

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
夢もやい館 〒861-8003 北区楠1丁目20-5-101 ☎338-3210 日曜・祝日休館							
ひらがな教室	1月13日～27日 火曜日(全3回)	午後3時半～4時半	年中・年長児と保護者	12人	900円		
ベビーアロママッサージ	1月14日(水)	午前10時半～11時15分	乳児(3か月～)と保護者	10組	400円	1月5日から(先着順)	TEL窓口
夜ヨガ・ピラティス教室(体験)	1月19日(月)・26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		
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							
リラックスヨガ	1月9日～2月6日 金曜日(全5回)	午後6時50分～7時50分	18歳以上の方 (高校生不可)	10人	2,500円 無料	1月5日から(先着順)	TEL窓口
スペシャルナイトヨガ	1月10日～2月7日 土曜日(全5回)	午後8時20分～9時20分					
映画上映会「紅の翼」	1月21日(水)	午後1時～3時					
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							
レッツ! いきいき百歳体操	2月10日(火)、24日(火)	午後3時～4時	どなたでも	各15人 40人	無料	当日直接会場へ(先着順)	
宮原千草先生の童謡・唱歌クラブ	2月18日(水)	午前10時半～11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) 別途、利用料が必要							
姿勢改善・関節痛予防	1月6日(火)、20日(火)、27日(火)	午後2時半～3時15分	18歳以上の方	各20人	各330円 無料	当日15分前から受付(先着順)	
ヨガ入門	1月8日～29日 木曜日	午前11時15分～正午					
アクアサークット初級②	1月10日～31日 土曜日	午前10時半～11時					
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。							
フラダンス	1月6日～3月17日 第1・3火曜日(全6回)	午前10時～正午	どなたでも	各15人	3,000円 ※ 各500円	当日直接会場へ(先着順) 1月6日から(先着順)	TEL窓口
気軽にヨーガ	1月9日(金)、23日(金)、30日(金)	午後1時15分～2時					
フラワーアレンジメント	1月14日(水)、2月4日(水)	午後1時半～3時半					
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Ⅱ期	1月7日～2月18日 水曜日(全7回)	午後7時～8時	どなたでも	15人 10人	3,500円 2,500円 無料	1月6日から(先着順)	TEL窓口
やさしい花扇功 第Ⅱ期	1月14日～3月25日 第2・4水曜日(全5回)	午前10時～11時半					
eスポーツ体験会	1月28日(水)	午後1時半～3時半					
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)							
リンパストレッチ 初回無料体験	1月17日(土)	午前10時半～11時半	20歳以上の方	10人	無料	1月6日から(先着順)	TEL窓口
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					
やさしいピラティス 初回無料体験	1月27日(火)	午後2時35分～3時35分					
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							
健康マージャン	2月10日～3月10日 火曜日(全5回)	午後1時半～3時半	18歳以上の方 (高校生不可)	8人 10人	無料 500円 1,000円	1月22日まで(抽選) 1月27日まで(抽選)	TEL窓口
LINE初級	2月17日(火)	午前10時～午後0時半					
インターネット初級	2月19日(木)						
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2月	2月2日～16日 月曜日	午前10時～正午	18歳以上の方 (高校生不可)	各20人	各350円	1月26日から(先着順)	TEL窓口
なかよしバドミントンクラブ2月	2月3日～24日 火曜日	午後2時～4時					
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)							
レディース卓球	1月8日～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 月1,320～ 2,640円	随時受付中(先着順)	TEL窓口
ジュニアショートテニス	1月8日～3月12日 木曜日(月2～4回)	午後4時半～5時半					
ジュニアテニス	1月8日～3月12日 木曜日(月2回)	午後5時40分～6時40分					
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)							
フラワーアレンジメント教室	1月8日～3月26日 木曜日(月2回)	午後1時半～2時半	18歳以上の方 (高校生不可)	15人	月5,000円 月1,980～ 2,640円	随時受付中(先着順)	TEL窓口
はじめよう！初心者水泳教室	1月9日～3月27日 金曜日(月3～4回)	午前10時～11時					
はじめよう小学生テニス	1月10日～3月28日 土曜日(月4回)	午後3時半～4時半					
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)							
元気アップ教室(幼児)	1月5日～3月30日 月曜日(全12回)	午後4時半～5時半	年中、年長児	20人	7,200円	1月5日から(先着順)	TEL窓口
Reejam(リージャム)教室		午後7時10分～8時	18歳以上の方(高校生不可)	30人	6,000円		
サッカー教室(幼児)	1月5日～3月30日 月曜日(全10回)	午後4時～5時	年中、年長児	20人	7,000円		
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)	1月15日～2月12日 木曜日(全5回)	午後1時～2時半	18歳以上の方	12人	2,500円	1月8日から(先着順)	TEL窓口
パークゴルフ教室(土曜コース)	1月17日～2月14日 土曜日(全5回)						
扇田ふれあい広場パークゴルフ場 〒861-5534 北区金尾町811番地 ☎245-5551 木曜休場日							
パークゴルフ初心者講習会	1月20日(火)	午前10時～	どなたでも	12人	500円 (1日利用可)	1月5日から(先着順)	TEL窓口

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

年齢とともに変わる
“見え方”のご相談をお受けしています。



ご予約・お問い合わせ

いでた平成眼科クリニック

〒862-0968 熊本県南区馬渡1丁目14-25 TEL: 096-377-1148 (受付時間: 月～土 8:30～18:00) FAX: 096-377-1150

当院は、網膜硝子体疾患を中心に行なう眼科です。
白内障や緑内障などの一般的な眼科診療をはじめ、網膜剥離や黄斑上膜など、専門的な対応を要する疾患の治療を行っています。
当院は日帰り手術を専門としており、入院施設はございません。
遠方からお越しの方には、宿泊施設についてご相談を承ります。

受診にあたってのお願い

- 当院は予約制です。
- 手術は緊急を含め、毎日実施しています。
- コンタクトレンズの処方は行っておりません。
- キャンセルの際は、必ずご連絡ください。

二次元コードから診療内容や予約方法をご確認いただけます

