

## 「スプーンチョコレートを作ろう」

チョコでハッピーを届けよう！みんなで楽しくデコレーション体験

【日にち】2/11(火・祝) 【時間】10時～11時30分

【対象・定員】小学生16人

【持ち物】エプロン 三角巾 ふきん 上靴

【参加料】100円 【申込み】1/6(月) 9時～窓口 10時～電話予約 ※初日のみお友だちの分の申込みはできません。

【主催】ねもとママズクラブ



まなびの扉

## 「自力整体でセルフケア・冬」

自分の体を自分自身でケアします。心地よさを感じながら「自分の力」でゆがみを整え、「自然治癒力」を高めましょう。

【日にち】1/14・28 2/11・25 3/11  
(火曜日/全5回)

【時間】13時30分～14時45分

【対象・定員】どなたでも 25名

\* 託児希望の方は要問合せ

【講師】神ノ川惟香子(自力整体ナビゲーター)

【持ち物】水分、スポーツタオル、ヨガマット

【参加料】2,500円 【申込み】受付中

体力増進事業

## 「みんなで楽しくフライングディスク教室」

柔らかなフライングディスクを使い、ディスクの投げ方から教えてもらいましょう。みんなで楽しく試合やゲームをします。

【日にち】1/11・18 2/1・8・15(土曜日/5回)

【時間】13時～14時

【対象・定員】小中学生 30名程度

【講師】伊藤歌奈子

【持ち物】水分、上靴

【参加料】無料

【申込み】受付中



トータル健康サポート事業

## 「みんなでピンポン」

みんなで仲良く卓球を楽しみましょう。

【日時】1/19(日) 10時～11時45分

\* 1/19(日)は講師の水野裕雅さんの指導があります。

【対象・定員】小学生以上どなたでも 16名程度

【持ち物】水分、上靴、ラケット(貸出有)

【参加料】大人300円/1回

小学生以上 18歳以下 100円/1回

【申込み】当日受付 9時30分より窓口

\* 定員に達した場合お断りすることがあります。

\* 卓球台専用貸出ではありません。

\* 小中学生の方は保護者の方に申込をお願いします。

根本まちづくり主催 「昔あそび」

カルタや紙しばいなど、昔あそびを楽しみましょう。

【日にち】1/12(日) 【時間】10時～12時

【対象】どなたでも(未就学児は保護者の同伴)

【会場】22区区民館

【定員】60名程度

【参加料】無料

【申込み】当日受付



### 新刊本

- ◆読んでばっか 江國香織
- ◆気の毒ばたらき 宮部みゆき
- ◆迷惑な終活 内館牧子
- ◆小鳥とリムジン 小川糸
- ◆赤と青のガウン 彬子女王



## 根本校区「どんと焼き」のお知らせ



■第22区 1/12(日)12時～ \*根本交流センター西 休耕田

■第31区 1/13(月)9時30分～11時45分まで \*清涼苑

■明和町第2町内会 1/12(日) 9時～ \*新明神社

### VIVA! マナビバ! 冬講座(根本会場)

- ◆基本の「キ」旬の野菜で極上レシピ
- ◆癒しのハワイヤンフラ
- ◆ネイティブと一緒に楽しく学ぼう
- ◆楽しいヨガ(ゆったりクラス)
- ◆らくらくヨーガ

\* 詳細はBUNBUN ネット冬号をご覧ください。

らくらく筋力アップ体操 参加料無料・当日受付

【日時】1/13(月・祝) 10時～11時30分

【講師】多治見市健康づくり推進員

根本交流センターは、指定管理者制度により(公財)多治見市文化振興事業団が多治見市から受託して管理しています。