

使った水はどこへ行く? 水再生センター見学会

施設を見学して、下水道の仕組みについて知ろう。

3月28日(月)
10:00~11:30

場所:小菅水再生センター

対象:小学生と保護者

定員:15組(1組2名まで)

料金:無料

講師:水再生センター職員

窓口 tel

子ども向け英会話 春休みスペシャル A・B

イースターをテーマに、皆で楽しく英語を学ぼう!

3月31日(木)、4月1日(金)

A) 10:30~11:20

B) 11:30~12:20 全2回

場所:中央本町センター2階 教養室

対象:A) 3歳~小学1年生

B) 小学2~6年生

定員:各10名(保護者同伴可) 料金:各1,600円

講師:山田洋子

窓口 tel net

ストレッチとリズム体操

じっくりと身体を動かして日頃の運動不足を解消。

4月4日~5月30日 毎(月)

(4月11日、5月2日除く)

15:30~16:50 全7回

※4月から開催時間が変更になります。

場所:中央本町センター1階 体育館

対象:おおむね50歳以上

定員:50名

料金:3,080円

講師:フィットネス連絡会派遣講師

窓口 tel net

ヘルシーエクササイズ

音楽に合わせて楽しく身体を動かしましょう。

4月4日~5月30日 毎(月)

(4月11日、5月2日除く)

10:00~11:30 全7回

場所:中央本町センター1階 体育館

対象:16歳以上

定員:50名

料金:3,080円

講師:フィットネス連絡会派遣講師

窓口 tel net

ヘアサロンBAGUSで お仕事体験 「美容師にチャレンジ」

プロの美容師にパーマのあて方を教えてもらおう!

4月4日(月)

9:00~10:30

場所:BAGUS五反野店(弘道1丁目)

対象:5歳~小学6年生

(小学3年生以下は保護者同伴)

定員:8名

料金:1,000円

講師:BAGUS五反野店 店長

窓口 tel

みんなで一緒に 「リトミックと演奏会」A・B

ピアノや歌声に合わせて親子で楽しくお遊戯します。

4月5日(火)

A) 10:00~11:00

B) 11:15~12:15

場所:中央本町センター2階 レクホール

対象:A) 1~3歳の子どもと保護者

B) 4~6歳の子どもと保護者

定員:30組 料金:500円

講師:野村怜子

窓口 tel net

目覚める脳と体 ゆったり体操「フェルデン」

自分の楽な姿勢・質の良い動き方を知りましょう。

4月6日~5月18日 毎(水)

(4月27日除く)

15:30~17:00 全6回

場所:中央本町センター2階 レクホール

対象:16歳以上

定員:35名

料金:5,040円

講師:鈴木光美

窓口 tel net

フライデー・ダンシング! HIP HOP レッスン A・B

ヒップホップダンスの楽しく踊れる入門編。

4月8日~5月27日 每(金)

(4月29日、5月6日除く)

A) 16:00~17:00

B) 17:00~18:00 全6回

場所:中央本町センター2階 レクホール

対象:A) 小学生 B) 小中学生

定員:30名 料金:3,660円

講師:MANA

窓口 tel net

ちびっこ体操 プレ体験

身体の柔軟性やバランス感覚を養いましょう。

4月12日(火)

15:30~16:30

集合:中央本町センター1階 体育館

対象:4歳~未就学の子ども

定員:40名

料金:330円

講師:田中秋乃

窓口 tel net

子ども体操 プレ体験

身体の柔軟性やバランス感覚を楽しく鍛えましょう。

4月12日(火)

16:40~17:40

場所:中央本町センター1階 体育館

対象:小学1~4年生の子ども

定員:30名

料金:330円

講師:田中秋乃

窓口 tel net

申込方法 窓口 tel 電話 ハ 往復はがき net インターネット

4P

受付時間:9:00~20:00

TEL:03(3852)1431

2月26日募集開始

申込方法 窓口 tel 電話 ハ 往復はがき net インターネット

受付時間:9:00~20:00

TEL:03(3852)1431

2月26日募集開始

5P