

4月の サロ

中央本町センターには、皆さんの生活を応援するサロンがたくさんあります。当日、気軽に来て参加できるのがサロンの魅力。健康生活、趣味活動、地域交流などにぜひご活用ください。

※事前申込は不要です。

中央本町地域学習センター・やよい図書館のソーシャルメディアでうれしい情報をゲット!
QRコードを携帯カメラで読み取りGO!



65歳以上限定講座

※事前申込が必要です。(受付開始します)

水 はつらつ体操
無料 13:30~15:00
6・20日 定員25名

イスに座ったままできる体操を行います。筋トレ・脳トレを楽しくやりながら、無理なく体力を付けましょう。

※原則として1人、月に1回のみの参加です。

開催2日前までに定員に満たなかった場合は、
2回目の申込を先着順で受付しています。

当日申込は受け付けませんので、あらかじめ
ご了承ください。

月 朗読カフェ
無料 18:00~20:00
18日

テーマ「春」。毎月テーマに沿って参加者による朗読会を行っています。お待ちしています!

水 健康マージャンサロン
200円 18:00~21:00
6・20日

初心者でも大歓迎です。参加者との会話も楽しく、脳の運動をすることができるので、老化防止にも。

木 将棋サロン
200円 18:00~21:00
14・28日

発想によってさまざまな勝ち方がある戦法や相手の考えを予測する心理戦などを楽しみましょう。

金 パソコンサロン
200円 19:00~20:30
1・8・15・22日

パソコンの持込可。インターネットのつなぎ方などをボランティアの方が丁寧に教えてくれます。

土 ITサロン
200円 14:00~16:00
9・23日

パソコンの持込可。ボランティアの方がパソコンにまつわるあなたの悩み・疑問を解決します。

日 おもちゃの病院
無料 13:00~16:00
17日

動かなくなったり、音が出なくなったお気に入りのおもちゃをトイ・ドクターが修理してくれます。

日 俳句と短歌のサロン
無料 14:00~15:00
17日

日々の風景や思いを言葉にして詠みましょう。おしゃべりをしながら楽しく参加できます。

講座情報報

4月26日
募集開始

【申込方法】

受付時間／ 9:00~20:00 (窓口・電話)

13:00~ (インターネット)

問合せ/TEL: 03(3852)1431

わくわくサイエンス
「トリックアートを描こう」

視覚と脳の不思議な関係を絵を描きながら学ぼう。

5月15日(日)
10:00~11:15

場所: 中央本町センター2階 工作室

対象: 小中学生 (保護者同伴可)

定員: 15名

料金: 100円

講師: 中央本町センター職員

窓 tel net

パーソナルカラーを知ろう
「自分色で見た目が変わる」

好きな色とは違う、似合う色を見つけましょう。

5月14日~28日 毎(土)
13:00~15:00 全3回

場所: 中央本町センター2階 第2学習室

対象: 16歳以上の女性

定員: 10名

料金: 3,000円

講師: 益塚時衣 (パーソナルカラリスト1級)

窓 tel net

NTTドコモのシニア向け
らくらくスマートフォン教室

貸出用スマートフォンで楽しく使い方を学びましょう。

5月17日(火)
10:00~12:00

場所: 中央本町センター2階 第1学習室

対象: おおむね60歳以上

定員: 20名

料金: 無料

講師: NTTドコモ派遣講師

窓 tel net

粘土で作るお菓子な
スイーツコレクション



キウイとイチゴのロールケーキチャームを作ります。

5月21日(土)
10:00~11:00

場所: 中央本町センター2階 レクホール

対象: 小学生以上 (小学2年生以下は保護者同伴)

定員: 20名 料金: 1,000円

講師: 清水のりこ

窓 tel net

楽しいモダンバレエ
サークル体験 A・B

モダンバレエの基礎から楽しく学びましょう。

5月24日~6月14日 毎(火)

A) 15:50~16:50

B) 17:00~18:00 全4回

場所: 中央本町センター2階 レクホール

対象: A) 4歳~小学2学生 ※バレエ初心者対象

B) 小学3~6年生

窓 tel net

定員: 各5名 料金: 各40円 (保険料)

講師: 清水依子 (モダンバレエ concerto 講師)

すくすくベビーマッサージ

オイルマッサージで赤ちゃんの免疫力を高めましょう。

5月26日・6月9日 各(木)
10:30~12:00

場所: 中央本町センター2階 教養室

対象: 3ヶ月~1歳未満の子どもと母親

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)

窓 tel net