

Word 初級講座

文字入力から編集まで基本的な操作をマスターする講座です。

期間／6月の毎週土曜日 午後1時30分～3時30分(全4回)

場所／ミナテラスIT学習室

定員／先着20人 受講料／1,000円

※別途テキスト代が500円

申し込み・㊟ミナテラス

☎287-8411 ※窓口へ直接申し込んでください。5月17日(土)から申し込みを受け付けます。

輝らめき館講座

● Word 中級講座

文書作成や文字修飾など仕事にも役立つWordの中級者向け講座です。希望者は2・3級検定受験も可能です。

※基本的な操作ができる人が対象。

期間／5月27日～7月31日の主に火・水曜日 午前1時30分～午後3時30分(全20回)

定員／先着15人

持参品／ノートパソコン(バージョン2007以上)、印鑑

受講料／8,000円

申込期間／5月9日～19日

● アロマセラピー講座

精油を使ったアイピロー&練り石けん作りでリラックスしませんか?

期間／6月27日(金)、7月4日(金)

午前10時～正午

定員／先着10人

材料代／1,500円

申込期間／5月9日～30日

● ヨガでリフレッシュ講座

日ごろのストレスを、ヨガの呼吸法や運動でリフレッシュしましょう。

期間／6月18日(水)、25日(水)、7月4日(金) 午後1時30分～3時

定員／先着12人

運動しやすい服装でお越しください。

申込期間／5月9日～23日

申し込み・㊟男女共同参画センター

☎286-6665 ※窓口へ直接申し込んでください。

益城山遊会 九州百名山登山ツアー

わくわくスポーツクラブでは、明治維新の偉人坂本竜馬が日本人初の新婚旅行でお竜さんと訪れた山、霧島連山高千穂峰の登山ツアーを開催します。

日時／6月7日(土)

場所／霧島連山高千穂峰

対象／小学4年生以上で心身ともに健康な人。過去に登山経験がある人。

参加費／会員3,200円、一般4,000円

定員／先着20人

申込方法／5月13日(火)から受け付けます。参加費を添えて事務局窓口へ申し込んでください。

申し込み・㊟益城わくわくスポーツクラブ事務局(町総合体育館)

☎080・4311・6628

講座

からだづくりプログラム

体力測定・筋トレ・有酸素運動など運動教室を開催します。1クール3か月間(12回)で、参加前・後の身体の変化を確認します。

期間／6～8月の3か月間

時間／▼昼の部／毎週水曜日／午後1時30分～3時 ▼夜の部／毎週木曜日／午後7時30分～9時

場所／町保健福祉センターはびねす

対象／年齢が40～74歳の人。前年度参加した人は申し込みできません。

定員／各コース16人 ※申し込み多数の場合は抽選

参加費／2,400円

申込期間／5月12日(月)～16日(金) 申し込み・㊟町保健福祉センターはびねす

☎234・6123

町食生活改善推進員養成講座

「食」と「運動」について学びませんか。食のボランティアに興味のある人はご参加ください。

期間／6月11日(水)～12月5日(金) 全8回講座

場所／町保健福祉センターはびねす 定員／15人

参加費／1,500円(保険代含む)

申込期間／5月7日(水)～30日(金) 申し込み・㊟町保健福祉センターはびねす

☎234・6123



● 第8回益城町職場・グループ対抗ゴルフ大会

とき 5月25日(日)

午前8時30分スタート

ところ 益城カントリークラブ

㊟大会運営室(井手)

☎・FAX 286・5397

● 武者飾りと幼い日の思い出

―男のおもちや回顧展―

とき 5月29日(木)

午前10時～午後5時

ところ 犬飼記念美術館

㊟益城病院(田中)

☎286・3611

▼みんなの掲示板に掲載を希望する人は、掲載を希望する発行月の前々月末日までに申し込んでください。なお、編集の都合上、掲載できない場合もありますのでご了承ください。

㊟役場秘書広報課広報係

☎町役場／㊟203