

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
東部はつらつ交流会館 〒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)							
やさしいピラティス	8月6日~27日 木曜日(全4回)	午後1時15分~2時15分	どなたでも	各20人	2,000円	8月2日から(先着順)	TEL 窓口
ピラティス		午後2時半~3時半					
夜のヨガ・ピラ		午後7時半~8時半					
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)							
なつかしの昭和映画上映会(第2回)	8月23日(日)	午後1時開場、1時半上映	どなたでも	30人	無 料	8月2日から(先着順)	TEL 窓口
陶芸教室(第2回)	8月29日(土)	午前9時半~正午		10人	1,500円		
南部万年青会館 〒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)							
ビューティ・ベルビス(骨盤調整)	8月6日~9月17日 木曜日(全6回)	午後1時半~2時半	どなたでも	各10人	3,000円	8月2日から(先着順)	TEL 窓口
健康ダンス	8月11日(火)	午前10時~正午			500円		
健康料理教室(パスタと冷製スープ)	8月20日(木)・28日(金)	午前10時~11時半			1,000円		
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。							
ワクワク体験!ジュニアダンス!	9月12日(土)~来年2月7日(日)(全11回)	午前9時半~11時半	小学生	20人	無 料	8月18日から(先着順)	TEL 窓口
気軽に出来る季節の生け花(秋)	9月18日~11月13日 金曜日(全5回)	午後1時半~3時半	どなたでも	15人	4,500円		
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)							
やってみよう太極拳2	9月3日~11月26日 木曜日(全12回)	午後7時45分~8時45分	18歳以上の方 (高校生不可)	30人	6,000円	8月12日まで(抽選)	往干
料理のいろは2	9月9日~10月14日 水曜日(全5回)	午前10時~正午		16人	6,500円		
ベビーマッサージ2	9月16日~10月21日 水曜日(全3回)	午前10時~11時半	2~10か月児と保護者	10組	1組4,700円	8月19日まで(抽選)	
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)							
レッツ!エアロピクス3	9月2日~10月7日 水曜日(全5回)	午後8時15分~9時15分	18歳以上の方(高校生不可)	30人	2,500円	8月19日まで(抽選)	往干
親子ピクス3		午前11時半~午後0時半	1歳半~未就園児と保護者	15組	1組3,000円		
アンチエイジングヨガ3	9月9日~11月18日 水曜日(全10回)	午前9時~10時	18歳以上の方(高校生不可)	20人	5,000円	8月26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)							
小学生水泳(水)3泳力15m以下	9月2日~11月11日 水曜日(全10回)	午後5時~6時	小学1~3年生	各20人	5,000円	8月12日まで(抽選)	往干
小学生水泳(水)4泳力15m以下		午後6時15分~7時15分					
小学生水泳(金)4泳力15m以下						8月14日まで(抽選)	
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)							
ベビーマッサージ	9月1日~15日 火曜日(全3回)	午後2時~3時	2か月~2歳未満児と保護者	12組	1組2,100円	8月11日まで(抽選)	
ベビーママアクア(火)2	9月1日~10月6日 火曜日(全5回)	午後2時~3時	10か月~3歳児と保護者	20組	1組3,500円	8月10日まで(抽選)	往干
ベビースイミング(木)2	9月3日~10月8日 木曜日(全5回)	午前10時~11時		25組	1組3,500円	8月17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)							
太極舞(タイチーダンス)2	9月2日~11月11日 水曜日(全10回)	午前9時~10時	18歳以上の方 (高校生不可)	各20人	5,000円	8月12日まで(抽選)	往干
ウェーブピクス&ストレッチ2		午後8時~9時					
リンパマッサージ&ヨガ2	9月4日~11月13日 金曜日(全10回)	午前9時~10時			1回500円	8月21日から(先着順)	TEL 窓口
水前寺野球場・競技場 〒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3日~10月8日 木曜日(全5回)	午後4時~5時	年長児	各30人	2,500円	8月20日まで(抽選)	往干
はじめてのジュニアサッカー3		午後5時20分~6時20分	小学1~2年生				
ジュニアサッカー3		午後6時40分~7時40分	小学3~4年生				
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)							
やさしいエアロワンコイン体験会	8月17日(月)	午後1時~1時45分	18歳以上の方	各20人	500円	8月3日から(先着順)	TEL 窓口
キックボクシングエクササイズ	8月19日~9月16日 水曜日(全5回)	午後7時~7時45分			2,000円		
楽しいソフトボール教室	8月20日(木)・27日(木)	午後5時~6時			800円		
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							
白色トレで小物入れ作り	8月16日(日)	午前11時~11時半	どなたでも	10人	無 料	当日直接会場へ	
親子リサイクル工作(風車作り)		午前11時半~正午	5歳~小学生と保護者	10組			
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	8月8日(土)・15日(土)	午前10時~午後3時	小学生以上	各20人	無 料	8月2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							
白川に臨む古代の集落	8月9日(日)	午前10時~正午	どなたでも	50人	無 料	当日直接会場へ	

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
16歳の夏 ~私の被爆体験 戦後70年の今、平和の尊さを見つめなおす	朝長 民子さん(熊本原爆被害者遺族会)	8月2日(日) 午前10時~正午	秋津公民館 ☎096-365-5750
防災 ~南海トラフ地震~	愛甲 三郎さん	8月6日(木) 午前10時~11時半	河内公民館 ☎096-276-0133
今話題のマイナンバー制度って何?	井手 庸文さん(井手税理士・総合会計事務所 所長)	8月29日(土) 午前10時~正午	サンライブ熊本 ☎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30日(日) 午前10時半~11時半	龍田公民館 ☎096-339-3322
第2回人権文化セミナー	岩谷 美代子さん(外国から来た子ども支援)	9月9日(水) 午後7時~8時半	城南公民館 ☎0964-28-1800

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)	8月1日(土)	午前10時~11時	どなたでも	-	無 料	当日直接会場へ	
東 部	歌って健康②(東部Sさくら)	8月23日(日)	午後1時半~3時半					
西 部	おはなしボランティア養成講座(東部Sさくら)	9月2日~10月14日 水曜日(全5回)	午前10時~正午					
	おはなしボランティア養成講座(ほっぺの会)	9月10日(木)・17日(木)・10月1日(木)		30人	8月13日 9月2日	往干 HP		

広告



あなたのこと、家族のこと、そしてこれからのこと。
一緒に考えませんか。

見学会・相談会 実施中

ホスピタルメントでは、館内をゆっくりとご覧いただける見学会と、
早急な対応を要するご相談や、これからの介護についてのご質問などを
お伺いする相談会を実施しております。どうぞお気軽にお問合せください。

ホスピタルメント さくら 東館

TEL 096-378-1115

〒861-4172 熊本市南区御幸笛田7-15-3 運営：医療法人 桜十字