

4月1日④～受け付け開始
体育協会のスポーツ教室

- ①エアロビクス教室(千厩)
 ◇日時・場所…4月19日～5月24日の毎⑩10:00～11:30(全5回)・千厩武道館
 - ②初心者のためのダンススポーツ教室(一関)
 ◇日時・場所…4月20日～5月25日の毎⑩19:30～21:00(全5回)・市総合体育館
 - ③リフレッシュヨガ教室(花泉)
 ◇日時・場所…4月21日～5月26日の毎⑩10:00～11:30(全5回)・花夢パル
 - ④イブニングエアロビクス教室(室根)
 ◇日時・場所…5月2日～5月30日19:00～20:30(全5回)・室根体育館
 - ⑤イブニングゴルフ教室(一関)
 ◇日時・場所…5月9日～6月1日18:30～20:30(全10回) *10回目は12:30～・市総合体育館ほか
 - ⑥エアロビクス教室(東山)
 ◇日時・場所…5月10日～6月7日の毎⑩10:00～11:30(全5回)・東山総合体育館
 - ⑦春アクアウォーキング教室(藤沢)
 ◇日時・場所…5月10日～6月7日の毎⑩10:00～11:00(全5回)・藤沢B&G海洋センター
 - ⑧イブニングバウンドテニス教室(川崎)
 ◇日時・場所…5月10日～6月7日の毎⑩19:00～21:00(全5回)・川崎体育センター
 - ⑨初心者のためのノルディックウォーク(一関)
 ◇日時・場所…5月12日～6月16日の毎⑩10:00～11:30(全5回)・市総合体育館
 - ⑩ピラティス教室(一関)
 ◇日時・場所…5月12日～6月30日18:30～19:30(全5回)・市総合体育館
- 《共通事項》
 ◇対象…市内に居住または勤務する人
 ◇定員・費用…20人・①～④6～⑩500円⑤千円 *ボール代、コース代などは別途必要
- ①千厩体育館☎2369②59⑩市総合体育館☎3111③花夢パル☎1086④室根きらめきパーク☎2611⑥東山総合体育館☎1141⑦藤沢B&G海洋センター☎5551⑧川崎体育センター☎4334

◇日時：①4月25日②26日③
 *時間はいずれも10時～16時30分◇場所：二関保健センター◇対象：市内の企業・事業所の新卒入社後、おおよび1年以内の社員 *29年度新卒採用優先◇定員・費用…それぞれ先着25人・無料◇申し込み：4月3日①～20日③に所定の申込書で
 ④シヨブカフェ一関☎3910

東磐職業訓練協会の研修
 場所は、いずれも両磐地域職業訓練センターです。

①小型車両系建設機械(整地等)の運転業務特別教育
 ◇期日：4月24日①～25日②(2日間)◇定員：20人◇申し込み：4月17日①まで

②足場の組立て等作業従事者特別教育(特例講習・3時間講習)
 ◇期日：4月26日①◇定員：30人

◇申し込み：4月19日①まで
 ③アーク溶接等の業務特別教育
 ◇期日：5月16日④～18日⑤(3日間)◇定員：15人◇申し込み：5月9日④まで

④刈払機取扱い作業主任者安全衛生教育
 ◇期日：4月27日⑥◇定員：30人◇申し込み：4月20日⑥まで

⑤パソコン講習(ワード・エクセルコース)
 ◇期日：4月18日④～6月27日④(計10回)◇定員：10人◇申し込み：4月11日④まで

⑥庭木剪定講習会
 ◇期日：5月17日⑥◇定員：20人◇申し込み：5月10日⑥

⑦フォークリフト運転技能講習
 ◇開催日：5月9日④～5月12日④(4日間)◇定員：20人◇申し込み：5月2日④まで

⑧玉掛け技能講習
 ◇期日：5月15日⑧～5月17日⑧(3日間)◇定員：20人◇申し込み：5月8日⑧まで

⑨東磐職業訓練協会☎2879

5月の講習会
 ①小型移動式クレーン運転技能講習
 ◇期日：[学科]5月11日⑩～12日⑩ [実技]5月13日⑩または14日⑩◇場所：[学科]市産業教養文化体育施設(アイドール) [実技]榎明輝育施設(アイドール) (実技)榎明輝一関工場西側駐車場(東台14の67)◇費用：3万805円(テキスト代)◇費用：3万805円(テキスト代) *一部免除制度あり◇定員：先着60人◇申し込み：4月20日⑩まで

②建設業における職長・安全衛生責任者教育
 ◇期日：5月17日④～18日④◇場所：市産業教養文化体育施設(アイドール)◇定員：20人◇申し込み：4月20日④まで

③フォークリフト運転技能講習
 ◇期日：[学科]5月19日⑩ [実技]5月20日⑩、21日⑩、27日⑩◇場所：[学科]市産業教養文化体育施設(アイドール) [実技]榎明輝一関工場西側駐車場(東台14の67)◇費用：3万780円(テキスト代)◇定員：先着40人◇申し込み：4月28日⑩まで

④刈払機取扱い作業員に対する安全衛生教育
 ◇期日：5月25日⑥◇場所：市産業教養文化体育施設(アイドール)◇費用：1万1211円(テキスト代)◇定員：先着40人◇申し込み：5月18日⑥まで

⑤岩手労働基準協会一関支部☎7729

ハンギングバスケット講座
 壁にかけて楽しむ寄せ植えです。季節の花を楽しみませんか。
 ◇日時：4月29日①②③10時～12時④13時～15時◇場所：県立花きセンター◇費用：1500円(材料代)◇定員：各回先着20人◇申し込み：4月3日①～④電話またはファクスで
 ⑤県立農業大学校研修科☎0197・43・2107 / FAX0197・43・2108

一関勤労青少年ホームの講座
 ◇内容・期日：①運動会で失敗しない写真の撮り方・5月2日②今日からすぐできる整理収納術・5月9日③時間：19時～21時◇場所：一関勤労青少年ホーム◇費用：千円(自治会費)◇対象：原則市内に居住・勤務している36歳以下の勤労青少年 *定員に満たない場合はどなたでも可◇申し込み：4月24日①まで

④一関勤労青少年ホーム☎2144

女性センターの春季定期講座
 ◇内容・日時：①今から始めるらくらくピアノ講座・5月15日②8月21日③10時～12時(全10回)④

⑤眠っている着物を再利用リフトーム講座(ユニック・5月18日⑥)8月3日⑦13時30分～15時30分(全10回)⑧メタボ・ロコモ対策ポールウォーキング・5月12日⑨6月16日⑩13時30分～15時30分(全5回)④ころとからだのバランスを整えるアロママツサージ・5月18日⑥7月13日⑦13時30分～15時30分(全5回)⑤あじわいしっかりおいしい減塩料理・5月16日⑥6月6日⑦10時～12時または18時30分～20時30分(各3回)◇場所：市女性センター◇対象：市内に居住・勤務する女性◇定員：①②④15人③⑤20人◇費用：①1620円②③千円 *②の着物は各自準備④1回500円(オイル代)⑤2千円(材料代)◇申し込み：4月6日⑥12時30分～電話予約後に来館して費用を支払い

⑥市女性センター☎2145

新入社員向けセミナー
 社会人としてのマナーやコミュニケーション能力を身につけます。
 ⑦⑧⑨⑩5人◇費用：無料 *材料費別途◇申し込み：4月20日⑦⑧⑨⑩まで
 ⑪電話またはファクスで
 ⑫サン・アビリティーズ一関☎/ FAX2162

勤労青少年ホーム
5月開始の前期講座

講座名	定員	回数	期日	時間
エアロビクス	30	12	5月8日～毎⑩	①
いけばな	10	8	5月16日～毎④	
韓国語	20	12	5月16日～毎④	
ヒップホップダンス	20	12	5月9日～毎④	
陶芸	15	10	5月16日～第1・3④	
現代作法	10	12	5月16日～毎④	
フラワーアレンジメント	15	8	5月10日～第1・3③	
着物着付	15	12	5月10日～毎③	
スラックライン	20	8	5月18日～毎③	
親子ピクス(0歳)	15	12		
親子ピクス(1歳)				
親子ピクス(2歳)	10	12	5月11日～毎③	①
茶道	40	12	5月11日④、18日④	
労働問題対処	20	2	5月25日④、26日④	⑤
薬膳料理	12	2	5月12日～毎④	
中国語	20	12	5月12日～第1・2・4④	①
書道	10	12	5月12日～毎④	
スポーツチャンバラ	10	12	5月12日～毎④	⑥

◇時間…①19:00～20:30②14:00～15:00③15:00～16:00④16:00～17:00⑤19:00～21:00⑥19:30～21:00
 ◇場所…一関勤労青少年ホーム *陶芸は山目市民センター、スラックラインは狐禅寺市民センター
 ◇費用…千円(自治会費) *材料費別途
 ◇対象…原則、市内に居住・勤務している36歳以下の勤労青少年 *定員に満たない場合はどなたでも可。親子ピクスは、対象年齢の子供と36歳以下の親
 ◇申し込み…4月24日①まで
 ⑦一関勤労青少年ホーム☎2144

29年度霜紅大学
 ①川柳②童謡・唱歌③書道④吟詠⑤民謡⑥おどろ⑦絵画⑧大正琴⑨陶芸⑩健康体操一を学びます。入学式は4月7日④です。
 ◇対象…おむね60歳以上◇費用：4500円◇申し込み：随時
 ⑪一関市民センター☎2148

障がい者ふれあい事業
 ◇内容・期日：①書道・5月8日②第2・4④(全14回)③ベタンク・8月7日④第2・4④(全8回)⑤編み物・5月12日⑥第2・4④(全12回)⑦カラオケ・5月10日⑧第1・3④(全14回)⑨民謡・5月24日⑩第4④(全8回)⑪料理・5月11日⑫第1④(全8回)⑬表具・5月25日⑭第2・4④(全8回)⑮生け花・5月18日⑯第3④(全8回)⑰健康体操・7月7日⑱第1・3④(全8回)⑲パソコン・11月10日⑳毎④(全8回)◇時間：①④⑩10時～12時②③13時～15時◇場所：サン・アビリティーズ一関 *⑥は市女性センター◇対象：市内に居住する障がい者、その家族や介護者◇定員：①②④20人③⑤⑧⑨10人⑥12人⑦8人⑩5人◇費用：無料 *材料費別途◇申し込み：4月20日⑦⑧⑨⑩まで
 ⑫電話またはファクスで
 ⑬サン・アビリティーズ一関☎/ FAX2162

日本で唯一の演歌、歌謡曲専門チャンネルです。

4月スタートのCS新チャンネル

カラオケファン必見!

CS574ch 歌謡ポップスチャンネル

CS523ch Act On TV

お問合わせ・お申し込みは 株式会社一関ケーブルネットワーク ☎0191-21-1256

※ご視聴いただくには、スタンダードコースへのお申し込みが必要となります。

大人に役立つ情報満載

Act On TV 大人の趣味とライフスタイル

受付時間 9:00～18:00 千021-0871 一関市八幡町1-24

各種伝票印刷は、高品質でスピード対応!

(株)イワニチビジネスフォーラム

岩手県一関市東台14-33 TEL0191-23-6716 FAX0191-23-6715

