

# 勤労青少年ホーム前期講座受講生募集

勤労青少年ホームは、働く若者のための施設です

申込 勤労青少年ホーム(☎822-7921)

対象者／市内に在住または勤務する35歳以下の方  
 申込期間／3月13日(金)～26日(木)(月曜・祝日は休館)  
 火～金曜日…午後1時～8時  
 土・日曜日…午前9時～午後4時

申込方法／本人が勤労青少年ホームへ直接  
 ※申込人数が半数未満のときは、中止になることがあります。

講座名	講師	曜日	時間	日程	回数	定員	教材費
やさしい手編	稲葉幸子	火	18:30～20:30	4/7～9/15	18回	10人	1000円
楽しむアロハフラ	小林富美子	火	18:30～20:00	4/7～9/15	18回	12人	1000円
ピラティス & ヨガ	普入圭実子	水	18:30～20:00	4/8～9/16	18回	15人	3000円
茶道	奥村宗征	水	18:30～20:30	4/8～9/16	18回	10人	10000円
料理	五家真弓	水	18:30～20:30	4/8～9/16	18回	12人	18000円
料理	谷村貴子	木	18:30～20:30	4/9～9/17	18回	12人	18000円
NEW! キックシェイプ	服部智子	木	18:30～20:00	4/9～6/18	6回	15人	無料
着付	桜井定子	木	18:30～20:30	4/9～9/17	18回	12人	5000円
フラワーアレンジメント	長田登志子	金	18:30～20:30	4/10～9/18	18回	10人	20000円
ZUMBA	大塚潤	土	10:30～11:30	4/4～9/19	18回	15人	無料
ピラティス & ヨガ	普入圭実子	土	10:30～12:00	4/11～9/19	18回	15人	3000円
NEW! 初級英会話	マリア・クリスティナ	土	13:30～15:00	4/11～9/19	18回	12人	無料
やさしいバレエ	普入圭実子	土	15:30～17:00	4/11～9/19	18回	10人	4000円
トータルビューティー講座	阪上利恵	日	10:30～12:00	4/19～6/21	6回	15人	500円



Let's Try!

## 亀城プラザ文化講座・教室受講生募集

申込方法／往復はがきに希望講座、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入して郵送、または郵便はがきを窓口(水曜日定休)に持参  
 ※はがき1枚につき1人1教室の申し込み  
 ※親子の講座は子供の氏名(ふりがな)、年齢も記入

申込締切／3月21日(土)(必着)  
 ※一眼レフカメラ撮影術講座は4月24日(金)(必着)  
 ※定員を越えたときは抽選。また、申込人数が少数のときは、中止になることがあります。

申込 亀城プラザ  
 (〒300-0043 中央二丁目16-4 ☎824-3121)

講座名	対象者	曜日	時間	日程	回数	定員	受講料 <sup>※1</sup>
おやこヨガ <sup>※2</sup>	5か月～3歳児と保護者	月	(A)10:30～11:30 (B)13:30～14:30	4/13～6/8	8回	各25組(50人)	6000円
ナチュラルボディメイクヨガ	一般男女	月	19:30～20:30	4/6～6/15	10回	40人	5000円
アタッチメント・ベビーマッサージ教室	2か月～未歩行児と保護者	火	10:30～12:00	4/14～6/9	8回	15組(30人)	※5 7500円
骨盤スリムピラティス	一般男女	火	19:30～20:30	4/7～6/16	10回	30人	5000円
デジタル一眼レフカメラ撮影術講座(基本編)	一般男女	火	19:30～21:30	5/12～6/2	4回	25人	※5 3200円
うさぎ先生の親子リトミック体操教室	1歳半～4歳児と保護者	木	9:45～10:45	4/9～6/11	8回	30組(60人)	4000円
らくらく骨盤体操	一般男女	木	11:10～12:10	4/9～6/11	8回	30人	4000円
はじめてのハーモニカ <sup>※3</sup>	一般男女	木	13:15～14:30	4/9～6/11	8回	15人	※5 8636円
うさぎ先生のちびっこ体操教室 <sup>※4</sup>	4～6歳児	木	(C)16:30～17:15	4/9～6/11	8回	18人	8000円
NEW! アンチエイジング★ヨガ	一般男女	金	9:30～10:30	4/10～6/12	10回	30人	5000円
男性のためのボディエクササイズ～男塾～	18～50歳男性	金	19:30～20:30	4/10～6/12	10回	25人	7500円
うさぎ先生のちびっこ体操教室 <sup>※4</sup>	4～6歳児	土	(A)14:00～14:45 (B)15:00～15:45	4/4～6/20	10回	各18人	10000円
	小学1～3年生	土	16:00～16:45				

※1…受講料は保険料を含む(デジタル一眼レフカメラ撮影術講座、はじめてのハーモニカを除く) ※2…(A)、(B)いずれかを選択  
 ※3…初回時にハーモニカを購入可能(要予約) ※4…(A)、(B)、(C)いずれかを選択 ※5…教材費含む