

# ま lifelong learning なとぴあ

生涯学習スポーツ課（市体育館内）  
〒479-0003 常滑市金山字下砂原 78-1  
☎ 43-5111・FAX43-8011

講座・教室などではマスクの着用、また、発熱などの体調不良の場合は参加の自粛をお願いします。

## ◆スポーツ◆

### ■エアロビクス教室

日時=R4/1/12～3/9(水曜日・全8回・2/23(祝)除く)  
19:00～20:00

場所=市体育館 サブアリーナ

対象=市内に在住・在勤の18歳以上の社会人

定員=100人(先着)

参加費=2,100円(保険料含む)

申込期間=12/1(水)～15(水)(20時まで)

申込み=市体育館

問合せ=生涯学習スポーツ課

### ■第25回ウイングカップ常滑(ソフトバレーボール)大会

日時=R4/1/23(日)9:00～9:15受付

場所=市体育館

種目=①トリム(男性1人女性3人も可)

②レディース

③ファミリー(子ども2人と大人2人または子ども3人と大人1人が常時プレーすること)

対象=市内に在住・在勤・在学の人および市外の交流チーム

参加費=①②1チーム2,000円③1,000円

申込期限=12/19(日)※郵送の場合、必着

申込み=市体育館(〒479-0003金山字下砂原78-1)

問合せ=市ソフトバレーボール連盟

成田泰敏☎43-0353

## ◆文化会館主催事業◆

### ■とこなめカルチャークラブ

#### ①子育てママの為に整理収納講座

日時=R4/1/30(日)10:00～11:30

場所=中央公民館 視聴覚室

内容=整った部屋は、家事・仕事・育児に忙しいママにも、子供の今や未来にもいい影響を与えます。一緒に整理収納を学びませんか？

講師=谷口有里さん(整理収納アドバイザー)

対象=18歳以上の人

定員=25人(先着)

参加費=500円

持ち物=筆記用具

申込開始=受付中

### ②「健康エクササイズ」

日時=R4/1/7・21、2/4・25、3/11(金曜日・全5回)

10:00～11:30

場所=市民文化会館 リハーサル室

内容=ズンバとヨガの初心者向け講座。ゴムバンドを使用しての肩甲骨ほぐし、姿勢改善。体力向上、ストレスを発散しましょう。※スマイルポイント対象講座

講師=早見寿子さん(フィットネスインストラクター)

対象=18歳以上の女性

定員=20人(先着)

参加費=4,500円(全5回分先払い)

持ち物=運動できる服装、室内用靴、ヨガマットまたは大判バスタオル、水分補給用飲料※ゴムバンドは貸与です。

申込開始=12/8(水)9:00～

【①②共通】

申込み・問合せ=市民文化会館☎35-3111

※講座・教室などの内容は変更になる場合があります。

## 募集

### 普通救命講習(成人)

日時 12/19(日) 9:00～12:00

場所 消防本部 2階講堂

対象 市内在住・在勤・在学中中学生以上の人

受講料 無料

※詳細は、電話または市ホームページで確認してください。

申込み・問合せ

消防本部消防課☎ 35-7100、FAX 34-8777



### ●まるごと(①と②は同じ内容)

放送時間 / 毎日

① 7:00～13:00 ② 17:00～23:00

チャンネル / 地デジ11ch (112ch)

常滑東小学校 運動会

放送日:7日(火)～12日(日)

とこなめ陶の森 公開講座

放送日:13日(月)～18日(土)

カンタービレひまわり歌エール

放送日:25日(土)～31日(金)

詳しくはCCNCホームページの「まるごと放送時間」をご覧ください。

### ★特別番組★

「常滑市議会一般質問」地デジ12ch(121ch)

8日(水)、9日(木)生放送9:25～録画放送19:00～※

12日(日)9:00～録画放送(8日(水)、9日(木)を合わせた放送です)※議会終了時間が17:00を超える見込みの場合、再放送が20:00～となります。

問合せ 知多半島ケーブルネットワーク(株)

フリーコール☎ 0120-344-868

※お電話の際は「0120」をお忘れなく。

# 12

月のケーブルテレビ

