

HPでの申し込みについて、詳しくは、各施設へお尋ねください。
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お尋ねください。

催し名	期 日	時 間	対 象	定員	費用	申込期限 / 開始日	申込方法
街なか子育てひろば 〒860-0845 中央区上通町2-3(現代美術館内) ☎323-3222 (午前10時から午後3時半まで) 火曜休館(祝日の場合は翌日) 申し込みは午前10時から							
絵の具で描くトートバッグづくり 	11月20日(木)	午前10時半～11時半	1歳以上の未就学児と保護者	10組	200円	11月5日から(先着順)	 
城南図書館・児童館 〒861-4214 南区城南町舞原451-9 ☎0964-27-5945 第4水曜休館(祝日の場合は翌日)							
熊本おもちゃ病院	11月22日(土)	午後1時～2時	乳幼児～小学生と保護者	10人	無料	11月5日から(先着順)	 
夢もやい館 〒861-8003 北区楠1丁目20-5-101 ☎338-3210 日曜・祝日休館							
夜ヨガ・ピラティス教室(体験)	11月10日(月)・17日(月)(全2回)	午後6時15分～7時15分	60歳以上の方	20人	1,000円	11月5日から(先着順)	 
ベビーアロママッサージ	11月12日(水)	午前10時半～11時15分	乳児(3か月～)と保護者	10組	400円		
NEW!トレーニングマシン体験会	11月18日(火)	午前10時半～11時	60歳以上の方	10人	200円		
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							
骨盤調整ヨガ	11月15日～来年2月7日 土曜日(全10回)	午後6時50分～7時50分	18歳以上の方 (高校生不可)	10人	5,000円	11月5日から(先着順)	 
スペシャルナイトヨガ	※11月29日、12月27日、1月3日除く。	午後8時20分～9時20分					
eスポーツ体験会(太鼓の達人)	11月17日(月)～22日(土)	午前10時～正午	60歳以上の方	各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 申し込みは午前10時から							
ふれあい祭(舞踊ショー)	12月1日(月)	午前10時～正午	どなたでも	80人	無料	当日直接会場へ(先着順)	
クリスマスコンサート(サクソ演奏)	12月19日(金)	午後1時半～3時半					
植木健康福祉センターかがやき館 〒861-0136 北区植木町岩野285-29 ☎272-2600 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
ポール&ストレッチ	11月5日(水)、12日(水)、19日(水)、26日(水)	午前11時15分～正午	18歳以上の方	各20人	各330円	当日15分前から受付 (先着順)	
チェアビクス	11月11日(火)、18日(火)	午後1時半～2時15分					
姿勢改善・関節痛予防		午後2時半～3時15分					
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) ※ 初回体験無料。							
フラワーアレンジメント	11月5日(水)、12月26日(金)	午後1時半～3時半	どなたでも	各15人	各2,500円※	前日までに要予約(先着順)	 
気軽にヨーガ	11月7日(金)、14日(金)、28日(金)	午後1時15分～2時			各500円※	11月5日から(先着順)	
健康ダンス	11月11日(火)、18日(火)	午前10時～正午					
東部はつらつ交流会館 〒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)							
安眠ヨガ 第Ⅰ期	11月5日～12月3日 水曜日(全5回)	午後7時～8時	どなたでも	20人	2,500円	当日直接会場へ(先着順)	 
やさしい花扇功 第Ⅰ期	11月12日～12月24日 第2・4水曜日(全4回)	午前10時～11時半			2,000円	11月5日から(先着順)	
はつらつサロン&映画上映会	11月22日(土)	午後1時半～4時		24人	無料		
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) ※ 受け付けは午前9時から。							
陶芸体験講座	11月15日(土)	午前9時半～正午※	長期受講を希望する方	10人	1,500円	11月5日から(先着順)	 
姿勢改善・骨盤エクササイズ 初回無料体験		午後7時15分～8時	20歳以上の方		無料		
ナイトヨガ 初回無料体験		午後8時15分～9時					
ふれあい文化センター 〒860-0811 中央区本荘4丁目6-6 ☎366-7310 日曜・祝日休館							
多肉植物の寄せ植えを作ろう	12月18日(木)	午前10時～正午	どなたでも	12人	2,000円	11月25日まで(抽選)	 
植木中央公園運動施設 〒861-0136 北区植木町岩野285-35 ☎288-3343							
なかよし卓球クラブ12月	12月1日～22日 月曜日(全4回)	午前10時～正午	18歳以上の方(高校生不可)	20人	各350円	11月17日から(先着順)	 
なかよしバドミントンクラブ12月	12月2日～23日 火曜日(全4回)	午後2時～4時			各300円	11月25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	11月6日～来年3月12日	午後4時半～5時半	小学1～3年生	15人	月1,320～ 2,640円	随時受付中(先着順)	 
ジュニアテニス	木曜日(月2～4回)	午後5時40分～6時40分	小学4～6年生	16人			
レディース卓球	11月6日～来年3月19日 木曜日(月3～4回)	午後1時～3時	18歳以上の女性 (高校生不可)	15人	月2,700～ 3,600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)							
クリスマスリース作り	11月30日(日)	午後2時～3時半	18歳以上の方 (高校生不可)	12人	2,700円	11月12日まで(抽選)	 
はませんマラソンランニング教室3	12月11日～来年2月5日 木曜日(全5回)	午後7時～8時半		15人	3,900円	11月20日まで(抽選)	
洋風しめ縄作り	12月13日(土)	午後2時～3時半		12人	2,700円	11月19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)							
UDスポーツフェスティバル	11月2日(日)	午前10時～午後3時	どなたでも	—	無料	当日直接会場へ	
青空フリーマーケット							
元気アップ教室(幼)	11月10日～12月22日 月曜日(全7回)	午後4時半～5時半	年中・年長児	25人	4,200円	11月5日から(先着順)	 
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)							
ジュニアダンス教室	11月8日～12月20日 土曜日(全7回)	午後7時15分～8時15分	小・中学生	15人	4,200円	11月5日から(先着順)	 
戸島ふれあい広場 〒861-8031 東区戸島町1489番地 ☎389-3111 水曜休館							
折り紙教室	11月8日(土)	午後1時～3時	どなたでも	12人	無料	11月6日から(先着順)	 
パークゴルフ無料体験会	11月22日(土)	午前10時～正午	18歳以上の方			11月10日から(先着順)	
扇田ふれあい広場パークゴルフ場 〒861-5534 北区釜尾町811番地 ☎245-5551 木曜休場日 ※ 1日利用可。							
パークゴルフ初心者講習会	11月18日(火)	午前10時～	どなたでも	12人	500円※	11月5日から(先着順)	 

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。

広告

おひとりさまの終活支援

頼れる人がいない・
迷惑をかけたくない方に

《終活6大準備》

身元保証

老人ホーム探し

不動産売却

緊急駆付対応

葬送支援

死後事務手続き

＼私たちが家族の代わりに「安心の老後」をサポートします！／

身元保証サポート説明会

参加費無料

※事前予約制となります。
お気軽にお問い合わせください。

日時

11/10 (月)
14:00～15:00 (13:30 開場)

個別相談会 15:00～15:30

内容

・身元保証人の必要性
・「あんど」がサポートできること

くまもと県民交流館バレア
会議室4
熊本市中央区手取本町 8-9

定員

30 名

無料相談・資料請求は

一般社団法人 くまもと櫻福祉会 あんど
熊本市北区高平 3 丁目 13 番 51 号

遠くの家族より、
近くの安堵

あんど

0120-12-13-12

9:00～17:00 土日を除く



くまもと市政だよりへの広告(後半ページ下欄)を募集中。販売代理店の株式会社ウィット(☎072-668-3275)へ。※広告内容などは本市が推奨するものではありません。