

働く女性の家(エポック・荒尾)開催講座

■私らしく働くためのヒント会

今抱えている不安や悩みなど、ざっくばらんに話しながら、自分らしい働き方を見つけましょう。

時 10月16日(水) 13時30分～15時

場 働く女性の家 講習室

定 20人程度

料 無料

内 【講師】北里 明子さん
(キャリアコンサルタント)

■男性のための料理教室

内 【講師】食生活改善推進員
【メニュー】サバの味噌煮缶を使った即席カレー、サラダ、デザート

時 10月30日(水) 10時～12時30分

場 中央公民館 調理室

定 20人程度

料 500円

■楽しく学ぶ! 楽しく備える! 防災収納セミナー

○女性目線の防災備蓄・収納

○my防災ポーチづくり

時 11月2日(土) 10時30分～12時

場 市立図書館 みんなの部屋

定 30人程度

料 1,000円

内 【講師】松永 りえさん
(防災収納インストラクター)

【以下は共通事項】

備 託児あり ※要予約

※生後6カ月～未就学児まで

申 二次元コードか電話で申し込み

問 申込:働く女性の家
(エポック・荒尾) ☎64-2884

申し込み用
二次元コード



しろちどりの会 ワークショップ

粘土でかわいいシオマネキを作ろう

シオマネキは荒尾干潟で見られ、巣穴の近くに砂団子を沢山作ります。色鮮やかな樹脂粘土を使って、ハサミの片方が大きく、先端は白いかわいいシオマネキと一緒に作ってみませんか。

時 10月26日(土) 13時30分～15時

場 荒尾干潟水鳥・湿地センター

対 どなたでも

定 20人程度

申 【申込開始】10月1日(火)～

料 300円

問 申込:しろちどりの会
(☎090-3437-7829(祝原))



荒尾史学会 講演会

時 10月15日(火)

18時30分～20時

場 中央公民館 視聴覚室

内 【演題】万田坑争議について
【講師】佐藤 征雄さん
(荒尾史学会会員)

料 非会員 500円/会員 100円

申 事前申し込み不要

問 荒尾史学会
(☎090-2905-6837(諸隈))

メディア交流館からの お知らせ

■けんこう将棋サロン

時 10月2日・9日・16日・23日・30日
(すべて水曜) 13時～17時

場 メディア交流館 研修室B

定 10人 **料** 1回 200円

期 【申込締切】各開催日の3日前まで

■足圧ソクササイズ教室

時 10月から12月までの第1・3土曜
(全5回) ※初回:10月19日(土)

19時～20時30分

※無料体験会10月5日(土)

※体験会も同時刻

場 メディア交流館 多目的ルーム

内 【講師】丸尾 歩さん
(谷川流足圧1級踏み師)

期 【申込期間】
10月1日(火)～16日(水)まで

定 16人 ※先着順

対 10歳以上

※片足でバランスが保てる人

料 4,000円 ※前納制(全5回分)

持 5本指ソックス、バスタオル1枚、
タオル2枚

【以下は共通事項】

申 電話か来館して申し込み
(9時30分～19時30分まで)

問 申込:メディア交流館
(☎69-0552 ※月曜休館)

山野草展示会

秋の山野草をお楽しみください。

時 10月19日(土) 10時～17時

10月20日(日) 9時30分～16時

場 小岱工芸館 多目的ルーム

問 荒尾山野草会事務局
(☎68-0452(高村))

ご注意 日程などはやむを得ず変更になる場合があります。事前にご確認ください。

期 【申込締切】10月15日(火)まで

定 20人 **料** 1回 500円

持 飲み物、タオル

申 電話か来館して申し込み

■うたごえ広場

時 10月27日(日)から開始(以降毎月
第3日曜) 10時～12時

場 小岱工芸館 多目的ルーム

内 【講師】富永 美緒先生

定 30人 **料** 1回 200円

持 飲み物

申 当日来館して申し込み

【以下は共通事項】

問 申込:小岱工芸館
(☎68-7400(月曜休館日)
(9時30分～19時30分まで))

金魚すくいと貝殻を使った ワークショップ

荒尾干潟水鳥・湿地センターと金魚と鯉の郷広場を知るきっかけとして、「貝殻ペイント体験」と「金魚すくい体験」を行います。当日はハロウィンイベントもありますので、ぜひご参加ください。

時 10月13日(日) 12時～17時

場 まるごとあらお物産館前

対 どなたでも **料** 無料

内 貝殻ペイント、
金魚すくい体験(先着200人程度)

問 荒尾長洲地域資源活用推進協
議会事務局 環境保全課
(☎63-1386)



持 クレパス12色、色鉛筆、消しゴム、
(先生が準備するものもあります)
画用紙B4サイズ(271mm×364mm)

【以下は共通事項】

申 10月1日(火)より受付開始

電話か来館して申し込み
(9時30分～19時30分まで)

問 申込:みどり蒼生館
(☎66-4700(月曜休館日))

小岱工芸館からの お知らせ

■運動基礎講座 ～意外と知らない 身体の使い方を学ぼう～

身体を動かしながら、怪我をしにくく、
運動が楽しくなる身体をつくります。

時 【毎週土曜】10月5日(土)から開始
第1・3土曜:小学生対象
第2・4土曜:未就学児対象
第5土曜:合同開催
※無料体験1回のみOK
※参加できるときだけの参加OK
10時～11時30分

場 小岱工芸館
研修室AB・多目的ルーム

内 【講師】岩橋 修平さん
(健康運動指導士)

申 10月1日(火)より受付開始

定 10人 ※先着順

対 未就学児・小学生 ※保護者同伴

料 1回 500円

持 動きやすい服装、タオル、飲み物

申 電話か来館して申し込み

■笑いヨガ 笑う健康体操

インド発祥の笑う健康体操、笑いヨ
ガの講座です!(10月より月1回開催)

時 10月16日(水)から開始(以降毎月
第3水曜) 10時～11時30分

場 小岱工芸館 多目的ルーム

内 【講師】吉田 光治さん

イベント・催し

みどり蒼生館からの お知らせ

■秋の味覚でストップ☆生活習慣病

内 【メニュー】かぼちゃの豚肉巻き、
秋のきのこの炊き込みご飯、
ブロッコリーのごまみそ和え、
かき玉汁

時 10月17日(木) 10時～13時

場 みどり蒼生館 調理実習室

期 【申込締切】10月10日(木)まで

定 16人 **料** 500円/1人

持 筆記用具、エプロン、三角巾、
マスク、飲み物、スリッパ、タオル

■身体を整えるリンパヨガ教室

血行促進、代謝・筋力UPの効果もあり、
冷え症やダイエットしたい人にも
おすすめです!

時 10月から1月までの第2・4木曜日
(全8回) ※初回:10月10日(木)
19時30分～20時30分

場 みどり蒼生館 多目的室

内 【講師】藤本 喜美さん

期 【申込締切】10月6日(日)まで

定 16人 ※先着順

料 6,400円 ※前納制(全8回分)

持 ヨガマット(バスタオルでもOK)、
飲み物、タオル

■リラクゼーションお絵描き教室

約2回で1つの作品が完成。お試し
や、参加できる月だけの受講もOK!

時 10月から3月までの第1・3木曜日
※初回:10月3日(木) 10時～12時

場 みどり蒼生館 研修室A

内 【講師】出口 貴子さん

定 12人 ※先着順

料 1,500円/月
(もしくは2回参加で1,500円)

補聴器相談会

相談・おためし
無料

人工知能

脳の聞くチカラ
を引き出す

AI補聴器

場所

10月17日(木)10時～15時

日時

荒尾市メディア交流館 荒尾市大正町2丁目3-2

岩永補聴器 熊本店

096-326-8339

熊本市中央区上通町3-33(鶴屋前)

www.iwanaga-co.com

岩永補聴器

検索

定休日 日曜(第1第3第5)、祝祭日

簡単充電

ポン!

と置くだけ

土づくりに貢献する

クリーンF-K

あらか

土づくりに最適
有機質肥料販売中

(登録番号 生第103494号)

連絡先

株式会社 クリーン発酵九州

熊本県荒尾市大島1738番2 FAX 0968-62-5188

お問い合わせ ☎ 0968-62-5588

荒尾子ども未来基金
に協賛しています

株クリーン発酵九州工場

四山神社

有明海

大牟田

国道30号

JR荒尾駅

長洲