

試 資格取得や採用などの試験を行います **募** 参加者・受講者を募集します **イ** イベント開催・催しに参加しませんか

イ 北稜高等学校 北稜祭

- 日時 11月10日(日) 午前9時～午後4時
 - 場所 北稜高等学校
 - 内容 展示、農産物販売、食品バザー、家政科学科によるコスチュームショー(午後2時30分～)など ※駐車場などは学校ホームページをご覧ください。
- 〒北稜高等学校 ☎ 73-2123

イ AED救命講習会

- 緊急時に命を救うことにつながる、心肺蘇生法とAEDの使い方を覚えてみませんか。
- 日時 11月24日(日) 午前10時～正午
 - 場所 荒尾消防署 3階講堂
 - 内容 心肺蘇生法、AEDを使った救命講習会
 - 定員 先着15人
 - 申込方法 電話で申し込み
 - 参加費 無料
- ※以前に普通救命講習会を受けた人だけ、修了証カードを持参。
- 〒荒尾消防署救急係 ☎ 63-1121

イ 第33回 2020 荒尾クロスカントリーカーニバル あらおクロカン& 10kmリレーマラソン

- 日時 令和2年3月1日(日) 受付：午前8時30分～9時20分 開会式：午前9時20分～ 競技：午前10時～ 閉会式：12時30分～
 - 場所 グリーンランド遊園地お祭り広場
 - コース グリーンランド遊園地(なだらかな起伏がある遊園地内を走るコース)
 - 種目 【個人】 ①1km(2種目)…親子ペア(パパ)、親子ペア(ママ) ※子どもは3歳～小学2年生。 ②2km(6種目)…小学4年以下男女、小学5年男女、小学6年男女
 - 【リレーマラソン】★新種目★ 1km×10周(2種目) 中学の部、一般の部 ※リレーマラソンはどちらも男女混合。 ※出場できるのは1人1種目まで。ただし、親子ペアに参加する一般の人は複数出場可。
 - 参加資格 親子ペア以外は小学生以上とし、健康に自信がある人
 - 申込締切 令和2年1月24日(金)
 - 申込方法 所定の申込書兼払込取扱票に記入し、郵便局で申し込むか、生涯学習課に持参
 - 参加費 【個人】 小学生:2,000円、親子ペア:3,500円 【リレーマラソン】 中・高校生:2,000円、一般:3,000円
- ※参加者全員に参加賞(Tシャツ)あり。入賞・特別賞・飛び賞などの表彰もあります。
- 〒荒尾クロスカントリー実行委員会(生涯学習課内) ☎ 63-1681 FAX 62-1218

イ ミュージックサロン 英語で歌おう

- みんなで楽しく英語の歌を歌いませんか。
- 日時 11月24日(日) 午後2時～
 - 場所 中央公民館 視聴覚室
 - 参加費 200円(資料・茶菓子代)
- 〒ありあけ国際交流協会 清水 ☎ 090-1974-4640

イ タグラグビー教室

- 日時 12月7日(土)、14日(土) 午前10時～11時(計2回)
 - 場所 岱志高校第1グラウンド(芝生) ※雨天時は岱志高校体育館で行います。体育館シューズが必要です。
 - 指導員 徳井清明さん(岱志高校ラグビー部監督)、同校ラグビー部員
 - 対象 市内の小学生
 - 申込締切 11月25日(月)
 - 申込方法 生涯学習課か運動公園管理事務所(☎62-5163)で申し込み
 - 参加費 無料 ※運動のできる服装と靴でご参加ください。
- 〒生涯学習課スポーツ推進係 ☎ 63-1681

イ 荒尾駅にぎわいた方市(11月～1月)

- 毎月第3土曜日に、生鮮食品を中心とした夕方市を開催しています。
- 日時 11月16日(土)、12月21日(土)、令和2年1月18日(土) 午後3時～5時
 - 場所 荒尾駅 プロローグ広場 ※駐車は2時間無料。
- ※出店者も募集しています。
- 〒万田地区協議会 上村 ☎ 090-3194-6110

イ 異文化交流 お寺で体験～和のまなび～

- 外国人の人たちと、日本文化を通して交流してみませんか。
- 日時 11月17日(日) 午前10時～(受付：午前9時45分～)
 - 場所 西養寺(本井手1771-1)
 - 内容 茶道体験が写経体験、和食交流(写経をする人は筆ペン持参)
 - 参加費 1,000円 ※外国の人は無料。
- ※定員になり次第締め切ります。
- 〒ありあけ国際交流協会 宮川 ☎ 090-9796-1794



イ 平井地区 史跡探訪ウォーキング

- 平井地区の史跡を巡って、先人の思いに触れてみませんか。昼食にはおにぎりや豚汁を用意します。
- 日時 11月24日(日) 午前9時～(受付：午前8時30分～)
- ※小雨決行。雨天時は平井小体育館でレクレーションを開催。
- 集合場所 平井小学校
 - 内容 上井手下・唐池の史跡を巡る7kmほどのコース
 - 参加費 無料
 - 持ってくるもの 飲み物、雨具
- 〒平井地区協議会史跡ウォーキング部会 高橋 ☎ 090-4348-6224



イ 人さながら塾

- 日時 11月24日(日) 午前10時30分～午後0時30分
 - 場所 中央公民館
 - 内容 ①障がいとともに生きて ②共生の日常らし
 - 講師 ①斎浩史さん(荒尾市身体障害者福祉協会連合会長) ②硯川眞由(人さながら塾長、元日本看護福祉学会副会長)
 - 参加費 500円(資料代など)
- 〒日本生涯自然教育協会人間環境学研究所 川副 ☎ 090-8792-7180

募 メディア交流館 主催講座

講座名	日時	内容/対象者/会費	講師
①木製ものづくり講座(定員12人)	11/24(日) 10:00～12:00	木製フォークづくり/木のものづくりに興味がある人/大人1,600円、子ども1,000円	坂根拓郎さん(Rissani)
②健康麻雀サロン(定員12人)	第1・3木曜 11/7・21 12/5 13:00～17:00	麻雀と交流を楽しみます。初心者も大歓迎/1回500円 初回はテキスト代500円	正木秀雄(メディア交流館職員)
③GarageBandで音楽づくり体験教室(親子7組)	11/24(日) 10:00～12:00	Appleの無料音楽づくりソフト「GarageBand」を使って音楽づくり/小学3年生～中学3年生/1組1,500円	村上桂子さん((一社)ネイチャーサイエンススクール)
④着物着付け教室(定員10人)	第2～4木曜 13:30～15:30 第2～4金曜 19:00～21:30	自分で着付けができるようになります/月3,000円(1カ月無料体験有)	寺山初美さん(藤美着付師協会)

※要予約。 ※④は伊地知☎63-1618へ連絡。
●場所 メディア交流館 ☎ 69-0552 ①②研修室A ③パソコン室④研修室B

募 みどり蒼生館 主催講座

サークル名	開催日時	内容/持ってくるもの/会費	講師
①男の料理教室(定員20人)	①11/13(水) ②11/20(水) 10:00～13:00	①糖尿病について②低栄養について 講話と予防食づくり/筆記用具、エプロン、三角巾、タオル、スリッパ/1回750円(1日体験も可)	荒尾市食生活改善推進員協議会
②ワンコインティータイム(定員20人)	11/8(金) 13:30～15:30	かるかん饅頭と利休饅頭を作ります/筆記用具、エプロン、三角巾、タオル、スリッパ/500円	本田良子(みどり蒼生館職員)
③くまもとふるさと食の名人に学ぶ郷土料理(定員20人)	12/6(金) 10:00～13:00	荒尾市の正月の郷土料理を学び、味わいます/筆記用具、エプロン、三角巾、タオル、スリッパ/1,100円	森野ヤエ子(食の名人)

※すべて要予約。
●場所 みどり蒼生館 ☎ 66-4700 ①②③調理実習室

楽しく運動しませんか? 12月の講座を開催します!!(10回¥6000税別)認知症や介護予防・運動不足解消に!!!

④月水金/2.4.6.9.11.13.16.18.20.23日 ⑤火木土/3.5.7.10.12.14.17.19.21.24日 ※一回90分の講座です。

④⑤共にア)10時 イ)12時 ウ)14時の中から好きな時間を選べます。 ※各講座10人程度です。

★馴染みのある曲で脳活体操(楽しさ☆おどめ!)や簡単なマシンで筋トレ(どなたでも簡単!)等、日替わり内容でとても充実した講座になっています。★申込期限は11月22日(金)ですが定員になり次第締め切ります★

【10名様グループは10%割引☆】[迷途有り、ご相談下さい☆][問合せや申込は電話で!!]

☆☆脳活フィットネス塾ipジップ☆☆多摩田市久保田町2-2-3(大牟田駅西口下り方面徒歩2分線路沿い♡)

☎0944-85-7139(ナイスサンキュー)★心と身体を健康に素敵に人生送りましょう!!!★お気軽に電話下さい!!!

有料広告