

●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26日(日)14時~16時 場とんとんひろば 対どなたでも 費200円 問暮らしの保健室 ☎48・4988

●親子の絆を深めるベビーマッサージ

今を残せる! 手形足形アートもします 時1月28日(火)10時30分~ 場しあわせのいえ3階和室 対生後3カ月~ 費1,000円 持バスタオル・飲み物 問nanairo baby 公式LINE [@643gxecr]

●こまつの杜 理科&ものづくり教室

理科教室「目の錯覚の理科教室、トリックアートを作ろう」 時2月15日(土)、3月9日(日)9時30分~11時30分 場こまつの杜 対小学3~6年生 定各回20人 申1月1日(水)~7日(火)にこまつの杜HPへ

●八十山雅子・和代 冬展

時2月16日(日)まで※毎週月・火曜日休館(月曜日が祝日の時は水曜日) 場八十山雅子・和代美術館 費200円(高校生以下無料) 問井上 ☎/FAX 43・3458

●第34回小松市ピアノコンクール

参加者を募集します! 時4月12日(土)、13日(日) 申込期限1月20日(月) 場團十郎芸術劇場うら大ホール 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

●ピラティス(冷え性改善体操)

寒い時期。身体を温める体操をしよう。毎週1回の教室。まずは体験から。 時(月)火(木)9時30分~、11時~、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

●みんな集まれ~! ふんわりヨガRojo

ふんわりヨガでリラックスしましょ 時毎週(火)14時~15時(予約不要) 場芦城センター 対どなたでも(初心者大歓迎) 費初回600円、2回目以降チケット制5,000円/10回 問村西 ☎090・9448・2791

●大人の塗り絵を楽しむ色鉛筆講座

絵に自信がなくても下絵があるから大丈夫! お手本を見てトライ 時毎週(金)13時30分~15時30分、(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

●災害時のスマホ活用教室

毎回テーマを変えて勉強します。時1月20日、27日、2月3日、10日、17日いずれも(月)10時~11時30分 場第一コミュニティセンター 費無料 問第一スマホサークル山本 ☎090・7748・9133

●おなかの保健室(予約制・無料)

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20日・27日・2月3日(月)10時30分~15時 場とんとんひろば 対どなたでも 問暮らしの保健室 ☎48・4988

●たんぼ健康セミナー「認知症」

講師: 吉岡学(薬局長) 時1月21日(火)19時~ 場駅前コミュニティサロン友 定10人程度 費500円 問島田 ☎090・1390・4027 FAX 21・4360

●量子力学的生き方のセミナー

すべては自分発振、想いが現実を創る! 時1月22日(水)13時30分~15時30分 場Komatsu 九 コワーキングエリア 対中学生以上 定8人 費1,500円 問生き方ラボ 黒田 ☎090・9765・1299

●ベビーマッサージ&リトミック

時1月24日(金)①ベビマ: 10時~②リトミック: 10時45分~ 場こまつまちづくり交流センター1階和室 対①2カ月~1歳②4カ月~3歳 費各800円(①+②1,500円) 申ブルーム音楽教室HPから

●“食”が一生涯を左右する!

健康upに食べてはいけない食品とは? また、体にいい食べ方を学びませんか? 時1月25日(土)13時~16時 費1,500円(飲食物&お菓子付) 場生活刺激隊サロン(八幡口5-21) 問小林 ☎080・5333・1295

●しあわせのいえ

◎親子ミュージック・ケア&フルート・ピアノコンサート 時1月25日(土)14時~ 費1,000円 ◎パパママの防災茶会~防災食試食付 時1月30日(木)10時30分~ 費無料 場・問しあわせのいえ ☎47・0309

●楽しい血流ヨガ! 健康に美容に!

誰でもできる、楽しいヨガで体のメンテナンス 時1月26日(日)10時30分~11時30分 場小松市武道館和室 費60分1,000円 持ヨガマットまたはバスタオル 問打田 ☎090・9440・7201※予約不要



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ご活用ください。

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。

●断捨離® 入門講座開催のお知らせ

ようこそ! 断捨離へ! お話を聞いてみよう! 時1月15日(水)19時30分~21時 場こまつまちづくり交流センター 費1回2,000円※別途テキスト代500円 申開催日の12時までに廣田 ☎090・2039・0283

●うるん恋カフェ 1月

1対1で会話するお見合い形式の婚活 時1月18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9日(木)までにうるん倶楽部HPへ ☎46・6661

●多肉植物で寄せ植え教室

時1月18日(土)10時~ 定4人 費2,700円~ 場・問しあわせのいえ ☎47・0309

●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19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2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