

窓ロ = 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
南部在宅福祉センター 〒861-4109 南区日吉1丁目4-15 ☎096-354-8379 日曜休館							
初心者のためのワード基礎講座	9月10日(木)・17日(木)	午前10時～正午 午後1時半～3時半	初心者の方	各5人	1,000円	9月5日から(先着順)	TEL 窓ロ
おやつを作ろう(編み笠餅)	9月12日(土)	午後1時半～3時半	どなたでも	各10人	300円		
合同バスハイク(そば打ち体験)	9月19日(土)	午前9時～午後4時			1,000円		
植木健康福祉センター かがやき館 〒861-0195 北区植木町岩野285-29 ☎096-272-2600 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
親子のきずなづくりプログラム	10月1日～22日 木曜日(全4回)	午後2時～4時	2～5か月児と母親	10組	1組864円	9月1日から(先着順)	TEL
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)							
夜のヨガ・ピラ	9月3日(木)・10日(木)・17日(木)	午後7時半～8時半	18歳以上の方	各20人	1,500円	9月2日から(先着順)	TEL 窓ロ
やさしいピラティス	9月3日～11月5日 木曜日(全10回)	午後1時15分～2時15分			5,000円		
ピラティス		午後2時半～3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)							
ヒーリングヨガ	9月8日～11月17日 火曜日(全10回)	午後1時半～2時20分	どなたでも	各10人	5,000円	9月2日から(先着順)	TEL 窓ロ
やさしいピラティス		午後2時半～3時半					
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・ペルビス(骨盤調整)	9月3日(木)・10日(木)・17日(木)	午後1時半～2時半	どなたでも	7人	1,500円	9月2日から(先着順)	TEL 窓ロ
料理教室(さつま芋ご飯・春巻き)	9月10日(木)・18日(金)	午前10時～11時半		16人	1,000円		
なつかしの昭和映画上映会	9月17日(木)	午後1時開場、1時半上映		40人	無 料		
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。							
やさしい手話(後期)	10月5日～来年1月18日 月曜日(全10回)	午後1時半～3時半	どなたでも	25人	無 料	9月8日から(先着順)	TEL 窓ロ
ワード応用①② エクセル応用③④	①②10月6日～29日(全8回) ③④10月7日～30日(全8回)	①③午前9時半～ ②④午後2時～	ワード、エクセルを 使ったことがある方	各15人	1,500円	9月25日まで(抽選)	往㊦
歌声サロン、和紙ちぎり絵、みんなで卓球、はじめてのペン習字(後期)						詳しくは、お問い合わせください。	
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2	10月1日～12月17日 木曜日(全12回)	午後8時～9時	18歳以上の方(高校生不可)	40人	6,000円	9月10日まで(抽選)	往㊦
ベビースイミング2	10月2日～30日 金曜日(全5回)	午前10時40分～11時40分	10か月～2歳児と保護者	20組	1組3,500円		
男の料理2	10月8日～12月10日 第2・4木曜日(全5回)	午後7時～9時	18歳以上の男性(高校生不可)	16人	6,500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)							
ナイター初心者水泳2(泳力25m以下)	10月2日～12月4日 金曜日(全10回)	午後8時～9時	18歳以上の方(高校生不可)	15人	5,000円	9月18日まで(抽選)	往㊦
たくさん泳いでみよう水泳1(泳力20m以上)		午後6時15分～7時15分	小学4～6年生	各20人			
ボディメイクピラティス3	10月2日～12月11日 金曜日(全10回)	午後0時45分～1時45分	18歳以上の方(高校生不可)				
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)							
健やか太極拳3	10月9日～12月11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	9月18日まで(抽選)	往㊦
アーチェリークラブ2	10月10日～来年3月19日 土曜日(全12回)	午前10時～11時半	小学5年生以上	各20人	7,200円		
いきいき卓球クラブ3	10月16日～12月18日 金曜日(全10回)	午後1時～3時	18歳以上の方(高校生不可)		7,000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)							
ベビーマッサージ(10月)	10月6日～20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	9月15日まで(抽選)	往㊦
ノルディックウォーク(10月)	10月8日～22日 木曜日(全3回)	午前10時～11時半	18歳以上の方(高校生不可)	15人	1,800円	9月17日から(先着順)	TEL
ママとエクササイズ	10月22日～11月19日 木曜日(全5回)	午前11時～正午	1歳半～3歳児と保護者	25組	1組3,000円	9月25日まで(抽選)	往㊦
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)							
バウンドテニス2	9月18日～10月23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	3,600円	9月4日から(先着順)	TEL 窓ロ
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							
始めよう!ジュニアベースボール3	10月2日～23日 金曜日(全4回)	午後7時～8時	小学生	各30人	2,000円	9月18日まで(抽選)	往㊦
上手になろう!ジュニアベースボール	10月3日～24日 土曜日(全4回)					9月19日まで(抽選)	
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)							
ピラティス ワンコイン体験会	9月16日(水)	午後2時45分～3時45分	18歳以上の方	10人	500円	9月2日から(先着順)	TEL 窓ロ
キックボクシングエクササイズ体験会	9月30日(水)	午後7時～7時45分		各20人			
プエルタ熊本のサッカー教室①②	10月5日～12月21日 月曜日(全10回)	①午後3時半～4時半 ②午後5時～6時			①年中～年長児 ②小学1～3年生		
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							
「古着・古布のリメイク」講座	9月18日(金)・25日(金)	午前10時～正午	どなたでも	10人	無 料	9月10日まで(抽選)	往㊦
森林学習館 〒861-5635 北区貢町小萩 ☎096-245-3157 月曜休館							
木工作家・徳久先生の木工体験教室	9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	9月4日から(先着順)	TEL 窓ロ
森をあそぶ(自然観察&製作体験)	10月3日(土)	午前10時～正午	どなたでも	20組	1組500円	9月5日から(先着順)	
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							
堀に囲まれた中世のムラ	9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
日本で暮らす外国ルーツの子どもたち	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
講談「宮本武蔵の狼退治」他いろいろなお話	寿咲 亜似さん(語り座主宰)	9月13日(日) 午前10時～正午	西部公民館 ☎096-329-7205
四季の葉草を美味しく食す	村上 光太郎さん(崇城大学薬学部特任教授)	9月19日(土) 午前10時～正午	サンライフ熊本 ☎096-345-3511
西村直子民謡&トーク	西村 直子さん(民謡歌手)	9月20日(日) 午前10時～11時半	飽田公民館 ☎096-227-1195
新聞で生き生きライフ ～暮らしや仕事に役立つ情報活用術～	越地 真一郎さん(熊日新聞社NIE専門委員)	9月20日(日) 午前10時～正午	花園公民館 ☎096-359-1261
笑顔で生きていくための条件	宮口 雅子さん(笑顔プランナー代表)	9月20日(日) 午前10時～正午	北部公民館 ☎096-245-0046
ワンギターライブ ～土着のブルース～	せき どうえいさん	9月27日(日) 午前10時～11時半	中央公民館 ☎096-353-0151
昭和の名曲～サクソ演奏とともに～	假屋 譲二さん(プロサクソ奏者)	9月27日(日) 午前10時～正午	幸田公民館 ☎096-379-0211
放射線の健康への影響 ～放射線を正しく学ぼう～	大塚 徳勝さん(理学博士)		託麻公民館 ☎096-380-8118
家庭教育講演会	岸 信子さん	9月30日(水) 午前10時～11時半	龍田公民館 ☎096-339-3322
「子どもたちの命にありがとう」	高濱 伸一さん(いのちをつなぐ会)	10月4日(日) 午前10時～	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	申込方法		
秋 津	無料介護予防教室&健康相談(健康づくりボランティア)	9月5日(土)	午前10時～11時	どなたでも	なし	無 料	9月8日	当日直接会場へ		
中 央	介護予防のための柔軟体操 (日本柔軟体操普及協会)	9月15日(火)・29日(火)・10月6日(火)・ 20日(火)・27日(火)	午前10時～11時半	20歳以上 の方	30人					
	バンドで歌うグループサウンズ (NPOロックバンド友の会inくまもと)	9月17日(木)・10月1日(木)・ 15日(木)・29日(木)	午後7時～9時	中学生以上	50人					
清 水	5か国の方と「成人」について語ろう(国際理解を深める会)	9月27日(日)	午後1時半～4時半	16歳以上の方	35人				9月15日	往㊦ HP
北 部	段ボール箱で生ゴミの堆肥づくり (段ボール推進グループ)		午前10時～正午	どなたでも	30人				9月17日	
託 麻	県産米粉でハロウィンパン作り(ほほえみパン)		10月7日(水)		12人	800円	9月30日			