

## 女性青少年会館講座

- 対象** 市内在住・在勤の方  
**場所** 女性青少年会館(花里町1)  
**申込** 各期日までに来館・TEL・FAX・MAIL(講座名、氏名、住所、電話番号、生年月日を記載)  
**問合せ** 女性青少年会館  
 ☎32-0394 FAX35-2394  
 Mail:info@takayama-home.jp

### ●ピラティス講座

- 期日** 4月2日～5月28日までの毎週火曜日(4月30日を除く全8回)  
**時間** 10:00～11:00  
**定員** 20人(超えた場合は抽選)  
**参加料** 3,500円(保険料含む)  
**申込期限** 3月12日(火)

### ●飾り巻き寿司講座

- 日時** 4月17日(水) 9:30～12:00  
**定員** 12人(超えた場合は抽選)  
**参加料** 2,000円  
**申込期限** 3月24日(日)

### ●祓着付け講座

- 日時** 4月5日(金)、9日(火) 19:00～21:00  
**定員** 15組(超えた場合は抽選)  
**参加料** 無料  
**申込期限** 3月24日(日)

## 高山市医師会市民公開講座 ～健やかに過ごしませんか～

講師に高山赤十字病院の清島満病院長をお招きし、「生活習慣病とその対策」と題して講演いただきます。あわせて、高山市の実態と取り組みについてもお話しします。

ぜひご参加いただき、自分や家族の健康づくりに役立てましょう(参加無料、事前申込不要)。

- 日時** 3月23日(土) 14:00～16:00  
**場所** ひだホテルプラザ(花岡町2)  
**対象** 市内在住の方  
**定員** 200人  
 ※午後1時から講演前までの間、血管年齢を測定できるブースを設けますので、ご利用ください。

- 問合せ** 高山市医師会 ☎32-0606  
 市民課 ☎35-3003

広報たかやま・議会だよりを  
あなたのスマホにお届けします

～無料広報アプリ  
「マチイロ」で配信中～



**問合せ** 広報情報課  
 ☎35-3134  
 広報ID 1008366

## 講座・講演会

### 荒城農業体験交流館体験教室

- 対象** 市内在住・在勤の方  
**場所** 荒城農業体験交流館(国府町八日町)  
**申込** TEL・FAX(超えた場合は抽選)  
**問合せ** 荒城農業体験交流館  
 ☎72-1066 FAX72-1067

### ●飾り巻き寿司教室

- 日時** 3月13日(水) 13:30～15:30  
**定員** 12人  
**参加料** 1,300円  
**申込期限** 3月7日(木)

### ●シルエットアート教室

- 日時** 3月14日(木) 10:00～12:00  
**定員** 10人  
**参加料** 1,000円  
**申込期限** 3月7日(木)

### ●お菓子づくり教室

- 今回は、紅茶のシフォンケーキを作ります。  
**日時** 3月14日(木) 13:00～15:30  
**定員** 8人  
**参加料** 1,300円  
**申込期限** 3月7日(木)

### 太極拳体験教室

- ・北小学校第二体育館(桐生町2)  
**日時** 3月5日(火) 19:30～  
 ・総合福祉センター(昭和町2)  
**日時** 3月6日(水) 13:30～  
**持ち物** 運動できる服装、底の低い靴、飲み物  
 ※事前申込不要、参加無料  
**問合せ** 高山市太極拳協会 ☎33-9196

### 「笑いヨガ」体験

- ・市総合福祉センター(昭和町2)  
**日時** 3月8日(金)、22日(金) 10:00～  
 3月16日(土)、24日(日) 13:30～  
 ・国府福祉センター(国府町木曾垣内)  
**日時** 3月1日(金)、15日(金) 10:00～  
**持ち物** 飲み物(水分補給用)、動きやすい服装、タオル  
**参加料** 100円  
**問合せ** ひだ笑いヨガクラブ  
 ☎33-0064

## 平成31年度 勤労青少年ホーム 第1回講座

- 対象** 市内に在住・在勤で35歳までの方  
**場所** 勤労青少年ホーム(花里町1)  
**参加料** 参加料のほか傷害保険料として1,850円  
**申込** 3月19日(火)までに来館・TEL・FAX・MAIL(講座名・登録番号・氏名・住所・電話番号・生年月日を記載)  
 ※定員を超えた場合は抽選です。

	講座名	回数	定員	材料費	開始時間	期間
火	バランスボール	7	16	300円	19:30	4/9・16・23・5/7・14・21・28
	パンとスイーツ	6	16	3,600円	19:00	4/9・16・23・5/7・14・21
水	ハタヨガ	7	20	—	19:30	4/10・17・24・5/8・15・22・29
	実用書道	7	15	500円	19:00	4/10・17・24・5/8・15・22・29
	バドミントン	7	15	700円	19:30	4/10・17・24・5/8・15・22・29
	飾り巻き寿司	1	16	1,300円	19:00	4/17
	イタリア料理	1	16	1,000円	19:00	4/10
木	陶芸	4	15	1回300～1,000円位	19:00	4/11・18・25・5/9
	茶道(裏千家)	6	15	1,800円	19:00	4/11・18・25・5/9・16・23
金	着付	7	15	—	19:00	4/12・19・26・5/10・17・24・31
	エアロビクス	6	15	—	19:30	4/12・19・26・5/10・17・24
	かんたん家庭料理	2	16	2,000円	19:00	4/19・5/17

- 問合せ** 勤労青少年ホーム ☎32-0394 FAX35-2394  
 Mail: info@takayama-home.jp

※日程など変更になる場合がありますのでお問い合わせください。