

東区民センター 北11条東7丁目 ☎742-5500 http://www.higashi-kumin.jp/pc_web/top_top.html

〔申込〕①は申込日の10時から電話または直接窓口で申し込み。※受講者が少ない場合は開講を中止する場合があります。
②は申込期間の9時～17時に区民センター図書室に電話☎742-8112または直接図書室窓口で申し込み。
〔その他〕6/13(木)～19(水)は蔵書一斉点検のため図書室はお休みです。期間中の本の返却は「ブックポスト」をご利用ください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
①東区民センター美術講座 ～ボランティアによる美術への誘い～ 「シャガール展について」ほか	7/2(火)13時30分～15時30分	無料	要申込 先着 30人	6/11(火)
区民センター図書室 ②図書室利用講座 ～検索機を使ってみよう～	6/27(木)13時30分～15時30分	無料	要申込 抽選 6人	6/25(火)まで

東区体育館 北27条東14丁目 ☎751-5250 <http://www.shsf.jp/higashi-gym/index.html>

■7・8月開講スポーツ教室受講生募集

〔申込〕申込期間の9時～20時に電話または直接窓口で申し込み。日時、受講料などの詳細については、東区体育館にお問い合わせください。
※受講料のほかに毎回施設利用料が掛かります(一般390円、高齢者(65歳以上)130円、高校生230円)。

対象	募集内容・教室名	申込日(期間)・備考
一般男女(16歳以上)	【フィットネス系】 ソフトエアロビクス、ピラティス&バランスリズムミック、太極拳など 【球技系】 グループテニス、グループ卓球※グループ単位で申し込み。	7/1(月)～7(日)
5歳～7歳	キッズヒップホップ	

ふしこ地区センター 伏古11条3丁目 ☎785-6323 <http://www4.ocn.ne.jp/~fushiko/>

〔申込〕①申込日の9時10分～9時20分、②18時10分～18時20分に窓口で整理券を配布。定員を超えた場合は即時抽選・決定。定員に満たない場合は、以降平日9時～19時に直接窓口または電話で受け付け(先着順)。
〔その他〕「親子料理教室」「絵本の読み聞かせの会」を開催します。詳細はお問い合わせください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
パソコンエクセル基礎講座 ①午前の部 ②夜間の部	7/22～8/8(月)(木)(全6回) ①9時30分～11時30分 ②18時30分～20時30分	受講料 3,500円 教材費 1,700円	要申込 抽選 各20人	7/8(月) 〔その他〕教材費はパソコンレンタル料を含みます
今から準備! 転ばないための運動講習会	6/12・26・7/10(水) 13時30分～15時30分	無料	直接会場 先着 50人	運動靴、水分補給の飲み物、タオルなど持参

苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目 ☎784-7833 <http://www.nh-chikucenter.com/>

〔申込〕①申込日の10時～17時に電話または窓口で受け付け。翌日9時に受講者を決定。受講が決定した方のみ電話で通知。定員に満たない場合は、以降、電話または窓口で受け付け(先着順)。
〔その他〕「たのしいおはなし会」を開催。詳細はお問い合わせください。
7/4(木)～10(水)は蔵書一斉点検のため図書室はお休みです。期間中の本の返却は「返却ポスト」をご利用ください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
①冷え症&むくみを解消しよう! おうちでできる簡単リンパマッサージ	7/5(金) 午前の部10時～12時 午後の部13時30分～15時30分	受講料 500円 教材費 300円	要申込 抽選 各12人	6/11(火) 午前と午後のどちらか選択
歌声サロン	①6/13・7/4(木)13時30分～15時 ②6/27(木)13時30分～15時30分	参加費 ①800円 ②200円	要申込 先着 各20人	募集中

広告

