



令和5年度  
第1期  
(4月~6月)

尾張旭市  
イメージキャラクター  
「あさびー」

尾張旭市新池交流館・ふらっと

# ふらっと講座案内

裏にも講座案内が  
載っています!!

\*申込みはインターネット  
のみとなります。  
(窓口・電話・往復はがきでの  
申込みはできません。)

## WEB 申し込み 案内



申込みの  
流れ

申込み日

2/20(月)~3/5(日)  
Web申込み

抽選

各教室、定員を超えた  
場合、抽選を行います。

結果発表

3/7(火)  
施設Webサイト、館内  
掲示にて確認ください。

支払い

3/8(水)~3/26(日)まで  
窓口にて受講料を  
支払ってください。

★教室・講座申込みには受講者登録が必要です

教室・講座登録～講座申込の流れ

受講者登録

新池交流館ふらっとの受付窓口にて用紙の記入し  
手続きをしてください  
※受講者登録証を発行する際、免許証やマイナンバーカード等に  
よる本人確認が必要になります

受講者カード発行

個々にIDを発行  
いたします



講座申し込み

登録後、施設Webサイトから教室・  
講座申込フォームに必要事項を入力  
を行ってください



- ・申込みは3月5日(日)までです。期間外は無効となります
- ・定員を超える申込みがあった場合は抽選となります
- ・尾張旭市外の方でも申込みできます
- ※抽選になった場合は、尾張旭市在住の方を優先します
- ・抽選結果は施設Webサイト、館内掲示物にて確認ください
- ・抽選結果に関して個別での連絡は行いません
- ・当選枠の譲渡は家族内でもできません
- ・定員に満たない教室は市外の方も含め、抽選結果発表後、  
随時申込みいただけます
- ・途中参加の場合、参加料は残りの回数分となります
- ・各教室の申込み人数が少ない場合は教室開催を中止する  
場合があります
- ・施設Webサイトで申込みができない方は、施設のパソコンで  
申込みいただけます
- ・入力内容が正しくない場合は、申込みが無効となる場合があります

## 健康ヨガ+顔ヨガ

ヨガのポーズで身体の調整をします。  
顔ヨガもプラスして、全身、健康でキレイになりま  
しょう!!

- 実施日時/火曜日(全10回)  
10:00~11:15
- 定員/40名
- 受講料/8,400円  
3ヶ月(全10回)
- 講師/聡子  
(アドバンスインストラクター)



見学OK

## 綺麗になるYoga 女性限定

一日の疲れを癒し、デトックス効果をもたらすキ  
レイになるヨガ。シェイプアップ効果の高いポー  
ズで身体を美しく引き締めます。

- 実施日時/水曜日(全10回)  
19:30~21:00
- 定員/40名
- 受講料/9,400円  
3ヶ月(全10回)
- 講師/ゆうこ  
(ヨガインストラクター)



見学OK

## バランスボールエクササイズ

膝や腰に負担の少ないバランスボールを使って音楽に合わせ  
て有酸素運動をします。いつまでもやりたい事ができるための体力を  
つけながらプチ不調の改善、自律神経を整えるのにも効果的です。

- 実施日時/4月15日(土)、5月13日(土)、6月10日(土)  
9:30~10:30
- 定員/20名(高校生以上)
- 受講料/800円/回  
(ボールのレンタル300円)
- 講師/馬渡あゆみ  
(一般社団法人体力メンテナンス協会認定)



## ボディメイクエクササイズ

背骨や骨盤を中心とした「コア(芯)」を意識しながら、身体  
の奥にある筋肉や関節、骨等を呼吸に合わせて動かす体  
幹トレーニングです。筋肉を鍛え、整え、癒していきます。

- 実施日時/木曜日(全10回)  
10:00~11:30
- 定員/40名
- 受講料/9,400円  
3ヶ月(全10回)
- 講師/加藤千佳  
(フィットネスインストラクター)



見学OK

## 心と身体を整えるヨガ

日常から離れ、深い呼吸や身体の内側へ意識を向  
け、ゆったりとした時間の中で、心と身体を緩め自  
律神経を整えていきましょう。

- 実施日時/木曜日(全10回)  
13:30~14:45
- 定員/40名
- 受講料/8,400円  
3ヶ月(全10回)
- 講師/かなん  
(ヨガインストラクター)



見学OK

## アンチエイジングエクササイズ

脂肪燃焼効果の高い有酸素運動や体幹トレーニングを  
取り入れながら、太りにくい健康な体型を作ります。肩こ  
り、腰痛予防、産後の崩れた体型改善にも効果的です。

- 実施日時/月曜日(全10回)  
9:30~10:30
- 定員/40名
- 受講料/7,500円  
3ヶ月(全10回)
- 講師/加藤千佳  
(アンチエイジングプランナー)



見学OK

## 魅惑のベリーダンス

骨盤を動かす動作でインナーマッスルが鍛えら  
れ、シェイプアップに効果的です。また、美容や健  
康にも良いダンスです。

- 実施日時/月曜日(全10回)  
20:30~21:30
- 定員/30名
- 受講料/7,500円  
3ヶ月(全10回)
- 講師/岡村幸子  
(ヘルシースタジオ講師)

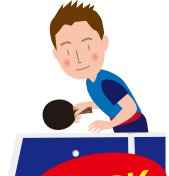


見学OK

## 卓球

基本的な技術やルールを学びます。全身運動で  
身体も心もリフレッシュ! 初心者から経験者まで  
どなたでもお気軽にご参加下さい。

- 実施日時/A=火曜日(全10回)  
13:15~14:15  
B=火曜日(全10回)  
14:30~15:30
- 定員/各24名
- 受講料/各7,500円/3ヶ月(全10回)
- 講師/日本卓球協会 公認卓球コーチ2名



見学OK

## 健康太極拳

ゆったりとした呼吸と、ゆっくりしなやかな動きで  
心身ともにリラックスする健康太極拳です。

- 実施日時/A=水曜日(全10回)  
13:00~14:30  
B=金曜日(全10回)  
13:00~14:30
- 定員/A=30名、B=40名
- 受講料/各9,400円/3ヶ月(全10回)
- 講師/A=藤田久子 B=加藤由美



見学OK

## NEW 楽しいフラダンス

「フラダンスを始めてみたいなあ。」と興味を持たれた方、是  
非この機会に始めませんか?穏やかな癒し効果があり、運動  
神経に関係なく楽しめるダンスです。

- 実施日時/月曜日(全10回)  
13:45~14:45
- 定員/20名
- 受講料/7,500円  
3ヶ月(全10回)
- 講師/福岡和美  
(レイリコカブアマナ講師)



見学OK

## ★ジュニアHIPHOP

HIPHOPのテイストを取り入れて楽しくダンスを  
行います。

- 実施日時/A=水曜日(全10回)  
17:40~18:30  
B=木曜日(全10回)  
17:40~18:30
- 定員/各25名(小・中学生)
- 受講料/各7,300円  
3ヶ月(全10回)
- 講師/A=Hiro-p B=AYAKA



見学OK

## 遊びッ트니스®(体感型運脳教室)

やる気スイッチと言われる脳内神経伝達物質のドーパミンは”楽  
しい、嬉しい、爽快!”の体験が大切。それをプログラム化した「遊び  
ッ트니스®」で体力向上は元より集中力、自立心も養います。

- 実施日時/4月16日(日)、5月28日(日)、6月18日(日)  
10:30~11:30
- 定員/30名(小1~3年生)  
※継続の場合は6年生まで可
- 受講料/1,000円/各月
- 講師/長谷川道弘  
(名古屋フィジカルフィットネスセンター代表)



## ★はじめてのチアヒップホップ

ポンポンを使ったチアのダンスを行います。

- 実施日時/A=月曜日(全10回)  
16:15~17:05  
B=火曜日(全10回)  
16:15~17:05
- 定員/各20名(年中~小学1年生)
- 受講料/7,300円/3ヶ月(全10回)
- 講師/A=AIKA  
B=KIBE



見学OK

## ★Enjoy!キッズダンス

人気アーティストの曲に合わせてダンスを行います。

- 実施日時/A=月曜日(全10回)  
17:15~18:05  
B=火曜日(全10回)  
17:15~18:05
- 定員/各30名(小学2年~6年生)
- 受講料/7,300円/3ヶ月(全10回)
- 講師/A=AIKA  
B=KIBE



見学OK

## ★すこやかキッズ体操

日本スポーツ協会「アクティブ・チャイルド・プログ  
ラム」をもとに体力向上、運動能力を楽しみなが  
ら伸ばすことを目指します。

- 実施日時/木曜日(全10回)  
16:30~17:20
- 定員/15名  
(年中~小学2年生)
- 受講料/5,000円  
3ヶ月(全10回)
- 講師/シンコースポーツ中部(株)職員スタッフ



見学OK



チラシに記載している内容や日程については、変わる場合があります。

# 春のふらっと de 発表会

ふらっとで開講している教室・講座の発表会です♪  
どなたでもご覧いただけます。教室の受講を検討している方も是非ご鑑賞ください！

※開演 10:00～(開場9:30～) ※<出演者> ふらっと教室受講生  
終演 12:30(予定) ※<場 所> 多目的ホール

【お願い】  
当日駐車場が混み合うことが予想されます。近隣の方は徒歩または自転車で、遠方の方は乗り合わせてお越しください。皆様協力お願いします。

『はじめてのチアヒップホップA・B』教室 『懐かしい歌でリフレッシュ』教室  
『Enjoy!キッズダンスA・B』教室 『健康太極拳B』教室  
『ジュニアHIPHOP A・B』教室 『魅惑のベリーダンス』教室  
『楽しい大正琴』教室

3月26日(日)


## NEW ドローン初心者向け入門講座

独学では難しいドローンの取扱いと正しい練習法を学ぶ実践講座です。ドローンの購入、スクールを選ぶ際の大切なポイントも丁寧に説明します。

●開催日時／5月20日(土)、27日(土)、6月3日(土)、17日(土)、24日(土)／全5回  
10:15～11:45  
\*途中からのご参加は出来ません。

●定 員／6名(16歳以上)  
●受講料／12,500円(全5回)  
(ドローン等の機材は全て貸し出します)  
●講 師／With Drone 武藤 和明・太 美善  
(◎ジャパンドローンカレッジ USA技能証明書  
◎農業ドローンUTC技能証明書取得)

お申込 3月20日(月)～WEB




## 単発 はじめてのスマートフォン(入門編)

スマートフォンを買う前に知っておきたいことをご紹介いたします。ガラケーをお使いの方はもちろん、携帯電話をお持ちでない方もOKです。

4月14日(金)  
10:00～12:00

●定 員／20名  
●受講料／700円  
●講 師／スマホアドバイザー



## 単発 はじめてのZOOM体験教室

自宅に居ながらオンラインを使い家族や友人との交流、趣味や運動、医療の情報収集など具体的な事例とともにご紹介いたします。

4月14日(金)  
13:30～15:00

●定 員／20名  
●受講料／700円  
●講 師／スマホアドバイザー



## 単発 押し花体験会 ～アロマローソク作り～

板状のローソクに押し花をデザイン。レジン液を使ってビーズなどを貼り、可愛い壁掛けを作りましょう。アロマの香りで心安らぐ贈り物にもなります。春のひと時を楽しみましょう。

3月8日(水)  
10:00～12:00

●定 員／10名  
●受講料／1,100円  
●材料費／2,000円  
●講 師／大森 由美

窓口にて受付中



## 楽しい大正琴

初めての方大歓迎です。大正琴のやさしい音色で懐かしい曲を弾きます。(琴城流 初級講座)

●実施日時／月曜日(月3回) 13:00～15:00  
●定 員／20名  
●受講料／3,200円/各月(全3回)  
●教材費／2,090円(初回のみ)  
●講 師／鈴木 琴志乃都 (琴城流 大正琴師範)  
(琴の貸出も行っています)




## 懐かしい歌でリフレッシュ

生演奏で童謡、唱歌、ラジオ歌謡、みんなのうたなどを歌います。思い出の『詩』と『メロディー』にいざなわれてタイムトラベルを楽しみませんか?

●実施日時／木曜日(月3回) 10:00～11:30  
●定 員／30名/各月(全3回)  
●受講料／3,200円/各月(全3回)  
●教材費／1,100円(初回のみ)  
●講 師／愛染 裕子、熊沢 真由美

見学OK



## 冬のふらっとミニライブ開催♪

寒い冬のひと時を、あたたかいふらっとで生演奏を聴いて過ごしませんか?

●開催日時／令和5年2月23日(木、祝) 13:30～15:30  
●場 所／ふらっと2F 展示学習室  
●出 演 者／中川ワールド Unthirty Fingers



## はじめてでもかんたん! 手ごねパン

北海道の小麦を使用しています。焼き立てパンの香りに包まれて楽しいひと時を過ごしませんか?

●実施日時／木曜日(月2回) 10:00～13:00  
●定 員／16名  
●受講料／2,000円(各月2回分)  
●教材費／2,700円(各月2回分)  
●講 師／廣田 美幸



	①回目	②回目
4月	レーズンシュガーパン	ちくわパン
5月	コーンマヨロール	和風うずまきパン
6月	ピンツオーネ	コッペパン

## パティシエに習う 失敗しないケーキ作り

スポンジからデコレーションまで、ケーキ作りの基礎を学びます。

●実施日時／4月14日(金)、5月26日(金)、6月23日(金) 10:00～12:00  
●定 員／24名  
●受講料／1,100円(各月)  
●教材費／2,100円(各月)  
●講 師／小野 善秀 (ふらんす菓子屋エミリー)



開催日	メニュー
4月14日(金)	ミルクレープ
5月26日(金)	メロンのショートケーキ
6月23日(金)	フォレノアール

## 令和5年度 ふらっとロビーコンサート

時間／11:00～11:30  
会場／1階エントランスホール

お気軽にお越しください!

観覧無料 ※日程は変更になる場合がございます。予めご了承ください。

日程	出演者	ジャンル
2月19日(日)	大老会	ジャズ
3月19日(日)	フィリアベルクワイア	軽音楽(ハンドベル)
4月16日(日)	風呂本 佳苗	クラシック(ピアノ)
5月21日(日)	大老会	ジャズ
6月18日(日)	五味 俊哉	クラシック(ヴァイオリン)

ふらっと(新池交流館)に集い、こんな活動をしています  
●ふらっと周辺の清掃/毎週水曜日  
●図書コーナーの整備・清掃/月2回(第2・第4金曜日)  
●ロビーコンサートの準備片付/月1回(第3日曜日)  
●イベントの準備片付/年2～3回

はぐみんやびよかのカードご提示で

## 10%割引

※親子あるいは子どもの講座・教室(★マーク有)限定です。

## あさひ健康マイスター

チャレンジ対象事業

当館の全ての講座は、あさひ健康マイスターチャレンジ事業の対象です。

## ご当地アイス販売

始めました!

## あさぴーグッズの販売

販売しています♪

## 焼き芋販売

販売しています!

図書館のお取り次ぎサービス実施中

## 無料WiFi

サービスを実施中

## 尾張旭市営バス あさぴー号の回数券

を販売

# 尾張旭市新池交流館 ふらっと

《お問い合わせ》 0561-52-8852

所在地 愛知県尾張旭市南栄町旭ヶ丘173番地  
開館時間 午前9時から午後10時まで

## 特別休館日のご案内

# 6月28日(水)

※終日休館になります。また、上記休館日は受付業務を行いませんので、ご理解ご協力よろしくお願いします。

【教室での注意事項】  
注1)教室開始月の2か月前の20日から1か月前の5日までに申し込みができます。インターネットでの申し込みとなります。定員を超える申し込みがあった場合は、抽選となり7日以降に施設WEBサイト及び館内掲示にてお知らせします。尚、抽選は市内在住の方が優先となります。  
注2)お申し込みの詳細につきましては、講座案内の「WEB申し込み案内」をご覧ください。  
注3)各講座の持ち物は、館内に備え付けている各講座の教室案内をご覧ください。  
注4)初回開講日前5日前までに窓口でキャンセルされる場合、受講料・教材費を返金致しますが、キャンセルに関わる事務手数料を申し受けます。  
注5)各講座には最低催行人数がございます。満たない場合は中止とさせていただきますのでご了承ください。  
注6)駐車場には限りがあります。できるだけ公共交通機関をご利用ください。  
注7)撮影した教室風景を当館ブログやチラシに掲載することがあります。撮影に支障がある方は事前にお申し出ください。

【個人情報】○お客様の個人情報は、講座に関する連絡や当館からのお知らせに使わせていただきます。ご本人の同意なしに第三者に開示、提供したりすることはありません。

ホームページ <https://www.shinike-flat.com/> 尾張旭市新池交流館ふらっと 指定管理者 シンコーススポーツ中部(株)

