

**ゴルフ教室**

開講日 5月17日  
第1・3日曜日

時間 10:00~12:00

場所 茨木ゴルフセンター3F

問合せ 前田 信 ☎ 635-0171  
※別途費用有



**3点バレーボール**

開講日 5月16日  
第1・3土曜日

時間 14:30~16:30

場所 玉島小学校体育館

問合せ 羽田 英明 ☎ 090-3270-0918


**ソフトボール**

開講日 5月17日  
第1・3日曜日

時間 7:00~9:00

場所 平田中学校運動場

問合せ 羽田 英明 ☎ 090-3270-0918  
※グローブ持参



**ファミリーバドミントン**

開講日 5月9日  
第2・4日曜日

時間 10:00~12:00

場所 玉島小学校体育館

問合せ 新谷 政義 ☎ 080-3790-5123



**公民館  
講座開催中  
全12回**

最初に参加される時に受講費  
3,000円をご持参ください  
開講日以降の参加も可能です。  
(途中からの参加でも受講費は  
3,000円必要です)


**楽しい健康体操**

開講日 5月16日  
第1・3土曜日

時間 10:00~11:30

場所 玉島公民館

問合せ 八重口 郁子 ☎ 635-6283



**生け花**

開講日 5月14日  
第2・4土曜日

時間 10:00~12:00

場所 玉島公民館

問合せ 松尾 信子 ☎ 634-8722  
※お花代等別途費用有



**楽しい水彩画**

開講日 5月2日  
第1・3土曜日

時間 13:00~15:00

場所 玉島公民館

問合せ 井上 和子 ☎ 634-5874  
※別途費用有




**着付教室**

開講日 5月15日  
第1・3金曜日

時間 13:30~15:30

場所 玉島公民館

問合せ 西出 公子 ☎ 635-7580  
※別途費用有



**「DANCE LESSON」**

・楽しく体を動かしたい！  
・ダンスやったことないけどやってみたい！  
そんな方は是非お越しください！初心者でも大丈夫！  
ダンスを通して、楽しく体を動かしましょう！

講習日 月1回木曜日  
6/4・7/2・8/6

時間 19:00~20:30

場所 玉島公民館



**「よってこ！」玉島公民館**

おしゃべりと笑顔、そして、誰でもすぐ出来る  
「ディスコン」「ポッチャ」「スローイングピンゴ」  
「モルック」で楽しいひと時を過ごせます。  
フレイル予防にぜひお越しください。

講習日 毎月第1・3・4金曜日  
5/24 6/5・19・26  
7/3・17・24

時間 13:00~15:00

場所 玉島公民館



**ライフキネティック**

「運動」と「脳トレ」を組み合わせたエクササイズです。  
誰でも出来る簡単な動きを通じて行いますので、  
年齢・体力レベルにかかわらず、誰もが楽しく出来ます。  
是非、ご参加ください！

講習日 月1回 第2金曜日  
5/8・6/12・7/10  
(8月は無し)

時間 13:00~14:30

場所 玉島公民館



講習会の参加費は  
**無料です**  
公民館  
講習会  
開催中

9月以降の開催は  
随時お知らせします

講習会の問い合わせは  
↓

**カルタで遊ぼう！**  
~みんな集まれ！百人一首で遊ぼう！

クイズ形式などで百人一首(カルタ)の世界をたのしく学びつつ、みんなでカルタ遊びをたのしみませう。「百人一首」で遊んだことがある人も、初めて聞いた人も、一緒にカルタの世界をたのしみませんか。子どもたちの活動をサポートして下さる方も募集中です。ぜひ一度覗きにきてください。

講習日 月1回 第3土曜日  
5/16・6/6・7/18

時間 9:30~11:00

場所 玉島公民館




**玉島うたごえ倶楽部**

童謡や懐かしの愛唱歌、流行の歌など、ジャンルを問わず、いろいろな曲を歌います。  
声を出すと元気になります。いきいき笑顔で皆さんと、楽しい時間を過ごしませんか？  
お友達やご近所の方々にも声をかけて、ぜひ一緒にお越しくださいね！

講習日 月1回 水曜日  
6/24・7/15・8/12

時間 10:00~11:30

場所 玉島公民館



**夜のゆるめるヨガ**

~一日の疲れをゆるめて快眠へ~  
未経験の方・男性・女性どなたでも、ご近所さんお誘い合っただけのご参加をお待ちしています！

講習日 第3木曜日  
5/21・6/18  
7/16・8/20

時間 19:30~21:30

場所 玉島公民館

