

金沢地区センターだより

令和8年 9月号

★休館日 9月24日(木)

(毎月第3月曜日、祝日の場合は翌日)

金沢地区センター

☎045-784-5860

URL <https://officekanazawa.org/kanazawa/>



9・10月開催講座のご案内

抽選申込

HALLOWEEN



ハロウィンおばけの 絵巻き寿司を作しましょう

どこを切っても同じ絵柄の絵巻き寿司。今回は、かわいいハロウィンおばけの絵巻き寿司を作ります。

- *日時…10月7日(水) 10時～12時
- *募集対象・人数…成人・10名(応募多数の場合抽選)
- *場所…料理室(受付は小会議室)
- *参加費…2000円
- *持ち物…エプロン、三角巾、手にフィットするビニール手袋、布巾2枚と手拭き用タオル、巻物入れ用容器、筆記用具

抽選申込

英語で エンジョイ!ハロウィン



4歳以上と保護者
～小学生

ネイティブ講師の英語を聞きながら、ハロウィンを楽しみましょう。ゲームや遊びを通して、異文化の交流もできます。楽しいですよ～

- *日時…10月31日(土)10時～11時
- *場所…大会議室
- *募集人数…15組(応募多数の場合抽選)
- *対象…幼児(4歳以上)と保護者、及び小学生
- *参加費…1000円 ワンポイントのハロウィングッズを身に付けてきてね!(バッチやハンカチなどの小物でOK)

抽選申込

ジャイロキネシス® (椅子とマットを使ったエクササイズ)で 身体バランスを整えよう



椅子に座ったまま身体を動かし続けることで筋肉をほぐし、やわらかくします。

- *日時…10月8・15・22・29
11月5日(木)
木曜日 全5回 9時30分～11時
- *場所…大会議室
- *募集・対象人数…成人・20名(応募多数の場合抽選)
- *参加費…5000円
- *持ち物…ヨガマット、汗拭きタオル、飲み物、運動しやすい服装でおいでください。

抽選申込

ヘルシーな中華でおもてなし～ 大根焼売、豆腐入り 中華風茶碗蒸しと白菜のあんかけ～



家族で過ごすイベントなどにちょっと豪華でヘルシーな中華のおもてなし料理を紹介します。

- *日時…10月22日(木)
10時～12時30分
- *募集対象・人数…成人・16名
(応募多数の場合抽選)
- *場所…料理室(受付は小会議室)
- *参加費…2500円
- *持ち物…エプロン、三角巾、食器用布巾、手拭き用タオル、筆記用具

予約不要

60歳以上の健康体操

健康増進、健康維持の為にぜひ参加してみませんか？

*日時…9月14・28(月)・10月12・26(月)
毎月第2・4月曜日 10時～11時(受付9:30～)

*場所…体育館 *参加費…1回 400円(当日払い)

*持ち物…体育館履き、飲み物、汗拭きタオル
ヨガマットもしくはバスタオル

共催:金沢スポーツクラブ

※直接おいでください。



予約不要



どんぐりころちゃんのおはなし会

お子さんが大好きな絵本の読み聞かせや紙居、エプロンシアターなど内容盛りだくさんです。親子の交流の場としてもお役立てください。

*日時…10月27(火)10時30分～11時

*場所…プレイルーム

*対象…未就学児と保護者

共催:地域子育て支援団体「どんぐりころちゃん」

※直接おいでください。

予約不要



こあらっこ(旧子育て相談)

子育て支援のスタッフが会場でお待ちしています。お気軽にご相談ください。

*日程…9月3・10・17日
(毎週木曜日)

*時間…10時～12時

*場所…プレイルーム

主催:金沢区こども家庭支援課

※直接おいでください。

◆各講座の応募方法◆

- ① 往復はがきに、講座名、〒住所、氏名(ふりがな、子ども対象の講座はお子さんの名前と保護者名も)、年齢、電話番号を明記のうえ、お申込みください。
- ② 直接来館される方は、※通常はがき(85円切手が貼ってある)をお持ちになり、お申込みください。
- ③ インターネットでのお申し込みも可能です。

ホームページの「講座・イベント」申込みフォームからお申込みください。
スマホからでしたら、右のQRコードを読み込むとアクセスが簡単です。

〒236-0021
金沢区泥亀2-14-5
金沢地区センター



今月号募集講座の応募締切は **9月20日(日)必着** となります。

***返信作業上、返信まで若干お日にちを頂きます。あらかじめご了承ください。**

《個人情報の取り扱いについて》

金沢地区センターの講座にお申込みの際、いただいた情報は、お申し込みの確認や連絡にのみ利用し、それ以外の用途で利用、第三者への提供はいたしません。