

今月の講座

9月26日（水）から募集開始

申込方法：窓口・電話・インターネット（一部除く）
 受付時間：午前9時～午後8時（窓口・電話）
 午後1時～（インターネット）
 問合せ：Tel 03-3852-1431

各講座のイメージ画像右をご確認ください。



※各講座の詳細については、中央本町地域学習センターまでお問い合わせください。

ゼロから学ぶ 「認知症サポーター養成講座」



認知症を理解し、手助けの
 仕方や接し方を学びます。
 11/17（土）
 午後1時～3時
 対象：16歳以上
 定員：20人
 料金：無料

すくすくベビーマッサージ



オイルを使ったマッサー
 ジを行い、子どもの免疫シ
 ステムの向上を図ります。
 11/13（火）
 午前10時30分～正午
 対象：3ヵ月～1歳未満の
 子どもと母親
 定員：10組
 料金：1,020円

今月の講座

笑いのたえない女声コーラス 体験（全2回）



登録団体「リーベフラウエ
 ンコールあだち」によるサ
 ークル体験講座。
 10/23・30（火）
 午前10時～正午
 対象：16歳以上の女性
 定員：20人
 料金：200円

インドカレー店 BINITA で 「ハロウィン・ナン」づくりに挑戦



持ち寄った具材でオリジ
 ナルナン作り。
 10/13（土）
 午後3時～4時30分
 対象：4歳～小学生の
 子どもと保護者
 定員：10組（1組3人まで）
 料金：1,300円
 （3人以上追加料金）

ビーズで手作り小物教室



ビーズを使ってハンドメ
 イドの小物作りに挑戦し
 ましょう。
 10/11・25（木）
 午後1時30分～3時30分
 対象：16歳以上
 定員：各10人
 料金：各1,500円

はつち体操



イスに座ったままできる
 筋トレ・脳トレを無理なく
 行いましょう。
 10/3・17（水）
 午後1時30分～3時
 対象：65歳以上
 定員：各25人
 料金：無料

筆ペン字上達講座 （全6回）



筆ペン習字の技術・知識を
 丁寧に学べます。講師によ
 る個人指導です。
 11/2～12/14（金）
 （11/23除く）
 午後7時～8時30分
 対象：16歳以上
 定員：15人
 料金：2,520円

ふれあいまつりでビブリオバトル



おすすめ本を1冊持ってき
 て、発表形式のビブリオバ
 トルを行います。
 10/28（日）
 午後3時～4時
 対象：どなたでも
 定員：5人
 料金：無料

こども体操 B （全9回）



器械体操やリレーなどで
 楽しく運動をしましょう。
 10/23～12/18（火）
 午後4時40分～5時40分
 対象：小学1～4年生
 定員：40人
 料金：3,690円

こども体操 A （全9回）



器械体操やリレーなどで
 楽しく運動をしましょう。
 10/23～12/18（火）
 午後3時30分～4時30分
 対象：4歳～就学前の子ども
 定員：40人
 料金：3,690円

仮装フェスと11 中学校 マーチングバンドパレード



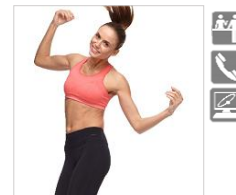
仮装してマーチングバン
 ドと一緒にパレードしま
 しょう。
 11/10（土）
 午後2時～4時
 対象：4歳～小学生
 （小学2年生以下は保護者同伴）
 定員：150人
 料金：無料

親子でやってみよう 知育・体操（全4回）



マット運動やかけっこで
 基礎運動能力を養います。
 11/9～12/7（金）
 （11/23除く）
 午前10時～11時
 対象：2～3歳の
 子どもと保護者
 定員：35組（子ども2人まで）
 料金：2,880円
 （3人は3,360円）

わいわいエアロビクス B（全7回）



軽快な音楽とともに運動
 不足を解消しましょう。
 11/7～12/19（水）
 午前10時50分～正午
 対象：16歳以上
 定員：25人
 料金：3,570円

わいわいエアロビクス A（全7回）



軽快な音楽とともに運動
 不足を解消しましょう。
 11/7～12/19（水）
 午前9時30分～10時40分
 対象：16歳以上
 定員：25人
 料金：3,570円

9月からの新講座 ビーズで手作り小物教室

9月、暑かった夏が過ぎ、秋の訪れを感じる時期になってきました。秋は、芸術の秋や読書の秋、スポーツの秋と言われるように、過ごしやすい気候に合わせて新しいことを始めるにはぴったりの季節です。ということでおすすめするのが、9月から新しく中央本町センターで始まる講座「ビーズで手作り小物教室」。ビーズを待ちしております。

つなぎ合わせてストラップやアクセサリー作りに挑戦してみませんか？経験豊富な講師が丁寧に指導をしますので、初めての方でも安心して参加ができます。

「ビーズで手作り小物教室」は9月から毎月第2・第4木曜日に開催します。興味のある方、新しい趣味を持ちたい方、ご参加お待ちしております。

8/26から募集中！

ビーズで手作り小物教室
 9/13・27（木）
 （毎月第2・4木曜日）
 午後1時30分～3時30分
 対象：16歳以上
 定員：各10人
 料金：各1,500円