

くらしの情報



ごみ特別搬入受付

日曜日にごみを受け付けます。

とき 5月27日(日) 8時30分～11時30分

ところ クリーンセンター衣浦

お願い

ごみ特別搬入日は平日に忙しく、ごみが排出できない人や大掃除などで一時的にごみが多量に出た人のために設けられています。

日曜日以外で排出できる人は、できる限り地区のステーションへの排出にご協力をお願いします。

問合せ 環境課ごみ減量係

有害鳥獣の捕獲

とき 5月27日(日) 7時～15時(雨天時は6月10日(日))

ところ 市内一円

※衣浦猟友会の協力で散弾銃により行います。

問合せ 農業水産課農政振興係

人権擁護委員の日

特設相談所を開設します

6月1日の人権擁護委員の日にあわせ、特設相談所を開設します。

人権擁護委員は身近な相談相手です。悩みごとは1人で悩まず、相談することが解決の近道です。相談は無料で秘密は厳守します。

とき 6月7日(木) 13時30分～16時

ところ 市役所2階談話室

問合せ 市民課戸籍係

図書館友の会会員募集

図書館でバザーなどのボランティア活動をしてみませんか。

ところ 図書館本館

対象 読書に親しみ、図書館活動に関心のある人

年会費 500円

申込み 年会費を添えて図書館本館(☎(41)0894)

サン・ビレッジ衣浦臨時休館のお知らせ

プール・浴場施設の清掃と機械の整備点検のため臨時休館します。

とき 6月4日(月)～11日(月)

問合せ サン・ビレッジ衣浦(☎(41)2655)

成年後見制度休日相談会

社会福祉協議会に開設している成年後見支援センターでは、顧問弁護士と、社会福祉協議会職員による休日相談会を開催します。相談は無料です。

とき 6月16日(土) 13時30分～16時30分(同一案件1回に限り40分)

ところ へきなん福祉センターあいくる

対象 市内在住の人
定員 3人(完全予約制)

申込み 6月8日(金)までに社会福祉協議会内成年後見支援センター(☎(46)3701)

藤井達吉現代美術館臨時休館のお知らせ

企画展撤収作業のため臨時休館します。

とき 6月5日(火)

問合せ 藤井達吉現代美術館(☎(48)6602)

岡崎高等技術専門学校スキルアップ講座

●シーケンス制御基礎
とき 6月30日(土)・7月1日(日) 9時10分～16時30分(7月1日(日)は15時40分まで、全2回)

ところ 県立岡崎高等技術専門学校

内容 シーケンス図やタイムチャート図の読み方・書き方、制御機器の扱い方、基本回路の組立配線の習得

募集人数 18人
受講料 2千300円

※別途テキスト代(2千700円)が必要です。

申込み 6月7日(木)(必着)までに講座名、氏名、生年月日、郵便番号、住所、電話番号、職業を記入し、往復はがきまたはEメールで県立岡崎高等技術専門学校(〒444-0802 岡崎市美合町平端24番地、☎okazaki-senmonko@pref.aichi.lg.jp、☎0564(51)0775)



花しょうぶを見に行こう!

とき 6月7日(木) 10時30分～11時30分(雨天中止)

ところ 油ヶ渕遊園地

※現地集合・解散です。

対象 就園前の子と保護者

定員 10組(先着順)

参加費 1組50円(保険代)

申込み 5月24日(木)9時30分より参加費を添えてらくるにしばた(☎(43)3434)

お詫びと訂正

5月1日号27ページ「パパママ教室」に誤りがありました。
誤申込み 6月8日(金)までに 正申込み 6月1日(金)までに



環境にもやさしい公共交通機関
名鉄電車三河線を利用しましょう

ワールドクッキング 初めての中国茶体験

地域や季節によつて飲み分けられる中国茶は数百種類もあるといわれています。名古屋のサロンで活躍する講師を招き、中国茶について楽しく学んだあと、お茶の飲み比べをします。無料で参加できます。

とき 6月17日(日) 10時30分～12時

ところ 文化会館

講師 山口紀子氏(日本中国茶文化振興協会)

対象 市友好親善協会会員
※市友好親善協会個人会員でない人は入会が必要です。(個人会員1口千円、18歳以上)

定員 12人(先着順)

申込み 6月8日(金)までに地域協働課内友好親善協会事務局(☎(48)2753)

**哲学たいけん村無我苑
涛々庵茶会・三曲定期演奏**

とき 5月27日(日) 10時～15時(立礼茶席は16時まで)

ところ 哲学たいけん村無我苑

茶会席主 杉浦伸子氏(宗伸・裏千家)

三曲演奏 鈴木祥子社中
呈茶料 一服400円
問合せ 哲学たいけん村無我苑
☎(41)8522

野鳥観察会

とき 6月17日(日) 9時～12時

ところ へきなんたんトピアエコパーク(現地集合)

対象 小学生以上

定員 20人(先着順)

申込み 5月18日(金)～6月13日(水)に申込書に必要事項を記入し環境課環境保全係は市ホームページから入手できます。

こころつくしんかわ 親子で運動しよう!

身体作りやバランス感覚を養い、運動遊びを楽しみましょう。

とき 5月28日(月) 10時30分～11時30分

ところ へきなん福祉センターあいくる

講師 たぶち優子氏

対象 市内在住の歩くことができる平成28年5月～29年2月生まれの子と保護者
定員 15組(先着順)

申込み 5月21日(月)10時より電話でこころつくしんかわ(☎(42)5569)

わくわくタイム親子あそび

親子触れ合い遊びをしたり、バルーンを使った遊びを楽しもう。

とき 5月30日(水) 10時30分～11時30分

ところ 棚尾公民館

対象 乳幼児と保護者

問合せ 棚尾児童センター
☎090(2572)0892

工作教室 ペットボトルで ふうりんを作ろう

とき 6月2日(土) 10時30分～

ところ 図書館本館

対象 幼児～小学生

※幼児は保護者の同伴が必要です。

定員 20人(先着順)

申込み 5月19日(土)9時30分(電話受付は10時)より

図書館本館(☎(41)0894)

海上保安庁創設70周年・ 灯台記念日150周年特別展示

とき 5月22日(火)～27日(日)

ところ 海浜水族館

内容 海上保安庁の活動パネル、日本周辺3D海底地形図の展示、灯器の展示など

※5月26日(土)・27日(日)は、灯台輪投げ、操船シミュレータ、制服の試着体験などの体験コーナーも設置されます。

問合せ 海浜水族館
☎(48)3761

自然観察会 岡崎の里山で 自然と遊ぼう!

初夏の里山に出かけて、自然観察をします。木工工作やザリガニ釣りなど楽しい企画が盛りだくさんです。

とき 6月23日(土) 9時～16時

ところ おかざき自然体験の森(岡崎市)

対象 4歳以上(小学3年生以下は保護者の同伴が必要)

定員 35人(申込み多数の場合は抽せん)

参加費 300円

申込み 5月23日(水)～30日(水)にあいち電子申請・届出システムまたは往復はがきに必要事項を記入し、郵送で海浜水族館(☎(48)3761)

プレイメイトと遊ぼう!

お兄さん、お姉さんと一緒に遊ぼう。

とき ①6月16日(土)②7月7日(土) 9時30分～11時30分

ところ ①文化会館②中部公民館

内容 ①つぎつぎ★クッキング②わくわく工作

対象 小学生

定員 各20人(先着順)

参加費 各200円

申込み 5月19日(土)9時より参加費を添えて文化会館内生涯学習課(☎(42)3511)

あおいパーク 手作りケーキ教室

是非ご参加ください。

とき 7月5日(木) 9時20分～12時

ところ あおいパーク

講師 久保幸子氏

内容 ファイナンシェ、水まんじゅう

定員 18人(先着順)

参加費 千400円

※教室時に集めます。

申込み 6月7日(木)9時より直接窓口であおいパーク(☎(43)0511)

あおいパーク
ガーデニング教室

とき 6月28日(木) 10時～12時

ところ あおいパーク

講師 近藤章子氏

内容 涼やかな苔玉づくり

定員 20人(先着順)

参加費 3千円

※教室時に集めます。

申込み 5月24日(木)9時より直接窓口であおいパーク

(☎)0511

第2へきなん保育園
地域子育て支援事業

①手しごとクラブと小さなお茶会

筆を使い、俳画を体験しませんか。手軽に描ける俳画で季節を描きます。

とき 6月8日(金) 10時～11時30分

講師 イネ・セイミン氏

対象 一般

定員 8人

料金 500円(当日集金)

②親子で食育

親子で保育園の食事を体験しよう。

とき 6月13日(水)、29日(金) 10時30分～12時30分

対象 就園前の子と保護者

定員 6組

料金 1組500円(当日集金)

①②とも

ところ 第2へきなん保育園

申込み 5月17日(木)9時より電話で第2へきなん子育て支援センター(☎)4282

※託児を希望する人は、申込み時にお知らせください。

心身障害児者水泳教室

心身障害児者の機能回復のための水泳教室です。

とき 6月2日～9月1日の毎週土曜日 10時～11時(6月30日(土)、8月11日(土)を除く、全12回)

ところ 碧南スイミングスクール(作塚町)

対象 市内在住の4歳以上で、障害者手帳(身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれか)を持つ人

定員 30人(先着順)

※18歳未満の障害児や介助を要する人は、一緒にプールに入る付き添いが必要です。

申込み 5月16日(水)より心身障害者福祉センター(☎)1720

(48)1720

平成31年4月採用 衣浦東部広域連合職員の募集

碧南、刈谷、安城、知立、高浜の5市で構成する衣浦東部広域連合職員を募集します。

採用予定人員および受験資格

職種	募集人員	受験資格	
		対象	学歴・資格など
消防職	①大学卒 4人程度	平成5年4月2日以降に生まれた人	4年制大学を卒業または平成31年3月までに卒業見込みの消防職務にたえる人で、運転免許(普通)などを取得または取得見込みの人
	①短大等卒 3人程度	平成7年4月2日以降に生まれた人	短大などを卒業または平成31年3月までに卒業見込みの消防職務にたえる人で、運転免許(普通)などを取得または取得見込みの人
	②高校卒 3人程度	平成11年4月2日以降に生まれた人	高校を卒業または平成31年3月までに卒業見込みの消防職務にたえる人で、運転免許(普通)などを取得または取得見込みの人

※短大などには高等専門学校および専修学校の専門課程を含みます。専修学校の専門課程とは、文部科学大臣により専門士の称号を付与される課程です。

試験日程

試験区分	試験日	試験内容	試験会場
1次	①6月24日(日)②9月16日(日)	教養試験、集団面接	衣浦東部広域連合刈谷消防署
2次	①7月22日(日)・23日(月)②10月24日(水)	作文、個人面接、体力測定	

申込み ①5月15日(火)～22日(火)②7月24日(火)～31日(火)の9時～12時、13時～17時(土・日曜日を除く)に所定の受験申込書に必要事項を記入し、成績証明書、卒業(見込)証明書、資格・免許など証明書の写しを添えて本人が直接衣浦東部広域連合事務所(〒448-8677 刈谷市小垣江町西高根204-1、☎63-0132)

※申込み時に提出書類の確認を行います。事情により本人が持参できない旨を事前に連絡した場合、書留郵便(必着)でも受け付けます。受験申込書は、衣浦東部広域連合本部や各消防署などで配布するほか、広域連合ホームページからも入手できます。

海浜水族館 写生大会優秀作品を紹介します

問合せ 海浜水族館 ☎(48)3761

3月24日、31日、4月7日に写生大会を開催し、次の皆さんが入賞しました。(敬称略)
写生大会作品展は5月27日(日)まで開催しています。

【県知事賞】

秋野玖水
(蔵王こども園年長)



【日本動物園水族館協会会長賞】

尾方琴美
(棚尾小学校1年)



【市長賞】

畠山彩楽
(蒲郡市立三谷中学校2年)



【市教育委員会賞】

吉田歩瑚
(吉浜幼稚園年中)



【海浜水族館館長賞】

佐藤琴音(吉浜幼稚園年少)、中山すず(明愛幼稚園年中)、鈴木陽仁(大浜幼稚園年長)、鈴木尊久(西尾市立西尾小学校1年)、馬場結愛(新川小学校2年)、永田希咲(西尾市立福地北部小学校3年)、原田瑛多(西端小学校4年)、加藤早彩(大浜小学校5年)、鳥居純怜(西端小学校6年)、犬塚琉理(新川中学校1年)

※入選者一覧は海浜水族館ホームページに掲載しています。入賞作品以外は8月31日(金)まで返却しますので、海浜水族館事務室へお越しください。

健康



衣浦東部保健所
休日エイズ検査

ＨＩＶ検査普及週間に合わせ、休日の即日検査(無料・匿名)を実施します。感染の不安がある人はこの機会に受検しましょう。

とき 6月2日(土) 9時～11時

ところ 衣浦東部保健所刈谷市)

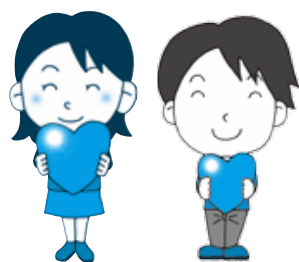
寄付



問合せ 衣浦東部保健所
活環境安全課
☎(21)4797

温かい善意をありがとうございます。

・西端巳午会様より西端中学校の一般備品としてチーンソー1台
・大森喜美子様より藤井達吉現代美術館の美術品収蔵として大森運夫《荒野にて》始め39点



・福田久美子様より藤井達吉現代美術館の美術品収蔵として赤塚祐二《Unit 7209》1点
・坂井みどり様より藤井達吉現代美術館の美術品収蔵として藤井達吉《梅》始め3点

大浜にぎわいづくり実行委員会 わたしたちと大浜地区を盛り上げましょう



大浜のまちづくりを行う「大浜にぎわいづくり実行委員会」では、一緒に大浜を盛り上げてくれるメンバーを募集しています。毎月第2水曜日19時から大浜まちかどサロンで、大浜てらまちウォーキングの開催準備や大浜のにぎわいをつくるためにはどうするべきか、楽しく会議をしています。

大浜をもっと盛り上げたい人、まちづくりに興味のある人は気軽にご参加ください。

問合せ 商工課商工観光係

病児保育がはじまります

問合せ こども課育成支援係

病気やけがで幼稚園・保育園や小学校に行けない。でも、どうしても両親が仕事などの都合で看病を行うことができない。そんなとき、家族に代わり一時的に預かり、子育てを支援します。

利用できる児童の条件

以下のすべての条件に当てはまる児童です。

- ①保護者が市内在住または在勤で、保護者の就労などの理由により、家庭での看病を受けることが困難である児童
- ②生後6か月～小学4年生の児童
- ③病気の回復期に至らない場合で、かつ症状の急変が認められない児童
- ④事前に登録がされている児童
- ⑤医師が病児保育の利用を適当と認めた児童

利用日時 木曜日を除く平日 8時30分～18時

実施場所 永井小児クリニック内病児保育室らびつと（☎41-0202、予約専用☎050-5840-2323）

定員 4人

料金 1日2,000円

※市内の生活保護法による被保護世帯、市民税非課税世帯は申請により無料になります。

利用方法

事前の登録が必要です。こども課にて利用登録を行ってください。

※利用登録申請書・減免申請書は、こども課窓口または市ホームページより入手できます。

登録に必要なもの 印鑑、母子手帳、保険証（父母）

お知らせ

病児保育の開始に伴い、天道保育園での病後児保育室は閉所します。

市制70周年記念事業

世代別会議のメンバーを追加募集します

碧南市の魅力やその魅力の効果的な発信方法を検討し、実施する世代別会議を開催しています。現在、以下の事業を企画しており、実施するための追加メンバーを募集します。

会議は、平成31年3月までの期間で月1回程度、主に平日19時～20時30分に開催します。

【若者会議】中学生～社会人（30代まで）

8月25日(土)に明石公園開業以降初めての夜間営業を企画し、市の特産品を使ったメニューを販売するグルメ企画およびイケメンコンテストを実施します。

【ハバママ会議】子育て世代の親（20代～40代）

市内の園児を中心に牛乳パックを使った手作りランタンを作成してもらい、8月25日(土)に明石公園で展示します。

【シニア会議】シニア（40代以上）

6月9日(土)に油ヶ淵周辺をコースとしたスタンプラリー形式のウォーキングイベントを実施します。また、12月に実施するイベントも企画検討中です。

申込み 5月25日(金)までに電話かEメールで経営企画課政策推進係（☎keieika@city.hekinan.lg.jp）

納期限のお知らせ

問合せ 税務課管理係

5月31日(木)は固定資産税・都市計画税第1期、軽自動車税の納期限です。納付場所は、納付書裏面に記載された金融機関、コンビニエンスストアです。納付書を紛失した場合は税務課窓口で再発行します。口座振替の申込みをしている場合は、納期限の日に引き落としされますので、口座残高をご確認ください。

納税のこよみ

納期限	税金の種類
5月31日(木)	固定資産税・都市計画税第1期 軽自動車税
7月2日(月)	市県民税（普通徴収）第1期
7月31日(火)	固定資産税・都市計画税第2期 国民健康保険税第1期
8月31日(金)	市県民税（普通徴収）第2期 国民健康保険税第2期
10月1日(月)	国民健康保険税第3期
10月31日(水)	市県民税（普通徴収）第3期 国民健康保険税第4期
11月30日(金)	国民健康保険税第5期
12月25日(火)	固定資産税・都市計画税第3期 国民健康保険税第6期
平成31年 1月31日(木)	市県民税（普通徴収）第4期 国民健康保険税第7期
2月28日(木)	固定資産税・都市計画税第4期 国民健康保険税第8期

市制70周年記念

オリジナル フレーム切手 販売中

市制70周年を記念したオリジナルフレーム切手を販売中です。切手には市の特徴的な風景がデザインされ、観賞用としても楽しめます。

枚数限定ですので、早めにお買い求めください。経営企画課窓口または藤井達吉現代美術館で販売しています。

内容 82円切手×10枚

料金 1,000円

問合せ 経営企画課政策推進係



市制70周年記念事業世代別会議プレゼンツ

油ヶ淵うきうき ウォーキング

～竜神様が宿と言われる

パワースポット・油ヶ淵へようこそ～

市制70周年を記念した市内のシニア世代によるウォーキングイベントです。竜神伝説の残るパワースポット・油ヶ淵を歩けば、花しょうぶと油ヶ淵のいいところが見えてきます。うきうき気分であとはお抹茶と和菓子を無料で味わえます。



参加した子どもはふわふわ遊具で遊べます。家族での参加をお待ちしております。

とき 6月9日(土) 9時～13時(受付は11時30分まで、雨天決行)

受付場所 花しょうぶ園、応仁寺、哲学たいけん村無我苑、油ヶ淵水辺公園

問合せ 経営企画課政策推進係

市制70周年記念

全国一斉「あそびの日」キャンペーン2018

元気ッス！あそびのリレー

パラリンピックを応援しよう！

パラスポーツを体験・交流しよう！

健康な心とからだ、健康な地域づくりを目指して、あそびから生涯レクリエーション・生涯スポーツへとつながるイベントです。みんなで汗をかくて交流を深めましょう。

とき 6月10日(日) 12時～15時30分(受付は11時～)

ところ 臨海体育館

内容 車椅子ダンス、パラスポーツ(バスケット、ボッチャ、卓球など)、ニュースポーツいろいろ、防災食体験・展示、C5忍者ランドが待ってござる

対象 どなたでも

定員 300人(先着順)

持ち物 室内シューズ、飲み物

申込み 5月25日(金)までにFAXまたは持参で参加者の①住所②電話③氏名④年齢を臨海体育館内スポーツ課(FAX42-8368、☎48-5311)、各公民館(西端は除く)または農業者コミュニティセンター※各公民館と農業者コミュニティセンターは受付箱へ申込書を入れてください。



西端地区 あなたを守る 防災講座

甚大な被害が想定される南海トラフ巨大地震などに備え、まずは自分自身と家族を守るための防災講座を開催します。また、地域防災の観点で、要配慮者支援について考える機会を設けます。会場は西端地区ですが、市内在住の人は受講できます。

とき	内容
5月27日(日) 10時～12時	・ 碧南市の防災対策 ・ 防災、減災の基礎知識
6月24日(日) 10時～12時	・ ポリ袋で作る非常食作り ・ 災害への備えを学ぶ

ところ 西端公民館

定員 各50人（先着順）

申込み 5月22日(火)までに氏名、住所、連絡先を電話またはFAXで社会福祉協議会（☎46-3701、FAX 48-6522）

芸術文化ホール 指定管理者を 募集します

芸術文化ホールの事業運営・建物管理（市民図書館を含む）については、平成26年4月からの第1期指定管理期間（5年間）が満了するため、次期指定管理者を新たに募集します。芸術文化ホールを活用した市民に芸術活動、交流の場を提供するとともに、市民に親しまれる芸術文化の拠点となる創意工夫ある提案を募集します。

業務内容 舞台芸術の振興・普及に関する業務、施設の利用・維持管理に関する業務、自主事業などの実施

指定管理期間 2019年4月1日～2024年3月31日(5年間)

※詳細は市ホームページにてご確認ください。

問合せ 文化創造課庶務係 ☎(41)0894

公共施設ロビー展示のお知らせ

力作ぞろいです。是非お出かけください。

とき 6月1日(金)～30日(土)

※月曜日は休館です。ただし、新川・大浜・棚尾公民館は月曜日も開館します。

ところ	内容
新川公民館 ☎(41)2103	秋津書道会（書道）
中部公民館 ☎(42)8266	弥生会（リフォーム作品）
大浜公民館 ☎(42)1182	友墨会（水墨画）、つぼみの会 久津名節子（部屋飾りアート）
棚尾公民館 ☎(41)0892	石川文郎（陶芸）、サークルは あもにい（フラワーデザイン）、 平松&竹内（写真）、たんぼぼ クラブ（パッチワーク）
日進公民館 ☎(48)2678	山中功博（葦船学校）
鷺塚公民館 ☎(48)5412	ボタニカルアート彩画クラブ(ボ タニカルアート)、デイサービ ス希ら（絵手紙）
農業者コミュニ ティセンター ☎(42)5888	よもぎ会（押し花）
南部市民プラザ ☎(42)8211	矢作川の草花たち（花のスケッ チ）

※展示者の都合により、開始日・終了日が変更になる場合があります。

★つくる楽しさ 笑顔で見発見★ ★ものづくりセンターまつり★

問合せ ものづくりセンター ☎(43)5031

楽しいものづくり
体験と作品展示・販
売をします。

とき 6月3日(日)
9時30分～15時

ところ ものづくり
センター

内容

- ・ **シルバー人材センター**
会員作品、みたらし団子、焼きいもの販売、刃物研ぎ、網戸張替講座（事前予約制）
 - ・ **愛知建連技能専門校**
訓練生作品の展示・販売、体験講座「大工に挑戦」
 - ・ **少年少女発明クラブ**
作品・写真展示、小学3年生定例活動
 - ・ **その他のイベント**
バルーンアート体験、人形劇、ストーンペインティング、フェイス・ボディペインティング、似顔絵、折り紙づくり、ペーパークラフト
- ※フランクフルト、フライドポテト、焼きそば、ビーズ作品、手作り石けん、キャンドルを販売します。



愛知万博メモリアル 県市町村対抗駅伝競走大会 市代表選手の候補者募集

12月1日(土)に愛・地球博記念公園(長久手市)で開催される愛知万博メモリアル愛知県市町村対抗駅伝に参加する市代表選手候補者を募集します。

●愛知駅伝とは

2005年に開催された国際博覧会「愛・地球博」を記念し、県内市町村の交流やスポーツ振興などを目的として2006年から始まりました。

毎年「愛・地球博記念公園」で開催される駅伝大会で、県内の全市町村の54チームが参加し、9区間の代表選手でたすきをつなぎ、約30kmのコースを走ります。テレビ放映もあり、多くの県民が注目するスポーツイベントです。

対象 市内在住・在勤の人(市内中学校を卒業した人も可)

※6月3日、7月8日、8月12日、9月9日、30日(日)の計5回の練習選考会のうち、2回以上ご参加ください。

区間	対象	距離
第1区	中学生女子	2.8km
第2区	ジュニア男子	4.7km
第3区	40歳以上(男女不問)	3.9km
第4区	小学生女子	1.1km
第5区	中学生男子	3.2km
第6区	小学生男子	1.1km
第7区	一般女子(18歳以上)	3.2km
第8区	ジュニア女子	3.9km
第9区	一般男子(18歳以上)	4.8km

※変更する場合があります。

申込み 5月27日(日)までに申込書を臨海体育館内スポーツ課(☎48-5311)

※申込書は臨海体育館窓口または市ホームページから入手できます。

エメラルドカルチャークラブ 受講生募集

骨盤バランスエクササイズ

骨盤内の血液循環を良くし、インナーマッスルを鍛えます。本来の姿勢を取り戻し、身体の動きを楽しみましょう。

とき 5月29日、6月5日、19日、26日、7月10日、24日、31日、8月21日、9月4日、11日の火曜日
19時30分～20時20分(全10回)

講師 井上弥生氏(骨盤ケアインストラクター)

定員 30人(先着順)

参加費 一般 5,000円、エメラルド会員 4,500円

カホンを叩こう!

カホンとは、木でできた箱型のラテン系パーカッションです。箱1つで様々な音を出すことができ、演奏することで認知症予防やアンチエイジングにも役立つとされ、様々な年齢層の人に広まっています。この講座では、段ボール製のカホンを使い、身近に楽しむことができます。全く音楽をやったことの無い人でも大丈夫です。

とき 6月16日、7月7日、8月4日、9月15日、22日の土曜日 10時～11時(全5回)

講師 三沢信氏

定員 10人(先着順)

参加費 一般 3,000円、エメラルド会員 2,500円

※カホンを持っていない人は、段ボール製カホンの購入が可能です(3,000円)。

産後リカバリーヨガ

産後のシェイプアップと育児の疲労回復、ストレス解消、出産後の体調を整えて身体を引き締めます。お母さん同士で交流し、育児の話を楽しみましょう。

とき 6月13日、27日、7月11日、25日、8月8日、9月12日の水曜日 11時～12時(全6回)

講師 関千保氏(産後ヨガインストラクター)

定員 15人(先着順)

参加費 一般 3,000円、エメラルド会員 2,500円

アロマセラピー はじめの一步

アロマセラピーは植物の香りの力を借りて若々しく美しく、そして健康に役立つ芳香療法です。

様々な精油のなかから自分にぴったりの香りを見つけ、ナチュラルケア体験しませんか。作ったアロマグッズは毎回持ち帰ることができます。

とき 6月30日、7月21日、8月18日、9月1日の土曜日 10時～12時(全4回)

講師 高須広子氏(AEAJアロマセラピーアドバイザー)

定員 16人(先着順)

参加費 一般 5,000円、エメラルド会員 4,500円

各講座とも

ところ 芸術文化ホール

申込み 5月19日(土)(電話は20日(日)) 10時より芸術文化ホール(☎48-3731)