

きらら館からのお知らせ

楽しく発声！歌声いろいろ♪Vol.2 ～声は元気のバロメーター～

去年ご好評をいただいた企画が再登場！今回は時間を75分に拡大！年齢と共に衰えつつある「声」を意識的に出し、心も身体もスッキリ元気に♪ 課題曲「時代」や、その他楽曲を取り入れながら、みんなで楽しく「発声」しましょう。

- 日時 7月22日(火)
午前10時30分～11時45分
- 対象者 トレーニング室利用登録者と一般の方
- 定員 30名
- 講師 竹中千里氏
- 参加費 990円(当日徴収)
- 申込期間 7月1日(火)～
- ※電話予約は9時30分から。

もしかしてオリエンテーションを受けていませんか？

オリエンテーションを受講済みの方はいつでも施設の利用が可能です。健康のために、もう一度一緒にトレーニングを始めましょう！

※トレーニング室を初めて利用する方はオリエンテーションの受講が必要です。

営業時間変更のお知らせ

石橋商工会主催のサマーフェスティバルのため、下記のとおり営業時間が変わります。

- 変更日時
8月2日(土)・3日(日) 午前9時30分～午後1時
- ※荒天、延期、中止に関係なく変更となります。

学習室無料開放のお知らせ

8月1日(金)～31日(日)まで、会議室を学習室として無料開放します。

- ※火・水曜日は除く。
- 対象者 中学生以上の学生

■申し込み・問い合わせ先 きらら館 ☎(52)3711



Instagram

運動の得意な子も苦手な子も 今よりもグッと伸びるスポーツ教室

医療機関からスポーツ現場まで、何千人も指導してきた運動のプロが教えるスポーツ教室です。アスリートが取り入れている練習方法や医学的知識を楽しく学んで、子どもの運動能力を高めましょう。

- 日時 7月19日(土) 午後5時30分～6時30分
- 場所 南河内体育センター
- 対象者 9～12歳(小学生まで)

- 定員 10名程度
- テーマ 「身体の使い方チェック」
- ※走る、縄跳び、投げる、柔軟の中からご要望に応じて個別指導を行います。

- 参加費 無料
- 問い合わせ先 NPO法人子どもの羽を翼に
公式LINE @975jckfc



Instagram

募 集

糸つむぎ講習会

結城紬に使われる技術である「糸つむぎ」の後継者を育成するため、講習会の参加者を募集します。事前申し込み不要、途中参加可能です。直接会場へお越しください。参加費は無料です。

- 日時(水曜日)
7月30日、8月20日、9月17日、10月29日、
11月19日、12月17日
午前9時～午後5時
- 場所 下妻市勤労青少年ホーム
(茨城県下妻市砂沼新田15)
- 問い合わせ先
本場結城紬卸商協同組合
☎090(2538)2060

「にっぽん縦断 ころろ旅」お手紙募集

「にっぽん縦断 ころろ旅(2025秋)」では、栃木県で番組制作を予定しています。「何気ない風景」「思い出の風景」「忘れられない風景」「音の記憶と重なる情景」など、ぜひご応募ください。

- 応募期限 9月22日(月) ※必着
- 申し込み先
〒150-8001「ころろ旅」係 ※住所不要
☎03(3465)1327 またはホームページ

- 放送予定日(NHK BSP4K)
11月10日(月)～14日(金)

- 問い合わせ先
NHKふれあいセンター
☎0570(066)066 (ナビダイヤル)
☎050(3786)5000 (ナビダイヤル利用不可の場合)



ホームページ