

9月8日現在の情報です。新型コロナウイルス感染症の影響により、内容が変更となる場合があります。最新情報はホームページまたは各施設へ問い合わせください。

催し名	期日	時間	対象	定員	費用	申込期限/開始日	申込方法
夢もやい館 〒861-8003 北区楠1丁目20-5-101 ☎338-3210 日曜・祝日休館							
自宅で実践！膝痛・腰痛予防体操	10月7日(金)	午前10時40分～11時10分	60歳以上の方	20人	200円	当日直接会場へ(先着順)	
ベビーアロママッサージ	10月12日(水)	午前11時～11時45分	未就学児と保護者	10組	400円	10月5日から(先着順)	TEL 窓口
揚名時式太極拳	10月24日(月)	午前10時40分～11時40分	60歳以上の方	20人	200円	当日直接会場へ(先着順)	
東部在宅福祉センター 〒862-0910 東区健軍本町31-20 ☎367-8597 日曜休館							
スペシャルナイトヨガ	10月8日～11月19日 土曜日(全7回)	午後8時20分～9時20分	18歳以上の方	20人	3,500円	10月5日から(先着順)	TEL 窓口
はじめてのピラティス	10月17日～12月12日 月曜日(全9回)	午後1時～2時			4,500円		
身体年齢測定会&映画上映会	10月27日(木)	午前10時～午後3時	60歳以上で施設を初利用の方	10人	無料		
南部在宅福祉センター 〒861-4109 南区日吉1丁目4-15 ☎354-8379 日曜休館 ※午前10時から							
レッツ！いきいき百歳体操	11月8日(火)、22日(火)	午後3時～4時	どなたでも	各15人	無料	10月6日から(先着順)※	TEL 窓口
お正月飾り作り	11月29日(火)	午後1時半～3時		15人	1,500円		
南部万年青会館 〒861-4113 南区八幡6丁目9-25 ☎358-7105 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
美尻体幹EX無料体験会	10月12日(水)	午後8時15分～9時15分	どなたでも	10人	無料	10月5日から(先着順)	TEL 窓口
フラダンス無料体験会	10月18日(火)	午前10時～正午		5人			
映画上映会「赤いハンカチ」	10月21日(金)	午後1時半～3時		15人			
東部はつつ交流会館 〒861-2104 東区秋津3丁目17-23 ☎360-6885 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
リンパストレッチⅢ期	10月18日～12月20日 第1・3火曜日(全5回)	午後1時15分～2時15分	どなたでも	15人	2,500円	10月5日から(先着順)	TEL 窓口
はつつサロン(講話、茶話会、映画上映会(陽のあたる坂道))	10月22日(土)	午後1時半～4時		20人	無料		
姿勢改善ヨガⅢ期	10月25日～12月27日 第2・4火曜日(全5回)	午前10時～11時		15人	2,500円		
お達者文化会館 〒862-0968 南区馬渡1丁目7-1 ☎370-1672 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
スポーツ吹矢無料体験会	10月14日(金)、28日(金)	午後6時半～8時	どなたでも	各10人	無料	10月5日から(先着順)	TEL 窓口
ノルディックポールを使ったウォーキング教室 お達者サロン 映画「霧笛が俺を呼んでいる」	10月19日(水)	午後1時半～3時半		20人			
植木中央公園運動施設 〒861-0136 北区植木町岩野285-35 ☎288-3343 ※午前9時から							
なかよしバドミントンクラブ11月	11月1日～29日 火曜日(全5回)	午後2時～4時	18歳以上の方(高校生不可)	各20人	各250円	10月25日から(先着順)※	TEL 窓口
いきいき卓球5	11月2日～12月21日 水曜日(全7回)	午前10時～11時半		20人	4,550円	10月12日から(先着順)※	
シニアのための簡単筋トレ4	11月9日～12月21日 水曜日(全4回)	午後5時～6時	50歳以上の方	20人	各550円	10月19日から(先着順)※	
託麻スポーツセンター 〒861-8010 東区上南部3丁目22-30 ☎388-6177 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
ジュニアショートテニス2	10月6日～27日 木曜日(全4回)	午後4時半～5時半	小学1～3年生	15人	各550円	受付中(先着順)	TEL 窓口
ジュニアテニス2		午後5時40分～6時40分	小学4～6年生	16人			
ミニバレーボールサークル(火)	10月18日(火)・25日(火)・11月1日(火)(全3回)	午後1時～3時	18歳以上の方(高校生不可)	24人	各250円		
浜線健康パーク 〒862-0969 南区良町4丁目8-1 ☎379-6020 月曜休館(祝日の場合は翌日) ※10月6日まで							
水泳クラブ(月謝制)	10月7日～来年3月24日 金曜日(月4回)	午前10時～11時	18歳以上の方(高校生不可)	15人	2,200円/月	受付中(先着順)※	TEL 窓口
トランポリン体験2	11月3日(祝)		小学生	20人	550円		
編み物教室	11月5日～26日 土曜日(全4回)	午後2時～3時半		12人	4,000円	10月12日まで(抽選)	往 往 HP
南部総合スポーツセンター 〒861-4112 南区白藤5丁目2-1 ☎358-4311 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
ロコモ対策健康運動	10月20日(木)	午前10時～11時	18歳以上の方(高校生不可)	20人	550円	10月13日から(先着順)	TEL 窓口
弓道クラブ2	10月29日～来年3月18日 土曜日(全15回)	午前10時～11時半	小学5年生以上の方	30人	9,750円	10月15日まで(抽選)	往 往 HP
アーチェリークラブ2				20人			
水前寺野球場・競技場 〒862-0950 中央区水前寺5丁目23-3 ☎381-9323							
介護予防教室	10月6日～12月22日 木曜日(全11回)	午前10時～11時	50歳以上の方	10人	各550円	10月5日から(先着順)	TEL
水前寺生き生きシニアクラブ	10月7日～12月16日 第1・第3金曜日(全6回)		60歳以上の方				
エンジョイ個サル	11月7日～来年3月13日 月曜日(全6回)	午後8時～9時半	18歳以上の方(高校生不可)	30人	各500円		
市城南B&G海洋センター 〒861-4214 南区城南町舞原134番地1 ☎0964-28-6928							
知育玩具作り教室	11月9日(水)	午前10時～11時半	乳幼児の保護者	15人	1,500円	10月5日まで(抽選)	往 往 HP
自分で作るクリスマスリース1	11月12日(土)		小学生		2,000円	10月22日まで(抽選)	
自分で作るクリスマスリース2	11月19日(土)		18歳以上の方			10月29日まで(抽選)	
東部交流センター 〒861-8031 東区戸島町2588-1 ☎349-0888 火曜休館(祝日の場合は翌日)							
親子アロママッサージ	10月31日(月)	午前10時半～11時半	3か月～3歳未満児の親子	5組	600円	10月5日から(先着順)	TEL 窓口
青空フリーマーケット(出店者募集)	11月6日(日)	午前10時～午後3時	18歳以上の方(高校生不可)	50区画	300円		
UDスポーツフェスティバル	11月6日(日)	午前10時～午後4時	どなたでも	—	無料		
西部交流センター 〒861-5287 西区小島2丁目7-50 ☎273-6996 水曜休館(祝日の場合は翌日)							
元気アップ教室(キッズ)かけっこ、鉄棒等	10月6日～12月22日 木曜日(全11回)	午後5時～6時	年中～年長児	24人	6,600円	10月6日から(先着順)	TEL 窓口
美尻・体幹ヨガ	10月7日～12月23日 金曜日(全12回)	午後1時～2時	18歳以上の方(高校生不可)		6,000円		
姿勢改善・骨盤調整プログラム		午後2時15分～3時15分					
戸島ふれあい広場 〒861-8031 東区戸島町1489番地 ☎389-3111 水曜休館							
パークゴルフ教室(木曜コース)	10月20日～11月17日 木曜日(全5回)	午後1時～2時半	18歳以上の方(高校生不可)	12人	2,500円	10月10日から(先着順)	TEL 窓口
パークゴルフ教室(土曜コース)	10月22日～11月19日 土曜日(全5回)						
森林学習館 〒861-5535 北区貢町小萩 ☎245-3157 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
木工作家徳久先生の木工教室	10月23日(日)	午前10時～午後3時	小学生以上の方	20人	無料	10月5日から(先着順)	TEL 窓口
忍者修行	11月13日(日)	午前10時～正午		30人	1,000円		

市外局番 096 を省略しています●「〒860-8601」は市役所専用番号です。住所の記載なしで郵便物が届きます。



お見積り・お問い合わせは **お電話** もしくは **2次元コード** から

庭木1本から承ります！

市政だよりをご覧の方へ

生垣剪定 長さ1m 高さ2m
通常 **2,200円** を (税込)

先着10名様 1,100円

【熊本玉名店】玉名市大倉314 【熊本東店】上益城郡益城町下陳985 営業時間 9:00～17:00

ガーデンエクスプレス ☎0120-61-4128

「中小企業からニッポンを元気にプロジェクト」 公式アンバサダー 郷ひろみ

お客様へのお約束

庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りしません
お茶はご遠慮します
土日でもOKです

見積無料！

くまもと市政だよりへの広告(後半ページ下欄)を募集中。販売代理店の(株)ジチタイアド(☎092-716-1401)へ。※広告内容などは本市が推奨するものではありません。