

## あま市「みんなの掲示板」

～皆さんの活動情報をお知らせください～

6月号締め切り 4月5日(木)まで 7月号締め切り 5月7日(月)まで  
 ☎ 企画政策課 ☎ 444・1712



### ヨガ体験講座

簡単な動きと呼吸で心と身体を整え笑顔でスッキリいられるようにします。ヨガ経験ない方でも大丈夫。

- 時** 4月10・17・24日(火) 午後1時30分～2時45分
- 所** 甚目寺総合体育館
- ¥** 1回500円(3回1,500円)
- 申** 電話で前もって申し込みください。
- 問** 甚目寺ヨガクラブ 高原
- ☎** 720・2748

### 2018年自然農法セミナー

- 時** 4月10日(火)午前10時～正午 雨天:4月12日(木)
- 所** 和み農園(七宝町地内)
- 内** 農業基礎、畑の準備方法
- 師** MOA自然農法文化事業団 宮島 一人氏
- ¥** 1,000円(次回7月10日(火))
- 申** 4月9日(月)までに電話でお申し込みください。(定員10人)
- 問** 和みねっとわーく 上野
- ☎** 090・2575・8316

### お話を声にのせて楽しもう!

- 気持ちよく声を出し気分転換。充実感を味わいましょう。どなたでも。
- 時** 4月11日(水)午後1時30分～3時30分(途中退室可能)
  - 所** 美和公民館 会議室1
  - 持** 5分程の読み物コピー2部
  - 申** 4月9日(月)までにFAX441・8553もしくはお電話でお申し込みください。
  - 問** お話を声に出して読む会 水谷
  - ☎** 070・5251・8553

### マジック講座開講

トランプ等簡単な手品からハリーポッターにも負けず劣らずの夢のようなマジックが体験・習得できます。

- 時** 4月13日(金)午後1時30分～3時30分
- 所** 甚目寺公民館 教養室
- ¥** 1,000円
- 申** 4月9日(月)までにお電話でお申し込みください。
- 問** 甚目寺マジッククラブ 前田
- ☎** 443・4401

### 【会員募集】健康体操「ほねぶと」

- 日頃の運動不足を解消しませんか? 運動に自信のない方でも大丈夫。講師の先生の指導で健康づくりに取り組みましょう。
- 時** 毎週火曜日(見学・体験無料) 午後1時30分～3時30分
  - 所** 七宝総合体育館(柔道場)
  - ¥** 月1,000円
  - 問** ほねぶと 湯浅
  - ☎** 090・3958・5483

### 【会員募集】ママ・フィットネス

- 音楽に合わせて簡単なリズム体操、ヨガ、ピラティス、バランスボール等を行っています。お子様連れOKです。1,2,3歳児の親子体操も行っていきます。
- 時** 毎週水・金曜日午前9時30分～11時、午前11時～正午
  - 所** 甚目寺総合体育館
  - ¥** 1回あたり300円
  - 問** ママ・フィットネス 佐藤
  - ☎** 090・8421・0500

### 【会員募集】キッズダンス

- キッズ向けの競技エアロビクス、キッズダンス、器械体操教室(1,2,3歳)、親子体操を行っています。ぜひ体験レッスンにお越しください。
- 時** 毎週月・火・金曜日午後4時～、午後5時～、午後6時～  
毎週水・木曜日午後4時～
  - 所** 甚目寺総合体育館
  - ¥** 1回500円、1～3歳200円
  - 問** キッズダンス 佐藤
  - ☎** 090・8421・0500

### 【会員募集】健美体操スワン

- 自分のペースで、無理なく優しく身体を動かしてみましょ。時間内にいつでも参加OKです。
- 時** 毎週火曜日午前10時～正午(春・夏・冬休みあり)
  - 所** 七宝総合体育館 柔道場
  - ¥** 月3,000円前後
  - 問** 健美体操スワン 小塚
  - ☎** 446・4534

### 【会員募集】美和太極拳クラブ

- 趣味や健康づくりとしてやってみませんか。老若男女どなたでもOK。愛知県太極拳協会の先生に指導していただきます。見学、体験、入会は随時受け付けます。初心者歓迎です。
- 時** 毎週水曜日午後1時30分～3時
  - 所** 美和公民館 講堂
  - ¥** 月2,000円(見学・体験無料)
  - 問** 美和太極拳クラブ
  - ☎** 444・8849(恒川)  
444・6932(熊原)

### 【会員募集】美和詩吟クラブ

- 詩吟は生涯学習の決定版。腹式呼吸で声を出し、心臓や肺の機能を高め、認知症や老化予防に役立ちます。
- 時** 毎週水曜日午後7時～9時  
毎週金曜日午後2時～4時
  - 所** 美和情報ふれあいセンター(水)・美和公民館(金)
  - ¥** 月2,000円
  - 問** 美和詩吟クラブ
  - ☎** 442・4372(石鳥)  
442・3962(石井)

### 【会員募集】歌謡教室「なかよし会」

- 演歌・ポップスの新曲を中心に講師の指導のもとお稽古しています。
- 時** 第1・2・3木曜日(月3回)  
女性午後6時30分～7時30分  
男性午後7時30分～8時30分(合同教室)
  - 所** 甚目寺公民館 視聴覚室
  - 師** 日本クラウン歌手 富士ひろみ氏
  - 問** 歌謡教室「なかよし会」
  - ☎** 443・4401(前田)  
444・6298(村山)

### 【会員募集】甚目寺マジッククラブ

- 夢のような不思議なマジックが体験・習得できます。
- 時** 第4金曜日(毎月1回) 午後1時30分～3時30分
  - 所** 甚目寺公民館 教養室
  - ¥** 1,000円※4月は27日です。
  - 持** ハサミ、のり、筆記用具
  - 申** 当月の第3金曜日までにお電話でお申し込みください。
  - 問** 甚目寺マジッククラブ 前田
  - ☎** 443・4401