

フラダンス教室



開講日 木曜日 (全8回)
10:00~11:00
10月8日~12月10日

参加費 5,280円

対象 大人 **定員** 15名

東部

リフレッシュ ヨガ



開講日 木曜日 (全8回)
13:30~14:30
10月8日~12月17日

参加費 4,400円

対象 大人 **定員** 20名

ウイルスに負けない! 感染防止対策実施中!!

秋イベント

10月1日(木) 9:00より先着申込受付
(市外の方は10月3日(土)より申込可)
※申込後、1週間以内に窓口にて支払

東部市民センター窓口
またはお電話にて
お申込みください

秋の短期スポーツ教室

跳び箱や鉄棒等の体操器具を使った遊びや技を取り入れ、
運動の楽しさを体験できます!!

開催日 土曜日(3日間) 10月24日・31日・11月7日

時間は選べます
Aクラス 9:00~9:50
Bクラス 10:30~11:20

参加費 3,300円 **対象** 年中・年長 **定員** 各8名



シニア向けスマートフォン体験講座

「買ったけど使い方がわからない」、「欲しいけど、使いこなせるか不安…」など
皆さんの疑問や不安に思っていることをスマホアドバイザーが解決します!!



初級 10月13日(火) 10:00~12:00
対象 50歳以上 スマホをお持ちでない方・初心者の方
内容 かんたんスマホの基本操作やアプリの体験

中級 10月27日(火) 10:00~12:00
対象 50歳以上 スマホをもっと使いこなしたい方
内容 ビデオ通話(Zoom)の体験や便利なアプリの体験

参加費 各500円 **定員** 各15名

第3期// スポーツ・カルチャー教室 開催!!



渋川

手縫い 布アート教室

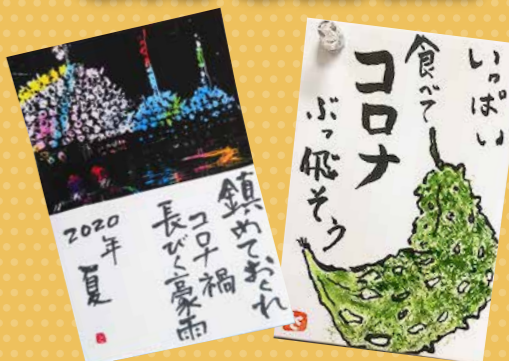


開講日 火曜日 (全6回)
10:00~12:00
10月13日~12月15日

参加費 3,300円
教材費別: 1,000円程度/毎回

対象 大人 **定員** 15名

一步前進! 絵手紙教室



開講日 水曜日 全6回
10:00~12:00
10月14日~12月9日

参加費 3,300円

対象 大人 **定員** 15名

教室申込期間

9/14(月)~28(月)
17:00まで

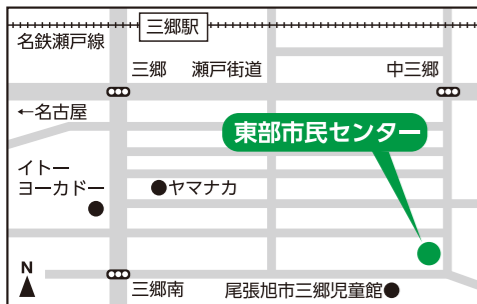
※各施設の窓口にてお申込みください

東部市民センター 渋川福祉センター

尾張旭市三郷町中井田136番地 尾張旭市渋川町3丁目5番地7

TEL. (0561) 54-5667 TEL. (0561) 51-1997

http://www.hamada-sports.com/owariasahi_bunka/ ハマダ 東部渋川 検索



あさひ健康マイスター
チャレンジ対象事業

当館の全ての講座は、あさひ健康マイスターチャレンジ事業の対象です。

指定管理者
ハマダスポーツ企画株式会社

輝け!ライフスタイル 楽しいライフスポーツ!


中医気功

集中力と免疫力を高め、身体のバランスも整いリフレッシュできます。

開講日 水曜日 全10回
9:30~10:30
10月7日~12月9日

参加費 5,500円

定員 30名



かんたん手作りパン教室

みんなで楽しく、美味しいパンを作りましょう。しっかりと基礎から学べます。

開講日 水曜日 全6回
10:00~13:00
10月14日~12月9日

参加費 3,300円
材料費別:600円 / 毎回

定員 12名

大人の絵画

内容と画材を一人ずつ相談しながら制作していきます。デッサン、水彩画、パステル、水墨画、油絵など様々な画材を学ぶことができます。

開講日 金曜日 全6回
14:00~16:00
10月16日~12月18日

参加費 6,600円

定員 10名



ウクレレ教室A

初心者の方を対象に、基本的なウクレレの弾き方を学べます。簡単な曲を皆で楽しく演奏します。

開講日 火曜日 全6回
10:00~11:00
10月13日~12月15日

参加費 4,620円
教材費別:1,540円 / 新規の方のみ

定員 15名

ウクレレ教室B

一歩進んだ奏法を習得します。ウクレレという弦楽器の特徴を掴んでいきます。

開講日 金曜日 全6回
10:00~11:00
10月9日~12月18日

参加費 4,620円

定員 15名

季節の和菓子教室

季節に合った和菓子を作ります。作った和菓子をみんなで楽しく会食します。

開講日 月曜日 全3回
13:30~16:00
10月19日~12月21日

参加費 3,130円
材料費別:1,950円 / 3回分一括

定員 12名

大人書道教室

日本の伝統芸術である書道を基礎から学びます。正しい姿勢と集中力を身につけます。

開講日 月曜日 全8回
15:00~16:00
10月12日~12月21日

参加費 4,400円
教材費別:500円 / 8回分一括

定員 20名

クラフトバンド教室

紙バンドを材料にしてオリジナルのカゴやバッグなどを作ります。

開講日 金曜日 全6回
15:00~16:00
10月9日~12月11日

参加費 3,300円
教材費別:3,900円 / 6回分一括

定員 20名

一歩前進!絵手紙教室

気持ちや感情を絵や字に表現します。枠にとらわれず、型にはまらず、自由に描きます。

開講日 月曜日 全6回
10:00~12:00
10月12日~12月21日

参加費 3,300円

定員 20名



つくしクラス ~ベビーマッサージ~

赤ちゃんからのメッセージを優しい手で感じとりましょう。赤ちゃんとのふれあいで心を育むだけでなく、ママの心と身体も癒します。

開講日 木曜日 全8回
11:00~12:00
10月22日~12月17日

参加費 4,400円

定員 15組 / 保護者と0~1歳児

たんぽぽクラス ~リズム遊び~

バランス感覚、リズム感、器用さを身につけて、運動神経のベースを作ります。また、育児姿勢のママへの骨盤ほぐしタイムあり!

開講日 月曜日 全8回
14:30~15:15
10月5日~12月7日

参加費 4,400円

定員 20組 / 保護者と1歳児
※1人で歩きまわれる子

ひまわりクラス~親子リズム体操~

かけっこやリズム体操、道具遊びを通じて、親子で楽しく運動の基礎を作ります。

開講日 月曜日 全8回
13:00~13:45
10月5日~12月7日

参加費 4,400円

定員 20組 / 保護者と2~3歳児
※1人で走りまわれる子

キッズチャレンジ体操

マット・跳び箱・鉄棒にチャレンジします。回を追って、レベルアップを目指します。

開講日 月曜日 全8回
16:00~17:00
10月12日~12月21日

参加費 4,400円

定員 20名 / 年少~年長

子ども書道教室A・B

日本の伝統芸術である書道を基礎から学びます。正しい姿勢と集中力を身につけます。

開講日 月曜日 全8回
A 16:30~17:30
B 17:30~18:30
10月12日~12月21日

参加費 4,400円
教材費別:500円 / 8回分一括

定員 各15名 / 小学生

絵画・造形教室A・B

さまざまな用具、材料を使って自由に楽しく作品を作ります。子どもの創造力・表現力を育てます。

開講日 火曜日 全10回
A 15:30~17:00
B 17:15~18:45
10月6日~12月22日

参加費 10,450円

定員 各15名
A / 4歳児~小学2年生
B / 小学3~6年生

子どもクッキング

料理の楽しさや食への関心を高めます。作った料理はみんなで会食します。

開講日 土曜日 全3回
9:30~12:30
10月17日~12月19日

参加費 2,310円
材料費別:500円 / 毎回

定員 12名 / 小学1~4年生

チャレンジ実験教室

身近なものを使って実験や観察、工作をします。科学の面白さや不思議を学びます。

開講日 土曜日 全3回
10:00~11:30
10月10日~12月12日

参加費 2,310円
教材費別:900円 / 3回分一括

定員 15名 / 小学3~6年生

大人対象

子ども対象

美Body♪~骨盤体操~

歪んだ骨盤を整えながら、元気に楽しく!理想のプロポーションを創っていきます。

開講日 水曜日 全10回
13:30~14:30
10月14日~12月23日

参加費 5,500円

定員 25名

★しづかわ英会話教室 一般A・B・Cクラス

外国人講師と簡単な日常会話から楽しく学びましょう!
外国人講師のレベルアップしたレッスンです。

開講日 木曜日(通年)
一般A 14:00~14:50
一般B 13:00~13:50
一般C 20:00~20:50

参加費 7,700円(テキスト代別)

対象 一般A / 初級 一般B / 中級 一般C / 初級 ※高校生以上~

体験受付中! Let's Try!!



クラフトバンド教室

紙バンドを材料にしてオリジナルのカゴやバッグなどを作ります。

開講日 月曜日 全6回
10:00~12:00
10月12日~12月14日

参加費 3,300円
教材費別:3,900円 / 6回分一括

定員 20名

Night★ピラティス

骨盤を安定させて身体の歪みを矯正します。インナーマッスルを鍛え、姿勢改善、身体のパフォーマンスの向上・けが防止に繋がります。

開講日 金曜日 全8回
18:30~19:30
10月16日~12月18日

参加費 4,400円

定員 15名




つくしクラス~ベビーマッサージ~

赤ちゃんからのメッセージを優しい手で感じとりましょう。赤ちゃんとのふれあいで心を育むだけでなく、ママの心と身体も癒します。

開講日 木曜日 全8回
9:15~10:15
10月22日~12月17日

参加費 4,400円

定員 15組 / 保護者と0~1歳児




たんぽぽクラス~リズム遊び~

音楽や遊具を使い、楽しく身体を動かします。遊びの中でリズム感を養い、感受性を豊かにします。

開講日 木曜日 全10回
10:00~11:00
10月15日~12月17日

参加費 5,500円

定員 15組 / 保護者と1歳児
※1人で歩きまわれる子



子ども書道教室

日本の伝統芸術である書道を基礎から学びます。正しい姿勢と集中力を身につけます。

開講日 火曜日 全8回
16:30~17:30
10月13日~12月8日

参加費 4,400円
教材費別:500円 / 8回分一括

定員 20名 / 小学生

絵画・造形教室A・B

さまざまな用具、材料を使って自由に楽しく作品を作ります。子どもの創造力・表現力を育てます。

開講日 金曜日 全10回
A 15:30~17:00
B 17:00~18:30
10月16日~12月18日

参加費 10,450円

定員 各15名
A / 4歳児~小学2年生
B / 小学3~6年生

ひまわりクラス(月)・(木)~運動能力開発~

ボール・マット等の体育器具を使い、全身を思いっきり動かしましょう。おともだちと運動する中で、集団行動を身につけます。

開講日 月曜日 全8回 10:00~11:00
10月12日~12月21日
木曜日 全10回 11:15~12:15
10月15日~12月17日

参加費 月:4,400円 木:5,500円

定員 各15組 / 保護者と2~3歳児
※1人で走りまわれる子



★新体操コース~キッズ・ジュニア~

音楽に合わせてリボン・ボール・フラフープを使い身体を動かします。リズム感・柔軟性・平衡感覚などを身につけていきます。

開講日 水曜日(通年) 9月から入会可能!
キッズ 16:00~16:50
ジュニア 17:00~17:50
18:00~18:50

参加費 4,620円(教材費別)

対象 キッズ / 年少~年長
ジュニア / 小学生

★体育コース~キッズ・ジュニア~

鉄棒・とび箱・マット・ボール等を使い、身体の使い方を身につけていきます。運動することの楽しさを感じましょう!!

開講日 火曜日(通年)
キッズA 16:00~16:40
キッズB 16:50~17:40
ジュニア 17:50~18:40

参加費 4,620円(教材費別)

対象 キッズA / 年少
キッズB / 年中・年長
ジュニア / 小学生

★しづかわ英会話 リトルクラス・キッズA・B・Cクラス

外国人講師と日本人講師の充実したレッスンスタイルです。外国人講師からは「聞く・話す」、日本人講師からは「読む・書く」を学びます。

開講日 木曜日(通年)
リトル 16:00~16:50
キッズA 17:00~17:50
キッズB 18:00~18:50
キッズC 19:00~19:50

参加費 7,150円(テキスト代別)

対象 リトル: 年少~年長 / A: 1・2年生
B: 3・4年生 / C: 5・6年生

★ロボ☆キッズ教室A・B

ロボットの仕組みを学びながらロボット製作や工具の使い方を学びます。作ったロボットで競争なども行います。

開講日 火曜日(通年 / 月2回)
A 17:00~18:30
B 19:00~20:30


参加費 4,400円(教材費別)

対象 小学生


新型コロナウイルス感染拡大防止の対策について

皆様に安心してご参加いただけるよう、職員一同努めて参ります。また、今後の感染拡大の状況により、**休館・休講**となる場合がございます。ご理解・ご協力の程、よろしくお願い致します。

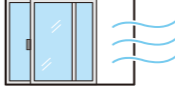
●入退館時は**マスク着用**・手指の**アルコール消毒**にご協力ください。




●教室の**内容・定員・回数**・**部屋のレイアウト**を**一部変更**しております。



●**密集・密閉・密接**を防ぐため、**換気**を実施しております。



●教室参加時に必要なもの(ヨガマット・筆等)はご自身でご準備ください。
※物品の共有による感染拡大防止の為



詳細はこちら



各教室への参加・お申込方法

抽選申込期間 9月14日(月)~9月28日(月) 17:00まで

定員に満たない教室は、市外の方も含め抽選発表後、随時申込可能です。途中参加の場合、参加費は残りの日数分となります。(一部教室を除く)

- 参加中に撮った写真を、当施設のブログやチラシ、SNSなどに掲載することがあります。掲載されることに支障がある方は、事前にお申し出ください。
- 通年教室 ★は随時募集をしております。定員になり次第、締切とさせていただきます。
- 開催している会館(東部または渋川)をご確認の上、窓口にてお申込みください。FAX・メール・電話での受付は出来かねます。(秋イベントを除く)
- 写真はイメージとなります(実際に作成する作品と異なる場合がございます)
- 尾張旭市外の方でも申込可能です。★抽選になった場合は、尾張旭市在住・在勤の方が優先となります。
- 各教室にて、申込人数が少数の場合は教室開催を中止する場合があります。
- 参加費は開催日までに窓口にお支払いください。★納付後の参加費の払い戻しはできません。
- 表示は全て税込金額となります。

各教室定員を超えた場合は抽選をおこない、**9月30日(水) 13時以降に結果発表**します。

Instagram はじめました!

施設空き状況・教室・イベント等の最新情報をお届けします。



東部市民センター
公式アカウント★
toubu_shimin



渋川福祉センター
公式アカウント★
shibukawa_hukushi

Follow Me♪

↓↓ HPはこちら ↓↓

ハマダ 東部渋川

携帯電話からも簡単アクセス!