

# わくわくガイド

## 仲間になりませんか

### やさしいヨガ

松浦 (☎ 090 - 2771 - 1178)

身体のコリやゆがみに気付く、ヨガの呼吸やほぐしを使って全体のバランスを整えます。

とき 第2、第4木曜日 午後1時30分～3時

ところ 東部市民センター 2階 和室

対象 年齢不問 初めての方も歓迎

定員 5人 申込先着順

料金 1,500円 (月額)

申込み 電話で松浦

### ABC英会話

### 聞いて話してやさしい 日常英会話に慣れましょう

東 (☎ 090 - 1784 - 8928)

✉ higashimeiji@clock.ocn.ne.jp

米国人男性先生がゆっくりていねいに教えてくださいます。

とき 6月2日(水)～令和4年3月9日(水)、各月第1または第2水曜日から3週連続、午後7時～9時 (年間カレンダーあり)

ところ 市公民館 4階 チェスルーム

定員 12人

料金 年間 30,000円 (26回分)

※初回の方は別途、国際交流協会年会費 2,000円

申込み 電話かメールで東

### 出かけませんか

### シャンテ・ドゥー シャンソンコンサート

森岡 (☎ 76 - 6112)

「詩人の魂」「サントワマミー」「バラ色の人生」等、コーラスを数曲、個人で1曲ずつ唄います。

とき 5月29日(土) 開場 午後2時

開演 午後2時30分

ところ 味岡市民センター 2階 講堂

定員 120人 (先着順)



### D☆ vivace

### Let's dance!!

谷中 (☎ 080 - 9482 - 3311)

ダンスの基礎から楽しいストレッチやトレーニング。毎年行われるイベントに向けて1曲を作り上げていきます。他にもワークショップや楽しいイベントも!!

とき 毎週火曜日 午後8時～9時30分、毎週木曜日 午後6時～7時30分、午後8時～9時30分

ところ まなび創造館 多目的室 1

対象 火曜日：中高生、木曜日：3歳～小学校低学年、中学生

料金 1,000円 (月額)

申込み QRコード  
もしくは電話で谷中



### Ginger bread man

### 英会話サークル

原 (✉ yucocohara302@gmail.com)

ネイティブスピーカーの先生と毎回違うテーマで英会話を楽しんでいます。

とき 毎月第2、第4金曜日 午後7時～8時30分

ところ 市公民館 ローブルーム

対象 どなたでも

料金 2,000円～3,000円 (人数により変動あり)

申込み メールで原

### CoEC英会話仲間

### (Companions of English Conversation)

神原 (☎ 090 - 9941 - 5020)

英会話仲間を募集。体験レッスン歓迎。会話中心の授業、テキスト無し、中級レベル、ボストン出身40代の先生 (男性)

とき 4月9日(金)～ほぼ毎週金曜日 午後7時30分～9時

ところ 市公民 4階 チェスルーム

定員 3人

料金 8,000円 (授業数年 48回予定、1期 12回)

仲間増の場合 2期目より授業料が下がります。

途中入会 1回 700円×1期 授業残日数

※別途、国際交流協会年会費 2,000円

申込み 電話で神原

### KS フィットネス ヨガ 中高年のためのヨガ

青山 (☎ 76 - 0680)

「中高年のためのヨガ」は誰にでも簡単にできるインドの体操です。日頃の運動不足を解消しリフレッシュしましょう。

とき 毎週木曜日 午後7時～8時30分

ところ 北里市民センター 3階 和室

対象 女性

料金 2,000円 (月額)

会場費 500円 (月額)

申込み 電話で青山

### 小牧囲碁愛好者連盟 会員募集

船橋 (☎ 73 - 7933)

小牧囲碁愛好者連盟で碁を楽しみましょう。碁を知りたい人には囲碁教室を開催。

とき 月2回 午後1時～6時 (曜日不定)

ところ 青年の家

料金 1,000円 (年額)

申込み 電話で船橋

※料金の記載がないものは無料 申込みの記載がないものは事前申込不要



# わくわくガイド

## 参加しませんか

### 小牧ジャズダンス連盟 ダイエット特化レッスン プラス 首肩スッキリきれいストレッチ

白木 (☎ 090-7675-7235)

楽しいトレーニング、プラス 首肩のこりを取り美しくするストレッチ、体を動かすのに一番いい季節

とき 5月11日、25日、6月1日、8日、7月13日、27日(火) 午後1時45分～2時30分

ところ 市民交流テラス 多目的室 ラピオ2階

対象 きれいになりたい人誰でも

定員 10人

申込み 電話で白木



## 0.1.2歳 親子講座

酒向 (☎ 090-9193-4419)

未就園児の親子さんと学研の教材を使って絵本の読み聞かせやリトミック、製作などを行います。

とき 5月21日(金) 午前10時～、11時～、午後1時～、2時～

ところ 市民交流テラス 多目的室2 ラピオ2階

対象 未就園児の親子

定員 各回 17人

料金 教材費として1回 550円

申込み 5月1日(土)～20日(木)

電話で酒向

## わくわくガイド

に情報を掲載しませんか  
お待ちしております

こまき市民活動ネットワークまで

住所 小牧3-555 ラピオ2階

☎ 48-6555 FAX 48-6556

## 出かけませんか

### こまきがまわかび 古喜窯若美造形教室 第26回古喜窯教室展

林 (☎ 73-8885)

アーカイブ開室以来の懐かしい写真の展示です。参観者全員に特典があります。

とき 5月2日(日)～6日(木) 午前10時～午後4時30分

ところ 古喜窯若美造形教室 (デジタル陶房) 小木東2-140



### シニア低山登ろう会 講演「認知症だけはなりたくない!世界の研究に学ぼう」

長谷川 (☎ 090-8187-6963)

認知症予防方法は医学的に未解明ですが、これまでに運動、会話、柑橘類、カレー、魚脂、大豆、肉、社交ダンス、読書、楽器演奏、等々リスクが低くなる多くの研究があり、それらを紹介します。自分なりの予防策を発見しましょう。

とき 5月26日(火) 午前10時30分～正午

ところ 市民交流テラス 多目的室 ラピオ2階

定員 30人 (申込先着順)

申込み 5月1日(土)～16日(日) (午後5時～9時) 電話で長谷川 (ショートメールならいつでも)

## 小牧歴史ガイドボランティア たぶの木会 歴史ウォーキング・歴史講座

石川 (☎ 090-8955-4419)

### とき・ところ・内容

開催日	場所・会場・講師	集合場所・時間	テーマ
5月21日(金) ウォーキング	伊木山城 (各務原市) 健脚の方 (山歩有)	伊木の森公園内 憩いの広場駐車場 午前10時集合	美濃・尾張攻防戦：調略の跡 “伊木山城を訪ねる”
5月26日(水) 歴史講座	ふれあいセンター 3階 西川菊次郎氏	大会議室 午後1時20分集合 午後1時30分～3時30分	「小牧の地名」
6月18日(金) ウォーキング	史跡多い 味噌庄を歩く	味噌岡駅 午前9時集合	天正小牧古戦場の秀吉方の 最前線をめぐる
6月25日(金) ウォーキング	小牧山散歩	小牧山れきしる前 午前9時30分集合	小牧の宝である小牧山を巡 って宝の箱を開けてみよう
7月16日(金) 歴史講座	ふれあいセンター 3階 藤堂氏	大会議室 午後1時20分集合 午後1時30分～3時30分	古文書から見た小牧山
9月10日(金) 歴史講座	ふれあいセンター 3階 藤堂氏	大会議室 午後1時20分集合 午後1時30分～3時30分	古文書から見た小牧宿

定員 15人

料金 300円 (資料代) ※小牧山散歩無料

申込み 開催日の2週間前までに電話またはショートメールで石川

たぶの木会は、常に会員の皆さんを募集しています。  
歴史や地元の文化等に興味のある方、一緒に学びませんか。