

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

【9月の休館日】毎週(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

新教室「はじめてスイム」

泳ぎの基本を確認する教室です。
初めて泳ぎの練習をする人も安心して参加してください。
時9月2・9・30日のいずれも(月)14:00~15:00 ⑧高校生以上
費300円(別途、入館料) 定10人(先着順) 持水着、スイムキャップ、タオル 申当日10:15からフロントで



健康相談
時9月17日(火)13:15~14:15 費入館料だけ

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

9月

〒畔吉178 ☎780-1030・☎726-7901



- 自然学習教室**
- ペットボトルで魚とり
時9月14日(土)9:30~12:00(雨天実施) 定12人(先着順)
※小学生以下は保護者同伴です。持2リットのペットボトル(透明で硬い物) 【服装】汚れても良い服装 申9月1日(日)から電話で
 - プランクトンを顕微鏡で探してみよう
時10月5日(土)9:30~12:00(雨天実施) ⑧小学生以上
※小学生は保護者同伴です。定6人(先着順) 申9月1日(日)から電話で

天文科学教室

●隕石について考えよう
時9月15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。申9月1日(日)から電話で

9月1日~10月15日
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、電話で問い合わせください。


- プール** ⑧水着・スイムキャップ ⑩30分前からプール監視員室前(②③④⑥⑦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 (9/16・23を除く) 定20人
 - ②はじめてスイム【NEW!!】 時毎週(月)14:00~15:00 (9/16・23を除く) 定10人
 - ③はじめてアクア(前アクアピクスI) 時毎週(火)11:00~12:00 定20人
 - ④シェイプアクア(前アクアピクスII) 時毎週(火)14:00~15:00 定20人
 - ⑤ワンポイントスイム 時毎週(木)11:00~11:40 定15人
 - ⑥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 定15人
 - ⑦ファンファンスイム 時毎週(金)11:00~12:00 定10人
 - ⑧アクアウォーク&ジョグ 時毎週(金)14:00~14:30 定20人

- スタジオ** ⑧運動する服装、室内靴 ⑩10:15からフロント
- ⑨エアロッチ 時毎週(月)10:30~11:30 定15人
 - ⑩からだ整えバレエ体操 時毎週(月)11:45~12:25 定15人
 - ⑪サルセッション 時毎週(月)12:45~13:45 定15人
 - ⑫ASA ヨガ 時毎週(火)10:30~11:30 定25人
 - ⑬ベリーダンス 時毎週(火)11:45~12:45 定15人
 - ⑭レッツ!!!フィットネス夜 ver. 時毎週(火)18:00~18:30 定10人
 - ⑮アッチャーボディ 時毎週(木)10:30~11:30 定15人
 - ⑯エアロピクス 時毎週(木)12:00~13:00 定15人
 - ⑰キック Box エクササイズ 時毎週(木)13:10~14:00 定15人
 - ⑱GOGO ヨガ 時毎週(木)15:30~16:30 定25人
 - ⑲スロートレーニング 時毎週(金)10:30~11:00 定15人
 - ⑳セルフコンディショニング 時毎週(金)19:00~20:00 定15人

⑧共通 ⑩高校生以上 費300円 ※①⑤⑥⑧⑩⑬⑱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

●ステップアップのための草木染・やまももの染料を使って
テーブルクロスを型染めして楽しもう
時9月27日(金)9:30~12:00 費1,000円 定16人(先着順) 持エプロン、使用済みタオル、厚手のゴム手袋
申9月1日(日)から電話で



- 天文特別観望会**
- お月見コンサート
時9月13日(金)①コンサート18:30~(開場/18:00)②月の鑑賞19:30~20:30 ⑧マリンバとピアノによるコンサート、天体望遠鏡による月の鑑賞 ※天体写真も見られます。定80人(先着順)

自然学習館活動サークル合同作品展
時9月14日(土)~21日(土)9:00~17:00 ⑧絵画、写真、絵手紙、木彫り、フラワーアレンジメント、模型など、自然学習館で活動するサークルの作品を展示

※自然観望会(自然学習館開館日を除く毎週(土)開催)、太陽の観望会(毎週(土)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

- 市役所ギャラリー**
- 第16回撮影会写真展 9月5日(木)~11日(水)10~17時(5日は13時から、11日は16時まで)
 - 第26回理想人展(油絵・水彩・陶芸など) 9月12日(木)~18日(水)10~17時(12日は13時から、18日は15時まで)
 - 第9回淡彩スケッチ・日本画仲間展 9月19日(木)~25日(水)(22日(日)を除く)10~17時(19日は13時から、25日は15時まで)
 - 写真交流会「悠友」第9回写真展 9月26日(木)~10月2日(水)17時~26日は13時から、2日は15時まで

- 市民ギャラリー
カメラクラブ四季彩写真展 9月5日(木)~11日(水)10~18時(5日は12時から、11日は16時まで)
- 第19回塔輝会展(水彩・水彩・パステル画・書など) 9月12日(木)~18日(水)10~17時(12日は13時から、18日は15時まで)
- 第14回風景サロン写真展 9月19日(木)~25日(水)10~18時(25日は17時まで)
- 木版画バレン会展 9月27日(金)~10月1日(火)10時~17時30分

ギャラリーガイド
9月5日~10月2日