



施設案内

図書コーナー・体育館・トレーニングルームを併設した東地域の施設。地域の誰もが楽しむ・学ぶ・集う・つながる、子どもから高齢者まで幅広い世代を対象にした事業を定期的に開催。「何かをしたい・教えたい」などの相談も随時受付中!

◎開館時間：9:00～21:00(図書コーナー・幼児プレイルーム・60歳以上サナルーム→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)
火	①気持ちを伝える中国語	じんどういのり	10/12～11/16	6	9:30～10:30	10	受1,500 教 300
	②伝統文化に触れて～やさしいアイヌ刺しゅう	砂澤代恵子	10/12～11/16 (11/2を除く)	5	13:00～15:00	10	受2,500 教2,400
	③賭けない・飲まない・吸わない健康マージャン	島村芙美子	10/12～12/7 (11/23を除く)	8	13:00～15:00	12	受4,000 教 なし
	④初心者から楽しめるカラオケ講座	美咲じゅん子	10/12～12/7 (11/23を除く)	8	13:30～15:30	15	受2,720 教 300
水	⑤土の手触りを楽しむ陶芸講座	服部 栄子	10/13～12/1 (11/3を除く)	7	10:00～12:00	12	受3,500 教2,800
	⑥コリをほぐす&生理と更年期を整えるワーク	野呂 健太	10/13～12/8 (11/3を除く)	8	19:15～20:15	15	受1,360 教 なし
	⑦ZUMBA GOLD	南 くるみ	11/10～12/1	4	11:15～12:15	12	受1,000 教 なし
木	⑧初心者ふれあい囲碁教室～考える力を育て学力向上へ!	苫小牧囲碁伝統文化普及会	10/7～2/24 (12/23～1/6を除く)	18	18:00～19:30	10	受 なし 教 300
	⑨クラフトで作るトリコットオリジナルゴッドアイ丸カゴ	山田いづみ	10/21・28	2	10:00～12:00	10	受1,000 教2,000
	⑩自分で編む足にやさしい布ぞうり	出村 敏男	11/4～11/25	4	13:30～15:30	10	受2,000 教1,800
	⑪たのしいお菓子づくり～スイーツ&クリスマスケーキ	小野 雅美	11/11～11/25	3	9:30～12:00	12	受1,875 教1,425
金	⑫リセットヨガ～午前中の心身の疲れを一度リセットしませんか	石川 博昭	10/15～11/19	6	15:15～16:45	12	受2,250 教 なし
	⑬やさしい手話を学ぼう	苫小牧聴力障がい者協会	10/15～12/3	8	19:00～20:30	12	受3,000 教 なし
	⑭家庭にある道具でできるそば打ち講座	根城 健	11/5～12/3	5	18:30～20:00	10	受1,875 教5,125
土	⑮伝統文化～いけばな子ども教室	小原流苫小牧支部	10/2・23・11/6・27・12/11・ 25・1/15・29・2/5・19	10	10:30～11:30	10	受 なし 教 ^{1回につき} 800
	⑯おしなれ刺繍～バラのストール&1/6ミニチュアサダルのバッグチャーム	大山美由希	11/13・27	2	13:30～15:30	10	受1,000 教2,200
	⑰フラワーアレンジでつくるオリジナルのしめ縄で新年を迎えよう	小田部真由美	12/18	1	10:00～12:00	10	受 500 教2,500
日	⑱こだわりのカレーパン&青のりちぎりあげパン	岩谷みさお	11/7	1	9:30～13:00	12	受 875 教 625

講座・教室の申込方法

- 受付期間：9/1(水)～9/17(金)(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)、⑧は子どもも対象、⑯は子ども対象
- 申込方法：・往復はがきでの申込み ⇒6ページ下欄の「往復はがきでの申込方法」をご覧ください。
・直接沼ノ端コメンセン窓口での申込み。※窓口での申込受付時間は9:00～17:00になります。
※窓口での申込みは、受講通知発送用として63円の官製はがきをご持参ください。
官製はがきの宛先には受講者の住所と氏名をご記入ください。
- 受講決定：応募者多数の場合は抽選で決定し結果を通知。(申込人数が少ない場合は講座中止の可能性あり)
- 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。

めざそう!!

「交通事故ゼロの街」

苫小牧地方安全運転管理者事業主会
苫小牧地区安全運転管理者協会
苫小牧市旭町3丁目5-20 苫小牧市交通安全センター内
電話 0144-33-1458 FAX 0144-33-3551

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



OA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