

2021
8月
August

くわなの文化・スポーツ情報紙

あいりす

編集・発行 社会福祉法人 桑名市社会福祉協議会
〒511-0062 三重県桑名市常盤町51番地 <http://www.kuwana-shakyo.com>
お問合せ 文化スポーツ振興課 (大山田コミュニティプラザ)
☎ 0594-32-1820 ✉ komi@kuwana-shakyo.com

桑名ほんぱく 2021 プログラム

すべての女性を美しく!

「六華苑 庭園ヨガで心と身体を整える」

桑名のシンボルである六華苑の庭園にて朝ヨガを開催いたします。六華苑は、国の重要文化財に指定されており、TVドラマや映画のロケ地としても知られています。そんな六華苑の美しく歴史を感じる空間の中で、気持ちよく身体を動かしてみませんか? ※女性対象プログラム

講師 五十川 諒 (いそがわりょう)

桑名市在住。ヨガインストラクター兼ボディメイクトレーナー
ベストボディジャパン優勝経験あり (フィットネス部門)

開催日 9月25日(土)
【雨天予備日 9月26日(日)】
10月9日(土)
【雨天予備日 10月10日(日)】

時間 7:30～9:00
会場 六華苑 洋館前 芝生広場
定員 両日各30名
参加費 2,000円(当日支払い)
持物服装 ヨガマット、水分、動きやすい服装、タオル

※マットをお持ちで無い方は有料で貸出しあり【要事前予約】
予約開始 9月4日(土) 20:00～(締切は、各開催日の3日前 23時まで)
予約方法 桑名ほんぱく公式webサイトより(web申込のみ)
お問合せ 六華苑 ☎ 0594-24-4466 〒511-0009 桑名市大字桑名 663-5



イベント情報

大山田コミュニティプラザ

令和3年度 後期講座生募集

8月1日より後期講座を募集開始します

- ★はじめてみよう英会話
- ★大人の美文字
- ★わたしに似合うメイク術
- ★フラワーデザイン
- ★使いこなそうスマートフォン
- ★きれいになるヨガ
- ★簡単なかわいい水引アクセサリー
- ★四季折々の自然染色
- ★季節に合わせた薬膳ごはんアンコールレシピ

申込方法等の詳細は桑名市社会福祉協議会「大山田コミュニティプラザ」のホームページをご覧ください。

WEBはこちら!

【イベント詳細・お問合せ】

☎ 0594-32-1820 FAX 0594-32-0905
E-mail komi@kuwana-shakyo.com
〒511-0903 桑名市大山田一丁目7番地4



六華苑

テーブルコーディネート&花手水フローティングフラワー

洋館にて夏をイメージしたテーブルコーディネートと庭園にて、涼を感じる花手水をお楽しみください。

期間 8月7日(土)～8月15日(日)
(花手水は8月12日(木)～)

ミニギャラリー『チョークアート展』

チョークアーティスト安達由紀子さんの生活にとけ込む癒しとぬくもりのある作品を展示します

期間 8月1日(日)～8月31日(火)

場所 洋館2階 女中部屋

※以上の催物すべて、入苑料のみでご覧いただけます。

時間は、9:00～17:00(入苑は16:00)まで。WEBはこちら!

【イベント詳細・お問合せ】

☎ 0594-24-4466 FAX 0594-24-4627
E-mail rokkam@intsurf.ne.jp
〒511-0009 桑名市大字桑名 663-5



陽だまりの丘複合施設ぽかぽか

後期講座生募集中!

★「ワード・エクセルの基礎」(全8回)

日時 10/1～1/21 第1・3金曜日(13:30～15:30)
受講料 7,000円
持ち物 Windows7以上の無線LANが付いたパソコン
※有料で貸出可(先着3名)

★「活用しよう!スマホ講座」(全8回)

日程 10/26～3/8 第2・4火曜日(13:30～15:30)
受講料 7,000円
持ち物 バージョン7.0以上のスマートフォン
(アンドロイド限定・貸出無し)

★「桑名の千羽鶴」(全6回)

日程 10/9～3/12 第2土曜日(10:00～12:00)
受講料 3,000円

申込方法 メール(pokapoka@kuwana-shakyo.com)、往復はがき、窓口のいずれかでお申込みください。

※定員を超えた場合は抽選
締切 8月31日(火) 必着

WEBはこちら!

【イベント詳細・お問合せ】

☎ 0594-87-7576 FAX 0594-32-5677
E-mail pokapoka@kuwana-shakyo.com
〒511-0867 桑名市陽だまりの丘四丁目2201番地2



スター21

令和3年度【後期I】講座生募集 各講座全10回

- ★自力整体
- ★楽しいカラオケI(土)
- ★楽しいカラオケII(火)
- ★メンズ☆ヨガ
- ★たのしい健康吹き矢①
- ★親子でリズムトレーニング①
- ★たのしい健康吹き矢②
- ★親子でリズムトレーニング②

申込方法 LINE・メール・往復はがきで「スター21」にお申込みください。応募者多数の場合は抽選。詳細は桑名市社会福祉協議会「スター21」のホームページをご覧ください。

申込受付 8/24(火)～9/14(火) 必着

WEBはこちら!

【イベント詳細・お問合せ】

☎ 0594-31-7625 FAX 0594-31-7674
E-mail tostar21@intsurf.ne.jp
〒511-0912 桑名市星見ヶ丘八丁目601



詳細はホームページ

桑名社協 または 六華苑



で検索!

桑名社協 <http://www.kuwana-shakyo.com>
六華苑 <https://www.rokkaen.com>

新型コロナウイルス感染拡大状況により、開催の順延または一定期間の中止をさせていただく場合があります。

カルチャービレッジ 輪中ドームテニス教室募集(若干名) ※春に新型コロナウイルス拡大防止につき休講となりましたスクールの追加募集です

《平日テニススクール》

水曜日 9月8日(水)～(12回) 金曜日 9月3日(金)～(12回)
 9:30～10:50 初級Ⅰ・初級Ⅱ 9:30～10:50 初級Ⅱ・初中級Ⅰ
 11:00～12:20 初中級Ⅰ・初級Ⅰ 11:00～12:20 中級Ⅰ・中級Ⅱ

《ナイターテニススクール》

金曜日 9月3日(金)～(12回)
 19:20～20:50 初級・初中級

《ジュニアテニススクール》

水曜日 9月8日(水)～(12回)
 金曜日 9月3日(金)～(12回)
 16:30～17:30 小学1～3生(金曜新規)
 17:40～19:00 小学1～3生
 19:10～20:50 中学生(水曜のみ)

【申込方法】 往復はがきにて、希望クラス・氏名・住所・連絡先をご記入の上、下記の住所までお送りください。(8月13日締切)
 〒511-0867 桑名市陽だまりの丘4丁目2201番地2テニス係

※時間・受講料など教室の詳細は桑名市社会福祉協議会のホームページをご覧ください。
 お問い合わせ：文化スポーツ振興課 青木 ☎0594-87-7576



8月のNTNシティホール(桑名市民会館) 催物情報

※この催物のご案内は令和3年6月末までの主催者の使用申請に基づいて作成しております
 ※催物は主催者の都合により、時間・内容などが変更される場合があります
 ※詳細は各催物のお問合せ先にご連絡ください ※終了時間はおおよその目安です
 ※有料イベントは基本的には掲載していません。詳しくはNTNシティホールのホームページをご覧ください

開催日	催物(8/1～9/5)	開始終了	場所	料金	お問合せ先	TEL
● NTN シティホール(桑名市民会館) ☎0594-22-8511 (休館日) 8/3(火) 10(火) 17(火) 24(火) 31(火)						
8/20(金)	桑名市戦没者追悼式	10:00～11:00	小ホール	関係者のみ	桑名市役所 福祉総務課	0594-24-1168

— 桑名市スポーツ施設【ヤマモリ体育館・NTN総合運動公園】イベントのご案内 —

～みんなで楽しくストレッチ運動～ ストレッチ健康運動教室 8月の教室案内

日	時	開講時間	教室内容
8/5(木)		13:00	～慢性腰痛から抜け出そう～
8/26(木)		14:30	『腰痛対策ストレッチ教室』
場所	ヤマモリ体育館 3階柔道場		
講師	柔道整復師 めいせい整骨院 院長 松田全弘		
受講料	200円【保険料込】		
受講方法	※教室開講前の10分前までにヤマモリ体育館3階柔道場に直接お越しください。受講者名簿に氏名をご記入頂き、受講料200円をお支払い下さい。		

～レッツトライ!楽しく・元気に仲間と遊ぼう!～ 令和3年度 第2期げんきキッズ子供運動遊び教室 受講生募集

開講日	9/10・24 10/1・8・15・29 11/5・12・19・26		
時間	幼児コース 【年中・年長 定員:20名】	15:15～16:15	
	小学生コース 【1年～3年生 定員:30名】	16:30～17:30	
場所	ヤマモリ体育館 2階競技場		
講師	日本レクリエーション協会 レクリエーションインストラクター 伊藤早苗		
受講料	4,000円【保険料含】		
申込方法	ヤマモリ体育館にて申込用紙に必要事項をご記入の上お申込みください 【各コース応募多数による定員超過の場合は抽選とさせていただきます】 受付期間:8/16(月)～ 8/30(月) 受付開始時間:10:00～		

第2期 バランス体操教室

開講日	9/13・27 10/4・11・18・25 11/1・8・22・29 12/6・13(月曜日) 全12回		
時間	13:30～14:30【60分間】		
場所	NTN総合運動公園クラブハウス 2階ミーティングルーム		
講師	伊藤早苗		
受講料	5,000円【保険料込】(定員:若干名 先着順)		
申込方法	NTN総合運動公園クラブハウス窓口、または電話にて受付を行います。 【窓口受付】8/23(月)13:30～ 【電話受付】8/23(月)15:00～ 定員に達している場合がございますので、事前にお問合せのうえ、お申込みください。		

NTN総合運動公園 秋季午前テニススクール 受講生募集

開講日	月曜日コース	9月6日～11月1日(全8回)【予備日】11/8～11/29
	木曜日コース	9月9日～11月4日(全8回)【予備日】11/11～11/2
時間	9:15～10:45	
場所	NTN総合運動公園テニスコート 13～16番コート	
定員	初級/初中級/中級 各クラス12名 参加対象:高校生以上	
受講料	7,000円【保険料込】	
申込方法	8/16(月)9:30よりNTN総合運動公園クラブハウスにて受付開始 ※いずれのコースも先着順にて受付、定員になり次第受付を終了致します。	

～スタンドフィルムアート体験教室～ 「青い波と魚のティッシュケース作り」受講生募集

開講日時	8月20日(金) 10:00～
場所	ヤマモリ体育館 2階会議室
講師	あとろえひだまり 主宰 北澤まり子
定員	親子10組(受講対象小学生以上)先着順
受講料	1,800円(材料費込み)
申込方法	8/2(月)10:00～ヤマモリ体育館 2階事務所に受付開始 スタンドフィルムアートはカラフルな専用フィルムとリード(鉛線)を切って貼るだけでどなたでも素敵な作品を作れます。夏休みの思い出に親子で作ってみませんか、...



- ヤマモリ体育館 (☎0594(22)6741) 桑名市中央町3-38【施設利用時間/9:00～21:00】 ☆8月は休まず開館致します。
- NTN総合運動公園テニスコート (☎0594(32)2000) 桑名市芳ヶ崎1859-4【施設利用時間/6:00～21:00】 ☆8月は休まず開園致します。
- 桑名市民プール (☎0594(23)2283) 桑名市吉之丸8-1【施設利用時間/9:00～18:00】

クラシックファンクラブ桑名を立ち上げました

- 1 クラシックファンを増やし音楽を楽しみ、学べる鑑賞組織を目指す。
- 2 地域の様々な空間を活用して、年1回クラシックのライブを開催。
- 3 地域のクラシック音楽の情報を発信。



入会ご希望の方は年会費500円(2021年7月1日～)(切手500円)を下記にお送りください。事務局〒511-0832 桑名市新地104「きいろいおうち」内。☎080-4222-3566

陽だまりの丘複合施設「ぽかぽか」中期講座生追加募集!

小学生英語講座 Fun Fun Basic english (小学5～6年生コース)
 英会話を楽しみながらゲームをしたり、英単語や文章を学びます。
 8/5～11/18(全13回) 毎週木曜日 17:30～18:30
 受講料10,400円(テキスト代別途)

申込方法

メール(pokapoka@kuwana-shakyo.com)又は電話(0594-87-7576)でお申込みください。定員になり次第、締切ります。

無料体験 箏曲・三弦講座



お琴を始めてみませんか

8月20日(金)
 時間:13:30～

此方で準備しますので、手ぶらでOK

お問い合わせ:桑名文化専門学校 0594-22-4401
 受付時間:平日 10:00～17:00

ビルメンテナンスから廃棄物処理まで
 トータルに幅広く対応いたします。

株式会社 東海環境サービス



http://www.tokaiks.co.jp

本社 〒511-0806 桑名市大字東汰上字八反田1009番地
 TEL 0594-22-6349 FAX 0594-23-6358

ISO14001
 認証取得