

窓 = 窓口 ㊦ = はがき FAX = ファクス mail = メール

講座名	期 日	時 間	対 象	定員	費 用	申込み期限/開始日	申込み方法
お達者文化会館 〒862-0968 南区馬渡1丁目7-1 ☎096-370-1672 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
ヒーリングヨガ やさしいピラティス	12月8日~来年2月16日 火曜日(全9回)	午後1時半~2時20分 午後2時半~3時半	どなたでも	各10人	4,500円	12月5日から(先着順)	TEL 窓口
南部万年青年会館 〒861-4113 南区八幡6丁目9-25 ☎096-358-7105 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
脳卒中と骨折についての講演会	12月15日(火)	午前10時~11時半	どなたでも	各40人	無 料	12月5日から(先着順)	TEL 窓口
なつかしの昭和映画上映会	12月17日(木)	上映:午後1時~					
料理教室 レンコン豆腐ハンバーグ	12月18日(金)・24日(木)	午前10時~11時半					
ふれあい文化センター 〒860-0811 中央区本荘4丁目6-6 ☎096-366-7310 日曜・祝日休館 ※申し込みは午前9時から。							
気軽に出来る季節の生花(冬)	12月18日~来年2月5日 金曜日(全4回)	午後1時半~3時半	どなたでも	15人	5,000円	12月8日から(先着順)	TEL 窓口
市総合体育館・青年会館 〒862-0941 中央区出水2丁目7-1 ☎096-385-1010 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
エンジョイナイトアクアビクス3	来年1月7日~3月17日 木曜日(全10回)	午後8時~9時	18歳以上の方(高校生不可)	40人	5,000円	12月16日まで(抽選)	往干
ベビーマッサージ3	来年1月13日~2月10日 水曜日(全5回)	午前10時~11時半	2~10か月児と保護者	10組	1組4,700円		
バラエティ無添加パン作り	来年1月21日~3月17日 木曜日(全5回)	午前10時~午後0時半	18歳以上の方(高校生不可)	15人	7,100円		
浜線健康パーク 〒862-0969 南区良町4丁目8-1 ☎096-379-6020 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
気軽に口コモ予防体操	12月3日~24日 毎週木曜日	午後3時~4時	18歳以上の方 (高校生不可)	30人	1回500円	当日直接会場へ(先着順)	往干
ボディメイクピラティス4	来年1月8日~3月11日 金曜日(全10回)	午後0時45分~1時45分		20人	5,000円	12月18日まで(抽選)	
ナイター初心者水泳3(泳力25m未満)	来年1月15日~3月18日 金曜日(全10回)	午後8時~9時		15人		12月25日まで(抽選)	
南部総合スポーツセンター 〒861-4112 南区白藤5丁目2-1 ☎096-358-4311 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
すこやか太極拳4	来年1月15日~3月18日 金曜日(全10回)	午前10時~11時	18歳以上の方 (高校生不可)	30人	5,000円	12月18日まで(抽選)	往干
いきいき卓球クラブ4		午後1時~3時		20人	7,000円		
ナイトアクアビクス4		午後8時~8時45分		40人	3,200円		
アクアドームくまもと 〒861-4136 南区荒尾2丁目1-1 ☎096-358-2711 水曜休館(祝日の場合は翌日)							
アイスホッケー体験	来年1月9日(土)・10日(日)・11日(祝)	午前8時半~10時	年中児~小学6年生	50人	3,300円 貸靴代別	12月10日まで(抽選)	往干
はじめようスケート1	来年1月14日(木)・15日(金)	午後5時~6時		40人	1,800円 貸靴代別	12月17日まで(抽選)	
もっと学ぼうスケート1(未経験不可)	来年1月28日(木)~2月5日(金)(全4回)			20人	3,600円 貸靴代別	12月25日まで(抽選)	
託麻スポーツセンター 〒861-8010 東区上南部3丁目22-30 ☎096-388-6177 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
ソフトエアロ&ポテンシャルヨガ3	来年1月15日~3月18日 金曜日(全10回)	午後8時~9時	18歳以上の方(高校生不可)	各20人	5,000円	12月18日まで(抽選)	往干
体力アップジュニア新体操3	来年1月19日~3月8日 火曜日(全8回)	午後5時~6時	年少児~小学6年生		4,000円	12月22日まで(抽選)	
そう快ナイト太極拳	来年1月19日~3月29日 火曜日(全10回)	午後8時~9時半	18歳以上の方(高校生不可)		6,000円		
東部交流センター 〒861-8031 東区戸島町2588-1 ☎096-349-0888 火曜休館(祝日の場合は翌日)							
楽しいソフトボール教室無料体験会	12月17日(木)	午後5時~6時	小学1・2年生	15人	無 料	12月5日から(先着順)	TEL 窓口
映画上映会「ミニオン危機一発」	12月20日(日)	午後3時~4時半	どなたでも	120人		当日直接会場へ(先着順)	
NEW やさしいエアロ	来年1月4日~3月14日 月曜日(全10回)	午後1時~1時45分	18歳以上の方	30人	4,000円	12月10日から(先着順)	TEL 窓口
リサイクル情報プラザ 〒861-8031 東区戸島町2570 ☎096-380-2799 月曜・祝日休館							
段ボールコンポスト	12月13日(日)	午前10時~正午	どなたでも	30人	無 料	12月5日から(先着順)	TEL
森林学習館 〒861-5635 北区真町小萩 ☎096-245-3157 月曜休館							
木工作家・徳久先生の木工体験教室	12月12日(土)、19日(土)	午前10時~午後3時	小学生以上	各20人	無 料	12月5日から(先着順)	TEL 窓口
埋蔵文化財資料室 〒860-0055 西区蓮台寺5丁目6-1 ☎096-322-4390 土・日曜・祝日休室							
国家鎮護のための公共施設-国分寺	12月13日(日)	午前10時~正午	どなたでも	50人	無 料	当日直接資料室へ(先着順)	

講演会・コンサート 費用：無料 申込み：当日直接会場へ

演 題	講 師	日 時	場 所
笑顔の戦士 ~生きているって幸せ~	道志 真弓さん	12月6日(日) 午前10時~正午	五福公民館 ☎096-359-0500
性的マイノリティ ~わたしたちにできること~	今坂 洋志さん	12月9日(水) 午後1時半~3時	中央公民館 ☎096-353-0151
高杉晋作がみた上海・現代の上海	酒井 昭治さん(文学研究者)	12月13日(日) 午前10時~正午	植木公民館 ☎096-272-6906
天使からのメッセージ~命の大切さ	宮本 儀子さん(熊本エンジェルの会)	12月13日(日) 午前10時~正午	富合公民館 ☎096-357-4580
スリランカフェアトレードコーヒーと国際結婚	一般社団法人日本フェアトレード委員会	12月13日(日) 午前10時~正午	北部公民館 ☎096-245-0046
クリスマスコンサート	熊本市消防音楽隊	12月19日(土) 午後1時半~3時半	城南公民館 ☎0964-28-1800
障がい児を持つ親の本音 ~笑顔と感謝を求めて~	高木 正三さん(障がい児支援検討委員)	12月20日(日) 午前10時~正午	幸田公民館 ☎096-379-0211
東部お笑い寄席	大分県南落語組合の皆さん	来年1月30日(土) 午前10時半~	東部公民館 ☎096-367-1134

市民企画公民館講座

公民館	講座名(企画グループ)	期 日	時 間	対 象	定員	費 用	締切	申込み方法
秋 津	無料介護予防教室&健康相談 (秋津公民館健康づくりボランティア)	12月5日(土)	午前10時~11時	どなたでも	なし	無 料	当日直接会場へ	
中 央	日本文化の書道に親しむ「筆であそぼう! 楽しい書道2」(翠の会)	12月13日(日)・ 来年1月17日(日)	午前10時~正午	熊本県内に住む 外国人と家族	20人		12月8日 まで(抽選)	往干 HP mail
北 部	段ボールで生ゴミの堆肥作り(段ボール推進 グループ)	12月20日(日)	午前10時~正午	どなたでも	30人		12月10日 まで(抽選)	往干 HP
託 麻	シュワシュワ発泡バスボム作り (NPO法人みるくらぶ)	来年1月16日(土)	午後2時~3時半	親 子 (祖父母も可)	15組		1組1,000円	来年1月7日 まで(抽選)

「したい」を、「できる」に。

モールで、超実践リハビリ!



桜十字の新感覚デイサービス

Let's UJI!

in the mall

2015.12.01 (Tue)

ゆめタウンサンピアン3F

GRAND OPEN!(予定)

お問合せはこちら **096-378-1111**

〒861-4173 熊本市南区御幸木部 1-1-1 運営：株式会社 桜十字
※要介護・要支援認定を受けている方が対象です。