

県理学療法士会市民企画講座

「姿勢と動きから考える痛みの原因と予防エクササイズ～腰痛・膝痛～」と題し、講座を開催します。※筆記用具が必要です。

とき 11月23日㊦ 健康ポイント 15P
午後3時30分～5時

ところ 天草市民センター・大会議室

定員 100人

㊦ 天草第一病院リハビリ室の松田さん
☎24-3777

異色のウクレレアーティストが天草に!

カンボジアに学校を作り、マラソンで日本一周ツアーを行ったHACHIがバンドで天草にやってくる!ケンハモ奏者CHIKAも出演。

とき 11月3日㊦ 午後7時開演

ところ Cafe RUN (南新町)

料金 大人2,000円(ドリンク付き)

申込方法 申込フォームから

㊦ ㊦ ジャズじゃっとの小野川さん 
☎050-6864-0058 ▲申込フォーム

第4回 さざなみ文化祭

絵画・書などの作品展示、農産物や花の苗などのバザーにコンサート、喫茶コーナーや空くじなしのお楽しみ抽選会もあります。どなたでもお気軽にどうぞ。

とき 11月9日㊦ 午後1時～4時
11月10日㊦ 午前10時～午後3時

ところ 天草教育会館(志柿町)

㊦ 天草郡市退職校長会の向さん
☎23-8013

市民のひろば

詳しいことは㊦へお尋ねください。

市民のひろばを活用しませんか?

- 文字数 21文字×9行(タイトル以外)
- 申込方法 発行月の前月1日までに、持参または電子メール、FAX(氏名・電話番号・FAX番号を記入)で申し込んでください。

㊦ kouhou@city.amakusa.lg.jp
㊦ ㊦ 秘書課 ☎24-8816/FAX22-7016

お産路ヨリソイハウス オープン記念イベント

産前産後の母子のための集いの場がオープン!身体に優しいスープを無料でふるまいます。どなたでもお気軽にお越しください。

とき 11月23日㊦ 午前10時～午後3時

ところ シェアコミュニティスペース
ホロン内(楠浦町)

㊦ 天草お産路の三田村さん
☎090-9618-6047



▲Facebook

ゴスペルコンサート

米国の日系ゴスペルコーラスグループ、NCM2によるコンサート。

ゴスペルだけでなく、歌謡曲から童謡さらにクラシックまで幅広いジャンルの歌をお楽しみいただけます。

とき 11月26日㊦
午後7時30分～8時30分

ところ 牛深総合センター

㊦ 渡辺さん ☎090-3137-0562

親子の絆づくりプログラム「赤ちゃんがきた!」

初めて赤ちゃんを育てる人の学びと交流会。

対象 第1子(2～5カ月児)とその親

とき 11月19日～12月10日毎週火曜日、
午前10時～正午

ところ わわわのおうち(本渡町広瀬)

申込方法 11月15日㊦までに、電話で申し込んでください(先着20人)

㊦ ㊦ NPO法人子育てネットワークわ・わ・わ
☎080-8382-7228

初心者向き健康ボウリング教室

とき 11月6日～12月14日までの、
毎週水・木・土曜日(それぞれ全6回)
時間はお尋ねください。

ところ 天草ボウリングセンター(北浜町)

申込方法 教室の前日までに、電話またはFAXで申し込んでください。

参加費 5,000円(ゲーム代、保険代など)
㊦ ㊦ 天草ボウリングセンターの西岡さん
☎24-2655・FAX24-2665

セカンドライフのための「コンビニ・スーパーの仕事」職場見学会

対象 55歳以上でコンビニやスーパーでの就職を希望する人

とき 11月8日㊦

ところ スーパーセンター TAIYO本渡店

定員 3人

申込方法 11月5日㊦までに、電話で申し込んでください。

㊦ ㊦ (株)建築資料研究会社日建学院熊本校
☎096-241-8880

糖尿病市民講座

糖尿病で治療中の人やご家族、糖尿病に関心がある人、どなたでもお気軽どうぞ。

とき 11月16日㊦ 午後1時～4時

ところ 天草地域医療センター
健診センター1階ヒポクラート

内容 午後1時～2時…血糖測定・健康相談
午後2時～4時…医師、薬剤師、理学療法士、栄養士による講話

㊦ 天草地域医療センター ☎24-4111

5年後の私のために 今からやることやめること 女性のための癒しのセミナー

講師 清水直子さん(音歌育ちLABO)

とき 11月15日㊦ 13:30～19:30～

ところ 市男女共同参画センター(ぽぽらす)

定員 15人

申込方法 電話またはメールで申し込んでください。

㊦ amamin.amakusa001@gmail.com

㊦ ㊦ 市民活動サポートあまみん
☎080-8350-3991

漢字検定受検者募集

対象 小学3年生～大人

とき 2月16日㊦

ところ 天草教育会館(志柿町)

申込方法 12月13日㊦までに、申込書(天草教育会館に設置・ホームページに掲載)を提出してください。

天草教育会館 検索

㊦ ㊦ (一財)天草教育会館 ☎23-2355

看護がつなぐ地域包括ケアフォーラムin天草

「日本の宝島 天草の地で～自分らしく健やかに、そしていきいきと」と題し地域包括ケアフォーラムを開催します。

とき 11月24日㊦ 午後1時30分～

ところ 天草市民センターホール

内容 ●潮谷義子氏基調講演(社会福祉法人慈愛園・前熊本県知事)
●リレートーク

㊦ 熊本県看護協会 ☎096-369-3203

天草三曲会 第6回 定期演奏会

琴・三弦・尺八の演奏会です。
天草小唄、黒田節など十数曲演奏します。

とき 12月1日㊦ 午後1時開演

ところ 天草宝島国際交流会館ポルト3階

㊦ 天草三曲会の平田さん

☎23-8212



第12回 天草菊花展

会員が丹精込めて育てた菊花の数々をご鑑賞ください。

とき 11月1日㊦～15日㊦

午前8時～午後8時

ところ 天草市交流施設愛夢里天然温泉、
広場(河浦町)

㊦ 天草菊花会 ☎090-8409-2617