

里塚・美しが丘地区センター 里塚2条5丁目 ☎888-5005

みんなの茶の間オープンカレッジ

内容 ①お金に役に立つ数学の知識
講師 金融広報アドバイザー 有田 宏氏
②セカンドライフ「これからの生き方」
講師 ファイナンシャル・プランナー 水沢 裕一氏

日時 5月14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 10人
費用 無料



申込 4月11日(水)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 寿巳
☎884-3673 FAX 884-3991 E HOMiraiNETTO@aol.com

ラウンジマーケット

2階ラウンジでフリーマーケットを開催します。
日時 5月16日(水) 午前11時～午後3時
その他 出店を希望の方(対象:区内または近隣にお住まいの方)は、4月16日(月)～27日(金)に窓口でお申し込みください(無料、全5ブース)。**先着**

清田区体育館・温水プール 平岡1条5丁目 ☎882-9500 休館日 第2月曜日

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 4月20日(金)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 4月11日(水)～17日(火)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**



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。

学校開放教室

番号	コース名	対象	回数	曜日	実施期間	時間	定員	受講料
583	少年少女バドミントン(平岡公園小学校)	小学3～6年生	10	木	5月10日～7月12日	午後6時30分～8時	15人	6,100円
584	少年少女バドミントン(美しが丘緑小学校)	小学3～6年生	10	土	5月12日～7月14日	午後0時45分～2時15分	15人	6,100円
585	4・5・6歳体操(平岡公園小学校)	4歳～6歳児(就学前)	10	土	5月12日～7月14日	午後2時30分～3時30分	10人	6,100円
586	こども体操(平岡公園小学校)	小学1・2年生	10	土	5月12日～7月14日	午後3時30分～4時30分	10人	6,100円

申込 4月11日(水)～17日(火)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(コース番号と名称をお伝えください)。**抽選** 定員に満たない場合は4月22日(日)午前9時から追加募集します。**先着**

区民センター 清田1条2丁目 ☎883-2050

清田区人材育成講座「暮らし塾 きんゆう塾」

内容 ①私達の暮らしと税金
講師 金融広報アドバイザー 岡嶋 宏明氏
②「争続」にしないための遺言書
講師 行政書士 八重樫 洋平氏

日時 5月10日(木) 午後6時45分～9時
会場 区民センター 集会室4
定員 10人
費用 無料
申込 4月11日(水)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**

さっぽろ未来ネット金融学習グループ 白川 京子
☎884-3673 FAX 884-3991 E HOMiraiNETTO@aol.com

子育てママのフリールーム

子育て中のママがお子さんと一緒に自由に利用できる場所を提供しています。読み聞かせ、人形劇などのミニイベントもあります。

出演 きよたれんと
日時 4月23日(月) 午前10時～正午
会場 区民センター しらかば・すずらん
申込 不要



施設利用料 一般390円、高校生230円、65歳以上130円
ひざトレ教室

膝周囲の正しい筋力トレーニングやストレッチを身に付け、膝の痛みを予防します。

日時 4月24日・5月1日・8日・15日・22日・29日・6月5日・12日・19日・26日・7月3日・10日・17日・24日・31日(火曜日、全15回)
午後1時30分～3時
※初回と最終回に体力測定を実施します。

対象 18歳以上で運動制限のない方
定員 20人
受講料 8,800円 別途、毎回施設利用料が必要。
申込 4月11日(水)～17日(火)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**

