

あすすめ

講座情報

※割引が適用されるのは窓口・電話のみです。同時受付の場合は窓口を優先させていただきます。

気軽に当日参加！『12月の中央本町センターサロン』

月



朗読カフェ **無料**
18:00~20:00 (15日)



火

囲碁 **200円**
18:00~21:00 (2・16日)

健康太極拳 **510円**
13:30~15:00 (2・9・16日)

水

インターネットカフェ **無料**
19:00~20:30 (10日)

健康マージャンサロン **200円**
18:00~21:00 (3・24日)

木

子ども遊びサロン **無料**
15:00~17:00 (11・25日)

将棋 **200円**
19:00~21:00 (11・25日)

金



パソコン **200円**
19:00~20:30 (5・12・19・26日)



土

こころの歌声ひろば **500円**
10:00~12:00 (20日)

ITサロン **200円**
14:00~16:00 (13・27日)

CHUO朗読隊 **450円**
15:00~16:00 (20日)

日

子ども遊びサロン **無料**
15:00~17:00 (14日)

おもちゃの病院 **無料**
13:00~16:00 (21日)

俳句と短歌のサロン **無料**
14:00~15:00 (21日)

12月26日(金) 受付開始！

窓口 電話 → 9:00~

インターネット → 13:00~

ママビクス

0歳A・B/1歳

赤ちゃんと体を動かしながら、産後の体を引き締めます。赤ちゃんと楽しく、リズムにのりながら動きましょう。

【日時】H27年1月19日~3月16日 毎(月)全7回
(2月9日、3月9日除く)

0歳A) 9:45~ 1歳: 11:00~

0歳B) 12:45~ ※各1時間ずつ

【場所】中央本町センター2階 レクホール

【対象】0歳) 5ヶ月~1歳未満の子どもと母親

1歳) 10ヶ月~1歳の子どもと母親

【定員】各20組 【料金】各3,920円

【講師】フィットネス連絡会派遣講師

ちびっこ体操

かけ声や愉快な音楽にのって、鉄棒や跳び箱など苦手な種目にどんどんチャレンジ！

※こちらはインターネットか往復ハガキでの受付です。

【日時】H27年1月20日~3月17日 毎(火)

(3月10日除く) 15:30~16:30 全8回

【場所】中央本町センター1階 体育館

【対象】4歳~就学前の子ども

【定員】40名

【料金】2,640円

【講師】フィットネス連絡会派遣講師

こども体操

鉄棒、跳び箱などとコーディネーションを取り入れ、苦手克服、体力向上を目的としています。友達を作るチャンスです！

【日時】H27年1月20日~3月17日 毎(火)

(3月10日除く) 16:40~17:40 全8回

【場所】中央本町センター1階 体育館

【対象】小学生

【定員】30名

【料金】各2,640円

【講師】フィットネス連絡会派遣講師

すくすくベビーマッサージ

オイルを使ったベビーマッサージを行い、母子ともにリラックスしましょう。また、マッサージをしながらママ同士の交流もできます。

【日時】H27年1月20日、2月3日 各(火)

10:30~12:00

【場所】中央本町センター2階 音楽室

【対象】3ヶ月~1歳未満の子どもと保護者

【定員】各10組

【料金】各1,020円

【講師】田中裕子(ベビーマッサージインストラクター)

キッズビクス

音楽に合わせて踊り、リズム感や基礎体力を養います。元気いっぱい音楽にのって、ついでに体力もつけちゃおう！

【日時】H27年1月24日~3月28日 毎(土)

(2月21・28日、3月14・21日除く)

13:00~14:00 全6回

【場所】中央本町センター1階 体育館

【対象】3歳~就学前の子ども

【定員】40名 【料金】1,920円

【講師】フィットネス連絡会派遣講師

わくわくサイエンス 「ストロー温度計を作ろう」

瓶とストローを使った温度計を作ります。工作の後は部屋の中や外などさまざまな場所で温度を計ります。

【日時】H27年1月25日(日)

10:30~12:00

【場所】中央本町センター2階 工作室

【対象】小中学生

【定員】15名

【料金】150円

【講師】中央本町センター職員

2

【お問い合わせ】03-3852-1431

12月26日 幕集講座 3