

# 市民活動センター『のぼりん』からのお知らせ

申し込み・問い合わせ ☎ 011-6866



## のぼりん文化講座

申し込みは、開催日の3日前までです。

### 大正琴教室 (岡田 陽子講師)

日時 11月14日(月)  
10時～12時

内容 初心者向けの曲を練習します

定員 5人 (申し込み順)



### 水彩画教室 (長田 清講師)

日時 11月18日(金)13時～15時

内容 静物画を描写します

持ち物 水彩画道具一式

定員 10人 (申し込み順)

### 囲碁教室 (保沢 宏講師)

日時 11月26日(土)10時～12時

対象 小学生以上の方

内容 講師による対局指導をします

定員 20人 (申し込み順)



### 江差追分道場 (石橋 湊栄講師)

日時 11月26日(土)14時～16時

内容 江差追分の歌い方を学びます

定員 20人 (申し込み順)

### 子ども将棋教室 (佐藤 和義講師)

日時 11月27日(日)10時～12時

定員 10人 (申し込み順)

※小学生は保護者同伴。

## のぼりん展示・イベント

### 第52回文化祭書道展 (登別書道連盟主催)

期間 11月11日(金)～16日(水)

内容 書道作品展示

### いぶりぶらり散歩 part2 (安本 喜英さん主催)

期間 11月19日(土)～30日(水)

内容 絵手紙の展示

## のぼりんナイトカルチャー

### 女性のためのナイトリフレッシュ

日時 毎週月曜日19時30分～20時15分

内容 体のゆがみや痛み、力みなどの原因にもなる骨盤を正しい位置に整え、美しい脚や姿勢をつくる骨格バランストレーニング



定員 10人 (申し込み順)

参加料 500円

申し込み 前日までにのぼりん

### ヨガ教室

日時 毎週金曜日19時45分～20時30分

内容 ヨガ体験

定員 10人 (申し込み順)

参加料 500円

申し込み 前日までにのぼりん

### ツボ押しとお灸体験 (登別お灸倶楽部主催)

日時 11月17日(木)13時30分～15時

定員 10人 (申し込み順)

参加料 500円

持ち物 動きやすい服装 (手足にお灸をします)

申し込み 前日までにのぼりん

**胆振から日本を元気に!**

各種無料相談・出張相談を承ります。

- 震災・原発関連 ●相続・遺言 ●交通事故
- 離婚・養育費・慰謝料 ●消費者被害(悪徳商法)
- 消費者金融・信販会社・銀行等からの借入金の整理 など

**北海道みらい法律事務所** 弁護士 増川 拓 (札幌弁護士会)

相談は要予約 ☎0143-83-4131

室蘭市東町2-27-4 セミナービル3階(東室蘭駅東口より徒歩1分・東室蘭郵便局となり) **P有**

<http://www.hokkaido-mirai.com/>

株式会社SRテクノ  
再資源化工場

第3期管理型最終処分場

**産業廃棄物を資源に。**  
ここは、すべてが生まれ変わる場所。

**R&D** 株式会社  
アール・アンド・イー

本社 / 登別市富浦町223-1 TEL(0143)80-2233 FAX(0143)80-2232  
札幌事業所 / 北広島市大曲工業団地4-4-1 TEL(011)370-3232 FAX(011)370-3233

産業廃棄物収集運搬業許可 第00110098348号(通) / 産業廃棄物処分業許可 第00140098348号(通)  
特別管理産業廃棄物収集運搬業許可 第00150098348号(通) / 特別管理産業廃棄物処分業許可 第00180098348号(通)