

キャロピアトレーニング 教室(第2期)

3 すべての人に
健康と幸せを



キャロピア健康増進室トレーニングによるエクササイズ教室を開催します。

日時 9月21日(水)～11月30日(水)
毎週(水)

午後1時30分～2時30分

場所 光の森町民センター

内容 サークットトレーニング、ストレッチ、器具を使ったエクササイズなど

※初回と最終回に、体力測定と体組成計を使って測定を行います。

対象者

町内在住者または、町内在勤者

料金 健康増進室利用券(200円)

持参物 室内用シューズ、タオル、飲み物、運動しやすい服装、マスク

フ

定員 10人程度

申込方法 窓口か電話で申し込む
申込開始 9月9日(金)午前9時

その他 きくよう健康倶楽部のポイントを1回参加につき10ポイント付与。

①NPO法人クラブきくよう
(キャロピア健康増進室)

☎(232)6577

図書館 お泊まり探検隊

4 読書の楽しさを
みんなに

秋の夜長に本の森に囲まれて、好きな本を好きなだけ、マナーを守ってじっくり読もう！

日時 10月7日(金)午後6時30分～

8日(土)午前11時頃

場所 菊陽町図書館

内容 読み聞かせ、書庫見学、図書館ホール探検など

対象者

町内在住の小学5年生～中学生

費用 1,200円
(朝食代、保険料含む)

定員 15人申込多数の場合抽選。

初参加の人優先

申込方法 電話で申し込む

申込期間 9月1日(水)～12日(月)

①生涯学習課 生涯学習係

☎(232)4917

親子ふれあい講座 収穫体験・食育

4 読書の楽しさを
みんなに

農園でトマトを収穫し、中央公民館調理室でピザを作ります。

日時 10月8日(土)

午前9時30分～正午

集合場所 河北農園

対象者 町内小学生とその保護者

(2人1組)

費用 1組千円

(材料費・保険料を含む)

持参物 別途通知

定員 先着8組

申込方法 電話か直接来館

主催 町青少年健全育成町民会議

受付開始 9月12日(月)

午前8時30分

①中央公民館

☎(232)2116

親子スーパ フラワー講座

4 読書の楽しさを
みんなに

高級洋紙で作る花「スーパフラワー」好きな色を選んで自分だけのすてきな作品を作りましょう。

日時 10月8日(土)

午前10時～正午

場所 中央公民館 中会議室

講師 スーパーフラワー協会

費用 1,400円
(材料代千円、受講料400円)

持参物 別途通知

対象者 町内在住の小学生とその保護者

募集人数 10組(先着順)

申込方法 電話か直接来館

申込開始 9月12日(月)

午前8時30分

①中央公民館

☎(232)2116

体組成測定会を 行います



毎月1回測定結果の印刷とスタッフによる結果説明を無料で行っています。

日時 9月22日(水)

午後1時30分～3時30分

場所 さんふれあ

内容

体組成計の測定(1分程度で測定、測定結果の印刷、スタッフの結果説明)

対象者

きくよう健康倶楽部の会員(当日申込者も可)

持参物 活動量計

①NPO法人 クラブきくよう

☎(273)8488

ゴールドズンバ教室

3 すべての人に
健康と幸せを

ダンスとフィットネスを組み合わせた新しいエクササイズです。さわやかな汗を流しませんか。

日時 10月14日(金)～11月11日(金)

午前10時～11時 全5回

場所 光の森町民センター

多目的室

対象者 町内在住のシニアの人

費用 1,110円(保険料込)

定員 15人程度

(多数の場合抽選)

申込期限 9月22日(水)

①生涯学習課 体育振興係

☎(232)4917

世界で1だけのペンダント を作ろう！SDGs

4 読書の楽しさを
みんなに

リサイクルの金属を使って、オリジナルのペンダントを作ろう！

日時 10月15日(土)

午前10時～正午

場所 中央公民館

視聴覚室

内容 ペンダントの型作りなど

講師 (株)愛歯 篠原 勝洋さん

対象者 町内在住の小学4年生～中学生

費用 200円

持参物 マスク、筆記用具、水筒

定員 15人

(申込多数の場合は抽選)

弓道教室



日本武道弓道に、あなたも挑戦しませんか。

日時 10月3日(月)～26日(水)

毎週(月)・(水)・(金)

全10回(10月10日(月)は休み)

午前10時～正午

場所 大津町弓道場

対象者 中学生以上。初心者・経験者問いません。

費用 2千円

申込期限 9月30日(金)まで

①町弓道協会 太田

☎090(4984)4811

町体育協会

(火)・(金) 午前9時～午後4時

☎(233)1520

手持ちパソコン講座 (カレンダー・年賀状作り)

4 読書の楽しさを
みんなに



1年を振り返り、お気に入りの写真を選んでオリジナルカレンダー・年賀状を作る講座です。

日時 10月3日(月)～11月9日(水)

午前10時～11時30分

開催曜日 (月)・(水)

講師 マリオネット

受講料 2千円/全10回

その他 テキスト代実費

定員 10人(先着順)

①

武蔵ヶ丘コミュニティセンター

☎(232)5697

安全安心きくよう

秋の全国交通安全運動

本年も秋の全国交通安全運動が実施されます。交通ルールを守り、思いやりを持って、交通事故をゼロにしましょう！

運動の期間 9月21日(水)～30日(金)

運動の重点

- 子どもと高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
 - 夕暮れ時と夜間の歩行者事故などの防止および飲酒運転の根絶
 - 自転車の交通ルール遵守の徹底
- ※9月30日(金)は「交通事故死ゼロを目指す日」です

盗撮に注意！

当署管内にお住まいの女性が、入浴中に開いていた窓からスマートフォンで撮影される被害に遭いました。

このような被害に遭わないために

- 在宅時でも玄関などの施錠は確実に
 - 入浴時は窓を閉めて鍵をかける
 - 浴室の外に足場となる物を置かない
 - 入浴中に不審者に気づいたら大声を出して家族などに知らせる
 - 屋外に防犯カメラやセンサーライトを設置する
- などの防犯対策をお願いします。
- また、住宅の浴室をのぞくなどの不審な人や車を見かけた場合は、110番または大津警察署へ通報をお願いします。

大津警察署 ☎(294)0110