

合せてください。

日時 火曜日(月2〜3回) 10時〜11時

場所 南公民館 研修室

内容 インストラクターによるヨガの練習(初級内容)

会費 月/2,000円

問合せ 富賀 ☎33・7053

### 古典を学ぶ会

日時 第3日曜日 13時30分〜15時30分

場所 西公民館

内容 古典に親しみを持ち講義を気軽に聞く

会費 月/1,000円

問合せ 幸野 ☎38・1811

### 歌謡教室ポピー

見学歓迎。歌を通して、心に潤いを持てるようになることを目的とします。

日時 第1・2・4水曜日 10時〜13時

※都合により変更あり

場所 中央公民館 研修室

内容 歌謡曲、演歌、ポップス等、講師によるピアノレッスン、およびカラオケテープによる自主練習。文化祭、コミュニティ祭などに参加。

会費 入会費/1,000円

円、月/1,800円

問合せ 新井 ☎34・7596

### 杉戸彩美会

日時 第1・2・4土曜日 午前中

場所 西公民館

内容 油彩、水彩、デッサン等

会費 月/2,000円

その他実費

問合せ 情野 ☎31・0087

### ラブリードダンス

初心者大歓迎！気楽に見学に来てください。

日時 毎週火曜日 19時30分〜21時

場所 西公民館 多目的ホール

内容 社交ダンスの練習

会費 月/2,000円

問合せ 田村 ☎35・1328 (夜間)080・1078・4354

## 教室

### 初心者

### バドミントン教室

バドミントンクラブ シャトルズ

日時 7月1・8・15・29

内容 運動不足解消、健康維持、体力アップ

対象 成人女性

参加費 無料

持ち物 運動ができる服装、飲み物

問合せ 小川 ☎38・2035

### 泉自彊術クラブ 体験無料教室

日時 6月12日・19日・26日 (各火曜日) 10時〜11時30分

場所 深輪産業団地地区センター 和室

定員 20人

内容 病気は自分で治すもの！関節や筋肉を無理なく解きほぐし、血行や気の流れをスムーズにして生活習慣病を防ぎましょう。

問合せ 山口 携帯 090・4912・9966

または直接会場へ

### ピースアクセスサリィ 教室

日時 6月23日(土) 13時30分〜15時30分

場所 西公民館 美術室A

対象 小学生

費用 500円(材料費)

定員 20人(先着順)

申込 西公民館へ費用を添

日 8月5・12・19・26日

合計8回(すべて日曜日)

16時〜18時(2時間)

場所 杉戸小学校 体育館

対象 杉戸町在住・在勤で13〜60歳位までの男女

定員 30名

参加費 2,000円(教室8回分、保険代含む)

持ち物 ラケット、体育館用靴、タオル

申込・問合せ 上原 ☎35・0272

FAX 35・0272 携帯 090・5772・3236

申込期限 6月25日(月)

### すぎスポ体験教室

★フロアカーリング

氷上で行うカーリングを改良して、季節や天候に左右されない体育館などの床で行えるスポーツです。子供から高齢者まで、誰でも手軽に楽しめます。

日時 毎週日曜日 9時〜11時

場所 杉戸小学校 体育館

※学校行事の都合により、変更する場合があります。

会費 入会金/1,000円

円(「すぎスポ」入会金)、月/1,000円、その他年間保険料

えて 共催 子育てネット・ぼっ

ぼはうす

問合せ 西公民館 ☎32・6388

### 町民パソコン講座

内容

期間

①初めてのワード (正しい文字入力) 【難易度★★★】

7月4・11・18・25日 各水曜日

②ワード活用 (暑中見舞い状を作る) 【難易度★★★★】

7月5・12・19・26日 各木曜日

③デジカメ入門 (一から始めるデジカメ撮影) 【難易度★★★★】

7月6・13・20・27日 各金曜日

時間 ①13時30分〜16時30分

②・③9時30分〜12時30分

場所 カルスタすぎとパソコン指導室

対象・定員 成人20名(申込順)

費用 1講座2,000円

持ち物 筆記用具、USBメモリー

申込・問合せ 6月24日(日)12時までに、カルスタすぎとへ電話、または直接来館

問合せ 「すぎスポ」事務局

### ★水中ウォーキング

水中での運動は、身体への負担が少なく、筋力をつけることができます。泳げなくても大丈夫です。楽しい仲間と健康づくりませんか？

日時 毎週木曜日 11時〜12時

場所 エコ・スポいずみ

会費 入会金/1,000円

円(「すぎスポ」入会金)、月/1,500円、その他年間保険料、エコ・スポいずみ入館料

問合せ 「すぎスポ」事務局

★ラージボール卓球

通常のボールより少し大きいボールを使い、ネットも少し高いのでラリーが続きやすく、初心者でも手軽に楽しくプレーできます。

日時 毎週土曜日 19時〜21時

場所 杉戸中学校 体育館卓球場

会費 入会金/1,000円

円(「すぎスポ」入会金)、月/500円、その他年間保険料

問合せ 「すぎスポ」事務局

★スポーツ活動健康管理講習会

☎33・4056、または ☎31・2111 ※6月26日(火)〜7月1日(日)までに、カルスタすぎと、または最寄の公民館へ費用を持参してください。 ※OSは、「マイクログソフトウインドウズ7」、ソフトウエアは「オフィス2010」を使用します。

### お菓子作り教室

日時 7月14日(土) 13時30分〜15時30分

場所 西公民館 実習室

対象 小学生

費用 500円(材料費)

定員 28人(先着順)

申込 西公民館へ費用を添えて

共催 子育てネット・ぼっ

ぼはうす

問合せ 西公民館 ☎32・6388

## 案内

### 電力自活住宅補助金交付

埼玉県では、太陽光発電による「創エネ」と、LED照明などの「省エネ」に

広告

広告

広告