

広告

■はっさむ地区センター講座

講座名	月日・回数	時間	定員	費用
乳製品でカルシウムUP!身体に優しい健康和食	12月7日(金) 全1回	10時～13時	10人	1,200円

■西区民センター講座

講座名	月日・回数	時間	定員	費用
年末恒例 手打ち年越しそば講座	12月15日(土) 全1回	10時～13時	20人	2,200円 (材料費含む)

■はちけん地区センター講座

講座名	月日・回数	時間	定員	費用
本格ピザを焼いてみよう	12月5日(水) 全1回	10時～13時	16人	1,800円 (材料費含む)

ピザ2種(マルガリータ、ベーコンと野菜)を作ります。

(火)に電話で。先着順。
申込先 市コールセンター
 Tel(22) 4894
 ▼プレママクッキング
 「さつとも」一品!手軽にとれる野菜教室」
日時 11月22日(木)10時～12時。
会場 西区民センター2階。
対象 西区在住の妊婦の方(夫
 婦での参加可)。
定員・費用 25人。無料。
持ち物 エプロン、バンドナ
 (髪を覆うもの)、手拭き用タ
 オル、筆記用具。
申込 11月11日(日)～15日
 (木)に電話で。先着順。
申込先 市コールセンター
 Tel(22) 4894

内容 上表の通り。
申込 11月19日(月)9時～17
 時に電話で。先着順。

はっさむ地区センター講座

申込先・詳細 西健康づくりセン
 ターTel(618) 8700、Eメー
 ル west-school@snsf.jp

詳細 西保健センターTel(621)
 4241
西健康づくりセンター講座
「ヘルシーおもてなし料理」
クリスマス、お正月」
日時 11月29日(木)10時30分
 ～13時。
対象 18歳以上の方。
定員・費用 15人。千200円(材
 料費含む)。
申込 11月20日(火)までに直
 接来館または電話、Eメール
 (講座名、住所、氏名、振り
 仮名、年齢、生年月日、電話
 番号を記入)で。多数時抽選。
申込先・詳細 西健康づくりセン
 ターTel(618) 8700、Eメー
 ル west-school@snsf.jp

日時 11月23日(祝)10時～15時。
内容 模擬店、ゲームほか。

はちけん地区センターから

申込先・詳細 西区民センターTel
 (641) 4791

西区民センター講座
内容 左上表の通り。
対象 15歳以上の方(中高生を
 除く)。
申込 11月13日(火)～20日(火)
 (土・日曜可)10時～17時に直
 接来館か電話で。先着順。定
 員に満たない場合は引き続き
 先着順で募集。
申込先・詳細 西区民センターTel
 (641) 4791

申込 11月15日(木)までにフ
 アクス(住所、氏名、年齢、電
 話番号を記入)または直接申込
 先へ。

第26回西区少年少女相撲大会

日時 11月24日(土)14時～16
 時30分(受付は13時15分から)。
会場 西区体育館2階格技室。
対象 西区在住の幼児および
 小学生。
種目 個人戦(幼児・学年別
 男女別)。参加人数によりトー
 ナメント戦かリーグ戦が決定。
費用 無料。
申込 11月15日(木)までにフ
 アクス(住所、氏名、年齢、電
 話番号を記入)または直接申込
 先へ。



申込 不要。直接会場へ。
申込先・詳細 はちけん地区セン
 ターTel(611) 0966