

ユトリーナ蒲郡講座

環境清掃課 ☎57・4100

◆アクアフィットネス水中教室

とき 6月1日・15日
各土曜日 全2回
午後2時～3時

定員 15人

◆フンポイント水中教室

とき 6月4日～25日
毎週火曜日 全4回

午後2時～4時のうち1人10分程度

【共通事項】

ところ ユトリーナ蒲郡

参加費 無料

※バーデゾーン利用料金(500円)は別途必要です。

申し込み 当日受付可

◆骨盤体操教室

とき 7月9日～9月10日
第2・4火曜日 全5回
午前10時30分～11時30分

定員 10人(申し込み順)

参加費 2千500円

◆体験骨盤体操教室

とき 6月21日(金)
午後7時～8時

定員 10人(申し込み順)

参加費 500円

【共通事項】

持ち物 タオル、動きやすい

服装

◆フィットネスフラ教室

とき 7月10日(水)
午後1時～2時

定員 20人(申し込み順)

参加費 500円



◆ヨガ教室

とき 7月3日～9月11日
毎週水曜日(8月14日を除く) 全10回

○昼コース 午前10時30分～11時30分

○夜コース 午後7時～8時

定員 各20人(申し込み順)

参加費 5千円

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル

◆インテリア書道(かな、漢字)教室

とき 6月20日(木)
午後2時～4時

定員 10人(申し込み順)

参加費 千円

持ち物 習字セット

◆簡単な生け花教室

とき 7月8日(月)
午後2時～3時

定員 10人(申し込み順)

参加費 千円

持ち物 タップー、エプロン

参加費 2千500円(材料費含む)

参加費 千300円(材料費含む)

持ち物 水盤、剣山、はさみ

◆ベビーマッサージ教室

とき 7月8日・22日、8月5日・26日の月曜日
全4回 午後2時～3時

定員 10人(申し込み順)

参加費 4千円(ベビーマッサージ代別途千円が必要)

◆チョークアート教室

(指で描く楽しいアート)
とき 6月27日(木)
午前10時30分～正午

定員 6人(申し込み順)

参加費 700円(材料費として別途600円が必要)

持ち物 エプロン



◆ソープカービング教室

(石鹸アート小物)

とき 6月24日、7月22日、8月19日の月曜日
全3回 午後1時～3時

定員 10人(申し込み順)

参加費 2千500円(材料費含む)

持ち物 タップー、エプロン

【共通事項】
申し込み 6月5日(水)からユトリーナ蒲郡(☎57・0123)へ。

脳の健康教室

福祉課 ☎66・1106

認知症予防のための簡単な読み書きや計算を中心とした30分程度の学習教室です。学習サポーターと一緒に楽しく学習しませんか。
とき 9月～平成26年2月
毎週水曜日
午前9時30分～

ところ 勤労福祉会館
対象 70歳以上の方
定員 30人(申し込み順)
参加費 月千500円(教材費)
申し込み 6月3日(月)～28日(金)に社会福祉協議会(☎69・3911)へ。

★学習サポーター募集
「脳の健康教室」の運営と高齢者の学習を手助けするボランティアスタッフを募集します。
とき 9月～平成26年2月
毎週水曜日
午前9時～11時30分
定員 12人
申し込み 6月3日(月)～28日(金)に社会福祉協議会(☎69・3911)へ。

ご家族でどうぞ 糖尿病教室 6月

場所 ●市民病院2階講義室
(火曜日の開催は、市民病院2階会議室)

とき	講義内容
19日(木)	糖尿病とは・検査
20日(金)	合併症、歯周病関連
21日(土)	食事の話
24日(月)	日常生活
25日(火)	薬と運動

※申込不要。各日ともに午後2時～3時。事前に院内売店でテキスト「糖尿病ってなあに」(200円)をご購入ください。糖尿病でない方もかまいません。

6月の休館日

図書館	3日(月)・10日(月)・17日(月)・24日(月)・28日(金)	市民会館	4日(火)・11日(火)・18日(火)・25日(火)
博物館	3日(月)・10日(月)・17日(月)・18日(火)・24日(月)	竹島水族館	4日(火)・11日(火)・18日(火)・25日(火)
情報ネットワークセンター 生命の海科学館	4日(火)・11日(火)・18日(火)・25日(火)	ユトリーナ蒲郡	3日(月)・17日(月)
		海辺の文学館	4日(火)・11日(火)・18日(火)・25日(火)