

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、開催日時は変更・中止となる場合があります。  
 申込方法等、詳しくはお問い合わせください。参加の際は、感染症対策をお願いします。

▼ヨーガ教室

12月1日・15日、1月5日・19日、2月2日・16日（全6回・木曜日）14時～16時／内容＝正しい呼吸法を身に付け、健康な体づくりを目指す／対象＝一般／定員＝12人（申込多数の場合抽選）／費用無料／申込＝10月15日④～24日⑤に窓口または電話にて



鶴枝公民館

☎(25)1834 FAX(26)2220  
 ㊤年末年始

下記2つの主催教室は、申込＝10月15日④～31日⑤に電話または窓口にて（応募者多数の場合抽選、未受講者優先）

▼よみきかせ

12月12日⑤11時～11時30分／内容＝わらべうた、手あそび、赤ちゃん向け絵本の読み聞かせなど／対象＝市内在住生後6カ月～2歳のお子さんと保護者／定員＝5組10人／費用無料

▼子どものためのロボットプログラミング教室

12月10日④、1月14日④・28日④（同じ内容を3回実施、どれか1日のみの申込）9時30分～11時30分／内容＝ロボットを組み立て、タブレットを使って操作するプログラミングを学ぶ子ども向けの入門教室／対象＝市内在住小学生（保護者同伴必須）／定員＝各回5組10人／費用無料



五郷福祉センター

☎(25)7880 FAX(25)7881  
 ㊤祝日、年末年始

▼遊ぼう！楽しいクリスマス

12月3日④10時～12時／内容＝楽しいゲーム、簡単ビンゴ他／対象＝市内幼稚園・保育園年長～小学生（未就学児は保護者同伴）／定員＝20人（申込順）／費用＝600円／申込＝10月30日④9時～電話にて受け付け。その後11月1日④～7日⑤までに窓口にて費用を添えて申し込み（本人を含めて2人まで）

総合市民センター

☎(24)9511 FAX(23)7444  
 ㊤祝日、年末年始

▼猫背改善教室

～猫背改善に必要なストレッチとエクササイズを行います！～  
 11月9日④・16日④・22日④・30日④、12月7日④13時30分～14時30分／内容＝柔軟性を高め美しい姿勢を目指します／対象＝市内在住者／定員＝各回25人（申込順）／費用＝110円（保険代）／申込＝10月16日④9時～電話にて

▼やってみよう！つくってみよう！（後期）

対象＝市内小学生／定員＝各回10人／申込＝10月18日④9時～電話にて受け付け。その後10月24日④～30日⑤17時までに窓口にて費用を添えて申し込み。

①フラワーアレンジメント

11月19日④10時～11時30分／費用＝1,050円

②クリスマスクッキング

12月10日④10時～11時30分／費用＝650円

③木の実のネームプレート

1月21日④10時～11時30分／費用＝450円

④ポーセラーツ（オリジナルな豆皿

を作ろう）

2月4日④10時～11時／費用＝1,050円

▼いこいの広場

毎月第1・3木曜日13時～16時／内容＝手動カラオケで昭和の曲を聴いたりする集う場です。時間内出入り自由ですのお気軽にお越しください。もばら百歳体操もやります！／対象＝60歳以上の方／費用無料／申込不要

東郷福祉センター

☎(25)5882 FAX(25)5871  
 ㊤祝日、年末年始

▼クリスマス飾ろう！

～トピアリーをとじ込めて～

12月4日④9時30分～11時30分／内容＝額縁の中にクリスマス飾るトピアリーを飾ろう／対象＝高校生以上の市内在住・在学・在勤者／定員＝20人（申込順）／費用＝1,000円（材料費）／申込＝10月17日④9時～電話にて受け付け。その後10月24日④9時～窓口にて費用を添えて申し込み

▼みんなで！もばら百歳体操

毎月第2月曜日と第4水曜日10時～11時／内容＝もばら百歳体操（体力に自信がない方も大丈夫！誰でもできる簡単な体操です。もばら百歳体操終了後、ポッチャ体験もできます）／対象＝60歳以上の方／費用無料／申込不要

