

## マットピラティス

話題のマットピラティスを体験しませんか？姿勢改善や運動不足を解消したい人におすすめです。

**時** 10月26日(日) 10時～11時  
**所** コンビニフィットネス碧南(新川町)  
**定** 10人 **¥** 無料  
**申** コンビニフィットネス碧南  
 ☎41-0188 ✉info@cf-hekinan.com

## 自分らしい豊かな人生を送るための終活セミナー 終活・相続備えておくべきこと

**時** 10月26日(日) 14時～  
**所** シニアライフ相談サロン(新川町)  
**内** 葬儀、認知症対策、口座の断捨離、エンディングノート、生命保険、遺言、相続  
**定** 20人 **¥** 無料  
**申** シニアライフ相談サロン ☎41-0188

## 健康寿命を延ばす軽体操

楽しく活動する仲間を募集しています。  
**時** 火曜日の9時45分～11時45分(毎月3回)  
**所** 臨海体育館  
**講** 森田東子氏、榊原有紀氏 **対** 65歳以上  
**¥** 月1,500円(2か月に1回集金/施設利用料含む)  
**申** 福老会 岩戸 ☎41-4098

## 上の宮熊野神社 奉納射会

愛知県の重要文化財指定の矢場において平安時代より続く奉納射事(弓道大会)を行います。  
**時** 10月12日(日) 9時～16時  
**所** 上の宮熊野神社(大浜上町)  
**問** 大浜上区熊野神社奉賛会  
 長谷 ☎090-4796-9969

## ラブリーステンシル「幸せのピエロ」作品展

**時** 10月30日(木)～11月2日(日)  
 10時～18時(11月2日(日)は17時まで)  
**所** 我楽(東浦町)  
**問** 伊藤 ☎090-4189-4525

## フラダンス・プアナニ・アロハ

フラダンスは年齢問わず、誰でもできて全身運動にもなります！ただいまメンバー募集中！  
**時** 第1、2、4水曜日 13時30分～15時  
**所** へきなん福祉センターあいくる、西端公民館、東部市民プラザのいずれか  
 ※東部市民プラザは13時～14時30分  
**¥** 1,000円/月(無料体験あり)  
**問** 川崎 ☎090-4166-5075

## JERA park HEKINANのイベント

①JERA museumオータムフェスティバル  
 碧南火力発電所探検ツアーなどを開催！  
 詳しくはInstagramを確認してください。  
**時** 10月12日(日)、13日(月) 9時～16時30分  
**¥** 無料  
**所** JERA museum HEKINAN ☎42-0818  
 ②冬のハンギングバスケット  
 冬の間に咲き続ける花々を使います。  
**時** 11月9日(日) 10時30分～12時、13時30分～15時  
**所** グリーンセンター **定** 各20人(先着順)  
**¥** 2,500円(材料費含む)  
 ※ハンギングバスケットを持参する人は2,000円(伊藤商事スリットバスケットSLT-25を使用)  
**申** 10月3日(金)9時～10月31日(金)16時に  
 JERA garden HEKINAN ☎48-7236

## 健康ウォーキング

病院スタッフと一緒に市内を歩きます。  
**時** 11月8日(土) 9時30分～12時30分  
**所** 愛生館小林記念病院 **対** 18歳以上  
**定** 20人 **¥** 500円  
**申** 愛生館小林記念病院栄養管理科 ☎41-0004

## 大浜まちかどサロン展示・イベント

①イエローパンジーひなの会 懐かしい銘仙の着物の展示  
**時** 10月1日(水)～31日(金)  
 ②うた声サロンinまちかど  
 生演奏と一緒に歌いましょう。  
**時** 10月10日(金) 13時15分～14時30分  
**【全共通】**  
**所** 大浜まちかどサロン ☎46-3224  
**他** まちかど写真倶楽部写真展を常設

## ママのおしゃべり会

ママ同士のおしゃべりでリフレッシュ！  
**時** 10月30日(木) 10時～  
**所** へきなん福祉センターあいくる  
**対** ママ又は子とママ  
**定** 10人(組)程度 **¥** 無料  
**申** 2次元コードより申し込みフォーム  
**問** ママチル 林 ☎090-9245-0121

## キッズマネースクール

お買い物ごっこでお金の仕組みを学べます。  
**時** 10月25日(土) 10時～11時  
**所** へきなん福祉センターあいくる  
**対** 未就学児と保護者  
**定** 5組程度 **¥** 500円  
**申** お金の学校「サンフラワー」城所  
 ☎090-1296-5192

## 日舞充洲会 おさらい会

**時** 10月26日(日) 12時30分～  
**所** 芸術文化ホール **¥** 無料  
**申** 不要 **問** 充洲会 立花 ☎48-0799

## 記念誌「棚尾のあゆみ」無料配布

棚尾村成立400年記念誌を作成しました。  
**時** 10月1日(水)～無くなり次第終了  
**所** 棚尾公民館、棚尾ふれあい館  
**定** 100部(先着順) **申** 不要  
**問** 棚尾まちおこしの会 磯貝 ☎42-9145

## Machikado Dengonban

# まちかど 伝言板

## ねこの譲渡会

予約不要で相談だけでも大丈夫です。  
**時** 10月11日(土)、18日(土) 17時～20時、12日(日)、19日(日) 10時～15時  
**所** へきなん福祉センターあいくる  
**問** 御手洗 ☎090-1747-0235

## 愛知県中央信用組合10月ロビー展

布遊び展  
**所** 本店営業部 ☎41-3266  
 杉浦街子 ちりめん細工展  
 ふれあい福祉園ガイア 作品展  
**所** 辻支店 ☎41-3267  
 しゅんこう和紙ちぎり絵 作品展  
**所** みなみ支店 ☎41-3271  
 伊藤多美子 作品展  
**所** 旭支店 ☎41-3274

## 講座受講者募集

詳しくは、HP<https://hajimari.no>で確認してください(いずれも予約制)。  
 ①家族の想いと資産を繋ぐ『新時代の相続対策』講座  
**時** 10月10日(金)、15日(水) 10時～11時30分  
**所** へきなん福祉センターあいくる  
**定** 10人(先着順) **¥** 500円  
 ②超初心者向け0からはじめるギター講座  
**時** 11月9日(日)、16日(日) 10時～11時30分  
**所** 芸術文化ホール **定** 5人(先着順)  
**¥** 600円(資料代含む/ギター貸し出しあり)  
**【全共通】**  
**申** はじまりの処  
 ✉hajimari.start@gmail.com

## 愛生館 健康フェスティバル

体力などの測定、健康講座・相談を開催！  
**時** 10月18日(土) 13時30分～16時  
 (受付13時～)  
**所** 複合施設CORRIN(大堤町)  
**定** 40人(先着順) **¥** 無料  
**申** 2次元コードより申し込み  
 フォーム又は①氏名②住所③電話番号を愛  
 生館小林記念病院 ☎41-6477  
 FAX41-0258

## こどものための神楽教室

**時** 毎月第1土曜日 19時30分～21時  
**所** 大浜熊野大神社(宮町)  
**対** 中学生以下の子と保護者  
**定** 若干名 **¥** 無料  
**申** へきなん神楽連合保存会 杉浦  
 ☎090-2578-7376



12月号の掲載申し込み期限は11月4日(火)17時です。 **問** 秘書課広報統計係 ☎95-9867

延期・中止の場合もあるので各問い合わせ先で確認してください

申し込み

