

講座案内

共通事項 電話や郵送での申し込みはできません。申込者が少ないときは開講しない場合があります。
受講料 図教材費（材料費）

春期スポーツ教室

対象 市内在住または在勤の方

▶一般…高校生以上の方

※「⑫なぎなた」は小・中学生も参加可。

▶親子…就園前のひとり歩きができるお子さんとその保護者

申込期限 3月12日(火)。ただし、月曜日を除く。

受付時間 午前9時～午後8時

申込方法 申込書に必要事項を記入の上、直接総合

体育館、中央体育館、鶴城体育館、一色B & G海洋センター、吉良町公民館、幡豆公民館へ。⑭⑮「親子ふれあい体操」は重複申し込みできません。申込書は各施設に用意。

その他 申込期間内に定員を超えた場合は、3月14日(木)午前10時から総合体育館で公開抽選を行い、後日結果を郵送します。

問合先 ▶西尾地区…スポーツ課振興担当（☎54・0002／総合体育館内）▶吉良地区…吉良町公民館（☎32・2151）

地区	対象	教室名	日時など	場所	定員	参加料	講師
西尾地区	女性	①バレーボール	4月9日～6月25日の毎回火曜日全10回 午前9時30分～11時30分	総合体育館	30人	3,000円	山根洋子氏
		②バドミントン	4月9日～7月9日の毎回火曜日全10回 午前9時30分～11時30分	総合体育館	30人	3,000円	森川慶子氏
		③卓球	4月10日～6月12日の毎回水曜日全10回 午前9時30分～11時30分	総合体育館	35人	3,000円	石川孝子氏
		④健康体操	4月10日～6月12日の毎回水曜日全10回 午前9時30分～11時30分	総合体育館	30人	3,000円	榊原節子氏
		⑤エアロビクス	4月12日～6月21日の毎回金曜日全10回 午前9時30分～11時30分	総合体育館	30人	3,000円	市川妙子氏
		⑥硬式テニス	4月11日～6月13日の毎回木曜日全10回 午前9時30分～11時30分	市民運動広場テニスコート	25人	3,000円	河村昌昭氏
		⑦ソフトテニス	4月10日～6月12日の毎回水曜日全10回 午前9時30分～11時30分	西尾公園テニスコート	30人	3,000円	林正孝氏
	一般	⑧バドミントン	4月10日～6月12日の毎回水曜日全10回 午後6時45分～8時45分	総合体育館	30人	3,000円	あきまさ 神谷昭賢氏
		⑨卓球	4月10日～6月12日の毎回水曜日全10回 午後6時45分～8時45分	総合体育館	30人	3,000円	尾崎健二氏
		⑩エアロビクス	4月10日～6月12日の毎回水曜日全10回 午後6時45分～8時45分	総合体育館	30人	3,000円	飯野優子氏
		⑪硬式テニス	4月12日～6月21日の毎回金曜日全10回 午前9時30分～11時30分	市民運動広場テニスコート	25人	3,000円	岸本洋征氏
		⑫なぎなた ※小・中学生も参加可。	4月13日～6月22日の毎回土曜日全10回 午後1時30分～3時30分	総合体育館	30人	3,000円	近藤吟子氏
		⑬ラージボール卓球	4月13日～6月22日の毎回土曜日全10回 午後2時30分～4時30分	総合体育館	30人	3,000円	杉浦勝氏
	親子	⑭親子ふれあい体操（火曜日コース）	4月9日～6月25日の毎回火曜日全10回 午前10時～正午	総合体育館	30組	3,000円	中村里佳氏 柵木真里子氏
		⑮親子ふれあい体操（木曜日コース）	4月11日～6月13日の毎回木曜日全10回 午前10時～正午	総合体育館	30組	3,000円	中村里佳氏 柵木真里子氏
吉良地区	女性	⑯バレエエクササイズ～姿勢美人になろう～	4月10日～6月12日の毎回水曜日全10回 午後2時～3時	コミュニティ公園	15人	3,000円	伴野さゆり氏
		⑰アロマでリラックスヨガ	4月10日～6月26日の毎回水曜日全10回 午後7時30分～8時30分	吉良町公民館	20人	3,000円	みつぎ 三樹ひろみ氏
		⑱ピラティス～インナーマッスルを鍛えましょう～	4月12日～6月21日の毎回金曜日全10回 午後7時30分～8時30分	吉良町公民館	20人	3,000円	藤吉広美氏
	一般	⑲はじめてのエアロビクス～楽しく体を動かしてみよう～	4月11日～6月20日の毎回木曜日全10回 午前10時～11時	吉良町公民館	25人	3,000円	星野光子氏
	親子	⑳親子トリム&エアロ	4月11日～6月13日の毎回木曜日全10回 午前10時～11時30分	吉良野外趣味活動施設	30組	3,000円	鈴木浩子氏 椿裕子氏
小学生		㉑卓球	4月12日～6月28日の毎回金曜日全10回 午後7時～8時45分	吉良中学校	25人	3,000円	石川孝子氏

春の健康づくり教室

対象 市内在住または在勤で、自己の体調管理ができる方

申込期間 3月1日(金)～17日(水) 午前9時～午後5時。ただし、17日(水)は正午まで。

申込方法 直接ホワイトウェイブ21へ。代理人によ

る申し込みは不可。申込期間内に定員を超えた場合は3月18日(木)午前10時から抽選を行います。結果は翌日午前9時から館内に掲示。ホワイトウェイブ21ホームページ (<http://www.katch.ne.jp/~ww21>) から閲覧できます。

問合せ先 ホワイトウェイブ21 (☎34・8222)、スポーツ課施設担当 (☎54・0002/総合体育館内)

教室名	運動強度・難度	期日など	時間	場所	定員	参加料
エアロビクス	中	4月9日～7月2日の 毎回火曜日 全10回	午前9時30分～10時30分	ホワイト ウェイブ21 多目的ホール	各 コース 30人	各 コース 2,000円
健康体操	中		午前10時40分～11時40分			
エアロビクス	弱		午後1時30分～2時30分			
リズム体操	弱		午後2時40分～3時40分			
エアロビクス	中	4月10日～7月3日の 毎回水曜日 全10回	午前9時30分～10時30分			
健康体操	中		午前10時40分～11時40分			
エアロビクス	弱		午後1時30分～2時30分			
さわやか体操(65歳以上)	弱		午後2時40分～3時40分			
エアロビクス	中	4月11日～7月4日の 毎回木曜日 全10回	午前9時30分～10時30分			
健康体操	中		午前10時40分～11時40分			
エアロビクス	中		午後1時30分～2時30分			
ひばりエクササイズ	弱		午後2時40分～3時40分			
エアロビクス	中	4月12日～7月5日の 毎回金曜日 全10回	午前9時30分～10時30分			
健康体操	中		午前10時40分～11時40分			
エアロビクス	中		午後1時30分～2時30分			
ビューティーウォーク	弱		午後2時40分～3時40分			
水中運動教室	弱	4月9日～7月2日の 毎回火曜日 全10回	午前10時～11時30分	ホワイト ウェイブ21 25mプール	各 コース 30人	各 コース 3,000円
水中運動教室	中		午後1時30分～3時			
初心者水泳教室	強	4月10日～7月3日の 毎回水曜日 全10回	午後1時30分～3時			
水中運動教室	弱	4月11日～7月4日の 毎回木曜日 全10回	午前10時～11時30分			
男性水中運動教室	中		午後1時30分～3時			
初心者水泳教室	強	4月12日～7月5日の 毎回金曜日 全10回	午前10時～11時30分			
水中運動教室	中		午後1時30分～3時			

働く婦人の家 春期講座

対象 市内在住の小学生以上のお子さんとその親または祖父母

申込期間 3月9日(土)～15日(金) 午前9時～午後9時

時。ただし、月曜日を除く。

申込方法 費用を持参の上、直接働く婦人の家へ。代理人による申し込みも可。先着順。ただし、申込開始時に定員を超えた場合は抽選。

問合せ先 働く婦人の家 (☎56・7676)

講座名	日時	内容	定員	費用	講師
楽しいバルーンアート	3月23日(土) 午後1時～3時	風船で“ジャンピングネズミ”や“みつばちブンブン”などを作ります	10組	受200円 お子さん1人につき200円	土谷千代子氏

西尾勤労会館講座

対象 市内在住または在勤の方。ただし、中学生以下のお子さんを除く。

申込期間 3月17日(水)～24日(水) 午前9時～午後9時

時。18日(木)・21日(日)を除く。

申込方法 費用を持参の上、直接西尾勤労会館へ。先着順。

問合せ先 西尾勤労会館 (☎59・1100)

講座名	日時など	内容	定員	費用	講師
ウクレレを弾いてみよう	4月9日～6月25日の毎回火曜日 全10回 午後1時30分～3時	初心者向けの簡単なコードとメロディーの弾き方を学びます	12人	受1,000円 教1,200円	中村成利氏
フラワーアレンジ	4月9日～8月27日の毎回火曜日 全10回 午後7時～8時30分	花束や造花など新しいスタイルですてきなアレンジを学びます	12人	受1,000円 教12,000円	千葉貴子氏