時15分～午後0時30分	木	午後1時～3時	
いきいき体づくり体操		午前10時～11時30分	テニス中級	火	午後3時～5時
入門太極拳	午前11時～午後0時30分	木		午後3時～5時	
ピラティス	木	午前9時30分～10時40分	金	午後1時～3時	
ナイトピラティス		午後7時30分～8時40分	インドアゴルフ	金	午後1時～2時30分
リラックスヨガ	金	午前10時～11時30分	① ママヨガ	金	午後1時～2時10分
懐メロ体操		午前9時20分～10時50分	② ジュニアハンドボール	木	午後4時30分～5時30分
ずばら健康体操		午前11時10分～午後0時40分			③ ジュニアフットサル
バドミントン初級	火	午前10時～正午	④ ジュニアショートテニス	月・金	午後4時～5時
バドミントン中級		午前10時～正午	⑤ ジュニアテニス(硬式)		午後5時～6時
卓球入門		午前10時～正午	⑥ Jr. Hip Hop(初級)	午後4時40分～5時50分	
卓球初級	木	午後1時～3時	⑦ げんきキッズ	火	午後2時15分～3時15分
卓球中級		午後1時～3時			

①は0～6歳の未就学児と16歳以上の保護者、②は小1～中1、③と④は小1～6、⑤は小1～6で1年以上の経験者、⑥は小2～中3、⑦は年少(平成19年4月2日～20年4月1日生)。

◎7月のスポーツ教室

- ①卓球集中講座～サーブ&レシーブ～(16歳以上、初中級レベル以上、7/5・12・19の全3回)。
- ②マンツーマン卓球・プライベート卓球(年齢・レベル不問、7/5～27の火・水曜日、1回完結)。
- ③マンツーマンテニス・プライベートテニス(年齢・レベル不問、7/4・11の月曜日または7/7・21・28の木曜日、1回完結)。

〈共通事項〉

申込 6/11(土)～18(土)(⑥は6/11(土)～14(火))の午前9時～午後8時に電話か直接窓口で。

抽選 6/19(日)(⑥は6/15(水))午後2時から。

※6/20(月)は施設整備日のためお休みです。

※受講料のほか、入館ごとに施設利用料(一般390円、高校生230円、65歳以上130円)が必要です。

詳細 豊平区体育館 ☎855-0791