

## フローラルガーデンよさみ 陶芸教室

**時** 12月23日(木)・25日(土) 13時30分～15時30分  
**場** フローラルプラザ  
**内** 1年の締めくくりに大皿に挑戦します。  
**講** 毛利記代子氏(陶芸家)

**定** 各日9人(先着順)  
**持** エプロン  
**申** 12月3日(金)9時から電話(29-4330)でフローラルガーデンよさみへ。

### 人生100年時代の保険講座

かりや商人大学

**時** 2月2日(水) 14時～16時

**場** 刈谷商工会議所  
**内** 現在加入の保険証券の内容確認の方法や、今後を見据えた保険の選び方のポイントを学びます。

**講** 田中繁子氏(アフラ生命保険㈱)

**定** 15人

※申込多数の場合抽選

**持** 500円

**申** 筆記具、保険証券

12月28日(火)までに、①郵便番号・住所、②氏名(フリガナ)、③年齢、④電話番号、⑤FAX番号(お持ちの人)、⑥講座名をハガキまたはFAX(24・6049)で刈谷商工会議所(〒448・8503 新栄町3・26)へ。

**問** 刈谷商工会議所(☎21・0370)

### 救命講習会

①普通救命講習Ⅲ

**時** 12月18日(土) 9時～12時

**場** 知立消防署

**内** 小児・乳児・新生児の心肺蘇生法、ひきつけ、のどに異物が詰まったときの処置

②普通救命講習Ⅰ

**時** 12月19日(日) 9時～12時

**場** 碧南消防署

**内** 心肺蘇生法、AEDの使用法、止血法

③普及員講習再教育

**時** 12月26日(日) 9時～12時

**場** 刈谷消防署

**内** 応急手当普及員の資格を有する人が、前回の講習受講日から3年以内に再度受講するための講習

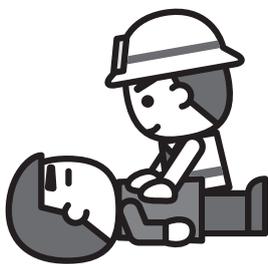
【共通】

**対** 碧海5市在住、在勤または在学の学生

**定** 各20人(先着順)

※団体受講は、最寄りの消防署へ。

**申** 12月5日(日)9時から、電話で、①知立(81・4144)、②碧南(41・2625)、③刈谷(23・1299)消防署へ。



### ウイメンズ 救命講習会

①普通救命講習Ⅲ

**時** 1月29日(土) 9時～12時

**場** 刈谷消防署

**内** 小児・乳児・新生児の心肺蘇生法、のどに異物が詰まったときの処置

**対** 碧海5市在住、在勤または在学の女性

**定** 4800円

**申** 12月19日(日)9時から、電話(23・1299)で刈谷消防署へ。

## スポーツ

### アイリスカルチャークラブ

①バレティス®/バレエダンスと医療従事者監修によるトレーニングメニュー

**時** 1月6日・20日、2月3日・17日、3月10日・17日の木曜日 10時～11時30分

**場** クラシックバレエの基礎を用いて、呼吸と動きを同期させ、体幹あるしなやかな体作りを目指したトレーニング法です。クラシック音楽を用いて心身共にリラックスしながら、美しい体を目指します。

**講** 竹内夏希氏(ヒロ・クロンドールバレエ認定バレティス®トレーナー)

**定** 14人

**持** 4800円

**申** 12月17日(金)必着

**場** 総合文化センター

**内** ①～③の希望の講座名、希望の時間(③のみ)、氏名(フリガナ)・③は母親の氏名・年齢、子どもの氏名(フリガナ)・生年月日・性別(③のみ)、郵便番号・住所、電話番号をハガキ、(mailto:manai@katya.falint.jp) または直接、総合文化センター(〒448・0

**時** 1月13日・27日、2月3日・17日、3月17日の木曜日 13時30分～15時

**場** フィットネス・バレエ・ヨガの3つの要素を取り入れたトレーニング。女性が気になるおなか回り、お尻、内ももに効果的。音楽に合わせて楽しくトレーニングをし、一緒にたっぷり汗をかきます。

**講** 森香菜氏(バレトンインストラクター)

**定** 20人

**持** 4800円

**時** 1月12日・26日、2月9日・16日、3月2日・16日の水曜日 9時30分、10時50分(各50分)

**場** 楽しく体操し、入園準備のためのステップとして、集団行動を経験します。

**講** 谷寄好美氏(幼児体育インストラクター)

**定** 平成30年4月2日～31年4月1日生まれの子と母親

**持** 3300円

**申** 可

**場** 総合文化センター

**内** ①～③の希望の講座名、希望の時間(③のみ)、氏名(フリガナ)・③は母親の氏名・年齢、子どもの氏名(フリガナ)・生年月日・性別(③のみ)、郵便番号・住所、電話番号をハガキ、(mailto:manai@katya.falint.jp) または直接、総合文化センター(〒448・0

**時** 1月17日～3月28日の月曜日 9時45分～11時45分(全10回)

**場** 市体育館

**内** 市内在住、在勤または在学の学生

**定** 40人(先着順)

**持** 5千円(保険料込・初日集金)

**申** 12月5日(日)から1月10日(必着)までに、氏名、電話番号を、(FAX)29・2588(市ソフトテニス連盟 宮里

**時** 1月17日～3月28日の月曜日 9時45分～11時45分(全10回)

**場** 市体育館

**内** 市内在住、在勤または在学の学生

**定** 40人(先着順)

**持** 5千円(保険料込・初日集金)



### ソフトテニス教室

**時** 1月17日～3月28日の月曜日 9時45分～11時45分(全10回)

**場** 市体育館

**内** 市内在住、在勤または在学の学生

**定** 40人(先着順)

**持** 5千円(保険料込・初日集金)

**申** 12月5日(日)から1月10日(必着)までに、氏名、電話番号を、(FAX)29・2588(市ソフトテニス連盟 宮里

**時** 1月17日～3月28日の月曜日 9時45分～11時45分(全10回)

**場** 市体育館

**内** 市内在住、在勤または在学の学生

**定** 40人(先着順)

**持** 5千円(保険料込・初日集金)

**申** 12月5日(日)から1月10日(必着)までに、氏名、電話番号を、(FAX)29・2588(市ソフトテニス連盟 宮里

**時** 1月17日～3月28日の月曜日 9時45分～11時45分(全10回)

**場** 市体育館

**内** 市内在住、在勤または在学の学生

**定** 40人(先着順)

**持** 5千円(保険料込・初日集金)