



仕事後の時間を大切に

問い合わせ 生涯学習課 ☎5800

みなさんは、仕事から帰って何をしていますか？
市勤労青少年ホームでは、15歳～34歳（35歳になる年）を対象に5つのサークル+1つの講座（本ページ下部参照）を開催しており、仕事が終わってからの時間を仲間と楽しく過ごせる場を提供しています。

毎回必ず参加しなければならぬような熱血のサークルではないので、興味のある方はお気軽にお越しください。また、メンバーの大半が経験者ではなく、講師などの指導もありませんので、初心者の方も安心してご参加ください。疑問な点がある方は、生涯学習課へ連絡ください。なお、サークルへの参加は、事前連絡をしないでなく、行きたくなった時にふらっと立ち寄っていただければOKです。



フットサルサークル



料理教室

テニスサークル

バドミントンサークル

地域デビュー

地域ジン
学びのカフェ10月
「探訪！おいしい瀬戸内」
「food&風土」
講座

とき 10月19日(土)
13時30分～15時30分

ところ 玖波公民館

講師 小沢康甫さん（元RCCアナウンサー）

内容 食欲の秋にちなみ、地元のおいしい「食べもの」を「地元の元アウンサー」から、楽しく学ぶ講座

定員 25人（申込順）

申し込み 10月1日(火)から直接または電話で玖波公民館へ。

講師紹介（プロフィール）
1947年大竹市生まれ。慶応大学卒。銀行勤務を経てRCC中国放送に入社。数々の番組制作に関わった後、2007年に退職。広島大学非常勤講師などを務め、現在は広島島の出版社で編集者として活躍中。著書「暮らしのなかの左右学」「みるきくたべる祭」リズム―中四国を歩く―

子育て

ひよこルームオープン講座
えほんに親しもう

とき 10月24日(木)
10時～11時30分

ところ あいにく館

対象 3歳以下の子どもと保護者

定員 10組（申込順）

申し込み 10月3日(木)から16日(水)まで電話で生涯学習課へ。

赤ちゃんとママの元氣講座

とき 10月21日(月)
10時～12時

ところ 大竹会館

対象 1歳未満の子どもとそのお母さん

育児で疲れた身体と心をヨガとおしゃべりでリラックスしましょう。

講師 原田茂美さん（ヨガ講師）

定員 8組

持参品 バスタオル2枚、タオル2枚、飲み物

申し込み 前日までに大竹会館へ。

赤ちゃんも感じたい
ベビーマッサージ
体験教室

とき 10月15日(火)
10時30分～12時

ところ 玖波公民館

対象 2か月～1歳半ぐら

講師 村川みゆき（ベビーマッサージセラピスト）

定員 8組（申込順）

参加料 600円（オイル代）

持参品 バスタオル、おでかけセット（おむつ他）

申し込み 10月1日(火)から直接または電話で玖波公民館へ。

今、話題の「ベビーマッサージ」って？育児をもっと楽しく！ゆつくり、のんびり、赤ちゃんとママの「絆」づくりを学びましょう。

受講者募集 毎月1回定期講座

講座名・内容	とき	ところ	対象
『いきいき健康講座』 なつかしい歌を歌ったり、脳トレゲームをして心と体を鍛えましょう。	第3木曜日(10月17日) 13時30分～15時30分	小方公民館 ☎76249	20歳以上の方
『エクササイズウォーキング』 シェイプアップ・筋力アップしながら美しく正しい姿勢で歩きましょう。	第4土曜日(10月26日) 13時30分～14時30分		
『手芸講座』 クラフトテープを使ってオリジナルのバッグなどを作りましょう。	第3土曜日(10月19日) 13時～16時	栄公民館 ☎6688	乳児～3歳と保護者
『♪親子で楽しくリトミック♪』 音楽に合わせてリズムあそびをしたり、ボールを使ったりしてリズム感を育てましょう。	第2火曜日(10月8日) 10時30分～11時30分		

※ 詳しくは小方・栄公民館へ。

申し込み受付中

活動中のサークルや開催中の講座			
サークル・講座名	現在の所属人数	とき	ところ
テニスサークル	男10人 女3人	火曜日、木曜日 19時30分～21時30分	小方公民館
イベント企画サークル	男4人 女2人	不定	不定
バドミントンサークル	男6人 女8人	木曜日 19時30分～21時30分	大竹中学校
料理講座	—	第3火曜日 19時～21時30分	総合市民会館2階料理講習室
フットサルサークル	男10人 女4人	水曜日 19時30分～21時30分	大竹小学校グラウンド
バスケットボールサークル	男7人	第2・第4月曜日 19時30分～21時	大竹中学校

※ 勤労青少年ホームは、15～34歳までの勤労者が利用できます。