

施設案内

図書コーナーを併設した施設。健康教室「ふまねっと」は毎週月曜日（祝日はお休み）、読み聞かせ・うたごえ喫茶も定期的に開催中。学生のために自習室を開放しています。体育館は一般開放の他に専用枠もあり、会社や学校などのレクにも使用可。

◎開館時間：9:00～21:00

図書コーナー・60歳以上フリースペース「サンルーム」・幼児プレイルーム→9:00～17:00

◎休館日：年末年始（12/29～1/3）



講座・教室のご案内

曜	講座・教室名	講 師	期 間	回数	時 間	定員	受講料・教材費等(円)
月	①家で眠っているウクレレを奏でてみませんか?	廣瀬 映子	5/12～26	3	13:00～14:30	10	受1,125 教 なし
	②楽しく学べる書道の基礎	伊藤 爽琴	6/9～30	4	13:30～15:00	10	受1,500 教 500
水	③シニアディスコ	北山久仁子	5/7～21	3	9:30～11:00	10	受1,125 教 なし
	④夜ディスコ	北山久仁子	5/7～21	3	19:15～20:45	10	受1,125 教 なし
	⑤醤油麹と材料3つで作るミートソースとお楽しみでもう1品	村田美智子	5/28	1	18:00～20:00	10	受 500 教 500
木	⑥気軽にできる そろばんで認知症予防（そろばんがなくても大丈夫）	小田部真由美	6/5～26	4	13:00～14:30	10	受1,500 教 なし
金	⑦肩・腰・膝の痛みを和らげるストレッチ入門	石川 博昭	5/9～30	4	11:00～12:15	10	受1,250 教 なし
	⑧革で作る自分のメガネサイズのケース作り	大山美由希	5/23～6/13 (6/6を除く)	3	10:00～12:00	10	受1,500 教2,200
	⑨スローヨガ～ゆっくりだから初心者やシニアにおすすめ	佐藤真奈美	6/6～27	4	13:30～14:30	10	受1,000 教 なし
土	⑩初めての手打ちそば	苫小牧手打ちそば愛好会	5/10～24	3	9:00～11:00	6	受 なし 教3,050
	⑪故人に思いを寄せてプリザーブドフラワーで作る仏花	小田部真由美	5/31	1	10:00～12:00	10	受 500 教2,500
	⑫簡単に作れるガラスアートで可愛いフォトフレーム作り	佐々木範子	6/7	1	10:00～12:00	10	受 500 教1,650
	⑬持ち手を四つ編みで編むPPバンドバッグ（縦20cm 横10cm 高さ15cm）	笹浪 知子	6/14～21	2	10:00～12:00	10	受1,500 教 500

講座・教室の申込方法

●受付期間：4月1日(火)～4月14日(月)(当日消印有効)

●対 象 者：15歳以上の苫小牧市民(市内に勤務する方を含む)

●申込方法：往復はがきでの申込み⇒「往復はがきでの申込方法」をご覧ください。

・コミセン窓口での申込み⇒受講通知発送用として宛名面に受講者の住所・氏名を記入したはがきをご持参ください。

※窓口での申込みは9:00～17:00になります。

●受講決定：応募者多数の場合は抽選で決定し、結果を通知。(申込人数が少ない講座は中止の可能性あり。)

●そ の 他：受講料・教材費の納入方法については受講決定通知でお知らせします。

思いやりの心で“交通安全”

一般社団法人苫小牧地区交通安全協会
苫小牧市交通安全協会



苫小牧市旭町3丁目5番20号
苫小牧市交通安全センター内
☎0144(33)1458 FAX(33)3551

スピードダウン・シートベルト・シルバーセーフティ

アペオス
Apeos C7070/C6570/C5570/
C4570/C3570/C3070/C2570



O A 機 器 (株)阿部文具
オフィス家具

〒053-0045 苫小牧市双葉町2丁目1番19号
電話(0144)32-3779代 FAX(0144)32-3778