

東三河生涯学習連携講座 「歩いて探そう東三河の宝」～史跡編～

文化スポーツ課 ☎66・1222

東三河各地のさまざまな魅力と課題、その多様な姿を伝える全4回の講座です。

とき(ころ)・テーマ

①10月17日(金) 午後1時30分～3時30分(田原市)

田原の城下町をめぐる

②10月31日(金) 午前10時～午後1時(新城市)

長篠城址と鳥居強右衛門の墓を訪ねる

③11月14日(金) 午前10時～午後1時(東栄町)

石の造形を歩く・振草郷の石仏めぐり

④11月28日(金) 午後1時～3時(蒲郡市)

蒲郡の城あとを歩く
対象 どなたでも(東三河在住の方優先)

定員 50人(定員を超えた場合は抽選。春の講座を受講していない方を優先)

受講料 無料

その他 すべて現地集合

申し込み 9月26日(金)までに直接または電話で文化スポーツ課へ。

市民体育センター講座

市民体育センター ☎69・3241
文化スポーツ課

◆親子でリトミック教室

とき 10月7日(火)・21日(火) 全2回

○3カ月～13カ月児

午前10時45分～11時30分

○1歳2カ月～入園前クラス

午前9時45分～10時30分

参加費 各千円

◆ヨガ教室

○体験・中級ヨガ

とき 9月18日(木)・25日(木)

午後1時30分～2時30分

参加費 1回500円

○初級ヨガ

とき 10月6日～27日

毎週月曜日

全3回(13日を除く)

午前9時40分～10時40分

参加費 千500円

○中級ヨガ

とき 10月2日～30日

毎週木曜日

全4回(16日を除く)

午後1時30分～2時30分

参加費 2千円

○ママヨガ

①3回コース

とき 10月6日～27日 毎週月曜日(13日を除く)

午前11時～正午

参加費 千500円

②4回コース

とき 10月8日～29日

毎週水曜日

午前9時30分～10時30分

参加費 2千円

○産後ヨガ

とき 10月8日～29日

毎週水曜日 全4回

午前10時45分～11時45分

対象 1～8カ月のお子さんを
持つお母さん

参加費 2千400円

◆フラメンコ教室

とき 10月9日～30日

毎週木曜日 全4回

小学生キッズフラメンコ

午後6時30分～7時30分

○大人のフラメンコ入門

午後7時30分～8時30分

参加費 各コース4千円

◆ヒップホップダンス教室

とき 10月8日～22日

毎週水曜日

○小学1～3年生

午後7時～8時

参加費 1回600円

○小学4年～中学1年生

午後8時10分～9時

参加費 全3回 千800円

◆太極拳入門教室

とき 10月7日～28日 毎週火曜日 全4回

午前10時15分～11時15分

参加費 2千円

◆ピラティス教室

とき 10月7日～28日

毎週火曜日 全4回

○初級 午後3時～4時

○中級 午後1時45分～2時45分

参加費 2千円

◆スタイルアップストレッチ
(骨盤・体幹ボディメイク)

とき 10月8日～29日

毎週水曜日 全4回

午後7時30分～8時30分

参加費 2千800円

◆ルーシーダットン

とき 10月3日～24日

毎週金曜日 全4回

①午前9時30分～10時30分

②午前10時45分～11時45分

参加費 各コース2千円

◆マイクビューティ教室

とき 10月18日(土)

午後1時30分～3時30分

定員 10人(申し込み順)

参加費 千円

◆着物でお出かけ実用着付

とき 10月8日～12月17日

各水曜日 うち6回

午後1時30分～3時30分

参加費 5千100円

【共通事項】

申し込み 参加費を添えて市民体育センターへ。

ご家族でどうぞ 糖尿病教室 9月

ところ ●市民病院 2階講義室
(月・団・困の開催は2階会議室)

とき	講義内容
8日(月)	糖尿病とは・合併症
9日(火)	歯周病関連 検査(歯ブラシ持参)
10日(水)	食事の話
11日(木)	トピックス 薬と運動
12日(金)	日常生活

※申込不要。各日ともに午後2時～3時。(4日目は3時30分まで)テキストは当日お渡します。糖尿病でない方でもかまいません。

9月の休館日

図書館	1日(月)・8日(月)・21日(日)～30日(火)	市民会館	2日(火)・9日(火)・16日(火)・24日(水)・30日(火)
博物館	1日(月)・8日(月)・16日(火)・22日(月)・29日(月)	竹島水族館	2日(火)・9日(火)・16日(火)・24日(水)・30日(火)
情報ネットワークセンター 生命の海科学館	2日(火)・9日(火)・16日(火)・24日(水)・30日(火)	ユトリーナ蒲郡	1日(月)・16日(火)
		海辺の文学館	2日(火)・9日(火)・16日(火)・24日(水)・30日(火)