

ホーム・農トレだより

春から何かはじめてみよう!

平成29年4月1日号 NO.70

やってみよう

勤労青少年ホーム主催講座受講生募集

ハンドメイド (本革の財布・レジン)

受講料 1,020円 1回だけでも
定員 10名 受講可
時間 19:00~21:00

5月19日(金)
UVレジン(ヘアゴム&ヘアピン)

講師 Petit Fleur
教材費 1,000円



6月23日(金)
本革のじゃばら財布

講師 ひんひん
教材費 1,500円



ハンドメイド (アクセサリ)

受講料 1,020円 1回だけでも
定員 10名 受講可
時間 19:00~21:00

7月7日(金)
シルバーペンダントトップ

講師 ト部 茉莉子
教材費 1,500円



7月28日(金)
グルーデコイヤリング

講師 JEWEL ANJE
教材費 1,500円



ハンドメイド (クラフトバンド)

受講料 1,020円 2回講座
定員 10名
時間 19:00~21:00

8月10日(木)、17日(木)
クラフトバンド

講師 tabasa
教材費 1,000円
(2回分)

あじろ編みで夏かご
バックを作ります。
色は3色から選べます。



※画像はすべてイメージです。

農業者トレーニングセンター(体育館)運動教室参加者募集



フィジカルライフ



スマイルサタデー



スキスポ



にこレク

発行：(指定管理者) 一般社団法人 筑紫野市体育協会

〒818-0065 筑紫野市諸田169番地 勤労青少年ホーム内 TEL092-925-4801

ホームページアドレス：<http://chikushinotaikyou.com/>

筑紫野市体育協会

検索

クリック!

講座名	曜日	時間/講師名	回数	定員	受講料	教材費	内容
美♥ボディラインエクササイズ 月3回講座(5月~9月)	月	19:30~21:30	15	30	1,020円	500円	女性の気になる腕のたるみ、お腹周りを引き締める効果があります。また肩甲骨や骨盤を意識して動かすことによって姿勢改善にもつながります。
		青木 美幸					
エンジョイクッキング 月3回講座(5月~9月)	水	19:00~21:30	15	16	1,020円	12,000円	身近な家族料理・お菓子など基礎から応用まで幅広く学べます。グループで作っていくので初心者でも男性でも安心して参加できます！
		山崎 雅子					
パワーヨガ 月3回講座(5月~9月)	木	19:30~21:30	15	30	1,020円	500円	体をしっかりボディメイクしつつ、一日の疲れをとります。心身の安定やリラクゼーションをもたらす、次の日の活力につながります。身体の不調も整います。
		山口 いずみ					
ピラティス 月2回講座(5月~9月)	水	19:30~21:30	10	20	1,020円	1,000円	ピラティスは「筋力」と「柔軟性」のプログラムです。インナーマッスルを鍛え、身体を正しく使うことで美しい姿勢を目指します。初心者の方も安心してご参加ください。
		山本 清美					
役立つトラベル英会話 月2回講座(5月~9月)	木	19:30~21:30	10	20	1,020円	500円	旅先や国内で出会う外国人と会話ができるようにリスニングやスピーキングのトレーニングをします。簡単に役立つ英語表現が身に付きます。
		桑原 美枝					
フラワーアレンジメント 月1回講座(5月~9月)	金	19:30~21:30	5	20	1,020円	10,000円	初めてでも簡単に楽しく取り組むことができます。生花だけでなくプリザーブドフラワーやアートフラワーなどおしゃれなアレンジメントを作ります。
		江藤 智美					
ZUMBA® 体験講座 月1回講座(5月~9月)	水	19:30~21:30	5	20	1,020円	なし	ZUMBAは簡単！楽しい！ラテンのリズムによって笑顔で踊ってカロリーも消費。パーティーのような雰囲気ダンスフィットネスエクササイズと一緒に楽しみませんか？
		山本 清美					



ZUMBA®

いろいろな曲で踊れて楽しかったです！



美♥ボディラインエクササイズ

フットケアもあり、身体もスッキリします！



講座生の声

英会話

初心者でもわかりやすかったです！



エンジョイクッキング

毎回4品、料理もデザートも美味しいです！



平成28年度アンケートより

申込み受付期間 4月3日(月)~4月14日(金) **受付時間** 9時から21時/火曜日は17時まで

※申込み期間が過ぎても定員に満たない場合は、随時募集あり。

対象者 筑紫野市内居住・勤務している18歳から39歳までの勤労青少年(学生不可)

※ただし、定員に満たない場合は市外の勤労青少年、及び一般の方の受け入れも行います。

受講料 1講座につき、1,020円(受講手続きの際、短期・体験講座以外につきましては利用者会費1,000円を別途徴収します。)

教材費 各講座上記の通りとなります。(短期講座は表紙の通りです)

申込方法 電話で仮予約後、受付期間内に窓口にて正式な申込手続き(申込み用紙の記入、料金納入)を済ませて下さい。申込用紙はホームページからもダウンロードできます。

お問合せ・お申し込み先は、(指定管理者)一般社団法人 筑紫野市体育協会 ☎925-4801

※受講料教材費などお釣りが無いようにご準備をお願いします。



会場は農業者
トレーニング
センターです!

スポーツを始めてみませんか? 講座参加者募集【5月から始まります】

参加対象者: 筑紫野市内在住・在勤で身体を動かすことや健康に関心がある人

★本格的にスポーツを楽しみたい方におすすめ

「スキスポ」 笑い声ありの白熱したゲームが楽しめます!

コ ー ス ○月曜日(9:30~11:00)運動内容「ファミリーバドミントン・ミニバレー」
○木曜日(9:30~11:00)運動内容「ビーチボールバレー・ソフトバレー・バドミントン等」
定 員 各曜日24人
参 加 費 各曜日2,050円(全10回の料金です)
保 険 料 各曜日500円(傷害総合保険に加入)



★運動を始めるきっかけ作りに

「フィジカルライフ」

リズム体操で全身運動♪
軽スポーツでリフレッシュ!

コ ー ス ○火曜日(10:00~12:00)
運 動 内 容 バドミントンやソフトバレー等、
リズム体操等
定 員 48人
参 加 費 2,050円(全10回の料金です)
保 険 料 500円(傷害総合保険に加入)

★働いている方におすすめ

「スマイル↑↑サタデー」

仕事もリフレッシュも大切!
白熱したゲームでスッキリ
笑顔になりましょう♪

コ ー ス ○土曜日(9:15~11:15)
運 動 内 容 バドミントン・ソフトバレー等、
リズム体操等
定 員 24人
参 加 費 3,080円(全15回の料金です。月3回実施)
保 険 料 750円(傷害総合保険に加入)

★やさしい運動で転倒予防

「にこレク」 健康づくり♪ 仲間づくり♪ 体力づくり♪ メタボ・ロコモ予防で 健康寿命を延ばそう!!

コ ー ス ○水曜日(10:00~12:00) ○金曜日(10:00~12:00)
運 動 内 容 椅子に座っておこなう運動やリズム体操、レクリエーションゲーム、ストレッチ等
定 員 各コース20人
参 加 費 各曜日3,080円(全15回の料金です)
保 険 料 各曜日750円(傷害総合保険に加入)



申し込み方法

往復ハガキに①参加希望講座・希望曜日 ②氏名(ふりがな) ③年齢・性別 ④郵便番号 ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦教室の参加動機
(※⑧就業の有無 スマイルサタデーを希望の方のみ)を記入の上、申し込み先宛に郵送してください。

※往復ハガキ1枚につき、1つの講座から1つのコースを選んでください。【平成29年4月8日(土)消印有効】

※往復ハガキ1枚で複数の講座は申し込みできません。

※定員を超えた場合は抽選をおこないます。

※スマイルサタデーは、定員を超えた場合は、就業している人を優先して、抽選をおこないます。

※4月12日(水)以降に参加決定通知を発送いたします。

お問合せ・お申込み先 : (指定管理者)一般社団法人 筑紫野市体育協会

〒818-0065 大字諸田172(農業者トレーニングセンター内) ☎923-6290(問合せ時間:平日9時~17時まで)

※電話、FAXでの申し込みは不可。※詳しくはお問い合わせください。またホームページにて掲載しております。

勤労青少年ホーム利用者会の紹介

講座を受講すると勤労青少年ホーム「利用者会」の会員になり、「利用者会」は各講座の受講生が集まって、様々なイベントを企画して、たくさんの人たちとの交流を楽しんでいます。

イベントのお知らせは随時勤労青少年ホームの掲示板に載せています。興味・関心のある方は一度お立ち寄りください。

親睦会



スポレクフェスタに参加



焼き肉会



陶芸体験



勤労青少年ホーム施設紹介

農業者トレーニングセンターの隣の建物です。



音楽室(ダンス可)



料理講習室



和室18帖(着付け可)



集会室(60名)

勤労青少年ホームには軽運動室、会議室、料理講習室、集会室、研修室、音楽室、和室などがあります。

個人でもグループでも利用する事ができます。詳しくはお問い合わせください!

また、料金表など筑紫野市体育協会のホームページに記載していますのでご覧ください。

勤労青少年ホーム

農業者トレーニングセンター



★各施設の利用申し込みも行っています。

農業者トレーニングセンター・山家スポーツ公園・御笠運動広場・筑紫運動広場・筑紫野市総合公園などのスポーツ施設の利用受付を行っています。また、ホームページで各施設の利用状況を見ることができます。詳細は電話でお尋ね下さい。

★開館時間 9時～22時(受付は21時まで)

火曜日は休館日です。(火曜日が祝日の場合は、その翌日が休館日です)

案内図

