

窓口 = 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
<b>南部在宅福祉センター</b> 〒861-4109 南区日吉1丁目4-15 ☎096-354-8379 日曜休館							
川尻六葉匠に教わる和菓子作り	8月9日(土)	午後1時半～3時半	どなたでも	15人	600円	8月2日から(先着順)	TEL 窓口
認知症サポーター養成講座	8月23日(土)	午前10時～11時半		—	無 料	8月5日から(先着順)	
初心者のためのパソコン講座	8月30日(土)	午前10時～正午	初心者の方	20人			
<b>東部はつつ交流館</b> 〒861-2104 東区秋津3丁目17-23 ☎096-360-6885 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
ヒーリングヨガ	8月7日～10月9日 木曜日(全10回)	午後1時半～2時15分	どなたでも	各30人	各5,000円 1,500円	8月2日から(先着順)	TEL 窓口
やさしいピラティス	8月7日～10月9日 木曜日(全10回)	午後2時半～3時半					
夜のヨガ・ピラ	8月7日(木)・21日(木)・28日(木)	午後7時半～8時半					
<b>お達者文化会館</b> 〒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	8月5日～10月7日 火曜日(全9回)	午後1時半～2時15分	どなたでも	各30人	各4,500円	8月2日から(先着順)	TEL 窓口
やさしいピラティス	8月5日～10月7日 火曜日(全9回)	午後2時半～3時半					
<b>南部万年青年会館</b> 〒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)							
太極拳	8月7日(木)	午前10時～11時半	どなたでも	10人	500円	8月2日から(先着順)	TEL 窓口
健康料理(エビのチリソース煮)	8月21日(木)・27日(水)			16人	1,000円		
手書き染め	8月23日(土)			10人	500円		
<b>ふれあい文化センター</b> 〒860-0811 中央区本荘4丁目6-6 ☎096-366-7310 日曜・祝日休館							
ワクワク体験!ジュニアダンス	9月13日～来年2月8日 土曜日(全11回)	午前9時半～11時半	小学生	20人	無 料	8月19日から(先着順)	TEL 窓口
気軽に出来る季節の生花(秋)	9月19日～11月14日 金曜日(全5回)	午後1時半～3時半	どなたでも	15人	4,000円		
<b>市総合体育館・青年会館</b> 〒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)							
初めての無添加パン作り2	9月4日～10月30日 第1・3・5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	6,500円	8月13日まで(抽選)	往干
ベビーマッサージ2	9月17日～10月15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4,500円	8月20日まで(抽選)	
料理のいろは2	9月24日～10月22日 水曜日(全5回)	午前10時～正午	18歳以上の方(高校生不可)	16人	6,000円	8月27日まで(抽選)	
<b>浜線健康パーク</b> 〒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)							
スロージョギ3	8月28日～10月30日 木曜日(全10回)	午前11時～正午	18歳以上の方 (高校生不可)	各20人	各4,000円	8月7日まで(抽選)	往干
初めてのインドヨーガ3	8月28日～10月30日 木曜日(全10回)	午後1時～2時				8月16日まで(抽選)	
パワーヨーガ3	8月30日～11月1日 土曜日(全10回)	午後8時15分～9時15分					
<b>南部総合スポーツセンター</b> 〒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)							
キッズサッカー2	9月3日～11月12日 水曜日(全10回)	午後4時～5時	年長児	各10人	4,000円	8月13日まで(抽選)	往干
小学生ソフトボール2	9月4日～10月23日 木曜日(全8回)	午後4時半～5時半	小学1年～3年生		3,200円	8月14日まで(抽選)	
ゆったり太極拳2	9月5日～12月12日 金曜日(全15回)	午前10時～11時	18歳以上の方(高校生不可)	30人	6,000円	8月15日まで(抽選)	
<b>アクアドームくまもと</b> 〒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)							
ベブスイミング(月曜)2	9月1日～10月6日 月曜日(全5回)	午前10時～11時	10か月～3歳児と保護者	25組	1組3,000円	8月14日まで(抽選)	往干
はじめての手話2	9月1日～12月1日 月曜日(全10回)	午後7時～9時	18歳以上の方(高校生不可)	20人	4,500円	8月11日まで(抽選)	
ベブスイミング(木曜)2	9月4日～10月2日 木曜日(全5回)	午前10時～11時	10か月～3歳児と保護者	25組	1組3,000円	8月18日まで(抽選)	
<b>託麻スポーツセンター</b> 〒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)							
卓球2(硬式・ラージボール)	9月3日～11月5日 水曜日(全10回)	午後2時～3時半	18歳以上の方(高校生不可)	15人	5,000円	8月13日まで(抽選)	往干
マミー&キッズピクス2	9月11日～10月30日 木曜日(全8回)	午前10時45分～11時45分	1歳半～3歳児と保護者	15組	1組4,000円	8月21日まで(抽選)	
はじめてのバウンドテニス2	9月12日～10月17日 金曜日(全6回)	午後1時半～3時	18歳以上の方(高校生不可)	15人	3,000円	8月22日から(先着)	
<b>水前寺野球場・競技場</b> 〒862-0950 中央区水前寺5丁目23-3 ☎096-381-9323							
なかよしサッカー3	9月4日～10月9日 木曜日(全5回)	午後4時～5時	年長児	30人	各2,000円	8月21日まで(抽選)	往干
はじめてのジュニアサッカー3	9月4日～10月9日 木曜日(全5回)	午後5時20分～6時20分	小学1年～2年生	各50人			
ジュニアサッカー3	9月4日～10月9日 木曜日(全5回)	午後6時40分～7時40分	小学3年～4年生				
<b>東部交流センター</b> 〒861-8031 東区戸島町2588-1 ☎096-349-0888 火曜休館(祝日の場合は翌日)							
元気アップ(基礎体力向上)教室	8月6日(水)・20日(水)・27日(水)	午後4時～6時半	年中児～小学3年生	35人	1,500円	8月1日から(先着順)	TEL 窓口
初級シェイプアップエアロ	8月11日～9月8日 月曜日(全5回)	午後1時～1時50分	18歳以上の方	30人	2,500円		
かけっこ・体操教室①、②	8月20日(水)～24日(日) (全5回)	①午前9時～ ②午前10時15分～	①年中～年長児 ②小学1年～3年生	各20人	各3,000円		
<b>リサイクル情報プラザ</b> 〒861-8031 東区戸島町2570 ☎096-380-2799 月曜・祝日休館							
親子でペットボトル風車作り	8月20日(水)	午前10時～正午	5歳以上の子どもと保護者	30組	無 料	8月5日から(先着順)	TEL
<b>埋蔵文化財資料室</b> 〒860-0055 西区蓮台寺5丁目6-1 ☎096-322-4390 土・日曜・祝日休室							
熊本の史跡(県・市指定の古墳・横穴)	8月10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	会 場
笑いヨガ ～笑って健康にならしましょう～	西嶋 敏さん(くまもと笑いヨガ倶楽部代表)	8月7日(木) 午前10時～11時半	河内公民館 ☎096-276-0133
今から備えよう!退職前後のライフプラン	平木 邦昭さん(特定社会保険労務士)	8月23日(土) 午前10時～正午	サンライフ熊本 ☎096-345-3511
夏の終わりのコンサート	熊本シンフォニックウインズ	8月31日(日) 午前10時半～11時半	龍田公民館 ☎096-339-3322

**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	申込方法
東 部	ギターに合わせて歌おう!(東部Sさくら)	8月24日(日)	午後1時半～3時半	どなたでも	—	無料	当日会場へ

相談  
無料

# 過払い金

お調べいたします

ず～っと借金の返済に追われていた。でも、調べてもらったらいすぎていた…。

平日に加えて土日祝日相談受付中!!



水道町電停より徒歩1分

メルパルク熊本

ホテル日航熊本

鶴屋 県営駐車場

大甲橋



**ムサン** 司法書士 法務事務所

司法書士/長尾哲也(熊本県司法書士会所属) 認定番号第333054号

予約受付中<受付>8:00～22:00(年中無休)

0120-634-295

※ご本人確認のため身分証のご提示をお願いします。※ご相談は司法書士法第3条に定められた範囲に限ります。

〒860-0844 熊本市中央区水道町6-2 水道町センタービル3F ☎096-227-6720