



！今月のおすすめ「たのしむ」講座！

● キッズフラダンス

申込受付中



みんなとがんばってみよう！はじめての習い事に
ぴったり！最後はみんなで発表会を行います！



開催日 2026年 2月 7日・14日・21日・28日 (土)

11:00 AM ~ 12:00 PM ※7日は10:30からとなります

対象：3才以上※保護者の方も一緒に参加OK！、全4回ご出席できる方

参加費：2,000円【全4回分、衣装代含む】



● 子ども科学捜査 体験講座



大人気！元警察官・久保先生が教えてくれる指紋の検出や血痕の判定
など、警察が行っている科学捜査を、楽しい実験で体験しよう！！

日時：3月28日(土)10:00~11:30

会場：北下浦コミュニティセンター分館 2階大会議室

対象：小学生以上 20名(小学生3年以下は保護者同伴のこと)

参加費：900円(子ども1名あたり)



申込
2/1 から

講座のお申込みは各QRコードからメールでどうぞ！

※応募者多数の際は抽選になります

● おじぎ体操 —呼吸を整える、やさしい体操—

『ヨガって難しい…』『自分にはストレッチって無理…』とお悩みの方にぴったりの
だれでも簡単に覚えらる「おじぎ体操」の第一人者の講師から学ぶ3回講座です。

【日程】3月1日(日)・7日(土)・21日(土)

午前10時~11時30分 初回受付は15分前から 1階ロビーにて

【参加費】1500円(3回分)

【定員】一般の方 12名 ※正座が苦手な方は椅子に座って行います

【持ち物】軽い運動が出来る服装・飲み物・バスタオル等

お申し込みはQRコードからメールまたは来館・お電話でどうぞ



分館よりひとこと

2/17~21, 2/23~28

当館はメンテナンスのため全館休館になります

2月は当館メンテナンス工事が入るため、長期休館となります。
ご迷惑をおかけいたしますがご了承ください。



キッズフラダンス教室

～はじめてはじめての楽しいキッズフラダンス～

初心者向けのフラダンスの基礎練習から始める「キッズフラダンス」でお友達と一緒にフラダンスを踊りましょう！最終日は発表会です！！

2026年2月7日・14日・21日・28日(土曜日)
11:00AM-12:00PM ※7日は10:30からとなります

場所：北下浦コミュニティセンター分館 地下 集会室 他
対象：3才以上※保護者の方も一緒に参加可能、全4回ご出席できる方
参加費：2,000円【全4回分、衣装代含む】
定員：20名※定員を超える場合は抽選、抽選発表日2月5日メールでお知らせします
持ち物：パウスカート（持っていれば）またはスカート、飲み物、汗拭きタオル
申込：メールから kitashitaura@s-seiun.co.jp
※メールでお申込みの際は、件名に講座名、内容に受講者氏名・連絡先（住所・電話番号）を書いて送付してください。
※発表会があるので、全4回の講座ご出席をお願いいたします。



おじぎ体操

呼吸を整えるやさしい体操

開催日時
3/1・7・21
SUN SAT SAT
10時30分～11時30分



インストラクターはおじぎ体操の本『いままぐいい姿勢をやめなさい』モデルを務めたおじぎ体操の第一人者である美富まゆみ先生です。
普段の姿勢から呼吸を整えて自分らしい身体作りをしてみませんか？『ヨガって難しい...』『自分にはストレッチって無理...』とお悩みの方にぴったりのだれでも簡単に覚えれる「おじぎ体操」をみっちり3回行います。

会場：北下浦コミュニティセンター分館地下集会室
対象：一般の方（正座が難しい方は椅子に座って行います）
定員：12名
持ち物：運動が出来る服装・飲み物・バスタオル等

分館 講座予定

子ども科学捜査 体験講座

指紋の検出や血痕の判定など、警察が行っている科学捜査を、楽しい実験で体験しよう！！



講師紹介
まちの先生
くぼ まさのぶ
久保雅信先生



日時：3月28日(土)10:00～11:30
会場：北下浦コミュニティセンター分館 2階大会議室
対象：小学生以上 20名(小学生3年以下は保護者同伴のこと)
参加費：900円(子ども1名あたり)
持ち物：筆記用具
申込：電話・メール(先着順、申込開始日2月1日(日)8:30から)
※メールでお申込みの際は件名に講座名、内容に①お子様のお名前・学年 ②ご住所 ③お電話番号 ④同伴の保護者のお名前と連絡先を書いて送信してください。

月の観察会
珈琲講座
つるしびな展示
等も企画中です！
お楽しみに

