

# ニュースレター10月

地球市民交流センター

0561-64-1190 (8:30~17:00)

<http://www.chikyushimin.com>

## 寄せ植え教室

鳥かごに植える多肉植物の寄せ植え

3日(月) 13:30~15:00

- ・多目的室4
- ・材料費 1000円
- ・定員: 24名
- ・タオル・飲み物
- ・電話予約 9/14(水) 9:00から



## プランターで育てる野菜教室

野菜を身近なプランターで育ててみませんか?

12日(水) 10:00~12:00

- ・多目的室4
- ・1名100円(材料費300円)
- ・定員: 20名
- ・タオル・飲み物

## 種から育てるガーデニング教室 植物の成長に合わせた連続講座

6日(木)・20日(木)

- ・多目的室4
- ・10:30~12:00
- ・1名100円(材料費400円)
- ・定員: 20名
- ・手袋・タオル・飲み物



## 大人の健康講座 大人のための自然観察会

14日(金) 10:00~12:00

- ・多目的室4
- ・1名100円
- ・定員: 30名
- ・タオル・飲み物

## 大人のクラフト教室 手軽にできる小物づくり

21日(金) 10:00~12:00

- ・多目的室4
- ・1名100円+材料費別途
- ・定員: 10名
- ・タオル・飲み物

## ノルディックウォーキング ポールを使ったウォーキングの実践講座

3日(月)・17日(月) 10:00~11:30

- ・集合: 屋内広場(雨天:多目的スタジオ1)
- ・ポール貸出 20名100円 参加費 100円
- ・タオル・帽子・飲み物・手袋・あればサングラス

## 太極拳入門教室 (楊名時八段錦・太極拳)

5日(水)・19日(水)

- ・多目的スタジオ1・2・3
- ・13:30~15:00
- ・定員: 25名
- ・1名100円
- ・タオル・飲み物・有れば室内履き



## 姿勢改善エクササイズ 肩こり腰痛猫背をストレッチや体操で改善

6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)

- ・多目的スタジオ1・2・3
- ・14:00~15:15
- ・定員: 30名
- ・1名100円
- ・ヨガマット or バスタオル・飲み物

## ハワイアンダイエットダンス! 心と体をリフレッシュしよう!

27日(木)

- ・多目的スタジオ1・2・3
- ・18:30~20:00
- ・定員: 30名
- ・1名200円
- ・タオル・飲み物

## リラックスヨガ 心と体をほぐして肩こり、腰痛を改善!!

7日(金)・21日(金) 10:30~11:30

- ・多目的スタジオ1・2・3
- ・定員: 30名
- ・1名100円
- ・ヨガマット・飲み物

## キッズダンス教室 体で覚えよう! リズム感!

3日(月)・17日(月) 17:15~18:05

- ・多目的スタジオ1・2・3
- ・1名200円
- ・定員: 小学生(保護者同伴) 25名
- ・室内履き・タオル・飲み物



## モリコロパークの自然かんさつ会 スズムシ・マツムシ・クツワムシ!

2日(日) 10:00~12:00

- ・定員: 60名
- ・管理事務所前に集合です
- ・参加無料(小学生以下は保護者同伴)
- ・電話予約は9月4日(日) 14:00から

【お申込み・問い合わせ】 電話: 0561-64-1190

※詳しくはHPまたはチラシをご覧ください。

感染症対策のため、「検温・手指消毒・マスク着用・常時換気」を行います。

また、状況により中止になる場合があります。

# 10月パートナーイベント案内

地球市民交流センターで活動している団体、個人の活動紹介です。お問い合わせは各団体まで。

- 1日(土)「**花のペンチ**」 年長以上 10名1人 500円
  - 3日(月)「**ペーパークラフト**」 20歳以上 5名1人 600円
  - 20日(木)「**工芸紙制作講座**」 5名1人 800円
- ・多目的室3 9:00~17:00
  - ・事前申込み
  - ・美術工芸紙工房 kondokazuko941@outlook.jp

- 5日(水)・19日(水)・26日(水)  
**ヴォイトレニングとコーラスを楽しもう!**
- ・多目的室3 14:00~16:00
  - ・事前申込み 定員30名 一人1000円
  - ・ヴォイトレコーラスつばさ 080-6035-1144

## 6日(木)・13日(木)・17日(月)・24日(月) 包丁研ぎ体験

- ・多目的室3 10:00~14:00
  - ・当日先着順 10名 一人100円
  - ・いだか竹とんぼの会 080-2624-3715
- お休みとなる場合がありますのでお問合せ下さい。

## 20日(木) ゆかいな仲間の楽しいマジックショー

- ・体験学習室3・13:00~14:00
- ・定員30名 入場無料
- ・マジック・バルーン教室 一人200円
- ・スーパーグレートマジシャン 090-3555-0874



## 「ぬいえ教室」 随時

- ・多目的室3 10:00~12:00
- ・定員20名 参加無料
- ・申し込み 地球市民交流センター  
0561-64-1190

## 「SDGs」パネル展示 随時

- ・多目的室3 10:00~12:00
- ・定員20名 参加無料
- ・申し込み 地球市民交流センター  
0561-64-1190



- ・10月8日「お月見コンサート」開催予定  
工事の関係で中止なる場合もあります。  
問い合わせは 0561-64-1190

- ・11月9日(水) 毎月第2水曜日  
「**ハワイアンダイエットダンス**」 昼の部を始めます
- ・多目的スタジオ1 14:30~16:00
- ・定員15名 一人200円
- ・申し込み 地球市民交流センター  
0561-64-1190