

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
料 3500円
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

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㈱)

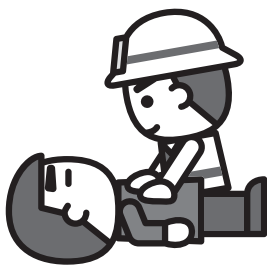
定 15人
持 ※申込多数の場合抽選
料 500円
申 筆記具、保険証券
時 12月28日(火)までに、①郵便番号・住所、②氏名(フリガナ)、③年齢、④電話番号、⑤FAX番号(お持ちの人)、⑥講座名をハガキまたはFAX(24・6049)で刈谷商工会議所(〒448・8503 新栄町3・26)へ。
問 刈谷商工会議所(☎21・0370)

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)
申 ※団体受講は、最寄りの消防署へ。
時 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

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

スポーツ

アイリスカルチャークラブ

定 20人(先着順)
他 利用人数に制限があるため、託児(6カ月以上の未就学児)を希望する人は、申込みの際にお伝えください。
申 12月19日(日)9時から、電話(23・1299)で刈谷消防署へ。

① バレティス®/バレエダンサーと医療従事者監修によるトレーニングメソッド
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
内 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
料 4800円
② 代謝アップでダイエット! バレトン
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
内 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
料 4800円

③ 母と子の体操あそび
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)
内 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)
対 平成30年4月2日～31年4月1日生まれの子と母親
可 ※対象児以外や妊婦の参加不可
定 各12組24人
料 3300円

場 総合文化センター
申 12月17日(金)(必着)までに、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

858 若松町2・104)へ。
 ※申込多数の場合は抽選とし、結果は全員に連絡します。
問 総合文化センター(☎21・7430)

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
対 市内在住、在勤または在学の学生
定 ※定員に満たない場合は市外の人も受け付けます。
料 40人(先着順)
定 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)で市ソフトテニス連盟 宮里へ。
問 市ソフトテニス連盟 宮里(☎080・3657・0414)

