

施設案内

図書コーナー・体育館・トレーニングルームを併設した東地域の施設。読み聞かせ・健康相談・ふまねっと・ママサロン・カレーサロンサークルなど、幅広い世代を対象にした事業を定期的に関催。地域の誰もが楽しむ・学ぶ・集う・つながる、「何かをしたい・教えたい」などの相談も随時受付中！

◎開館時間：9:00～21:00（図書コーナー・幼児プレイルーム・60歳以上サンルーム→9:00～17:00）

◎休館日：年末年始（12/29～1/3）

講座・教室のご案内

曜	講座・教室名	講師	期間	回数	時間	定員	受講料・教材費等(円)
月	①手書きで伝えるたのしい彩り字手紙	工藤 彩華	5/7～6/18 (5/28を除く)	6	10:00～12:00	15	受2,040 教2,000
	②背骨コンディショニング～歪みを整え不調改善！	南 くるみ	6/4～6/25	4	19:00～20:30	12	受1,500 教 なし
	③おいしいパンづくり	小野 雅美	6/11～7/9	5	9:30～12:30	16	受2,550 教1,800
火	④植物オイルからつくる無添加手づくり石けん	青山 里香	5/8・6/5・7/3	3	10:00～12:00	10	受1,500 教3,000
	⑤賭けない飲まない吸わない健康マージャン	島村英美子	5/8～7/10	10	13:00～15:00	16	受3,400 教 なし
	⑥初心者から楽しめるカラオケ講座	美咲じゅん子	5/8～6/26	8	13:30～15:30	20	受2,000 教300
	⑦四つたみ編みクラフトバンドで小物づくり	山田いづみ	5/15・22・29	3	10:00～12:00	10	受1,500 教 700
水	⑧自分ごほうび～ジェルネイル講座	柳 祥子	5/29・6/12・26	3	10:00～12:00	10	受1,500 教2,700
	⑨ヨガで深呼吸～伸びやかな身体づくり	金平美智代	5/9～6/27	8	9:00～11:00	15	受2,720 教 なし
	⑩土の手触りを楽しむ陶芸講座	服部 栄子	5/9～7/11	10	10:00～12:00	12	受5,000 教3,300
木	⑪夏までに！ダイエットトレーニング！！	野呂 健太	5/9～6/27	8	19:15～20:45	15	受2,040 教 なし
	⑫マクラメジュエリー～結んでつくるオリジナルアクセサリー	大関 里佳	5/10・24・6/7・21	4	13:00～15:00	10	受2,000 教7,230
	⑬ZUMBA！！	岩谷みさお	5/17～7/5	8	19:30～20:30	18	受1,360 教 なし
	⑭簡単薬膳～今日からできる体質改善	高野ともこ	5/31～6/21	4	10:00～12:30	10	受2,500 教2,400
	⑮初めての「からだバー」～簡単健康エクササイズ	遠藤 ひとみ	6/7～7/12	6	13:10～13:55	10	受1,125 教300
金	⑯初心者のためのフラダンス	伴 和代	6/7～7/5	5	15:10～16:40	15	受1,275 教 なし
	⑰ホットヨガ&ピラティス	山下 千鶴	5/11～6/22	7	19:15～20:15	15	受1,190 教300
	⑱「ひめトレ」&ピラティスで姿勢をととのえウエストシェイプ	河原 ルミ	5/18～6/22	6	11:15～12:45	12	受2,250 教 なし
土	⑲Herbのある暮らし～キッチンハーブ寄せ植え講座	Mika Okita	6/15	1	9:30～12:00	10	受625 教2,975
	⑳ふわサクたのしむしあわせスイーツetc	岩谷みさお	5/12・19・6/2	3	10:00～12:30	12	受1,875 教1,575
	㉑初心者のための絵画講座	小坂 茂	5/19～6/16	5	11:00～13:00	10	受2,500 教 なし

◆申込方法①沼ノ端コミセン窓口でのお申込み：受講通知発送用として官製はがきをお持ちください。
 (受付時間9:00～17:30)

②往復はがきでのお申込み：必要事項(往信面：希望講座名・氏名・住所・電話番号・年齢・性別、返信面：住所・氏名)を明記し、沼ノ端コミセン宛に郵送してください。

※はがき1枚につき1講座のお申し込みに限ります。

◆受付期間：平成30年4月2日(月)～4月20日(金) 当日消印有効 ※受講決定次第、受講通知を発送いたします。

◆費用納入：受講通知に記載されている期日までにコミセン窓口にてご納入ください。納入後の払い戻しはできかねますので、あらかじめご了承ください。受講を辞退する場合は、初回日の3日前までに必ずご連絡ください。