

楽しい講座が盛りだくさん!! 市内の方はもちろん、市外の方も大歓迎です!



令和5年度
第3期
(10月~12月)

尾張旭市
イメージキャラクター
「あさひ」

尾張旭市新池交流館・ふらっと

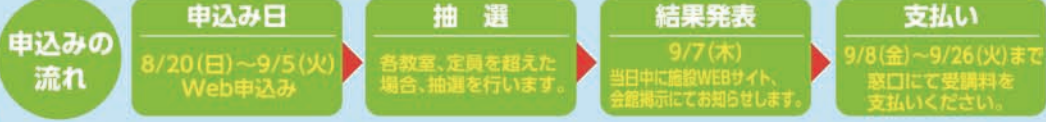
ふらっと講座案内

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

講座案内が
載っています!!



WEB 申し込み 案内



★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を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の記入を行ってください

- ・申込みは9月5日(火)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、館内掲示物にてご確認ください
- ・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、随時申込みできます
- ・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
- ・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
- ・受講者証を紛失した際は速やかに申し出の上、再発行の手続きをお願いします。その際、再発行料として100円(税込)徴収します

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すよ!!

- 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楽しく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/10月14日(土)、11月11日(土)、12月9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/Ayumi
(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

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=水曜日(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

楽しいフラダンス

ダイエット効果もあるフラダンスの動きを使って運動不足の解消をしながら楽しい音楽で癒されましょう! 筋肉もしっかり使います。

- 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
(レイリコカブアマネ講師)



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

遊びッビジネス®(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「遊びッビジネス®」で体力向上は元より集中力、自立心も養います。

- 実施日時/10月29日(日)、11月19日(日)、12月17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 弘道
(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

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!

あさひグッズの
販売してます!

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
あさひ一号の
便利でお得な
回数券
を販売

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。

第7回 ふらっと音楽祭 開催月

8月27日(日) 13:30~16:10 **観覧無料**

●会場/ふらっと1階 多目的ホール

出演時間	出演者
13:30~14:05	カプリトーン
14:10~14:45	大老会
14:50~15:25	中川ワールド
15:35~16:10	リボンジャズオーケストラ

今年もやってくる
ふらっとマルシェ開催!

11月26日(日)開催 出店者大募集!

10:00~14:00

- 申込期間/令和5年9月20日(水)~10月5日(木) 〆切
- 申込方法/インターネットよりお申込みください
- 条件/市内・市外を問わず18歳以上の方(学生のみ出店不可)
- 出店料/1ブースにつき1,000円(1グループにつき1ブースまで)
- 詳細につきましては、募集案内、募集事項にてご確認ください。

令和5年度 **ふらっとロビーコンサート**

時間/11:00~11:30 お気軽に
会場/1階エントランスホール 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
8月20日(日)	Lapis クラリネットアンサンブル	クラシック(クラリネット)
9月17日(日)	オカリナCOCORO	クラシック(クラリネット)・軽音楽(オカリナ)
10月15日(日)	中川ワールド	ジャズ
11月19日(日)	Ensemble Albergo	クラシック(クラリネット)
12月17日(日)	大川真美・二村祥代	アニメポップ
R6年1月21日(日)	睡蓮&dolce	軽音楽・ジャズ

単発 生きもの博士 になる! **~カブトムシ幼虫編~**

11月4日(土) 10:00~11:30

- 定員/10名(小学生)
- 受講料/800円
- 教材費/500円
- 講師/川口 邦彦

お申込 9月20日(水)~ WEB

(NPO法人トンボと水辺の環境研究所)

単発 **石ころアート(干支づくり)**

12月16日(土) 10:00~11:30

- 定員/10名(小学生~大人)
- 受講料/800円
- 教材費/500円
- 講師/川口 邦彦

お申込 10月20日(金)~ WEB

(NPO法人トンボと水辺の環境研究所)

単発 **はじめてのスマートフォン (入門編&基本編)**

人気のスマホ講座がパワーアップしました!!2週にかけてスマホの魅力をご案内します!!入門編ではスマホ操作の基本体験。基本編ではスマホならではの機能である「経路検索」「YouTube」「LINE」等の人気アプリに実際に触れていただきます。2回講座でスマホを触ったことのない方から、今以上にスマホを活用されたい方まで、スマホの世界が一気に広がるでしょう。

- 実施日時/11月10日(金)・17日(金) 10:00~12:00
- 定員/20名
- 受講料/1,400円
- 講師/スマホアドバイザー

お申込 9月20日(水)~ WEB

単発 **冬だ! 親子で作ろう! パン教室**

動物、アニメのキャラクターなど、作るパンは何でもよいよ! 世界にひとつだけのパンを作ろう!

●実施日時/第1弾 12月2日(土) 10:00~13:00
第2弾 12月16日(土) 10:00~13:00

お申込 10月20日(金)~ WEB

- 定員/各6組(年少~小学生)
- 受講料/親子1組、各1,500円
- 教材費/各2,100円
- ※1名追加毎に500円
- ※お子様1名追加毎に500円
- 講師/廣田 美幸 ※保護者様のお名前でお申し込みください。

単発 **親子料理教室**

親子で楽しく作って...完成したらいただきます! (^^)

●実施日時/10月14日(土)・11月11日(土)・12月9日(土) 10:00~13:00

お申込 8月、9月、10月 毎月20日~ WEB

- 定員/12組(年少~小学生)
- 受講料/1,100円(各月)
- 教材費/1,000円(各月)
- 講師/荻野 智子

開催日	メニュー
10月14日(土)	パンダプレート
11月11日(土)	フラワーサンド
12月9日(土)	クリスマスツリー

※保護者様のお名前でお申し込みください。

単発 **ガラスのクリスマスツリー**

11月7日(火) 10:00~11:30

今年もやって来る楽しいクリスマス。ガラス板に浮かぶ緑、白、金のキラリと光るおしゃれなクリスマスツリー。

- 定員/10名
- 受講料/1,100円
- 教材費/2,000円
- 講師/大森 由美

お申込 9月20日(水)~ WEB

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
10月	ソフト食パン	スウィートカボチャパン
11月	ツナロール	明太子フランス
12月	ピーナッツクリームブレッド	湯種ミルク食パン

懐かしい歌でリフレッシュ **女性限定**

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

見学OK

- 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

単発 **押し花額「フラワーツリー」**

11月15日(水) 10:00~11:30

絵の具の代わりに色とりどりの押し花を使って、可愛いクリスマスツリーを作ります。

- 定員/10名
- 受講料/1,100円
- 教材費/2,000円
- 講師/大森 由美

お申込 9月20日(水)~ WEB

火曜日に変更になりました **失敗しないケーキ作り**

パティシエに習う

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/10月24日(火)、11月21日(火)、12月12日(火) 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
10月24日(火)	× シュークリーム
11月21日(火)	× 焼きリンゴパイ
12月12日(火)	× クリスマスケーキ

楽しい大正琴 **見学OK**

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)

ふらっとボランティアからの お知らせ&募集

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

★**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

ホームページ 

特別休館日のご案内
11月28日(火) 29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いたします。

マップ 

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)初回開講日の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)