

選べる! 花と香りのインテリア

《757-702ディフューザー教室》

9月27日(日)

10:00~12:00

2階 学習室3

10名募集

材料費: 1,100円

= 講師 =

いの木

安田 美奈子先生

申込、お問合せ/西部市民センター

☎017(788)2491

地域力アップ講座

お墓じまい



~1人で悩まず相談しよう！



9月9日（水）

10:00～12:00

2階 学習室3

受講無料

どなたでも 20名募集

＝講師＝

株式会社やまと石材

宮崎 陽 先生

※ 筆記用具、水分補給用飲料を
ご持参ください。

申込／お問合せ：西部市民センター

☎017(788)2491

ソフトエアロビ & ボディメイク

9月12日・26日・10月10日(土)

18:00~20:00

3階 多目的ホール

18歳以上 20名募集



＝講師＝
DANCE BRIGHT
畑井 佐和子先生

＝準備するもの＝

動きやすい服装

水分補給用飲料

汗拭きタオル

ヨガマット、内履き

申込 / お問い合わせ: 西部市民センター

☎017(788)2491

家庭でできる！

ソフト整体で 心も体もリフレッシュ

9月8日15日（火）

10：00～12：00

2階 学習室3

どなたでも 12名募集

=講師=
神整体クワイエット光線
治療院
神 一男先生



～準備するもの～
筆記用具
動きやすい服装
水分補給用飲料
汗拭きタオル
ヨガマット



申込/お問い合わせ：西部市民センター

☎017(788)2491

姿勢すっきり！

健康ピラティス

9月19日・26日（土）

10：00～12：00

1階 和風学習室1・2

18歳以上の女性 20名募集

=講師=

健康運動指導士
兼平 麻菜先生

=準備するもの=

- 動きやすい服装
- 水分補給用飲料
- 汗拭きタオル
- ヨガマット

申込 / お問い合わせ：西部市民センター
☎017(788)2491