



■スタイルアップ教室

※町民体育館コース①・②・③は、それぞれ別コースになります。
全身を使った運動を行います。



町民体育館コース①【定員：30名】

◎日程= 4月13日(火) 5月18日(火) 6月15日(火) 7月13日(火) 8月17日(火) 9月14日(火)
10月12日(火) 11月16日(火) 12月14日(火) 1月18日(火) 2月15日(火) 3月15日(火)
◎時間=午後1時30分～2時30分
◎場所=町民体育館

町民体育館コース②【定員：30名】

◎日程= 4月14日(水) 5月19日(水) 6月16日(水) 7月14日(水) 8月18日(水) 9月15日(水)
10月13日(水) 11月17日(水) 12月15日(水) 1月19日(水) 2月16日(水) 3月16日(水)
◎時間=午後1時30分～2時30分
◎場所=町民体育館

町民体育館コース③【定員：30名】

◎日程= 4月15日(木) 5月13日(木) 6月17日(木) 7月15日(木) 8月19日(木) 9月16日(木)
10月14日(木) 11月18日(木) 12月16日(木) 1月20日(木) 2月17日(木) 3月17日(木)
◎時間=午後1時30分～2時30分
◎場所=町民体育館

町内の各公民館施設を活用しませんか？

公民館自主講座を開催したいかた募集!!

町内の各公民館施設を利用して、自主講座を開催したいかたを募集しています！

「編み物教室を開きたい」「得意料理をみんなに教えたい」「共通の趣味を持つ人を増やしたい」など、講座開催に興味のあるかたは気軽にお問い合わせください。



自主講座開催までの流れ



※詳細については、お問い合わせください。

問合せ=教育委員会事務局 生涯学習係 ☎76-3431



運動教室参加者募集!!

皆さんの健康維持・体力増進を促進するため、運動教室を実施します。
毎月、多種多様な運動教室を行いますので、ぜひご参加ください。

参加無料

申込受付
(共通)

申込期間= 2月15日(月)～3月22日(月) (土日・祝日を除く)
受付時間=午前9時～午後5時 電話受付
申込み・問合せ=教育委員会事務局 生涯学習係 ☎76-3431
持ち物=ヨガマット・飲み物・汗ふきタオル・マスク

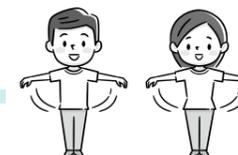


■ウォーキング教室 (定員：30名)

日程	時間	場所	内容
4月21日(水)	午後	中央公民館 (コミュニティセンター)	左記の場所からスタートし、周辺をウォーキングします。 ※雨天の場合 中央公民館…町民体育館 (体育館シューズ持参) 東児玉公民館…公民館内
5月26日(水)	1時30分～2時30分	東児玉公民館	
6月28日(月)	午前10時～11時	余熱利用施設「湯かつこ」	6月～8月は暑いため、プールで実施します。 ※現地集合になります。 ※プールに不参加の場合、申し込みのときにお話してください。
7月26日(月)			
8月23日(月)	午後 1時30分～2時30分	中央公民館 (コミュニティセンター)	
9月22日(水)		東児玉公民館	
10月20日(水)		中央公民館 (コミュニティセンター)	
11月24日(水)		東児玉公民館	
12月22日(水)		中央公民館 (コミュニティセンター)	
1月26日(水)		東児玉公民館	
2月22日(火)		中央公民館 (コミュニティセンター)	
3月23日(水)		東児玉公民館	
			中央公民館 (コミュニティセンター)
			東児玉公民館

■るんるん若ガエル体操教室 ※公民館ごとのコースになります。

手・足を使った全身運動や脳トレなど、からだに嬉しいトレーニングを行います。



中央公民館(コミュニティセンター)コース【定員：30名】

◎日程= 4月15日(木) 5月13日(木) 6月17日(木) 7月15日(木) 8月19日(木) 9月16日(木)
10月14日(木) 11月18日(木) 12月16日(木) 1月20日(木) 2月17日(木) 3月17日(木)
◎時間=午前10時～11時
◎場所=中央公民館 (コミュニティセンター) 大ホール

東児玉公民館コース【定員：25名】

◎日程= 4月14日(水) 5月19日(水) 6月16日(水) 7月14日(水) 8月18日(水) 9月15日(水)
10月13日(水) 11月17日(水) 12月15日(水) 1月19日(水) 2月16日(水) 3月16日(水)
◎時間=午前10時～11時
◎場所=東児玉公民館 大会議室

大沢公民館コース【定員：20名】

◎日程= 4月13日(火) 5月18日(火) 6月15日(火) 7月13日(火) 8月17日(火) 9月14日(火)
10月12日(火) 11月16日(火) 12月14日(火) 1月18日(火) 2月15日(火) 3月15日(火)
◎時間=午前10時～11時
◎場所=大沢公民館 大会議室