



施設からのお知らせ



中スポーツセンター

〒460-0008 栄一丁目30-10
☎232-2327 FAX232-2364

曜日	教室・講座名
月	ブリザーブドフラワー教室※2
	～子育て広場～ さかえっこ
	いきいきシニアサロン
	バランスボールでエクササイズ
火	ZUMBA GOLD® レッスンタイム
	ZUMBA® レッスンタイム
水	ボディメイク・ピラティスレッスンタイム
	ナイトヨガレッスンタイム
木	アクアエクササイズレッスンタイム
金	フライデースポーツ広場
土	冬のこどもマジック教室※1

料金 無料～1回3,000円

申込 当日開始30分前～受付(先着順)
※1は11/14(金)、※2は12/3(水)までに
市電子申請または往復はがき
(申込多数の場合は抽選)

※詳細はウェブサイト



中区いきいき支援センター

☎331-9674 FAX331-6001
分室☎262-2265 FAX262-2275

◆中区広報大使「OS☆U」と「認知症サポーター養成講座」を受講しよう(予約制)

日時 12/13(土)午前10:00～11:30 **定員** 25人

申込 11/7(金)午前10:00～電話、
申込フォーム



◆認知症おしゃべりカフェ(予約不要)

日時 11/20(木)午後1:30～3:30

対象 認知症の人のご家族、関心のある方など

◆もの忘れ相談医による専門相談(予約制)

日時 11/20(木)午後2:30～4:00

対象 もの忘れが気になる方など **定員** 3組

◆家族教室「認知症について正しく理解しよう」(予約制)

日時 11/29(土)午後2:00～4:00

対象 認知症の人のご家族、ご友人など

定員 10人程度

※いずれも場所は中区在宅サービスセンター
(上前津二丁目12-23)



なごホーム（前津児童館）

☎262-6299 FAX750-7020

◆のびのびひろばなど

乳幼児向け定例行事はこちら➡

◆はじめての造形

日時 11/27(木)①午前10:15～10:45
②午前11:00～11:30

対象 1・2歳児と保護者 **定員** 各回10組

申込 11/13(木)午前10:00～先着順・電話可

◆絵本とおやつのお会

日時 12/4(木)午前10:30～11:30

対象 乳幼児と保護者 **定員** 8組

申込 11/20(木)午前10:00～先着順・電話可

◆アロマスプレーづくり

日時 12/18(木)午前10:30～11:30

対象 乳幼児と保護者 **定員** 10組

申込 12/4(木)午前10:00～先着順・電話可



中文化センター

☎242-1210 FAX242-2141

<人権週間記念行事>

◆作品展

日時 12/5(金)、12/6(土)午前9:00～午後8:30

◆公演「落語と楽しいウクレレ」

日時 12/6(土)午後1:30～2:30

◆人権啓発映画「あなたのいる庭」

日時 12/6(土)午後2:45～3:20



前津福祉会館

60歳以上で福祉会館利用
証をお持ちの方が対象

☎262-1869 FAX242-5761

◆ヨガ体操(イスなし) さわやかヨガ

日時 11/27(木)午後2:00～3:30 **定員** 40人

申込 11/13(木)午前8:45～電話(先着順)

◆きてみて土曜体操(イスあり) のびのび体操

日時 11/29(土)午後2:00～3:30 **定員** 50人

申込 11/15(土)午前8:45～電話(先着順)

◆男性のバランスボールエクササイズ (イスの使用可)

日時 12/1(月)午前10:00～11:00 **定員** 17人

申込 11/20(木)午前8:45～電話(先着順)

◆きてみて木曜体操(イスあり)

①元気体操(タオル持参)

日時 12/4(木)午後2:00～3:30 **定員** 50人

②やさしい健康体操

日時 12/11(木)午後2:00～3:30 **定員** 50人

③フレイル予防体操

日時 12/18(木)午後2:00～3:30 **定員** 50人

【①～③共通】

申込 11/20(木)午前8:45～電話
(いずれか1つ、先着順)



◆前津まつり作品展

日時 11/21(金)午前9:00～午後3:30

11/22(土)午前9:00～午後2:00

◆歌劇団ロジエ クリスマスショー

日時 12/6(土)午後2:00～2:40 **定員** 60人

申込 11/22(土)午前8:45～電話(先着順)

◆楽楽体操(イスあり)(先着順)

日時 12/10(水)、12/13(土)午後2:00～3:30

定員 各日50人

申込 11/26(水)午前8:45～電話(いずれか1つ)

◆歌おう会 冬の歌声ヒットパレード

日時 12/19(金)午後2:00～3:30 **定員** 60人

申込 12/5(金)午前8:45～電話(先着順)

◆やさしいバランスボールエクササイズ (イスの使用可)

日時 12/23(火)午前10:00～11:00

定員 17人(前月受講していない方)

申込 12/9(火)午前8:45～電話(先着順)

◆歌おう会 クリスマスの歌を歌おう

日時 12/24(水)午後2:00～3:30 **定員** 60人

申込 12/10(水)午前8:45～電話(先着順)



鶴舞中央図書館

☎741-3131 FAX733-6337

◆おはなし会など 子ども向け行事 はこちら➡



◆図書館サイエンス夜話「化石タイムカプセル ー球状コンクリーションの理解と応用ー」

日時 11/26(水)午後6:30～7:45 **定員** 50人

申込 11/12(水)午前9:30～ウェブサイト
(先着順)

◆読み書きの苦手なお子さんの相談会

日時 11/29(土)午後1:00～2:00、午後2:00
～3:00、午後3:00～4:00

対象 小中学生と保護者(初めての方のみ)

定員 各回3組

申込 11/14(金)午前9:30～窓口または
電話(☎741-9811)(先着順)

◆押し花のしおりを作ってみよう!

日時 12/20(土)午前10:00～11:00

対象 小学生(保護者参加可) **定員** 15人

申込 12/6(土)午前9:30～窓口または
電話(☎741-9811)(先着順)

◆臨時開館 11/25(火)

◆特別整理期間のため休館

12/1(月)～5(金)



中生涯学習センター

〒460-0016 橘一丁目7-11
☎321-5511 FAX321-5512

◆SDGsから考える 多文化共生と思いやりの 心～異国で生活する難しさを理解しよう!～

日時 12/11(木)午後1:30～3:30 **定員** 15人

申込 11/13(木)までに市電子申請、往復はがき

◆謎解きに挑戦!～この謎が解けるかな～

日時 12/13(土)午前10:00～正午

対象 小中学生と保護者

定員 15組(1組3人まで)

料金 小中学生150円、保護者300円

申込 11/15(土)までに市電子申請、往復はがき

◆チャレンジ!! クリスマスケーキ作り♪ ～仲間と一緒に、ケーキ作りに挑戦～

日時 12/20(土)午前10:00～午後0:30

対象 小学3年生～中学生 **定員** 25人

料金 800円

申込 11/22(土)までに市電子申請、往復はがき

◆【公開講座】心に響け、音楽で笑顔に ～内側から生まれる私たちの輝き～

日時 11/29(土)午後1:30～3:00

(午後1:00～入場可)

定員 30人(障がいのある方と付き添いの方
の優先枠12人)(当日先着順)

◆小さいお子様向け人形劇(当日先着順)

日時 12/4(木)午前10:30～正午

対象 乳幼児と保護者 **定員** 25人

◆〈親学関連講座〉リトミック in English♪ ～あつまれ1歳児!!～

日時 1/17～2/21の土曜日(全6回)
午前10:00～11:30

対象 1歳児と保護者(保護者2人まで可)

定員 15組 **料金** 保護者1人につき1,800円

申込 12/9(火)までに市電子申請、往復はがき

◆手話を使ってLet'sコミュニケーション! 日時

1/20、2/3、17、24、3/3、17の火曜日

(全6回) 午後2:00～4:00

定員 20人

◆【第20回アジア競技大会および第5回アジ アパラ競技大会関連】世界遺産からアジア を知ろう!～その魅力と抱えている課題～

日時 1/21、28、2/4、18、25、3/4の水曜日

(全6回) 午前10:00～正午

定員 30人 **料金** 1,500円

申込 12/9(火)までに市電子申請、往復はがき

◆〈女性セミナー〉【託児付】「やってみたい」が動 き出す!～つながりが生む、わたしの可能性～

日時 1/22、29、2/5、12、19、26、3/12の木曜日
(全7回) 午前10:00～正午

対象 女性 **定員** 30人

申込 12/9(火)までに市電子申請、
往復はがき



※各講座の詳細はウェブサイト



自動車図書館

☎・FAX821-3364

・長岡公園 11/22(土)午前10:00～11:00

・中文化センター南 12/5(金)午後2:00～4:30



区からのお知らせ



特設人権相談所の開設

区役所総務課 ☎265-2205 FAX261-0535

12/4(木)～10(水)は人権週間です。お気軽
にご相談ください。(相談は無料、秘密厳守)

日時 12/4(木)午前10:00～午後3:00

場所 区役所6階大会議室