

おいでよ!
健康プラザわくわくランド



〒西貝塚17-1 ☎783-1126・☎726-7657
【開館時間】10:00～21:00

【5月の休館日】22・29(水)
【長期休館】5/7(火)～15(水)
市内循環バス「ぐるっとくん」平方小敷谷循環・平方丸山公園線で「わくわくランド」下車

館長イチオシ

劇団つばさ
華麗なる舞や踊りをお楽しみください。
☎5月4日(祝)11:30～12:00・14:00～14:30 入館料だけ

お知らせ
●6～7月ジュニアスイム教室
5月1日(祝)からホームページに掲載しますので、ご覧ください。
●すこやかキッズ体操
6月に予定をしています。詳しくはホームページをご覧ください。

健康相談
☎5月21日(火)13:15～14:15 入館料だけ

カイロプラクティック「ててて」
ハンドエステやっています! ※時間、料金など詳しくは問い合わせください。

学べる・遊べる
自然学習館
5月



〒畔吉178 ☎780-1030・☎726-7901

自然学習教室

●昆虫や草花に親しもう
☎5月12日(日)9:30～12:00(雨天実施) 定20人(先着順)
※小学生以下は保護者同伴です。☎虫かご、捕虫網(持っている人) 【服装】長袖・長ズボン、帽子 ☎5月1日(祝)から電話で

●植物の葉を顕微鏡でみてみよう
☎5月25日(土)9:30～12:00(雨天実施) 定6人(先着順)
※小学生以下は保護者同伴です。☎筆記用具 【服装】活動しやすい服装 ☎5月1日(祝)から電話で

天文科学教室

●最新の天体写真で見る宇宙の姿
☎5月19日(日)13:30～15:00 定20人(先着順) ※小学生以下は保護者同伴です。☎筆記用具 ☎5月1日(祝)から電話で

市役所ギャラリー

●第4回ネアリカ展(毛糸絵画、ネアリカ、写真) 5月10日(金)～15日(水)10～17時(15日は14時まで)

●「2時間の悠々」おばあさんたちの静物写真画展(5(絵画) 5月17日(金)～22日(水)10～16時(22日は14時まで))

●長久寺学園 仏画・仏像展示会 5月31日(金)～6月5日(水)10～17時(5日は15時まで)

5月1日～6月15日 ※5/1(祝)～5/7(火)は、プール教室は休みです。
全ての教室は、日程が変更になることがあります。詳しくは、ホームページのスケジュールカレンダーで確認するか、電話で問い合わせてください。

プール ☎水着・スイムキャップ ☎30分前からプール監視員室前(②③④は10:15からフロント)

①水中ウォーキング 時毎週(月)11:00～11:30 (5/13を除く) 定20人
②はじめてアクア(前:アクアピクスI) 時毎週(火)11:00～12:00 (5/14を除く) 定20人
③シェイプアクア(前:アクアピクスII) 時毎週(水)14:00～15:00 (5/14を除く) 定20人
④ワンポイントスイム 時毎週(木)11:00～11:40 (5/9を除く) 定15人
⑤からだ元気!アクアコンディショニング 時毎週(木)14:15～14:55 (5/9を除く) 定15人
⑥ファンファンスイム 時毎週(金)11:00～12:00 (5/10を除く) 定10人
⑦アクアウォーク&ジョグ 時毎週(金)14:00～14:30 (5/10を除く) 定20人

スタジオ ☎運動する服装、室内靴 ☎10:15からフロント

⑧エアロッチ 時毎週(月)10:30～11:30 定15人
⑨からだ整えバレエ体操 時毎週(月)11:45～12:25 定15人
⑩サルセッション 時毎週(月)12:45～13:45 定15人
⑪ASA ヨガ 時毎週(火)10:30～11:30 定25人
⑫ベリーダンス 時毎週(火)11:45～12:45 定15人
⑬レッツ!!フィットネス夜 ver. 時毎週(火)18:00～18:30 定10人
⑭アッチャーボディ 時毎週(木)10:30～11:30 (5/2を除く) 定15人
⑮エアロピクス 時毎週(木)12:00～13:00 (5/2を除く) 定15人
⑯キック Box エクササイズ 時毎週(木)13:10～14:00 (5/2を除く) 定15人
⑰GOGO ヨガ 時毎週(木)15:30～16:30 定25人
⑱スロートレーニング 時毎週(金)10:30～11:00 (5/3を除く) 定15人
⑲セルフコンディショニング 時毎週(金)19:00～20:00 定15人

☎共通 ☎高校生以上 ☎300円 ※①④⑤⑦⑨⑩⑬は入館料だけ
※月額3,500円で有料教室受け放題の「教室パック」もあります。

PICK UP 体験ものづくり教室

●初めての草木染め～栗の幹材で麻のストールを紫色に染めよう～
☎5月24日(金)9:30～12:00 ☎初めて草木染めに挑戦する人 ☎2,000円 定16人(先着順) ※小学生以下は保護者同伴です。
☎エプロン、厚手のゴム手袋、使用済みタオル 【服装】汚れてもよい服装 ☎5月1日(祝)から電話で

上尾丸山公園写真展の作品募集

【展示期間】6月29日(土)～7月15日(祝) ☎自然学習館展示ロビー
【募集作品】上尾丸山公園で撮影した写真(風景・動植物・人物など素材は問わない。プリントでA4サイズ以下、1人2点まで) ※応募者本人が撮影した未発表作品に限ります。作品の返却を希望するときは、3カ月以内に引き取りにきてください。肖像権は、応募者が了解を得てください。第三者から権利侵害などの苦情や異議申し立てがあった場合、応募者が全て対処するものとします。応募テーマにそぐわない作品は、非公開とする場合があります。☎5月27日(月)～6月9日(日)に直接、自然学習館または丸山公園管理事務所へ

※自然観察会(自然学習教室開催日を除く毎週(土)開催)、太陽の観察会(毎週(日)祝開催)、天体観望会(毎週(土)開催)について詳しくは、自然学習館へお問い合わせください。市内循環バス「ぐるっとくん」平方丸山公園線で「自然学習館」下車

ギャラリー
ガイド
5月10日～6月5日

☎775-9496・☎776-2250
☎775-9496・☎776-2250

市民ギャラリー

●JRP 日本リアリズム写真集
団さきたま支部第30回記念写真展(東日本大震災の7年間の展示) 5月10日(金)～15日(水)10～17時

●第7回光遊展(ガラスとともに) (ステンドグラス) 5月16日(木)～22日(水)10～18時(16日は12時から、22日は16時まで)

●「つれづれに展」中山道・宿を訪ねて(切り絵、絵日記、展示作品販売許可展) 5月24日(金)～29日(水)10時～17時30分(29日は16時まで) ※展示作品販売許可展では、展示作品・図録・関連商品の販売をいたします。

●第15回記念芳香会書展 5月31日(金)～6月5日(水)10～18時(5日は15時まで)