

### ●ぬりえ教室♡描きたい気持ちが絵心

ぬりえで絵画を模写してみませんか♪お手本を眺めるだけでも楽しいですよ 時1月28日(日)13時～15時 場こまつまちづくり交流センター 費1回500円 持・申不要 問中山 ☎080・1968・0164

### ●小松市スキー協会関係行事

①小松 Jr. アルペンスキー大会・中学校スキー大会 時1月28日(日) ②北陸中日杯争奪大倉岳 Jr. アルペンスキー大会 時2月4日(日) 場いずれも大倉岳高原スキー場 問小松市スキー協会 ☎21・1371

### ●まんま～る 語り合いと交流の場

小松がんと共に自分らしく生きる会 時1月28日(日)13時30分～15時30分 場とんとんひろば 費無料 問暮らしの保健室 ☎48・4988 FAX48・4977 ※初めての人は事前に連絡をください

### ●エンジョイ★リトミック

親子で楽しくピアノに合わせて身体を動かそう♪ 時1月31日(水)10時～ 場こまつまちづくり交流センター 対生後5カ月～3歳 費800円 申ブルーム音楽教室 HPから 問佐野 ☎090・5166・6735

### ●こまつの杜 理科&ものづくり教室

理科教室「5億年前の石でペンダントを作ろう」 時2月17日(土)、3月10日(日)9時30分～11時30分 場こまつの杜 対小学3～6年生 定親子各10組(抽選) 申1月1日(月)祝～7日(日)にこまつの杜HP

### ●第33回小松市ピアノコンクール

参加者を募集します! 時4月13日(土)、14日(日) 申込期限1月21日(日) 場團十郎芸術劇場うらら大ホール 対小学1年生～高校3年生 費10,000円 問小松市ピアノ協会 辻 ☎090・2831・0147

### ●健康づくりのための運動教室

〈ピラティス〉身体の使い方を習得しよう。毎週1回の教室。まずは体験からご参加下さい。 時月(火)9時30分～、13時～(各60分) 場小松市武道館 費1回750円 問新保ともみ ☎090・1631・8474

### ●パソコン教室シニア&ミドルクラス

あなたの間に合う様にトコトン教えます。シニアによる教室です 時毎週火午前・午後、(金)午前 場こまつまちづくり交流センター 費開始月1,000円、翌月から3,200円 問金榮 ☎090・3765・4052

### ●おなかの保健室★無料相談・要予約

気持ちのよい排泄を目指すために下痢や便秘などでお悩みの人はご相談ください。 時1月15日、22日、29日(月)10時30分～15時 場とんとんひろば 問暮らしの保健室 ☎48・4988 FAX48・4977

### ●しあわせのいえ

◎バランスボール&ハッピーワークで心身の元気作り 時1月17日(水)13時30分～14時30分 費無料 ◎姿勢を支える骨盤ケア 時1月31日(水)13時～15時 費500円 場・問しあわせのいえ ☎47・0309

### ●小松歴活塾「江戸の小松町事件簿」

講師：安藤竜(歴活事務所代表) 時1月18日(水)13時30分～ 定8人程度 費2,000円(季節の上生菓子付き) 場・問駅前コミュニティサロン友島田 ☎090・1390・4027 FAX21・4360

### ●多肉植物で寄せ植え教室

時1月20日(土)10時～ 定4人 費2,700円～ 場・問しあわせのいえ ☎47・0309

### ●ほかほか温活ヨガ

時1月21日(日)9時30分～、11時～(各60分、2部制、どちらか選択または両方) 場小松市武道館2階和室 費1レッスン1,000円 持ヨガマットまたはバスタオル 問打田 ☎090・9440・7210 ※予約不要

### ●初春 書道教室

好きな一文字を選んで書いてみましょう 時1月23日(火)10時～11時 場福祉の店夢や2階 対どなたでも 定6人 費500円 持筆(他の道具は夢やにあります) 問山田 ☎/FAX23・6532

### ●江戸型紙で絵刷りの体験②

「寒椿 小さく赤き 一重なる」原石鼎粋な絵柄の江戸染。切絵型紙であなただけの色を。 時1月24日(水)13時30分～ 場まちカフェ伍福(大川町1-56) 定5人 費800円 問加藤 ☎090・7082・2984

### ●健康寿命日本一を目指す勉強会①

食品添加物、農薬使用量、がんも世界トップクラス! 病気知らずの食養術を身につけよう! 時1月27日(土)11時～14時 場生活刺激隊サロン(八幡口5-21) 費1,600円(弁当付) 問小林 ☎080・5333・1295



市民の皆さんによる催しや活動を紹介するコーナーです。イベント情報や仲間づくりなどに活用ください。

掲載希望の人は「広報こまつ しみんの広場掲載ガイドライン」を確認の上、掲載月の前月1日(閉庁の場合は前日)までに広報秘書課に申請書を提出してください(郵送・FAX・メール・電子申請可)。ガイドライン及び申請書は市ホームページからダウンロードできます。



※しみんの広場は営利・宗教・政治を目的としない市内の団体に紙面を提供するもので文責は各団体にあります。

### ●誰でもカンタントイスを使ったヨガ

座ったり足を乗せたりまたいだり^\_^オフィスワーカーにもオススメ! 時1月6日、20日いずれも(土)9時10分～10時 場稚松公民館 費1,500円 持ヨガマット 問ヨガ体験会 公式LINE[@575zutix]

### ●ベビーマッサージ&手形足形アート

親子で癒やし時間 時1月12日、26日、2月2日、16日いずれも(金)10時～ 場符津町※予約時お伝えします 対生後2カ月～ 費2,000円 持バスタオル 問北村 ☎090・7749・6744 ※留守電折り返します

### ●うるん恋カフェ 1月

少人数でお話できるお見合い形式の婚活 時1月13日(土)9時～17時 場こまつまちづくり交流センター 定男女各5人 費男性3,000円、女性2,000円 申1月8日(月)祝までにNPOセンター ☎46・6661