

## 木太北部コミュニティ通信(秋冬号)

木太北部コミュニティセンター  
TEL 831-9000

講座受付開始日: 9月18日(水)

講座により受付時間が異なります。

※受付は来館にてお願い致します。

9/19(木)以降の申込は平日9時~16時、来館にて  
お願いします。

- ・先着順ですので定員になれば締め切らせていただきます。
- ・材料費、参加費が必要な講座があります。受付時に集金しますので、おつりのないようご準備ください。自己都合の欠席については返金できませんのでご了承ください。
- ・講座の様子をSNSに掲載します。
- ・各講座の日程・持参物等の詳細は受付時にお渡しします。

受付 10時~



講座名・定員	講師	日時	学習内容など
<b>自力整体教室</b> 20名	自力整体 ナビゲーター 西宇 恵美	10~2月 月1回 (全5回) 第3木曜日 13時半~15時	自分で自分の体を整える健康法です。 【無料】 
<b>フラワーアレンジ 教室</b> 12名	1級フラワー 装飾技能士 谷本 節代	10~2月 月1回 (全5回) 第3火曜日 10時~11時半	季節の花を知り楽しくアレンジします。 (別途花器代1,000円程度 希望者のみ) 【材料費: 1,000円 毎月講座開始時に集金】 
<b>親子 足育教室</b> 生後6か月~就学時前 15組	ちーむ足裏 乃上 博美	10月2日(水) 10時~11時半	運動神経を良くする方法、学習の土台を作る方法、靴の選び方・履き方など 足裏の大切さを知りましょう。 【無料】 
<b>貯筋運動教室</b> 25名	カイロプラクティック か・から~ず院長 十河 望	10月4日(金) 13時半~15時	いつまでも行きたいところに行ける 体でいるために使って貯めよう 筋肉貯金! 【無料】 
<b>スプレーアート教室</b> 15名	スプレー アーティスト DAISUKE	10月10日(木) 13時半~15時半	スプレーで描く幻想世界!世界にたった一つの あなただけの宇宙を描いてみませんか? ※水性スプレーを使用します。 【参加費: 1,000円】 
<b>紙粘土教室</b> 16名	紙粘土講師 川村真利子	10月17日(木) 10時~12時	紙粘土で来年の干支を作ります。初めて でも楽しく作ることができます。 【材料費: 500円】 ☆見本あり 
<b>木の実リース教室</b> 16名	花ASOBI主宰 須崎 志保	10月24日(木) 13時半~15時	木の实を使って秋のリースを作ります。 リボンを変えたらクリスマスリース にもなります。 【材料費: 1,200円】 

裏面もご覧ください

受付 11時～

講座名・定員	講師	日時	学習内容など
<b>終活講座</b> 30名	公益社 山本 健輔	10月18日(金) 13時半～15時	終活の大切さを学び、人生の最期を一緒に考えてみましょう 【無料】 
<b>男性!</b> <b>かんたん料理教室</b> 16名	料理研究家 山中 美妃子	10月25日(金) 11月29日(金) 10時～12時半	初めての方でも大丈夫! 10月 野菜たっぷり食べましょう 11月 お魚料理に挑戦! 【材料費:各1,000円】 
<b>セルフお灸</b> 15名	セルフお灸 アドバイザー 松本 武司	10月25日(金) 13時半～15時	体調不良を改善するためのツボにじんわり温まるお灸をしてリラックスしましょう。 【参加費:500円】 
<b>いすヨガ体験教室</b> 20名	ヨガ講師 森川 たい子	10月30日(水) 10時～11時半	イスを使ったヨガを通して心身の調和を学びます。気軽にご参加ください。 【無料】 
<b>パン教室</b> 16名	料理研究家 蓮井 聖美	11月5日(火) 9時半～12時半	2種のパンを作ります。成型からなので、初心者の方も楽しめます。 【材料費:500円】 
<b>歌って健康教室</b> 25名	音楽講師 山本 紀代	11月15日(金) 1月24日(金) 13時半～14時半	季節の歌や懐かしい歌を歌います。脳や身体の健康につなげましょう。受付時にリクエストを募集します 【無料】 
<b>X'masケーキ教室</b> 16名	料理研究家 蓮井 聖美	12月9日(月) 9時半～12時半	Xmasにむけてシュトーレンを作ります。 【材料費:600円 箱代込】 

❀ 木太地区文化祭のお知らせ ❀

11月3日(祝・金) 木太小学校体育館

同好会や講座の作品展示を行います  
ぜひ、見にきてください。



★ 同好会のご案内 ★

ヨガ・実用書道・絵画・俳画・健康体操  
カラオケ・3B体操・囲碁・太極拳・民謡  
フラダンス・囲碁スクール

興味のある方は直接見学に来られるか

木太地区婦人会からのお知らせ

廃食用油ステーション



11月28日(火)9時半～11時半

2月27日(火)9時半～11時半

家庭から出た廃食用油に限ります。



ホームページ

木太町やコミセン講座などの情報を発信しています



HITA.CHOUCOMISEN

インスタグラム